

Maiken Kildal Berntsen

*«Jeg vet hvordan det er å være i dine sko,  
men jeg vet det er du som har de på».*

En kvalitativ studie om skeive personer i en profesjonell hjelperrolles erfaring med bruk av selvavsløring av egen legning i møte med skeive klienter.

Masteroppgave i Rådgivningsvitenskap

Veileder: Ottar Ness

Juni 2021



Maiken Kildal Berntsen

*«Jeg vet hvordan det er å være i dine sko,  
men jeg vet det er du som har de på».*

En kvalitativ studie om skeive personer i en profesjonell hjelperolles erfaring med bruk av selvavsløring av egen legning i møte med skeive klienter.

Masteroppgave i Rådgivningsvitenskap  
Veileder: Ottar Ness  
Juni 2021

Norges teknisk-naturvitenskapelige universitet  
Fakultet for samfunns- og utdanningsvitenskap  
Institutt for pedagogikk og livslang læring



NTNU

Kunnskap for en bedre verden





## Sammendrag

Stadig flere mennesker som identifiserer seg som skeive beskriver å være tilfreds med sin egen legning og med grad av åpenhet, samtidig som mange skulle ønske de var mer åpne. Økende innvandring gjør at mennesker fra andre kulturer der den skeive utviklingen ikke er kommet like langt, også vil møte oss rådgivere. Som rådgivere oppfordres vi til å være eklektisk og møte et mangfold av klienter. Tidligere forskning indikerer at selvavsløring av egen skeive legning i møte med skeive klienter bidrar til en åpnere, tryggere og mer tillitsfull relasjon og at hjelpere ofte gjør det for å modellere. Selvavsløring har gått fra å være noe som ikke hørte hjemme hos profesjonelle hjelpere, til å for mange bli en naturlig del av å være seg selv i møte med klienter. Det finnes imidlertid lite forskning i Norge, og slik ønsker jeg med denne studien å bidra til økt innsikt i hvordan skeive rådgivere erfarer bruk av selvavsløring i møte med skeive klienter.

I denne kvalitative intervjustudien er følgende problemstilling utforsket: «Hvordan erfarer rådgivere å bruke selvavsløring av egen legning i møte med skeive klienter?». Utvalget besto av fire deltakere. Alle med en profesjonell yrkesrolle der de tok imot klienter. Jeg gjennomførte en tematisk analyse av det innsamlede datamaterialet som resulterte i fire hovedtema: (1) «Hjelperen som både menneske og profesjonell», (2) «Selvavsløring er ikke bra eller dårlig i seg selv, det er med hvilken hensikt», (3) «Deling av felles legning gir følelse av allianse og fellesskap» og (4) «Formidling av håp».

I lys av teori om personsentrert rådgivning, relasjonskompetanse og personlig kompetanse, diskuterer jeg studiens funn. Jeg diskuterer hvordan deltakerne beskrev en balansegang mellom det personlige og profesjonelle, der det handler om å la seg berøre og gi noe tilbake til klienten, samtidig som rådgiveren har ansvar for å reflektere over egne tanker og følelser for å best kunne være til hjelp for klienten. Jeg argumenterer for at rådgivere bruker hele seg i møte med klienten, der det personlige ikke kan isoleres fra det profesjonelle. Videre diskuterer jeg hvordan selvavsløringer kan bidra til å forsterke en skeiv maktbalanse og etablere en falsk felles forståelse. Jeg argumenterer for at rådgivere må bevege seg varsomt og føle seg frem ved bruk av selvavsløringer, og at de hele tiden må bestrebe å gjøre det som er til det beste for klienten. Basert på funnene argumenterer jeg for at hjelperens personlige kompetanse er til stede i yrkesrollen, og at like erfaringer med klienten kan bidra til formidling av håp, alliansefølelse, modellering, validering av informasjon og relasjonsbygging. Samtidig som felles erfaringskunnskap kan overskygge nyanser og legge press på klienten, der rådgiveren må være bevisst egen påvirkning.



## Abstract

Queer people describes an increasing satisfaction on their sexual orientation and degree of openness. At the same time, many are dissatisfied with their own degree of openness. Increasing immigration leads to an increasing diversity of cultures, where queer development may not have come as far as in Norway. As counsellors we are expected to be eclectic and meet a diversity of people. Research shows that therapist self-disclosure of sexual orientation leads to a more open, safe and trustful relationship, and that counsellors self-disclose as role-modeling. Self-disclosure was earlier seen as inappropriate, but is now often a natural part of the relationship. There is limited research on self-disclosure of sexual orientation among counsellors, and therefore I want to increase the insight in how queer counsellors experience self-disclosure of sexual orientation when helping queer clients.

Through qualitative interviews I wanted to examine the following research question: «How do counsellors experience self-disclosure of their sexual orientation when helping queer clients?». The sample consisted of four persons in a professional helping relation, who had or could work with queer clients. I conducted a thematic analysis of the collected data, which resulted in the themes: (1) «The helper both as human and professional», (2) «It is not about whether self-disclosure is good or bad, but with what intention», (3) «Shared sexual orientation leads to a sense of alliance and community» and (4) «To give hope».

The results are reviewed in the light of person-centered counselling, relationship skills and personal competence. I discuss how the participants in this study describe that they balance the personal and the professional. The counsellor should be affected by the clients experiences and give something back to the client, while the counsellor is responsible for reflecting on their own thoughts and feelings in order to best help the client. I argue that counsellors use their whole being when meeting the client, where the personal can not be isolated from the professional. Furthermore, I discuss how self-disclosure can strengthen an established balance of power and create a false common understanding. I argue that counsellors need to move cautiously when using self-disclosure, and that they must constantly strive to do what is best for the client. Based on the findings, I argue that the helper's personal competence is present in the professional role, and that similar experiences with the client can lead to hope, a feeling of alliance, role-modeling, validation of information and strengthened relationship. At the same time, shared experiential knowledge can overshadow nuances and put pressure on the client, where the counsellor must be aware of their own influence.





## Forord

Omsider er det på tide å levere masteroppgaven. Det markerer slutten på to spennende år som student. I den forbindelse er det flere jeg vil takke:

*Takk* til de fire intervjupersonene. Takk for deres åpenhet og engasjement for min studie.

*Takk* til mine medelever. Takk for to flotte år sammen. I samspill med dere har jeg fått utviklet meg selv og utforsket min rolle som veileder.

*Takk* til min veileder Ottar Ness. Takk for din tilgjengelighet, tilbakemeldinger og faglige innspill.

*Takk* til mine nærmeste for støtte og motivasjon gjennom hele prosessen.

Maiken Kildal Berntsen  
Juni, 2021



# Innholdsfortegnelse

<b>Sammendrag</b> .....	<b>i</b>
<b>Abstract</b> .....	<b>iii</b>
<b>Forord</b> .....	<b>v</b>
<b>1 Innledning</b> .....	<b>1</b>
1.1 <i>Bakgrunn for valg av tema</i> .....	1
1.1.1 Faglig bakgrunn .....	1
1.1.2 Personlig bakgrunn .....	2
1.2 <i>Tidligere forskning</i> .....	2
1.2.1 Kvalitativ forskning .....	3
1.2.2 Kvantitativ forskning.....	3
1.3 <i>Presentasjon av hensikt og problemstilling</i> .....	4
1.4 <i>Begrepsavklaring</i> .....	5
1.5 <i>Oppgavens struktur</i> .....	5
<b>2 Teoretisk rammeverk</b> .....	<b>6</b>
2.1 <i>Eksistensialistisk-humanistisk rådgivning</i> .....	6
2.2 <i>Relasjonens betydning i hjelperelasjonen</i> .....	7
2.2.1 Hjelperens kvaliteter og relasjonskompetanse .....	8
2.3 <i>Kompetansetrekanten</i> .....	9
2.3.1 Personlig, privat og profesjonell .....	9
2.3.2 Personlig kompetanse .....	9
2.4 <i>Seksuell orientering</i> .....	10
2.4.1 Skeiv historie – fra skjellsord til fagbegrep.....	10
2.4.2 Seksuell orientering og legning.....	11
2.5 <i>Selvavsløring</i> .....	11
2.5.1 Selvavsløring – å bryte en regel? .....	12
2.5.2 Selvavsløring av egen legning.....	13
2.6 <i>Overføring og motoverføring</i> .....	13
<b>3 Metodologi</b> .....	<b>15</b>
3.1 <i>Vitenskapsteoretisk ståsted</i> .....	15
3.2 <i>Kvalitativ metode</i> .....	15
3.3 <i>Rekruttering og utvalg</i> .....	16
3.4 <i>Datainnsamling</i> .....	17
3.4.1 Gjennomføring av datainnsamlingen .....	18
3.4.2 Transkripsjon .....	19
3.5 <i>Dataanalyse</i> .....	19
3.5.1 Tematisk analyse .....	19
3.6 <i>Forforståelse og forskerens rolle</i> .....	21
3.6.1 Subjektivitet og refleksivitet.....	22
3.7 <i>Forskningsetikk</i> .....	23

3.7.1	Fritt og informert samtykke.....	23
3.7.2	Konfidensialitet og anonymitet .....	24
3.7.3	Makt i forskingsprosessen .....	24
3.7.4	NSD-godkjenning.....	24
3.8	<i>Studiens kvalitet</i> .....	25
3.8.1	Reliabilitet.....	25
3.8.2	Validitet .....	25
3.8.3	Overførbarhet.....	25
<b>4</b>	<b>Presentasjon av funn .....</b>	<b>26</b>
4.1	<i>Hjelperen som både menneske og profesjonell</i> .....	26
4.1.1	En profesjonell helper kan godt være personlig, men ikke privat .....	26
4.1.2	Følelser oppstår i helperrelasjonen hele tiden .....	27
4.1.3	Berøring.....	28
4.2	<i>«Selvavsløring er ikke bra eller dårlig i seg selv, det er med hvilken hensikt»</i> .....	29
4.2.1	Å føle seg frem.....	29
4.2.2	Det skal være til det beste for klienten .....	30
4.2.3	Det må være et menneske som henvender seg til et annet menneske .....	30
4.3	<i>Deling av felles legning gir følelse av allianse og fellesskap</i> .....	31
4.3.1	«Du er ikke alene» .....	31
4.3.2	Klienten opplever økt tillit og troverdighet .....	32
4.3.3	Hjelperen kan trække feil – når alliansen trues.....	32
4.4	<i>Formidling av håp</i> .....	33
4.4.1	Normalisering av skeiv seksuell orientering i en heteronormativ verden .....	34
4.4.2	«At det er noen som har gått foran».....	34
<b>5</b>	<b>Diskusjon .....</b>	<b>36</b>
5.1	<i>Hvordan helperen balanserer det profesjonelle og personlige</i> .....	36
5.1.1	Klient og helper – et møte mellom mennesker .....	36
5.1.2	Når det klienten deler berører helperen .....	38
5.1.3	«Er fløyta sur, så er det ingen fin konsert».....	39
5.2	<i>Selvavsløringens mulige skyggesider</i> .....	40
5.2.1	Forsterkning av en allerede skeiv maktbalanse.....	40
5.2.2	«Jeg vet selv hvordan det er å være i dine sko, men jeg vet at det er du som har de på».....	41
5.2.3	Faren med å legge for mye press på klientene.....	43
<b>6</b>	<b>Avslutning .....</b>	<b>46</b>
6.1	<i>Oppsummering og et blick på tidligere forskning</i> .....	46
6.2	<i>Studiens begrensninger og videre forskning</i> .....	47
6.3	<i>Avsluttende refleksjoner og implikasjoner for praksis</i> .....	48
	<b>Referanser .....</b>	<b>49</b>
	<b>Vedlegg .....</b>	<b>57</b>
	<b>Vedlegg 1: Intervjuguide .....</b>	<b>58</b>
	<b>Vedlegg 2: Informasjonsskriv / Samtykkeskjema.....</b>	<b>60</b>
	<b>Vedlegg 3: Godkjenning fra NSD .....</b>	<b>63</b>



# 1 Innledning

Denne masteroppgaven handler om hvordan personer i en profesjonell hjelperrolle erfarer bruk av selvavsløring av egen skeive legning i møte med skeive klienter. Innledningsvis vil jeg gjøre rede for min faglige og personlige bakgrunn for valg av tema. Deretter presenterer jeg tidligere forskning, både innen selvavsløring generelt og av seksuell orientering. Videre presenteres studiens hensikt og problemstilling, etterfulgt av begrepsavklaring. Til slutt presenteres oppgavens struktur.

## 1.1 Bakgrunn for valg av tema

### 1.1.1 Faglig bakgrunn

Omtrent 7% av den norske befolkningen mellom 18-79 år regnes som skeive (Gram, 2021). Skeiv innebærer i denne oppgaven å ha en annen legning enn heterofil. Ifølge Anderssen et al. (2016) opplever lesbiske, homofile og bifile i Norge sin seksuelle orientering som en berikelse, og de fleste er åpne. Anderssen og Slåtten (2008) beskriver en utvikling der holdningene til homofile og lesbiske endres til det positive. Samtidig er det en andel som *ikke* er fornøyd med egen grad av åpenhet, og som har negative holdninger til homofile og lesbiske (Anderssen & Slåtten, 2008; Anderssen et al., 2016). En dansk undersøkelse viste at de fleste som var åpne om sin seksuelle orientering hadde fått positiv respons fra familie og venner (Gransell & Hansen, 2009). Selv om det her beskrives en positiv utvikling, vil blant annet økende innvandring (SSB, 2021) fra land der homoseksualitet er mindre akseptert enn i Norge gjøre at vi må være i stand til å hjelpe mennesker fra andre kulturer, da det i 69 land fremdeles er kriminelt å være homofil (Mendos et al., 2020).

Tema knyttet til seksuell orientering aktualiseres stadig. Forskerne Anderssen et al. (2016) anbefaler SSB å inkludere spørsmål om seksuell orientering og kjønnsidentitet/kjønnsuttrykk i de årlige levekårsundersøkelsene. Norske undersøkelser fra 2020 viser at ikke-heterofile skårer generelt dårligere på subjektive livskvalitetsindikatorer (Støren et al., 2020). Ivey et al. (2012) argumenterer for at studier på skeive har utvidet forståelsen av hvor viktig det er å adressere utfordringer knyttet til seksuell orientering i rådgivning. Reams (2015) beskriver hvordan en master i rådgivningsvitenskap har en relasjonell tilnærming, og gir verktøy som gjør rådgivere i stand til å møte et vidt spekter av klienter. Skau (2017) hevder profesjonelle hjelpepersoner må være i forkant, og utvikle seg for å være i stand til å møte morgendagens utfordringer. Jeffery og Tweed (2015) hevder selvavsløring av egen seksuelle orientering skiller seg fra selvavsløringer av andre ting fra eget liv.

Jeg har valgt å legge vekt på selvavsløring fordi både Skau (2017) og Karlsson og Oterholt (2015) påpeker hvordan henholdsvis personlig kompetanse og relasjonskompetanse innebærer at hjelperens personlige egenskaper og karakteristikk ikke kan isoleres fra den profesjonelle yrkesrollen. Samtidig hevder Jeffery og Tweed (2015) å ikke selvavsløre seksuell orientering for klienten kan oppleves som å holde en stor del av seg selv tilbake. Flere studier viser at selvavsløring hyppig brukes. I Kronner og Northcuts (2015) studie oppga sju av åtte terapeuter å bruke selvavsløring, mens Levitt et al. (2015) fant at selvavsløring uteble i bare 11.5% av øktene. Disse faktorene utgjør til sammen den faglige bakgrunnen for studien.

### 1.1.2 Personlig bakgrunn

Jeg har bakgrunn som sykepleier, og har jobbet seks år i helsevesenet. Da jeg begynte å skrive masteren, hadde jeg enda ikke kommet ut til en eneste pasient som skeiv. Jeg har til og med endret jentenavnet til et guttenavn, for å fortelle om kjæresten min. Da jeg skulle bestemme meg for masteroppgavens tema, ønsket jeg å skrive om noe jeg virkelig hadde interesse for, og som jeg ønsket å utvide min forståelse for. Denne erfaringen lå derfor som bakteppe for mitt forskningsspørsmål. Det skulle imidlertid vise seg at jeg skulle få en slik erfaring, før jeg i det hele tatt rakk å begynne forskningsarbeidet.

Jeg var på vakt, og hadde ansvar for flere pasienter. En av dem snakket jeg spesielt godt med, og vi kom inn på flere temaer. Det er ekstra hyggelig når man får så god kjemi med pasientene. Da det gikk mot slutten av vakta, spurte hen om jeg hadde noen mann i livet mitt. Jeg kjente umiddelbart pulsen stige, i takt med et økende ubehag. «Hva i all verden skal jeg svare?». Jeg endte opp med å fortelle det. Reaksjonen var utelukkende positiv. Det ble en følelsesladet opplevelse. Vi var enig i at vi hadde delt noe spesielt. Det er det næreste øyeblikket jeg har delt med en pasient. Der og da, var jeg så full av følelser, at jeg ikke klarte å være lettet over at det hadde gått «bra». Jeg var redd for å ha krysset en grense, med å bli såpass personlig.

Jeg gjorde ikke rede for min personlige bakgrunn for intervjupersonene. To av deltakerne etterspurte imidlertid min motivasjon for oppgaven, hvorpå jeg svarte:

*«(...), også er jeg jo skeiv selv da. Og jobber som, eller har jobbet som sykepleier, og har på veldig, veldig mange år, aldri selvavslørt selv. Og tenkt, hvorfor ikke liksom? Så det har på en måte vært en sånn grunnleggende nysgjerrighet da. Også begynte jeg bare å lese om det egentlig, på forskning som er gjort, og jeg ser jo at det er verdt å forske på. For som du sier, de fleste er kanskje veldig åpne og har det greit med sin legning, men det er også mange som ikke har det. Kanskje spesielt når man selv har en profesjonell yrkesrolle, der man på en måte... man har noen rammer å forholde seg til, det er jo ikke bare en venn man snakker med, man er faktisk psykolog eller rådgiver».*

Svaret jeg ga beskriver i stor grad hvorfor jeg ønsket å skrive om akkurat dette temaet. Jeg ønsket å finne et tema som interesserte meg personlig og faglig, som ifølge Rienecker og Jørgensen (2012) er skrivefremmende. Min erfaring ligger som inspirasjon for tema, slik Silverman (2010) hevder flere velger tema ut ifra personlig erfaring.

## 1.2 Tidligere forskning

For å kunne argumentere for at jeg har tilegnet meg et overblikk over eksisterende litteratur, har jeg fulgt Rienecker og Jørgensens (2012) anbefalinger om å foreta systematiske søk. Jeg anvendte Oria.no, der NTNU har samlet flere relevante databaser. Etter hvert som jeg fant flere relevante artikler, gikk jeg gjennom deres referanseliste for å finne relevant litteratur, såkalt kjedesøking (Rienecker & Jørgensen, 2012). Søkeordene jeg brukte var «counselling»/«counseling», «sexual orientation», «homosexual», «gay», «relation», «self-disclosure» og «therapist self-disclosure». Grunnet begrenset litteratur innenfor mitt interessefelt, besluttet jeg å ikke avgrense søket innenfor et bestemt tidsrom. Jeg vil derimot være bevisst hvilken tidsperiode den



inkluderte litteraturen utgitt i. Denne oppgaven presenterer internasjonal forskning, men ved avgrensning til norsk litteratur, fant jeg ingen relevant forskning på forskningsspørsmålet. Søk etter relevant forskning foregikk mellom september 2020 og april 2021. Jeg vil nå presentere forskning på bruk av selvavsløring generelt, og selvavsløring av egen seksuelle orientering.

### 1.2.1 Kvalitativ forskning

En studie av Jeffery og Tweed (2015) viser at terapeutene gikk gjennom en vurderingsprosess før de selvavslørte egen seksuelle orientering. Informantene trakk frem selvavsløring som en måte å bryte barrieren mellom terapeuten og klienten på. Mangel på selvavsløring av egen seksuelle orientering førte til ingen eller negativ påvirkning på relasjonen. Flere terapeuter beskrev en betydelig negativ effekt av å ikke selvavsløre egen seksuelle orientering, da det kunne oppleves som å holde en stor del av seg selv tilbake for klienten.

Selvavsløring kan føre til økt forbindelse og intimitet i hjelperelasjonen, og mangel på selvavsløring kan sinke relasjonsutviklingen (Audet & Everall, 2003; Bjork, 2004; Carew, 2009). Det beskrives også at selvavsløring bidrar til å redusere maktbalansen i relasjonen (Carew, 2009). En annen faktor er modellering (Audet & Everall, 2003; Bjork, 2004; Carew, 2009; Coolhart, 2005; Kronner & Northcut, 2015; Satterly, 2006). Bjork (2004) observerte i sin praksis at klientene ble mer avslappet og opplevde at det var barrierebrytende å få anerkjennelse for sin seksuelle orientering. Goodrich et al. (2016) rapporterte skeive klienter terapeut-klient-likhet som positiv. Flere klienter i studien beskrev felles seksuell orientering som en viktig del av rådgivningen, for å kunne føle seg avslappet, trygg og ha frihet til å åpne seg. Ifølge Porter et al. (2015) vil en skeiv hjelper i møte med en skeiv klient ved å dele en rekke erfaringer kunne skape et produktivt terapirom. I tillegg hevder Kronner og Northcut (2015) klienten får mer tillitt til hjelperen, og at det bidrar til normalisering.

Det presenteres også argumenter for å *ikke* selvavsløre. Audet og Everall (2003) hevder mange selvavsløringer kan føre til at rådgiverens erfaringer overgår klientens, mens klienter i Goodrich et al. (2016) oppga at terapeuten kunne legge for mye vekt på klientens seksuelle orientering. McPherson (2018) mener selvavsløring av egen homofile seksuelle orientering ikke har noe for seg, da de fleste unge i dag er tilfreds med seg selv. Han skriver videre at klienter i dag har mulighet til å søke informasjon om sin terapeut på internett, og at det slik skjer en ufrivillig selvavsløring.

### 1.2.2 Kvantitativ forskning

Myers og Hayes (2006) fant at relasjonskvalitet i hjelperelasjonen påvirket hvordan selvavsløring ble oppfattet. Der øktene i en positiv relasjon ble sett på som dypere, og terapeutene som «more expert» ved bruk av selvavsløring. I negative relasjoner ble det ansett som bedre å ikke bruke selvavsløring, og terapeutene ble sett på som «less expert». Selvavsløringene ble beskrevet som «generelle».

Relasjonsbygging, økt forbindelse og intimitet rapporteres også i flere kvantitative studier som viktig årsak (Hanson, 2005; Kronner, 2013; McCarthy Veach et al., 2018). Hansons studie (2005) fant at det var 2.5 ganger mer sannsynlig å anse selvavsløring som positivt enn som negativt. Videre ble maktfordeling trukket frem som årsak. Motsatt viste en studie utført på psykologistudenter at rådgivere som sjeldent brukte

selvavsløring ble sett på som større eksperter, enn de som brukte det hyppig. De som sjeldent brukte selvavsløring ble også sett på som mer troverdige. Forfatterne i studien setter dette i sammenheng med en tradisjonell forventning av at profesjonelle hjelpere skal være personlig distansert fra klienten. Det beskrives at det i denne studien var «ekstreme» selvavsløringer, og kan ifølge forfatterne oppleves upassende for klientene (Merluzzi et al., 1978).

Ifølge Burckell og Goldfrieds (2006) studie var det viktigst å ha en terapeut som selv var homofil eller lesbisk, dersom seksuell orientering var relatert til klientens «problem». Liddle (1996) og Stracuzzi et al. (2011) fant ingen signifikant sammenheng mellom likhet i seksuell orientering og kvalitet på relasjonen. Liddle (1996) anbefaler ikke å ta det opp med mindre klienten gjør det. Ifølge Evans og Barker (2010) søker mange klienter homovennlige terapeuter, der lik legning gjør at de føler seg forstått.

Det finnes også kvantitativ forskning på hvorfor selvavsløring ikke brukes. Simone et al. (1998) presenterer følgende årsaker: unngå å viske ut det profesjonelle skillet, holde fokus på klienten, unngå bekymring for rådgiveren og å trekke tidlige slutninger. Hanson (2005) hevder lite hjelpefulle selvavsløringer reduserer tillitt og trygghet, styrer relasjonen og fratrar klienten muligheten til å tenke fritt. 58 % av deltakerne mente en lite hjelpefull selvavsløring kunne virke direkte ødeleggende på relasjonen. Deltakere i Evans og Barkers studie (2010) oppga at seksuell orientering ble en for stor del av samtalen, og kunne oppleves lite relevant. De presiserte også faren for en «felles forståelse» av det å dele seksuell orientering, og at nyansene ikke tas med i betraktningen. Uansett årsak, betraktes klientens beste som den viktigste (McCarthy Veach et al., 2018).

### 1.3 Presentasjon av hensikt og problemstilling

Hensikten med denne studien er å få innsikt i, og kunnskap om hjelpepersoners erfaringer med å bruke selvavsløring av egen skeive legning i møte med skeive klienter. Problemstillingen er:

*«Hvordan erfarer rådgivere å bruke selvavsløring av egen legning i møte med skeive klienter?»*

Jeg har valgt å ekskludere transepersoner i denne studien. Det er gjort på grunnlag av at forskningen jeg har fått oversikt over i stor grad omhandler lesbiske, homofile og bifile, ikke trans. Det kan gi inntrykk av at det kan være en forskjell, og jeg har med oppgavens omfang ikke kapasitet til å se forskjeller innad i den «skeive gruppa».

Problemstillingen utforskes i et rådgivningsvitenskaplig perspektiv. Rådgivningsvitenskapen er ikke begrunnet i et helseperspektiv, men tar utgangspunkt i at mennesket har potensial til vekst og utvikling, der rådgiveren kan bidra til å fasilitere denne utviklingsprosessen (Kvalsund, 2015). Selv om utgangspunktet ikke er et helseperspektiv, er det inkludert deltakere i denne studien som er utdannet psykologer, der hjelpen i større grad er knyttet til et helseperspektiv. Men ifølge Karlsson og Oterholt (2015) er det mer som forener yrkesrollene i helse-, sosial- og velferdsfagene enn som skiller dem, og denne studien tar utgangspunkt i det mer omfavnende begrepet hjelper.

Når hjelpere beskrives som et overordnet begrep på en person som gir hjelp til en person som er i behov av hjelp, anses erfaringer også fra psykologer relevant for studien.

## 1.4 Begrepsavklaring

*Skeiv* brukes ifølge Bufdir (2020) om det engelske begrepet «queer». Folk kaller seg gjerne *skeiv* i stedet for heterofil, lesbisk, homofil og bifil, samt personer som ikke føler de passer inn i samfunnets inndeling av to kjønn. Det er gjerne en utfordring til forestillingen om hva som er vanlig (streit). Støren et al. (2020) anvender begrepet *ikke-heterofil*. Harper et al. (2012) bruker «queer» som et samlebegrep for de som identifiserer seg som noe utenfor det heteronormative. Jeg ønsker å unngå at deltakerne føler de må sette en merkelapp på sin legning, og har derfor ikke en konkret definisjon på *skeiv*. Likevel grunnet oppgavens hensikt, må jeg gjøre noen avgrensninger. Jeg vil ta utgangspunkt i at en *skeiv* seksuell orientering er en annen enn en heterofil. Det vil derfor være opp til deltakerne om betegnelsen *skeiv* oppleves beskrivende for dem, og jeg vil ikke samle inn data der seksuell orientering stilles spørsmål ved utover det å anse seg selv som *skeiv*.

Jeg anvender begrepet *hjelperelasjon* i min oppgave. Hjelp kan ifølge Karlsson og Oterholt (2015) innebære å varsle om at man trenger noe eller noen utenom seg selv. En *hjelperelasjon* utgjør en relasjon mellom den som søker hjelp og en fagperson som forsøker å hjelpe. Felleskomponenter for alt hjelpearbeid i helse-, sosial- og velferdssektoren er kunnskap, relasjon, kommunikasjon, kontekst og samarbeid. Karlsson og Oterholt (2015) argumenterer videre for at det er mye som forener de ulike yrkesrollene i helse-, sosial- og velferdsfagene, og at begrepet *hjelper* kan omfavne dem alle. Jeg vil ta utgangspunkt i begrepene «hjelper» og «rådgiver». De vil brukes om hverandre for å skape språklig variasjon, men er av samme betydning: den som gir profesjonell hjelp.

## 1.5 Oppgavens struktur

Jeg vil i kapittel 2 presentere litteratur og teori som vil være grunnlag for tolkning av mine funn. Her vektlegges relasjon, personlig kompetanse og begrepet selvvavsløring. I kapittel 3 gjør jeg gjørene rede for kvalitativ metode, intervju og forskningsprosessens faser, samt forsøker å redegjøre for studiens kvalitet og forskningsetikk. I kapittel 4 legger jeg frem mine funn som presenteres i fire hovedtemaer. I kapittel 5 vil jeg drøfte funnene jeg har utviklet i intervjuene opp mot teori og forskning. Til slutt vil jeg i kapittel 6 oppsummere studiens funn og kaste blikk på tidligere forskning. I tillegg vil jeg vurdere studiens begrensninger og gi anbefaling for videre forskning, og gjennom avsluttende refleksjoner gi implikasjon for praksis.

## 2 Teoretisk rammeverk

I dette kapittelet vil jeg gjøre rede for den teoretiske rammen som ligger til grunn for studien og diskusjon av studiens funn. Jeg vil først redegjøre for det eksistensialistisk-humanistiske menneskesynet, som gir forståelse for menneskets potensial til å handle i eget liv. Videre redegjør jeg for teori omkring relasjon, da relasjonen ligger til grunn for all rådgivning. Jeg vil også redegjøre for begrepene personlig kompetanse og relasjonskompetanse, der det personlige og profesjonelle forenes. Deretter vil jeg gjøre rede for begrepet seksuell orientering, der teorien gir innblikk i den dynamiske forståelsen begrepet representerer. Deretter vil jeg presentere teori omkring selvavsløring der jeg viser til ulike forståelser av fenomenet. Til slutt redegjør jeg for begrepene overføring og motoverføring, som kan oppstå mellom hjelper og klient.

### 2.1 Eksistensialistisk-humanistisk rådgivning

Mennesker har ulike forutsetninger, bakgrunn, interesser, tilgang på ressurser, og erfaringer. På bakgrunn av disse, utvikler mennesker seg i varierende grad sammenliknet med andre mennesker (Kvalsund, 2015). Det innebærer at alle er *unike*. Den unikheten rommer også rådgivere (Mjelve et al., 2020). Mennesker har også et *verdenssyn*, som refererer til vår tro, våre verdier og fordommer som utvikles som følge av våre historiske, kulturelle og sosiale erfaringer og forutsetninger. Ved å være eklektisk, kan rådgiveren ha flere tilnærminger til rådgivning, og hjelpe flere (Ivey et al., 2012). Mennesker uttrykker sitt verdigrunnlag og menneskesyn gjennom kommunikasjon. Verdens- og menneskesynet påvirker hvordan vi som hjelpere henvender oss til og kommuniserer med andre, og gjennom andres reaksjoner kan vi lære noe om oss selv. Vi kan formidle vår kunnskap og livserfaring gjennom kommunikasjon med andre, og likedan uttrykker andre sitt verdens- og menneskesyn i kommunikasjon med oss (Skau, 2017).

Et eksistensialistisk-humanistisk verdenssyn innebærer tro på at mennesket har en iboende kraft til å handle og bestemme over egen skjebne. Bae (1996, s. 115) hevder: «Menneskets skjebne er å være deltaker, ikke tilskuer». De opplevelser mennesket har, sier noe om hvordan vi befinner oss i tilværelsen. Ved å utforske våre opplevelser, kan et mer nyansert bilde tegnes av mennesket (Bae, 1996). Eksistensiell teori anvender begrepet «human alienation» om hvordan et menneske kan oppleve å fremmedgjøres fra andre. Rådgivning kan bidra til å redusere denne fremmedgjøringen, og gi opplevelse av tilhørighet i verden. Heteroseksisme og mangel på forståelse for menneskelig ulikhet kan føre til en slik fremmedgjøring, og separasjon fra andre (Ivey et al., 2012, s. 367), da det å være annerledes kan gi frykt for å bli ikke akseptert (Kvalsund & Meyer, 2005).

Innenfor den eksistensialistisk-humanistiske retningen står Carl Rogers sentralt. Han beskriver rådgivning som en måte å hjelpe et menneske til å hjelpe seg selv (Ivey et al., 2012; Rogers, 1961). Der psykodynamiske og behavioristiske teorier gjerne anser mennesket som offer for underbevisste krefter og påvirkning utenifra, ser eksistensialistisk-humanistisk teori på mennesket som kapabel til å ta styring over eget liv, handle til det beste for seg selv og omgivelsene. Begrepet selvaktualisering defineres som å oppleve en utnyttelse av sitt fulle potensial som menneske. Rogers presenterer en ikke-dømmende holdning, ubetinget positiv aktelse, respekt, aksept og empati som sentrale trekk i kommunikasjonen med klienter for å legge til rette for at de skal kunne

utvikle sitt potensial (Ivey et al., 2012). Empati handler om å vise forståelse for og innlevelse i klientens liv og situasjon, samt å kunne la seg berøre av den andre (Karlsson & Oterholt, 2015).

Kvalsund (2015, s. 25) plasserer rådgivningsvitenskapen slik: «*rådgivningsvitenskap har ikke sin kjerne i, og er heller ikke begrunnet i, et helseperspektiv og retter slik ikke oppmerksomhet mot hva som feiler klienten, men heller mot hva klienten kan og vil gjøre med de utfordringene han eller hun bringer som utgangspunkt for rådgivningen*». I rådgivning handler det ikke om å bli frisk, men om å forstå seg selv og arbeide for bedre å kunne utvikle seg og vokse. Dersom klienten har behov for behandling, kan derfor rådgivningsprosessen stoppe opp, og klienten kan være i behov av annen hjelp før gjenopprettelsen av vekst og utvikling (Kvalsund, 2015). I en hjelperelasjon skapes resultater i møte mellom klientens kompetanse om eget liv og helperens faglige kunnskap (Karlsson & Oterholt, 2015). Dette skjer ifølge Kierkegaard (1906) gjennom å møte klienten der de er.

## 2.2 Relasjonens betydning i hjelperelasjonen

*Relasjon* er betegnelsen på forbindelse mellom to eller flere (Jensen & Ulleberg, 2019), der alle parter påvirker hverandre (Karlsson & Oterholt, 2015). Rådgivning krever en relasjon mellom rådgiver og råde søker (Kvalsund, 2015). En god relasjon kan beskrives som en følelse av intimitet, nærhet og varme, trygghet, tillit, gi følelse av å bli forstått og gir mulighet for å identifisere seg med terapeuten (Hanson, 2005). Relasjon anses som en kritisk komponent for vellykket rådgivning (Hendrick, 1987; Karlsson & Oterholt, 2015). En hjelperelasjon involverer hvordan partene forstår hverandre, forholdet seg imellom og hvordan de ser på seg selv. Partene møtes som likeverdige mennesker, men i kraft av at den ene har behov for hjelp av den andre, oppstår en asymmetri. Hjelpepersonen er ekspert ved å være i besittelse av mer fagkunnskap enn den som søker hjelp. Denne fagkunnskapen hjelpepersonen besitter, er likevel noe annet enn den erfaringskunnskapen klienten har. Partene inngår i et samarbeid, der de arbeider for å nå et felles mål. Når et mål er satt, vil det i en asymmetrisk relasjon, være viktig å sørge for at ansvaret fordeles. Slik blir klienten medansvarlig i eget liv og for målet som utarbeides. Det sikrer autonomi og medbestemmelse (Karlsson & Oterholt, 2015). Karlsson og Oterholt (2015) skriver videre at helperen må anerkjenne klientens opplevelse og historie, og vise respekt for klientens liv, autonomi og frihet.

Kvalsund (2015) påpeker hvordan gjensidighet ligger til grunn for rådgivningsrelasjonen. En relasjon med en rådgiver som ønsker å *gi* hjelp, og en råde søker som er i stand til å *be* om hjelp, utgjør en «brukerorientert idealsituasjon for rådgivning» (Kvalsund, 2015, s. 28). Kvalsund hevder videre det må være en gjensidig forståelse for hjelpesituasjonen. Det er ikke bare råde søkeren som skal formidle sine behov, men også rådgiveren må være klar på hvem de er, sine forventninger og hvordan de forstår råde søkerens situasjon. Kvalsund (2006) hevder det er rådgiverens etiske ansvar å gjøre en maktutredning, og ha fokus på hvordan rådgiveren utøver makt. En gjensidig dialog legger grunnlag for kommunikasjon der begge parter forstår hverandre, som er viktig i en forventningsavklaring. Når dialogen bygges på gjensidighet, fordeles makten mer gjensidig i hjelperelasjonen (Kvalsund, 2015).

### 2.2.1 Hjelperens kvaliteter og relasjonskompetanse

Kvalsund (2015) argumenterer for at teknikker, metoder og teori ikke utgjør den store forskjellen, men at det er opplevelsen av relasjonen som avgjør hvor hjelpsom hjelpen oppleves for rådsøkeren. Denhov og Topor (2011) intervjuet klienter med psykiske helseproblemer om deres erfaringer med ulike profesjonelle hjelperelasjoner. Sentralt sto relasjonskvalitet som avgjørende for opplevd hjelpsomhet. De fant ingen forskjell i hjelpsomhet og relasjonsbygging i ulike hjelperelasjoner, og bruker derfor et mer generelt begrep som profesjonelle hjelperelasjoner. En langvarig, veletablert hjelperelasjon ble sett på som positivt for hjelpeeffekten. En human, hjelpefull, tålmodig og genuin involvering og interesse ble trukket frem som karakteristikk hos en hjelpefull hjelper. Kjemi ble også nevnt, som ga en raskere opparbeidelse av en hjelpefull relasjon. Også Karlsson og Oterholt (2015) mener en anerkjennende relasjon består av lytting, forståelse, aksept, toleranse, bekreftelse og åpenhet. De beskriver tillitt som en bærebjelke i gode relasjoner. I tillegg legger oppmerksomhet og tilstedeværelse grunnlag for nærvær, som øker muligheten for at klienten ønsker å dele.

Hjelperen kan oppleve tema som sårbart. Hjelperen bør forsøke forstå egne reaksjoner, som er grunnleggende for å kunne være til hjelp for klienten. Det er hjelperens ansvar å legge til rette for en god og hjelpefull relasjon, selv om relasjonen utgjøres av en gjensidig skapelsesprosess mellom begge parter. Hvordan kan vi hjelpe andre mennesker med vanskeligheter, dersom vi ikke evner å håndtere våre egne? *Relasjonskompetanse* handler om å være seg selv i yrkesrollen og være bevisst egen påvirkning, i form av personlige karakteristikk, hos den andre part og i samhandlingen. Kompetansen utvikles gjennom hele yrkeslivet, og læres ved å ha gode rollemodeller i lærere, kollegaer og ledere. En slik kompetanse er nødvendig for å kunne bygge gode relasjoner til klienter. Det gjør hjelperen i stand til å samhandle med mennesker på en god og hensiktsmessig måte. En slik utvikling av relasjonelle ferdigheter er ofte en del av profesjonsutdanninger (Karlsson & Oterholt, 2015).

Skau (2017) hevder møtet mellom mennesket er kommunikasjon. Den kommunikative kompetansen har betydning for hva som kan oppnås i møtet mellom rådgiver og klient. Kommunikasjon skal bidra til å endre klientens livssituasjon, helse, livskvalitet eller kunnskapsnivå. Det å kommunisere på en forståelig måte og kunne lytte til den som søker hjelp, er derfor grunnleggende ferdigheter vi som profesjonelle hjelpere må ha (Skau, 2017). Utdanning alene er ikke tilstrekkelig for å opparbeide en yrkesidentitet. I tillegg til erfaring og praksis, innebærer utvikling av yrkesidentiteten en rekke valg: hva er viktig for meg i min yrkesrolle? (Bae, 1996).

I dagligtalen skiller mennesker seg ofte fra hverandre, ved å snakke om vi – og de andre (Jensen & Ulleberg, 2019). En god hjelper evner å: «*se meg selv i den andre, og den andre i meg selv*» (Karlsson & Oterholt, 2015, s. 74). Det har i mange år vært et faglig ideal å tydelig skille mellom fag og person, som kan gi inntrykk av at det er snakk om oss og dem. Det finnes imidlertid flere likheter mellom fagpersoner og klienter, enn forskjeller. Det er heller ikke slik at fagpersoner skal fremstilles som uten personlige erfaringer og liv. Fagpersoner opplever også allmennmenneskelige livs fenomener. Når klientens erfaringer vekker til live følelser i hjelperen, må hjelperen rette søkelyset mot seg selv som fagperson (Karlsson & Oterholt, 2015). Wosket (1999), foreleser ved rådgivningsutdanningen ved University College of Ripon and York St. John, opplever at mange tar kontakt på grunnlag av personlige egenskaper som klienten ser på som egnet i møte med sine problemer og behov. Hun sier imidlertid at det ikke nødvendigvis

handler om rådgiverens ekspertise eller ferdigheter, men heller om hvordan personen er, og at det slik utgjør et valg basert på «intuisjon». Kvalsund (2015) anbefaler videre klienter å oppsøke rådgivere med matchende verdi- og verdenssyn.

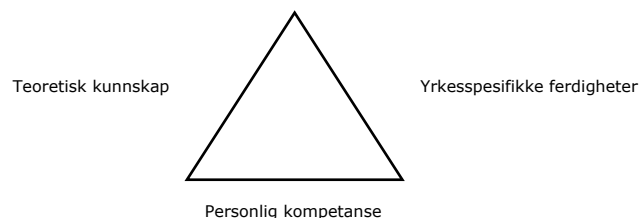
## 2.3 Kompetansetrekanten

### 2.3.1 Personlig, privat og profesjonell

Skau (2017) beskriver et stadig mindre tydelig skille mellom personlig og upersonlig, og privat og offentlig. *Profesjonell* er ifølge Skau et uttrykk for bestemte handlinger, i tillegg til å si noe om handlingenes kvalitet. Det forbindes ofte med å være kompetent. Hun skriver hvordan det tidligere var personlige egenskaper, erfaringslæring og religion som la grunnlag for hvem som egnest seg i helse – og sosialfaglige profesjoner. Det har skjedd en utvikling i slike yrker, der utdanningene i høyere grad er teori – og vitenskapelig basert. Skau (2017) skriver videre at profesjonalitet i sosiale yrker innebærer nettopp å kunne være i stand til å være personlig. Det innebærer at hjelperen kan være personlig i det offentlige rom, og motsatt upersonlig i det private.

### 2.3.2 Personlig kompetanse

Skau (2017) hevder mennesket har ulike kunnskaper og kompetanser. Skau ser på personlig kompetanse som nødvendig i yrker der samspill mellom mennesker står sentralt. *Profesjonell kompetanse* utgjør de nødvendige kvalifikasjonene i utøvelsen av et yrke. Skau deler kompetansebegrepet i tre aspekter: *teoretisk kunnskap*, *yrkesspesifikke ferdigheter* og *personlig kompetanse*. De tre begrepene inngår i en modell – *kompetansetrekanten*, der de henger sammen, påvirker og er avhengig av hverandre.



Figuren er hentet fra Skau (2017, s. 58).

De utgjør til sammen en helhet, der alle aspekter er til stede samtidig, men med ulik tyngde i ulike situasjoner. *Teoretisk kunnskap* utgjør de teoretiske, faktabaserte kunnskapene personen har. Det innebærer økonomiske og sosiale forhold, historie, pedagogikk og teorier. Kunnskapen er upersonlig og allmenn, og en del foreldes relativt raskt. *Yrkesspesifikke ferdigheter* innebærer de praktiske ferdighetene, teknikker og metoder som vi bruker i bestemte yrker. Det kan være å ta blodprøver, klippe hår eller male et maleri. *Personlig kompetanse* går på hvem vi er som personer, alene og i samspill med andre. Kunnskapen er personlig og erfaringsbasert, og brukes privat og i vårt yrke. Kunnskapen oppstår når vi opplever og senere reflekterer over en opplevelse.

Skau (2017) hevder den vi er som person, alltid er med oss, i det private og på jobb. Det handler om å være kongruent, ved å la den man er være fult til stede som yrkesperson. Hun viser til kjønn og seksualitet som aspekter ved oss selv som ikke kan skilles fra personen, men som kan tones opp eller ned i væremåten, etter hvilken arena vi oppholder oss på. Ulike tema og væremåter hører hjemme ulike steder, som gjerne er

sosialt, juridisk, etisk og kulturelt bestemt. En undersøkelse gjort av Moen og Larsen (2013) viser hvordan ansatte innen psykisk helse opplevde at de var hele seg på jobb, og at deres egne personlige erfaringer var viktige i arbeidet.

Skau (2017) mener den personlige kompetansen utvikles gjennom hele livet, og at den slik utgjør en dynamisk prosess. I møte med klienter er det gjerne forventet at de skal ønske å utvikle seg, lære og forandre noe ved seg selv. Skau mener fagfolk bør gjøre det samme. Personer endrer seg hele tiden, ikke bare når de er bevisst det og søker endring. Skau beskriver flere måter å utvikle den personlige kompetansen på, der én av dem er gjennom bevisstgjøring. Det skjer ved å bli bevisst egne handlinger, reaksjoner og tilbakemeldinger fra andre ved å reflektere over dem. Den andre jeg har valgt å ta med handler om at store nok utfordringer må være til stede for at vi skal kunne utvikle oss, samtidig som det må skje innenfor trygge rammer. Det kan for eksempel være i veiledning med kollegaer. Den personlige kompetansen kan videreutvikles, og det holder derfor ikke å støtte seg på den tidligere troen på at hjelpepersoner ofte får sitt yrke som resultat av et personlig «kall». Det har det skjedd et skifte til å bli mer teori- og vitenskapsbasert, samtidig som det å være profesjonell også handler om å være personlig. Kallforståelsen er ikke noe vi kan støtte oss på alene, men visse egenskaper, som nestekjærlighet, er gjeldende også i nåtidens forståelse av profesjonelle hjelperoller (Skau, 2017). I dag søker mange arbeidsgivere etter personer med «personlig egnethet», som beskrives som en uformell kompetanse som går utover den formelle kompetansen, der utdanning og vitnemål står sentralt. Den uformelle kompetansen er mindre håndfast, men inkluderer blant annet kommunikasjon, samarbeid, relasjon og utviklingspotensial (Natland & Johannesen, 2020).

## 2.4 Seksuell orientering

Jeg vil legge frem den skeive historien nasjonalt og internasjonalt i korte trekk, for så å gjøre rede for begrepet seksuell orientering.

### 2.4.1 Skeiv historie – fra skjellsord til fagbegrep

Johansen (2019) hevder forskere til nå har vært tilbakeholdne i forskning på skeiv historie. Med sin bok bidrar hun til innblikk i skeiv historie i Norge. Jeg vil i korte trekk redegjøre for skeiv historie fra 1990-tallet og utover, da det ifølge Johansen representerer et tidsskille. I 1990 under pride-paraden i New York deltok en gruppe med hiv/aids-aktivister, og ropte «We're here, we're queer, get used to it». Dette ble begynnelsen på et oppgjør med intoleranse, rasisme, vold, diskriminering og undertrykkelse, og en etterlysning av seksualmangfold. «Queer» ble brukt som skjellsord. Det var et forsøk på å rokke ved den veletablerte heteronormativiteten, der heteroseksualitet blir tatt for gitt og sett på som det «rette». «Queer» ble etter hvert brukt som fagbegrep, og opprøret førte til flere organisasjoner for skeive. Begrepet skulle fungere som en åpen kategori ved å viske ut skillet mellom seksualiteter (Johansen, 2019).

Landsforeningen for lesbiske og homofile (LLH) ble etablert i 1992. I 1993 ble partnerskapsloven vedtatt, et viktig steg i likestilling mellom likekjønnede og ulikekjønnede par. I 2008 ble Norge det sjette landet til å innføre kjønnsnøytral ekteskapslov (Johansen, 2019). I 1998 fikk homofile og lesbiske inkludert diskrimineringsparagraf i arbeidsmiljøloven, og i 2015 ble det laget en egen



diskrimineringslov som beskytter seksuell orientering, kjønnsidentitet og kjønnsuttrykk (Foreningen for kjønns- og seksualitetsmangfold, 2018).

Rollins og Bjork er begge profesjonelle hjelpere. De deler hvordan det var for dem å utdanne seg i en helt annen tid enn i dag. Rollins (1997) opplevde som yngre at homofile ble sett på som syke. Da hun selv skulle ta kontakt med en terapeut, var det kun mannlige å oppdrive. Flere år senere opplevde hun å møte en lesbisk terapeut, der møtet utløste en befriende følelse og opplevelse av å kunne dele livserfaringer med terapeuten. Også Bjork (2004) opplevde under sin utdanning at homoseksualitet var sykeliggjort. Videre beskriver hun en følelse av å ikke være komplett som person, da hun selv levde som lesbisk kvinne i skjul. På 90-tallet begynte hun selv å ta i mot lesbiske klienter. Hun oppdaget at yngre klienter (under 30 år) var mer åpen og komfortabel med sin seksuelle orientering, noe Bjork opplevde fjernt fra slik hun hadde hatt det som ung.

#### 2.4.2 Seksuell orientering og legning

Bufdir (2020) hevder *seksuell orientering* handler om hvem vi blir forelsket i, seksuelt tiltrukket av og ønsker å være sammen med. Ivey et al. (2012) skriver at en generell forståelse av seksuell orientering inkluderer biseksualitet, homoseksualitet, heteroseksualitet og transseksuelle. Foreningen for kjønns- og seksualitetsmangfold (2018) hevder legning og seksuell orientering brukes om hverandre. Orientering beskrives likevel som et åpnere begrep, som kan forandres gjennom livet, mens legning er mer statisk. Videre vil seksuell orientering fremfor legning i større grad referere til hvem man har sex med, der legning også omhandler kjærlighet og identitet. Det meste av litteraturen er på engelsk, der *sexual orientation* anvendes. Jeg vil bruke seksuell orientering og legning om hverandre. Jeg samler ikke inn informasjon om seksuell praksis, som ville vært nødvendig dersom jeg skulle skilt mellom seksuell orientering og legning.

Enhver ny relasjon gir mulighet for å komme ut (Eggebø et al., 2019). Homoseksuelle benevnes ofte som å ha en seksuell «orientering», mens heterofile ofte ses på som «nøytrale» (Ahmed, 2006). Samfunnet legger i stor grad opp til, og forventer at man forelsker seg og danner par med noen av motsatt kjønn. Å leve som skeiv, innebærer dermed at man identifiserer seg med og kanskje føler seg annerledes enn det som forventes. Denne erkjennelsesprosessen oppleves ulikt, men vil for de fleste innebære en sentral del av å leve et skeivt liv (Eggebø et al., 2019).

Seksuell orientering er i dag mer flytende og mindre fastlåst enn tidligere, og mange ønsker ikke å sette merkelapp på sin legning (Burckell & Goldfried, 2006; Eggebø et al., 2019; Evans & Barker, 2010; Harper et al., 2012). Det er vanlig å ha seksuelle erfaringer med en av samme kjønn, uten å identifisere seg som skeiv (Pedersen & Kristiansen, 2003). Harper et al. (2012) oppfordrer rådgivere til å anerkjenne klientens selvvalgte identitet.

## 2.5 Selvavsløring

Det finnes flere beskrivelser av selvavsløring. Jeg har gjort et utvalg av teori, som sammen viser et helhetlig bilde av min forståelse av selvavsløring. Jeg vil gjøre rede for hvordan selvavsløring kan forstås som bevisst og ubevisst, verbalt og nonverbalt.

*Selvavsløring* kan beskrives som deling av noe fra livet utenfor den profesjonelle hjelperelasjonen, en formidling av personlig informasjon klienten ikke hadde kjennskap til fra før (Hargie, 2017; Simone et al., 1998). Det innebærer å kommunisere informasjon om seg selv (McKay et al., 2018), og kan handle om fortid, nåtid eller fremtid (Hargie, 2017). Rådgiveren kan dele noe fra eget liv dersom det ligner de problemer klienten kommer med, og slik bidra til å belyse klientens sak bedre (Hough, 2014; Mjelve et al., 2020). I en hjelperelasjon der to likeverdige mennesker møtes, er begge i besittelse av erfaringskunnskap. Når et menneske møter et annet, kan denne erfaringskunnskapen ligne hverandre (Karlsson & Oterholt, 2015), der selvavsløring er en måte å vise at man liknende erfaringer (Hargie, 2017).

Flere studier beskriver selvavsløring som bevisst (McCarthy Veach et al., 2018; Simone et al., 1998). McKay et al. (2018) hevder det ikke går an å *ikke* selvavsløre, og at det skjer hele tiden. Andre skiller mellom verbal og ikke-verbal selvavsløring. Der verbal er det som sies med ord, mens ikke-verbale er ansiktsuttrykk, fortellinger fra eget liv, gifting osv. (Hargie, 2017; Kronner, 2013). Av Satterly (2004) beskrives nonverbal selvavsløring som en fysisk form for selvavsløring, der avsløringen foregår gjennom en fysisk presentasjon av seg selv eller sine omgivelser, eksemplifisert med smykker eller pride-symboler. McCarthy Veach et al. (2018) bruker også begrepet indirekte selvavsløring, om personlige karakteristikk som ofte ikke kontrolleres, som alder, kjønn, etnisitet, sivilstatus og fysisk tilstedeværelse. Kronner og Northcut (2015) bruker begrepet eksplisitt selvavsløring om fortellinger og egne erfaringer, og implisitt selvavsløring om atferd, oppførsel, kjennetegn og fakta. Jeg vil ta utgangspunkt i at alle de overnevnte definisjonene: selvavsløring innebærer en bevisst eller ubevisst deling av noe utenfor hjelperelasjonen, i form av fortellinger fra eget liv, fysiske karakteristikk eller ord.

En selvavsløring kan vise at hjelperen forstår det som blir sagt, eller som en bekreftelse på klientens virkelighet (Menaker, 1990). McKay et al. (2018) skriver at selvavsløring er grunnleggende for å kunne knytte et intimt forhold, der begge parter er villig til å dele av seg selv. McKay et al. hevder videre selvavsløring hos én part avler selvavsløring hos den andre. Selvavsløring skal ifølge Hough (2014) alltid skje til fordel for klienten, ved at det skal bidra til å belyse klientens utfordringer bedre.

### 2.5.1 Selvavsløring – å bryte en regel?

Wosket (1999) hevder hjelperen stenger en vital del av seg selv ved å ikke dele av egne erfaringer. Hun mener klienten kan oppfatte hjelperen som nummen dersom hjelperen sitter med vonde erfaringer som fortsatt er aktuelle. Wosket sier det bør være opp til klienten å sette grenser. Å være fleksibel og dele mer eller mindre ut ifra klientens behov er en del av det å være profesjonell. Hun anerkjenner videre at avveiningen kan være vanskelig, da det innlærte ofte ikke sammenfaller med det som oppleves naturlig og hensiktsmessig i møte med den enkelte klient. I likhet med Wosket, mener McKay et al. (2018) at selvavsløring er noe mange unngår. McKay et al. skriver generelt om selvavsløring, ikke nødvendigvis i en klient-rådgiver-relasjon. Det beskrives likevel en generell vegring for bruk, spesielt på grunn av frykt for avvising, straff og baksnakking. Et annet moment er at dersom du deler egne erfaringer til andre, kan de bli tydeligere for deg selv.

### 2.5.2 Selvavsløring av egen legning

Det beskrives en følelse av å holde en stor del av seg selv tilbake som terapeut, når seksuell orientering ikke deles. Og en følelse av å miste seg selv i relasjonen (Jeffery & Tweed, 2015). Likevel er det ikke nødvendigvis slik at rådgiveren ønsker å karakterisere seg selv som det ene eller det andre, eller at de er komfortable med egen legning. Det kan derfor til tross for relevans for klienten, utelates fra samtalen (Ranade & Chakravarthy, 2016).

Profesjonelle samtaler befinner seg ofte i bestemte rammer, som kan være med å definere samtalsens hensikt. Dette ved at stedene i seg selv metakommuniserer og er med å angi aktuelle tema (Jenssen & Ulleberg, 2019). Guthrie (2006) hevder rådgiveren alltid vil avsløre informasjon om seg selv gjennom hvordan de fremtrer og hva de omgir seg med. Han mener klienter ofte søker rådgivere med lik seksuell orientering fordi de føler seg forstått og komfortabel.

## 2.6 Overføring og motoverføring

Ifølge Menaker (1990) tillegger mennesker følelser og tanker andre personer hele tiden, som resultat av bagasjen de bærer. Jeg ønsker derfor å inkludere begrepene overføring og motoverføring, som beskriver hvordan slike følelser oppstår. Begrepene kommer fra den psykodynamiske tradisjonen (Ivey et al., 2012). Det anses særlig relevant i denne studien som omhandler felles legning, da det ifølge Karlsson og Oterholt (2015) ligger i mennesket å søke gjenkjennelse i andres historier.

Wosket (1999) forteller at hun i begynnelsen av sin rådgivningskarriere ikke anerkjente følelsene som ofte oppsto i møte med klienter. Da hun selv ble tiltrukket av en klient, ble hun skamfull og holdt det tilbake i veiledning. Da hun senere delte det til sin veileder, beskriver hun en frigjørende følelse, der hun kunne kjenne på et større register av følelser overfor sine klienter. *Countertransference (motoverføring)* innebærer de tanker og følelser rådgiveren har mot klienten (Ivey et al., 2012). Et eksempel er dersom rådgiveren selv knytter skam til sin legning, og slik projiserer skammen over på klienten (Frommer, 1995). Følelsene som oppstår må isoleres, identifiseres og gjennomarbeides (Ivey et al., 2012), og Wosket (1999) anbefaler å legge merke til slike følelser og deres potensielle verdi, da hun selv erfarte det brakte henne nærmere klientens opplevelse.

Både Wosket (1999) og Martin et al. (2011) hevder det er vanlig at seksuelle følelser oppstår overfor klienter, enten ved at rådgiveren reagerer på signaler klienten sender ut, eller at rådgiveren får seksuelle følelser overfor klienten. Slike følelser blir ofte undertrykt. Martin et al. (2011) mener det er hjelperens ansvar å sørge for at følelser ikke resulterer i handling, og rådgiveren anbefales i slike situasjoner selv søke veiledning (Ivey et al., 2012; Wosket, 1999).

*Transference (overføring)* refererer til tanker og følelser klientene har mot rådgiveren. Tanker og følelser som hører hjemme hos noe eller noen andre, kan projiseres over på rådgiveren. En slik overføring av tanker og følelser kan gi nyttig informasjon om hvordan klienten erfarer sitt liv (Ivey et al., 2012). Guthrie (2006) hadde opplevd at en selvavsløring førte til seksualisering av behandlingen. Klienten begynte å vise Guthrie nakenbilder, fortalte om seksuelle fantasier og inviterte han hjem. Guthrie ønsket i første omgang å la klienten utforske hvor disse følelsene kom fra, samtidig som han satte klare

grenser. Klienten følte disse grensene var avvisende, og brøt relasjonen. Guthries klient kan representere et tilfelle av overføringer, der klienten projiserte noen følelser som egentlig hørte hjemme et annet sted.

### 3 Metodologi

I dette kapitlet vil jeg gjøre rede for studiens metodologi. Jeg vil presentere mitt vitenskapsteoretiske ståsted, kvalitativ forskningsmetode, samt presentere forskningsprosessen. I tillegg vil jeg presentere begrepet refleksivitet og utdype hvordan forskerens rolle påvirker hele forskningsprosessen. Avslutningsvis diskuteres studiens kvalitet og forskningsetikk.

#### 3.1 Vitenskapsteoretisk ståsted

Studios vitenskapsteoretiske ståsted er fenomenologisk-hermeneutisk. Fenomenologi handler om å få kunnskap om en persons subjektive opplevelse, og søker å forstå enkeltpersoners erfaringer (Seidman, 2013; Thagaard, 2018). Fenomenologi har til hensikt å forstå sosiale fenomener ut ifra menneskets egne perspektiver og forstå hvordan mennesker oppfatter verden (Kvale & Brinkmann, 2015). Dingwall (1997) hevder menneskelig erfaring kun kan uttrykkes gjennom et sosialt vesen i en sosial setting, og forskeren kan derfor ikke gi en direkte beskrivelse av informantens virkelighet. Hensikten i kvalitative intervju er å komme så nærme å forstå intervjupersonens subjektive opplevelse som mulig (Seidman, 2013). Kontekst er elementært for å kunne forstå en persons subjektive opplevelse og erfaring (Braun & Clarke, 2013; Seldman, 2013).

Hermeneutikken innebærer «læren om fortolkningen av tekster» (Kvale & Brinkmann, 2015, s. 73), og utgjør et vitenskapsteoretisk fundament for kvalitativ forskning med vekt på forforståelse og fortolkning. En hermeneutisk tilnærming innebærer en forståelse av at mening bare kan forstås i lys av den sammenheng den studeres i (Dalen, 2004; Kvale & Brinkmann, 2015; Thagaard, 2018). Det innebærer at det ikke finnes én sannhet, men flere sannheter, der ulike fenomen kan tolkes forskjellig ut ifra forforståelsen. Forforståelsen er en del av en større helhet som er med å avgjøre hvordan fenomener fortolkes (Braun & Clarke, 2013; Kvale & Brinkmann, 2015).

Med et fenomenologisk-hermeneutisk utgangspunkt utgjør analysen en tolkning av meningsinnholdet (Kvale & Brinkmann, 2015). Som forsker vil min forforståelse og fortolkning prege forskningsarbeidet, i tillegg til at studien gjennomføres innenfor visse rammer og forutsetninger, slik at funnene må forstås i den kontekst de er utarbeidet, i tråd med et hermeneutisk utgangspunkt. Jeg har forsøkt å være bevisst min forforståelse og rolle, og gjør rede for mitt utgangspunkt gjennom å dele mitt personlige og faglige utgangspunkt, og reflektere over egen forforståelse og rolle. Forforståelse og fortolkning skjer også i lys av de samfunnsforholdene som eksisterer når forskningen foregår (Dalen, 2004). De fire intervjupersonene var åpne om sin seksuelle orientering, og jeg opplevde de levde åpne skeive liv. Det kunne ha vært annerledes om de ikke var like åpne, eller om de hadde vært bosatt i et mindre aksepterende land.

#### 3.2 Kvalitativ metode

Hensikten med studien er å belyse rådgiveres erfaring med bruk av selvavsløring av egen skeive legning, og jeg ønsker å forstå selvavsløring ut ifra intervjupersonenes subjektive erfaring (Dalen, 2004; Thagaard, 2018). Ifølge Thagaard (2018) er kvalitative studier i tillegg til å være godt egnet innen temaer det finnes lite forskning på fra før, mer

fleksible enn kvantitative metoder. I og med at det finnes begrenset forskning på dette feltet fra før i Norge, valgte jeg en metode som tillater en slik fleksibilitet. Kvalitative intervju har som hensikt å skaffe forskeren tykke og fylldige beskrivelser av personers erfaringer, tanker og følelser (Dalen, 2004). Jeg ønsker å si mye om lite, fremfor lite om mye (Ryen, 2002; Silverman 2010). Kvalitativ kunnskap utviklet gjennom intervju gir beskrivelser av intervjupersonens livsverden gjennom ord, ikke tall som i kvantitativ metode (Kvale & Brinkmann, 2015). *Intervju* betyr en «utveksling av synspunkter mellom to personer i samtale om et tema som opptar dem begge» (Kvale & Brinkmann, 2015, s. 22). Intervjupersonen utgjør derfor en aktiv deltaker (Foley, 2012), og er ekspert på eget liv (Braun & Clarke, 2013; Dingwall, 1997). En kvalitativ tilnærming sikrer den type data jeg ønsker, nemlig personer i hjelperelasjoners *erfaring* med bruk av selvavsløring. En felles forståelse innen kvalitativ metode er at det ikke finnes én virkelighet, men at flere perspektiver representerer flere virkeligheter (Braun & Clarke, 2013; Etherington, 2004). Kvalitativ metode inkluderer blant annet intervju, observasjon, analyse av tekst eller dokumenter og brukt av visuelle medier, der intervju er den mest anvendte tilnærmingen innen norsk sosiologi (Ryen, 2002; Thagaard, 2018).

### 3.3 Rekruttering og utvalg

Personer forskeren tar kontakt med på grunnlag av spesiell kunnskap innen valgt tema, kalles informant. Jeg benytter begrepet *intervjuperson*, som i større grad beskriver informanten som et subjekt der personen er delaktig i intervjuet gjennom å skape mening og forståelse for et tema (Kvale & Brinkmann, 2015). I denne oppgaven er det benyttet et strategisk utvalg, der jeg systematisk har tatt kontakt med personer med egenskaper egnet for problemstillingen (Thagaard, 2018). I tillegg utgjør intervjupersonene et tilgjengelighetsutvalg, da utvelgelsen er basert på relevante egenskaper og tilgjengelighet. Noen deltakere ble rekruttert via snøballmetoden, der relevante deltakere tok videre kontakt med aktuelle deltakere. Et tilgjengelighetsutvalg gir tilgang til personer med erfaringer innenfor temaet det forskes på, men unnlater andre. Det kan gi en skjevhet i resultatene, ved at de som mestrer sin livssituasjon deltar, mens de som ikke opplever å mestre den ikke blir en del av det totale bildet (Thagaard, 2018).

Utvalgets størrelse kommer an på hvor mye informasjon deltakerne gir. Den henviste litteraturen anbefaler å gjennomføre intervjuer frem til det ikke oppstår ny informasjon eller dypere forståelse. Ryen (2002) refererer til dette stadiet som et metningspunkt. Jeg opplevde å nå et metningspunkt etter det fjerde intervjuet. Å gjennomføre dybdeintervju, der flere intervjupersoner deler like erfaringer, kan gi svært god presentasjon av en gruppe menneskers erfaring (Kvale & Brinkmann, 2015; Ryen, 2002; Seidman, 2013; Thagaard, 2018). Jeg vil forholde meg til denne anbefalingen, og i tillegg følge Kvale og Brinkmanns (2015) oppfordring om å heller ha færre intervju, og bruke mer tid på forberedelse og analyse. Ryen (2002) påpeker at kvalitativ forskning ikke har til hensikt å lage et representativt utvalg, men å konstruere et variert utvalg.

Mitt inntrykk er at det er et relativt lite miljø med åpent skeive personer i hjelperelasjoner i Norge. Jeg forsøkte derfor å ta kontakt med flere yrkesgrupper. Mitt utvalg består av fire informanter. Jeg kontaktet 17 personer i en profesjonell hjelperelasjon, og tre organisasjoner/arbeidsplasser via e-post. I tillegg spurte jeg ansatte ved instituttet om de kunne spre ordet. Utvalget representerer kvinner og menn,

fra hjelpeprofesjoner som psykolog, sexologisk rådgiver og studieveileder. Utvalget ble valgt etter følgende kriterier:

- Definerer seg selv som skeiv: i denne studien med en annen seksuell orientering eller legning utenom en heterofil, ekskludert transepersoneer.
- Har en profesjonell yrkesrolle som hjelpeperson.

Jeg henviste til informasjonsskrivet (vedlegg 2) da jeg sendte ut e-post til mulige intervjupersoner, der jeg skrev hva skeiv innebar i denne studien.

### 3.4 Datainnsamling

For å samle inn data har jeg valgt å gjennomføre individuelle kvalitative forskningsintervju. Kvale og Brinkmann (2015, s. 38-39) beskriver syv faser i forskningsintervjuets prosess: (1) tematisering av et intervjuprosjekt, (2) design, (3) selve intervjuet, (4) transkribering, (5) analyse, (6) verifikasjon og (7) rapportering. Jeg har valgt å ta utgangspunkt disse fasene.

Den første fasen gikk ut på å klargjøre forskningens formål, og finne ut hvilken forkunnskap som kreves (Kvale & Brinkmann, 2015). Dette gjorde jeg ved å lage tankekart over hva jeg ville skrive om, gjøre søk på godkjente databaser og lese sammendrag, samt reflektere over egne erfaringer.

I den andre fasen utarbeidet jeg forskningsdesignet. Forrige semester leverte jeg en skisse for godkjenning hos instituttet. Skissen tok for seg relevans for rådgivningsfeltet, metode, rekruttering, utvalg og mulig teori. Etter godkjenning, utarbeidet jeg en semistrukturert intervjuguide, som sammen med prosjektbeskrivelsen ble sendt inn som søknad til Norsk senter for forskningsdata (NSD, vedlegg 1). I slike intervju er det lagt føringer for hvilke tema og spørsmål som skal gjennomgås, men som samtidig er fleksibel og kan gå inn på temaer intervjupersonene tar opp (Braun & Clarke, 2013; Dalen, 2004; Kvale & Brinkmann, 2015; Thagaard, 2018). Første steg i utformingen var en idémyldring der jeg skrev ned spørsmål rundt temaet selvavsløring og seksuell orientering. Som bakteppe og inspirasjon til spørsmål var tidligere gjennomgått forskning, teori fra masterstudiet og egne erfaringer. Senere gikk jeg mer strukturert til verks ved å sortere spørsmål, sette de i rekkefølge, samt fjerne de som ikke var relevant for problemstillingen. Jeg forsøkte å tilstrebe at spørsmålene ikke ble fullstendig styrende av mitt bakteppe. Jeg ønsket derfor å stille åpne, utforskende spørsmål, i tråd med en fenomenologisk-hermeneutiske tilnærming (Kvale & Brinkmann, 2015). Jeg endte opp med fire innledende spørsmål om selvavsløring generelt, åtte hovedspørsmål om selvavsløring av seksuell orientering, og to avslutningsspørsmål. I tillegg stilte jeg oppfølgingsspørsmål, med hensikten å la intervjupersonen uttrykke seg mer utfyllende, og diskutere tema som var viktig for dem (Braun & Clarke, 2013; Dalen, 2004; Seidman, 2013; Thagaard, 2018). Jeg opplevde at det å ha ferdig oppsatte spørsmål hjalp meg med å holde fokus, og unngå unødvendig datainnsamling (Ryen, 2002).

Jeg gjennomførte ett pilotintervju. Et pilotintervju gir mulighet til å trene på intervjusituasjonen (Dalen, 2004; Thagaard, 2018), i tillegg til mulighet for å endre på intervjuguiden (Braun & Clarke, 2013; Kvale & Brinkmann, 2015; Silverman, 2010). Jeg fikk tilbakemelding på at spørsmålene var åpne, men med tydelig fokus. Jeg opplevde å

få utfyllende svar. I etterkant la jeg til mulige oppfølgingsspørsmål, etter hva det ble naturlig å spørre om.

### 3.4.1 Gjennomføring av datainnsamlingen

Den tredje fasen innebærer selve gjennomføringen. Det ble gjennomført fire intervju, i tillegg til pilotintervjuet som ikke er inkludert i datamaterialet. Intervjuene ble gjennomført på Zoom, der det ble gjort lydopptak på lydopptaker eid av NTNU. Intervjuene varte mellom 50 og 80 minutter.

2020 har introdusert mange av oss for digitale møter. Med hjelp av internett og video, har forskeren mulighet til å «møte» intervjupersonene, uten å møtes fysisk. Det gir mulighet for kontakt med langt flere. Det skal samtidig ikke ses på som en lettvinløsning, og erstatte fysiske intervju uten begrunnelse (James & Busher, 2012; Lo Iacono et al., 2015; Ryen, 2002). To studier viser til erfaringer med bruk av videointervju. Archibald et al. (2019) undersøkte sykepleieres opplevelse ved bruk av Zoom for gjennomføring av kvalitative intervju. Fysiske intervju var ønskelig, men Zoom ble rangert høyere enn telefonintervju. Én av fordelene var muligheten til å gjennomføre intervjuer på tvers av geografiske områder, i tillegg til at det var enklere å sette av tid. Negative erfaringer inkluderte tilkoblingsproblemer (88 %), og dårlig lyd- og bildekvalitet (25 %). Krouwel et al. (2019) fant at ansikt-til-ansikt intervju varte 33 % lenger og brukte 14.6 % mer ord enn videointervju. Kodingsprosessen førte til like mange tema, mens ansikt-til-ansikt intervjuene hadde flere utsagn under hvert tema, som i studien ble tolket som at de gikk mer i dybden. De to studiene viser hvordan videointervju ikke er en erstatning for, men et godt alternativ til fysiske intervju.

Gjennomføring på Zoom gjorde at jeg kunne inkludere intervjupersoner fra hele landet. Etter ett år med digitale møter, opplevde jeg ikke at det digitale forstyrret intervjuet. Jeg forsøkte å tilstrebe tilstedeværelse gjennom verbal og non-verbal kommunikasjon, og slik vise interesse for deltakernes erfaringer (Dalen, 2004; Seidman, 2013). Det oppsto mindre forstyrrelser som frysninger i bildet og problemer med lyd kvalitet, men jeg opplevde ikke dette som store forstyrrelser.

Jeg tar utgangspunkt i en konstruktivistisk forestilling, der intervjupersonen ses på som lokalt produserende i og gjennom intervjuet som sosial interaksjon med forskeren (Kvale & Brinkmann, 2015). Ut ifra en slik beskrivelse, ser jeg på hvert intervju som enestående og i lys av den kontekst de er gjennomført. Selv om mange av spørsmålene var de samme, er det andre forutsetninger som påvirker gjennomføring og resultat. Jeg har spesielt reflektert over at jeg i forkant hadde kontakt med én av intervjupersonene, og hvordan dette påvirket relasjonen. I tillegg hadde intervjupersonene ulik erfaring med bruk av pc, og at det kan representere et stressmoment. Et annet eksempel er at to av intervjupersonene flere ganger henviste til fagbegreper, hvorpå jeg tillot meg å bruke flere fagbegreper i samtalen, enn jeg gjorde hos de andre. I tillegg påvirket dagsformen hvor lett det var å holde flyt i samtalen, og det kan tenkes at intervjupersonenes dagsform også kan ha spilt inn.

Som forsker vil en balanse mellom å lytte og holde fokus i samtalen, være hensiktsmessig. En lyttende holdning viser oppmerksomhet og interesse for personens erfaringer gjennom blikk, kroppsspråk og bekræftende ord (Braun & Clarke, 2013; Thagaard, 2018). I etterkant anbefaler Kvale og Brinkmann (2015) å gjennomføre en



debrifing. Det kan oppleves overveldende å dele personlige erfaringer med forskeren. Det ble i alle intervjuene stilt spørsmål underveis og i etterkant hvordan det var å delta. Et intervju kan med sensitive tema, vekke sterke reaksjoner hos intervjupersonen, der forskeren må unngå å ta en terapeutrolle (Dalen, 2004; Seidman, 2013). Jeg opplevde ikke jeg havnet i en slik situasjon, annet enn at jeg ønsket å vise en lyttende holdning.

### 3.4.2 Transkripsjon

Den fjerde fasen er transkriberingen, som innebærer en konkret omdanning av ordene som blir sagt til skriftlig tekst. Ved å gjøre om materialet til skriftform, blir det enklere å strukturere data og få oversikt før dataene analyseres (Kvale & Brinkmann, 2015).

Transkribering er en unik sjanse til å bli kjent med egne data og gir mulighet for refleksivitet (Dalen, 2004; Ryen, 2002; Shelton & Flint, 2019). En transkripsjon vil likevel ifølge Kvale og Brinkmann (2015) utelate det som har med fysisk tilstedeværelse å gjøre, for eksempel stemmeleie og kroppsspråk, og utgjør en svekket gjengivelse av den direkte intervjusamtalen. Jeg har valgt å bruke en *ortografisk transkripsjon*, som innebærer å gjengi det som ble sagt under intervjuet, i ord (Braun & Clarke, 2006). Jeg gjennomførte transkriberingen direkte etter gjennomføring av intervjuene, mens jeg hadde intervjuene «friskt i minne» (Dalen, 2004; Silverman, 2010). Det er viktig å påpeke at en transkripsjon alltid vil være en representasjon, og kan ikke ses på som en eksakt gjengivelse av intervjuet. Transkripsjonen utgjør en interaksjon mellom opptaket og den som transkriberer, fremfor en objektiv formidling (Shelton & Flint, 2019). Allerede ved transkriberingen begynner analyse av meningen i ordene, og to personer som transkriberer samme intervju kan gjengi det som blir sagt helt ulikt (Braun & Clarke, 2013; Kvale & Brinkmann, 2015). Det var deler av opptaket der jeg ikke var i stand til å høre hva som ble sagt. Slike ord ble erstattet med «(?)» i transkriberingen. Det resulterte ikke i at større deler ble utelatt. Grunnet ivaretagelse av intervjupersonenes anonymitet og tidsbegrensning, har jeg ikke komplimentert analysen med en utenforstående. Det kunne forsterket min analyse og utvelgelse av tema.

## 3.5 Dataanalyse

Den femte fasen i Kvale og Brinkmann (2015) er analysen. Analyseprosessen er ingen lineær prosess, den begynner når forskeren ser etter mønster i datamaterialet (Braun & Clarke, 2006). Jeg vil gjøre rede for hvordan jeg gjennom en tematisk analyse kom frem til studiens hovedtema.

### 3.5.1 Tematisk analyse

Jeg har valgt å benytte en tematisk analyse (Braun & Clarke, 2013). Tematisk analyse er ikke bundet til teori og epistemologi, og gir forskeren fleksibilitet i sitt arbeid, samtidig som det sikrer rike, detaljerte og komplekse data. En tematisk analyse innebærer å identifisere, analysere og rapportere mønster i datamaterialet, og finne sentrale tema (Braun & Clarke, 2006). Braun & Clarke (2006, s. 87) beskriver seks faser av en tematisk analyse. Disse fasene vil være utgangspunkt for min analyse, og jeg vil dele hvordan jeg jobbet i de ulike fasene.

#### *Fase 1: Å bli kjent med eget forskningsmateriale*

I denne fasen leser forskeren igjennom materialet, og søker aktivt etter mening og mønster. Det gjør forskeren i stand til å bli kjent med alle deler av forskningsmaterialet.

Veilederen min oppfordret meg til å notere alle fordommer og min forforståelse knyttet til intervjuene. Det gjorde jeg ved å først lese igjennom alle transkripsjonene, og notere ned mine fordommer og min forforståelse. Slik ønsket jeg å redusere min ubevisste påvirkning. Jeg leste gjennom transkripsjonene flere ganger for å få et helhetsinntrykk.

#### *Fase 2: Koding*

Etter å ha gått igjennom og reflektert over hele forskningsmaterialet, begynner selve kodingen. *Koding* innebærer å navngi relevante deler av materialet (Braun & Clarke, 2006). Ved å markere deler av transkriberingen, kan forskeren se hva som utmerker seg som tema. Kodingen vil baseres på forskerens utvalg av data og tema (Coffey & Atkinson, 1996; Dalen, 2004; Kvale & Brinkmann, 2015; Seidman, 2013). Jeg gjennomførte en fullstendig koding, som innebærer å inkludere det som er relevant for forskningsspørsmålet. Avsnitt som ikke er knyttet til forskningsspørsmålet, er ikke kodet (Braun & Clarke, 2013). Det innebærer at en annen kan ha kodet andre deler, og utarbeidet andre funn. Jeg kom frem til 45 koder. Jeg førte opp kodene i et skjema, der jeg krysset av for hvor mange ganger de dukket opp i løpet av intervjuene. Det ga oversikt over hyppigheten i datamaterialet. Jeg reduserte videre til 33 koder. 8 ble fjernet, da de ikke ble ansett som relevant for problemstillingen, og de oppsto kun én gang i løpet av de fire intervjuene. De resterende kodene ble slått sammen, der jeg for eksempel hadde kodene relasjon og relasjonsbygging, som ble slått sammen til relasjonsbygging. Dette i tilfeller der kodene hadde samme betydning.

#### *Fase 3: Tema/mønster*

Fase tre innebærer å sette kodene sammen, til større tema. På dette stadiet vil forskeren ha oversikt over forskningsmaterialet, satt i system gjennom potensielle tema og undertema (Braun & Clarke, 2006). Forskeren vil hele tiden ta valg i intervjuet om hva som skal stilles spørsmål om og ikke, og beslutte hvilke svar som skal følges opp (Kvale & Brinkmann, 2015). Det gjorde jeg ved å stille oppfølgingsspørsmål, der tema fra andre intervju ble tatt opp. I denne fasen ble kodene fordelt på syv tema.

#### *Fase 4: Utvelgelse av tema*

I denne fasen velges tema ut. Noen fjernes, andre slås sammen og noen består. I slutten av denne fasen står forskeren igjen med oversikt over hva de ulike temaene er, hvordan de passer sammen og hvordan de representerer datamaterialet. Et tema innebærer noe som utmerker seg som særlig viktig i datasettet relatert til problemstillingen, og som viser seg som et mønster (Braun & Clarke, 2006). Jeg gikk fra å ha syv tema, til å sitte igjen med fire hovedtema. Flere av kodene passet under flere tema, men er plassert under det jeg synes passet best. Dette vitner om at temaene og kodene passer sammen, og utgjør en helhetlig beskrivelse av mine funn.

#### *Fase 5: Definerings og navnsetting av tema*

I denne fasen navngis de ulike temaene. Hvert tema inneholder koder, som til sammen skal gi mening. Hvert tema skal analyseres, og ofte vil det være oversiktlig å ha undertema (Braun & Clarke, 2006). De fire utvalgte temaene, som ble studiens funn er: (1) «Hjelperen som menneske og profesjonell», (2) «Selvavsløring er ikke bra eller dårlig i seg selv, det er med hvilken hensikt», (3) «Deling av felles legning gir følelse av allianse og fellesskap» og (4) «Formidling av håp». De fire hovedtema er videre delt inn i undertema.

#### *Fase 6: Rapport – presentasjon av funn*

Ved fremstilling av temaene, er det viktig at materialet er grundig analysert, slik at temaene aktualiseres og valideres (Braun & Clarke, 2006). Prosessen med å utarbeide funn, vil være viktig for hvordan forskeren gjør mening av og forstår intervjupersonenes erfaring presentert i dataene (Coffey & Atkinson, 1996). Jeg ønsket å ha en induktiv tilnærming, der temaene kommer ut av datamaterialet, og ikke velges ut til å passe inn i eksisterende teori og forforståelse. I ettertid ser jeg at tilnærmingen ble en kombinasjon av det induktive og det deduktive, da teori og forskning til tross for bevissthet, lå som et bakteppe for min forskningsprosess. Slik skjedde det en interaksjon mellom det induktive og det deduktive (Braun & Clarke, 2006).

Før ferdigstilling av funn, tok jeg kontakt med intervjupersonene for sitatsjekk. Dette for å sikre medlemsvalidering (Ryen, 2002). Jeg plasserte sitatene under undertemaene, slik at intervjupersonen skulle forstå i hvilken kontekst de var brukt. I noen tilfeller ble avsnitt sendt i sin helhet, da de ikke ga mening alene. Den ene av intervjupersonene ønsket å bytte pseudonym. En annen opplevde å bruke et ord mye. Jeg ga tilbakemelding på at jeg hadde transkribert ordrett, og at det muntlige språket gjerne skiller seg fra det skriftlige. Jeg formidlet at det ikke hadde betydning for sitatet, men at jeg kunne fjerne det. Hen mente det ikke var nødvendig. En tredje ønsket mer kontekst på det ene sitatet. Jeg sendte over hele avsnittet, der sitatet var inkludert. Intervjupersonen bekreftet at det var slik det var ment, og at det ga mening i kontekst. Jeg ønsket ikke å sende hele analysen, da funnene presenterer de andre deltakernes sitat, og jeg ville ikke publisere noe før de enkelte intervjupersonene hadde godkjent sitatene. Ingen sitater er blitt endret på etter sitatsjekk.

### 3.6 Forforståelse og forskerens rolle

Min faglige og personlige bakgrunn er noe jeg vil ta med meg gjennom hele forskningsprosessen (Cruz, 2015; Schostak, 2006), og studien utgjør slik en subjektiv prosess (Braun & Clarke, 2013; Cruz, 2015; Dalen, 2004). Davies (2008, s. 3) hevder: «All researchers are to some degree connected to, or part of, the object of their research». Jeg har forsøkt å være bevisst min påvirkning gjennom hele prosessen. Det har jeg gjort ved å gjøre rede for min faglige og personlige motivasjon, stille åpne spørsmål i intervjuene, skrive refleksjonslogg etter hvert intervju og ved gjennomgang av transkripsjonene, og gjøre rede for forskningsprosessen. I tillegg utarbeidet jeg intervjuguiden før gjennomgang av teori.

Forskeren utgjør det viktigste redskapet for å utvikle kunnskap i kvalitativ forskning (Kvale & Brinkmann, 2015; Lillrank, 2012; Pezalla et al., 2012; Ryen, 2002). Det er imidlertid viktig å være bevisst hva forskeren har med seg, slik at funnene ikke bare blir en bekreftelse av forskerens hypotese (Cruz, 2015; Gewirtz & Cribb, 2006). Selv uten hypotese, merket jeg underveis at intervjupersonene bekreftet en del av det jeg hadde forventet. Refleksjonsnotatene gjorde meg bevisst min forforståelse og rolle. Ved gjennomgang av lydopptak la jeg merke til at jeg ofte ga et bekræftende «mm», og kan i tillegg til nonverbal kommunikasjon, ubevisst ha oppfordret intervjupersonen til å fortsette å snakke om et tema.

Presentasjon av funn er et resultat av min fortolkning av dataene som er utviklet i intervjuene. Fortolkning innebærer forskerens intuisjon, tidligere erfaring og følelser, og reflekterer forskerens meningsskaping (Wolcott, 2009). Dalen (2004) og Thagaard

(2018) hevder forskerens forforståelse og intervjupersonenes uttalelser til sammen legger grunnlag for den data som utvikles. Slik skapes kunnskap i skjæringspunktet mellom forskeren og intervjupersonens synspunkter (Kvale & Brinkmann, 2015). Jensen og Ulleberg (2019, s. 217) beskriver at på grunn av at alle mennesker har sine egne ulike verdensbilder «(...) må vi være klar over at vi alltid bare vil forstå vår versjon av den andres forståelse». Jeg forstår derfor mitt datamateriale som et resultat av min forforståelse og valg, bevisst og ubevisst, gjennom hele forskningsprosessen.

I et intervju med sensitive tema som seksuell orientering, ønsket jeg å gå inn med en følsom og vennlig fremtoning, slik at intervjupersonene skulle føle seg sett, hørt og ivaretatt (Kvale & Brinkmann, 2015). Flere ønsket å dele noe fra sitt personlige liv, utenom det som hadde med yrkesrollen å gjøre. Som forsker ble det utfordrende å være styrende, og ikke la intervjupersonen snakke om det de ville. Jeg ble i etterkant bevisst at jeg kunne ha vært mer styrende. Samtidig opplevdes det viktig å vise en lyttende og empatisk holdning (Braun & Clarke, 2013; Thagaard, 2018).

### 3.6.1 Subjektivitet og refleksivitet

Forskeren bringer inn sin *subjektivitet*: historie, interesser, verdier, perspektiv og antakelser. Subjektiviteten kan brukes som et verktøy, ved å være refleksiv som forsker. Sosial tilhørighet og egenskaper, som kjønn, alder, etnisitet, seksualitet og sosioøkonomisk klasse, legger grunnlag for hvordan mennesker ser verden (Braun & Clarke, 2013), og kan påvirke relasjonen med intervjuobjektene (Seidman, 2013).

*Refleksivitet* innebærer å kritisk reflektere over hvordan egen subjektivitet påvirker utviklingen av kunnskap, og er viktig i alle forskningens faser (Braun & Clarke, 2013; Cruz, 2015; Finlay, 2012; Gewirtz & Cribb, 2006; Mauthner & Doucet, 2003; Tracy, 2010). Davies (2008, s. 4) hevder refleksivitet handler om å: «turning a back on oneself, a process of self-reference». Jeg forstår refleksivitet som en prosess av å eksplisitt gjøre rede for egen påvirkning og rolle i forskningsprosessen.

Etherington (2004, s. 37) oppfordrer forskeren til å «show – don't tell», ved å fortelle sin egen historie, da refleksjonsnotater ofte ikke deles. Ved å gå tilbake til refleksjonsnotatene kan forskeren få forståelse for hvordan kunnskapsproduksjonen er påvirket av egne forutsetninger og forståelse (Cruz, 2015; Kvale & Brinkmann, 2015). Jeg har benyttet meg av arbeidslogg, der jeg har skrevet ned hva jeg har gjort og tenkt de ulike dagene. Etter intervju og samtaler med veileder har jeg notert mine refleksjoner. Før jeg begynte med koding av datamaterialet, noterte jeg ned alle fordommer og forforståelsen knyttet til de ulike momentene i intervjuet. Det gjorde meg mer bevisst min påvirkning.

Det presenteres ulike meninger om hvor mye forskeren burde involveres i forskningen. Ifølge Rienecker og Jørgensen (2012) skal egne erfaringer kun brukes dersom de gjøres til gjenstand for faglig og metodisk analyse. De mener en for stor grad av nærhet til temaet kan gjøre forskeren mindre analytisk. Også Davies (2008) advarer forskeren om å gå for mye inn i seg selv, da forskerens evne til å utforske forskningsobjektet potensielt undergraves. I denne studien er egne erfaringer kun inkludert som en begrunnelse for valg av tema.

Om forskeren har tilknytning til miljøet som forskes på eller ikke, kan ha betydning for den forståelse som utvikles. Erfaringer fra det samme eller et liknende miljø kan legge grunnlag for felles forståelse i tillegg til å overskygge ulikheter (Seidman, 2013; Silverman, 2010; Thagaard, 2018). McDonald (2013) hevder forskerens tilhørighet og egenskaper kan gi tilgang til spesielle populasjoner, og Sawyer et al. (1995) mener likhet kan ha positive effekter for utvikling av data, som kunnskap om og sensitivitet for en kultur. Kvale og Brinkmann (2015) hevder derimot det kan bli vanskelig å holde en profesjonell avstand dersom forskeren identifiserer seg sterkt med intervjupersonene.

Relasjonen spiller inn på hvordan historien fortelles (Jensen & Ulleberg, 2019; Kvale & Brinkmann, 2015; Lillrank, 2012). I forkant av intervjuene, var jeg usikker på om jeg selv skulle selvavsløre egen legning. Kong et al. (2001) hevder informanter særlig er interessert i informasjon om forskeren dersom forskningen innhenter sensitive data som seksuell orientering. Som fordeler så jeg for meg det kunne etablere en relasjon, der intervjupersonen ville se på meg som en som kunne relatere til deres erfaringer (Sawyer et al., 1995; Seidman, 2013). Jeg valgte der imot å *ikke* selvavsløre. Først og fremst fordi jeg ønsket å fremstå som «nøytral». Også for å hindre en falsk felles forståelse (Finlay, 2012). I to av intervjuene ble jeg spurt om min motivasjon for studien. Jeg tolket det som en invitasjon til å selvavsløre. Én av dem mente det ikke påvirket intervjuet, men kunne tenke seg at andre hadde delt mer og at samtalen ble dypere. Når jeg ser tilbake på det, ville jeg ha gjort det annerledes. Jeg ville innledningsvis sagt mer om mitt utgangspunkt og personlige tilknytning til temaet. Jeg merket underveis at jeg kjente igjen en del av det deltakerne delte, uten at jeg formidlet det i intervjuet. Ved å ikke dele mine erfaringer, ønsket jeg å ivareta nysgjerrighet og at deltakerne ikke skulle gå ut ifra at jeg forsto. Det i tråd med Dalen (2004) som hevder egne oppfatninger burde holdes utenfor intervjuet.

### 3.7 Forskningsetikk

Som forsker, må jeg forholde meg til etiske prinsipper. Noen ganger kan forskeren oppleve en spenning mellom ønsket om å utvikle kunnskap og etiske hensyn (Kvale & Brinkmann, 2015). Jeg opplevde det som utfordrende å redusere menneskelige erfaringer ned til akademisk tekst, fordi erfaringene kunne inkludere noe som ikke var relevant for min problemstilling og at jeg i analysen ikke kunne dele intervjuet i sin helhet (Finlay, 2012). Jeg vil nå ta for meg etiske prinsipper som informert samtykke, konfidensialitet, makt og godkjenning fra Norsk Senter for forskningsdata (NSD).

#### 3.7.1 Fritt og informert samtykke

Innledende må forskeren innhente informert samtykke. Det innebærer at intervjupersonen er informert om studiens formål og hovedtrekk, samt mulige risikoer og fordeler ved å delta. Intervjupersonen bør informeres om hvordan intervjuene skal brukes. Intervjuet kan preges av åpenhet og intimitet, og intervjupersonen kan dele ting som vedkommende senere angres på. Jeg spurte derfor på slutten av intervjuene om noe skulle unnlates fra analysen. Informert samtykke sikrer at intervjupersonen deltar frivillig, og gir rett til å trekke seg når som helst underveis (Kvale & Brinkmann, 2015; Silverman, 2010). I forkant av intervjuet gikk jeg gjennom informasjonsskrivet de hadde fått på forhånd (vedlegg 2), for å sikre at de hadde forstått hva det innebar å delta. Ingen har trukket seg underveis i prosessen, eller bedt om å holde informasjon tilbake.

En utfordring når det gjelder informert samtykke, er at forskeren ikke kan gi for detaljert informasjon om studien, slik at intervjupersonens svar kan formes av forskerens intensjon (Kvale & Brinkmann, 2015; Ryen, 2002; Silverman, 2010; Thagaard, 2018). Likevel hevder Tracy (2010) intervjupersonen har rett på å kjenne til forskerens hensikt.

### 3.7.2 Konfidensialitet og anonymitet

Som forskere må vi opprettholde konfidensialitet, det innebærer anonymisering av intervjupersonene, og at identifiserbare opplysninger lagres på forsvarlig måte (Braun & Clarke, 2013; Kvale & Brinkmann, 2015; Seidman, 2013; Silverman, 2010; Thagaard, 2018). Forskeren må ha respekt for intervjupersonenes privatliv (Seidman, 2013; Thagaard, 2018). Jeg har gjort flere valg for å sikre informantenes anonymitet. Jeg har valgt å bruke pseudonymer på intervjupersonene, slik Thagaard (2018) anbefaler. Det er spesielt viktig å ivareta anonymitet i denne studien, da flere av intervjupersonene er i samme miljø. Jeg har brukt kjønnsnøytrale pseudonymer, og henviser til hen i presentasjon av funn, og har byttet ut han/henne i sitater med hen. Jeg informerer ikke om hvor mange det er av hvert kjønn, eller knytter kjønn til yrkestittel. Studien undersøker ikke forskjeller i kjønn, og anses irrelevant å skille på.

### 3.7.3 Makt i forskingsprosessen

I et forskningsintervju inngår forskeren og intervjupersonene i et asymmetrisk maktforhold. For det første har forskeren vitenskapelig kompetanse. I tillegg legger forskeren føringer for intervjuet ved å være den som stiller spørsmål. Det er forskeren som bearbeider dataene, og har makt til å fortolke dataene. Forskeren må være bevisst denne makten og reflektere over hvordan maktbalansen påvirker produksjonen av kunnskap (Kvale & Brinkmann, 2015). Å dele forskningens intensjon og prosess, er en måte å redusere hierarki på (Seidman, 2013). Foley (2012) legger til at forskeren bør tilstrebe en gjensidig forståelse og intersubjektiv dybde mellom forsker og intervjuperson. Jeg tenker i ettertid at å ha formidlet mitt eget ståsted, kunne ha ført til en jevnere maktbalanse, og at de ville opplevd intervjuet annerledes og mer personlig fra min side. Videre spurte en av intervjupersonene om de svarte godt nok. Jeg presiserte at jeg var ute etter den enkeltes erfaring, og at det ikke kunne være rett eller galt. Senere reflekterte jeg over at jeg tydeligere kunne ha formidlet at jeg ikke var ute etter én sannhet, men deres personlige erfaring.

### 3.7.4 NSD-godkjenning

Studien er meldt inn og godkjent av Norsk senter for forskningsdata (NSD; prosjektnr.: 771193, vedlegg 3). Det tok et par måneder å få prosjektet godkjent, da det var spesielt viktig å ivareta anonymitet og konfidensialitet ved innsamling av sensitive data som seksuell orientering. En slik godkjenning gjør at eventuelle etiske utfordringer er gjennomgått av en utenforstående instans, og at uetisk praksis unngås i møte med intervjupersonene. I tillegg gir det deltakerne en sikring i at jeg er en pålitelig forsker med en utdanningsinstitusjon i ryggen (Ryen, 2002; Silverman, 2010). Thagaard (2018) spør seg om noen temaer kan være for private å forske på, og innledningsvis undret jeg meg over det samme. Jeg opplevde det derfor som en trygghet å få en bekreftelse fra NSD på at min metode sikret ivaretagelse intervjupersonene og deres erfaringer. I etterkant av gjennomføringen opplever jeg ikke at intervjuet ble *for* privat. Jeg opplevde at de i ulik grad delte personlige opplevelser og følelser, og at det hos noen ble delt relativt private erfaringer. Jeg sikret meg at det var greit for de å dele ved å spørre

underveis om det opplevdes greit å gjennomføre intervjuet, i tillegg til å forsikre de om at de kunne si ifra dersom det var noe jeg skulle fjerne.

### 3.8 Studiens kvalitet

Reliabilitet, validitet og overførbarhet er begrep Kvale og Brinkmann (2015) bruker for å vurdere studiens kvalitet. De legger grunnlag for forskningsintervjuets sjette fase, verifikasjon. Begrepene gir leseren mulighet til å kunne si noe om studiens troverdighet og gyldighet. Jeg vil nå gjøre rede for de tre begrepene.

#### 3.8.1 Reliabilitet

*Reliabilitet* refererer til forskningens troverdighet. Det kan forskeren sikre gjennom å gjøre rede for hvordan data utvikles. Det innebærer å dele hvordan forskerens egne erfaringer har betydning for utvikling av data. I tillegg refererer reliabilitet til å kunne gå ut ifra at dersom en annen anvender samme forskningsmetode, vil forskeren komme frem til de samme resultatene. Kvalitativ forskning handler om å utvikle data i en kontekst, i relasjon mellom mennesker. Man kan derfor ikke gå ut ifra at en annen forsker ville ha utviklet de samme dataene (Braun & Clark, 2013; Kvale & Brinkmann, 2015). For å styrke reliabiliteten i studien har jeg forsøkt å være transparent (Yardley, 2015). Jeg har forsøkt å gi rike beskrivelser av de metodologiske trinnene i studien (Kvale & Brinkmann, 2015; Thagaard, 2018), samt gjøre rede for min egen påvirkning og hvordan jeg har forsøkt å være refleksiv (Davies, 2008; Kvale & Brinkmann, 2015). I tillegg har jeg delt refleksjoner rundt min relasjon til deltakerne, og den kontekst intervjuene befant seg i. Dette innebærer en erkjennelse over at mitt faglige og personlige utgangspunkt ligger som bakteppe for studien.

#### 3.8.2 Validitet

*Validitet* handler om forskningens gyldighet. Det dreier seg om hvorvidt metoden er egnet for undersøkelsens hensikt. Forskeren kan ivareta validitet ved å ha et kritisk syn på egne fortolkninger. Forskeren bør eksplisitt gjøre rede for egen tilknytning til fenomenet som studeres. Det gir leseren mulighet til å tolke hvordan forskerens utgangspunkt har påvirket tolkning av dataene (Dalen, 2004; Kvale & Brinkmann, 2015; Thagaard, 2018). Jeg har forsøkt å dele de sitatene jeg har basert mine tolkninger av funn på. I denne studien gjør jeg rede for mitt faglige og personlige utgangspunkt, slik at leseren får mulighet til å selv vurdere min påvirkning. I tillegg ønsket jeg å sikre medlemsvalidering (Ryen, 2002). Jeg sendte over sitatene til intervjupersonene i tilknytning til temaer, der samtlige godkjente bruken av dem. Dette for å sikre at mine tolkninger stemmer overens med intervjupersonenes mening.

#### 3.8.3 Overførbarhet

*Overførbarhet* handler om hvorvidt forståelsen som er utviklet innenfor rammene i et gitt prosjekt, også kan overføres til andre situasjoner (Kvale & Brinkmann, 2015; Mauthner & Doucet, 2003; Thagaard, 2018). Min studie gir innsikt i hvordan det kan oppleves for rådgivere å bruke selvavsløring av skeiv seksuell orientering. Det kan bidra til forståelse for hvordan skeive rådgivere opplever å dele av seg selv i møte med skeive klienter. Selv om denne studien omhandler seksuell orientering, kan det tenkes å være overførbart til andre situasjoner der rådgiver og klienter har likhetstrekk eller liknende erfaringer, eller der klienten opplever å føle seg alene.

## 4 Presentasjon av funn

I dette kapittelet vil jeg presentere funnene i studien, gjennom å presentere hovedtema og undertema som viste seg fremtredende i analysen. Presentasjon av funn utgjør Kvale og Brinkmanns (2015) siste fase, rapportering. Temaene er valgt ut for å best kunne belyse problemstillingen: «Hvordan erfarer rådgivere å bruke selvavsløring av egen legning i møte med skeive klienter?». Fire hovedtemaer sto frem som sentrale i min studie: (1) «Hjelperen som både menneske og profesjonell», (2) «Selvavsløring er ikke bra eller dårlig i seg selv, det er med hvilken hensikt», (3) «Deling av felles legning gir følelse av allianse og fellesskap» og (4) «Formidling av håp». For å kunne presentere en dybde i funnene, har jeg valgt å ha undertema.

Jeg har satt deltakernes sitater i kursiv. Sitater med «pasienten», er byttet ut med «klienten». Dette for å ikke kunne spore tilbake til hvilken rolle de ulike deltakerne har, da psykologene i studien flere ganger brukte begrepet «pasient».

### 4.1 Hjelperen som både menneske og profesjonell

Dette temaet utmerket seg som gjennomgående. Temaet innebærer en balansegang mellom hvordan hjelpepersonen velger å bruke seg selv i møte med klienten, og setter grenser for hva som sømmer seg i en profesjonell hjelperelasjon. Det var ulikt for deltakerne hvor mye de ønsket å dele av seg selv, og hvordan de opplevde den profesjonelle yrkesrollen satte rammer for arbeidet.

#### 4.1.1 En profesjonell hjelper kan godt være personlig, men ikke privat

Undertemaet dekker de tanker deltakerne hadde om det å være personlig i møte med klientene. Samtlige mente de kunne være personlige, men ikke private. Alex beskrev det å kombinere det private og profesjonelle, som selve essensen i selvavsløring. Alex sa:

*«Det blir veldig falskt i det lange løp, hvis du som klient skal sitte å prate om de mest... de innerste følelsene og tankene dine, som er så privat og er så sårt. Også skal jeg sitte der og ikke gi deg noen ting».*

Kim mente klientene måtte møtes som hele mennesker, og at det var samtalen i seg selv som satte grenser. Alex hadde flere ganger hørt at selvavsløring var noe man ikke skulle gjøre som profesjonell. Om det å ikke skulle være seg selv, sa Alex: «For det å sitte å hele tiden holde tilbake, det krever og mye energi». Alex hadde flere ganger opplevd at det hadde vært tema under veiledning på arbeidsplassen. I forhold til det å være profesjonell, sa Chris: «vi blir drillet i en måte å være på». Chis sa videre:

*«Det går et skille mellom å være personlig, å fortelle om mine opplevelser, og å være privat, som er liksom å vise frem mine sår. Og da flytter vi fokus altså fra den som går til meg, det blir feil. Det er ikke klienten som skal trøste meg, det er jeg som skal trøste klienten».* (Chris)

Iben mente at selv om hjelperelasjonen er profesjonell, innebærer den nærhet i form av åpenhet, og Iben ønsket å være personlig ved å være til stede og ekte som person: «Jeg pleier å si at jeg er veldig personlig, men jeg er lite privat». Balansen mellom profesjonell



og personlig handlet ifølge Alex om å møte klienten på deres følelser, og stoppe der, i stedet for å verifisere deres følelser med egne følelser.

Det ble i alle de fire intervjuene stilt oppfølgingsspørsmålet: «har måten du selvavslører på endret seg i løpet av din yrkeskarriere?» og det ble i to av dem stilt: «tror du hvor du er i din egen personlige utvikling i forhold til din seksuelle orientering, påvirker din rolle som hjelpeperson i møte med skeive klienter?». Chris sa:

*«Det har også med hvor stor plass skeivheten har i livet mitt, for det har jo óg variert. Det er jo ikke til alle tider jeg har vært like opptatt av det. (...). Men også hvor trygg man er i rollen, altså den profesjonelle rollen. (...), det var så veldig mange andre ting jeg måtte sette meg inn i og forholde meg til».*

Iben beskrev en utvikling der hen var mer komfortabel med egen legning, men at selvavsløringene ble færre med årene. Chris opplevde også en utvikling der hen ble tryggere på seg selv, men opplevde i motsetning til Iben at det ble lettere å selvavsløre. Chris opplevde å ha blitt tryggere i den profesjonelle hjelperrollen, og at det i begynnelsen var så mye å sette seg inn i at legning ikke tok plass. Kim sa: *«Etter hvert som jeg har blitt tryggere da på min egen rolle, og det kommer gjerne med tid og erfaring, da bruker jeg jo selvavsløring... jeg blir mer bevisst på når det passer og ikke passer».* Flere beskrev en økende bevissthet for når det passet seg å selvavsløre.

#### 4.1.2 Følelser oppstår i hjelperelasjonen hele tiden

Undertemaet representerer de følelser og tanker klienten har overfor hjelpepersonen, og omvendt. Det ble tatt opp av samtlige deltakerne, men i forskjellig form.

Iben og Chris mente overføring og motoverføring skjedde hele tiden, men at det varierte i intensitet og hvor bevisst man var det. Flere av deltakerne brakte frem temaet forelskelse, og romantiske følelser. Iben og Chris mente de ikke ville delt for klienten dersom slike følelser oppsto. Det ville ha skapt en annen forventning og ført til andre intensjoner med hverandre. I slik situasjoner mener Chris det handler om å *«leve med det, ikke leve det ut».*

Kim mente en selvavsløring av legning, eller å implisere at man er singel, kunne tolkes som flørtning. Også Alex mente hen med en klient på desperat jakt etter kjæreste, ville vurdert å ikke selvavsløre. Likevel beskrev Alex at de fleste ikke var på jakt etter andre, men *«på jakt etter å bli seg selv».*

Chris hadde opplevd å få sextilbud på jobben, som impliserer at klienter kan ha andre hensikter. Chris viste til et eksempel der hen hadde chattet med en person i et par år, uten å ha møttes, for så å få personen henvist. Chris fant i samarbeid med en kollega ut at det ikke kom til å fungere å nå skulle ha en profesjonell relasjon. Chris sa: *«Når en går over noen grenser, så er det vanskelig å komme seg tilbake på rett side».*

Kim mente den skeive maktfordelingen kunne vekke noen følelser overfor hjelperen: *«men det er jo lett å tenke at når det er den skeive maktfordelinga, eller litt den der rollemodell, eller forbilde da, at det kan være lett å tenke at 'oi, det her var nytt og spennende'».* Også Chris mente hjelperen kunne bli sett opp til: *«Og ofte så blir en jo da idealisert, altså en blir gjort... pyntet litt for mye på, i den andre sin fantasi».*

Iben fortalte om en opplevelse der hen hadde selvavslørt legningen sin til en skeiv klient, der Iben mente det ble for nært:

*«Jeg tenker nok at det ble litt sånn blandet i hen, også ble det sånn at hen ble ganske nervøs og rødmet, og ble litt sånn... og det vekket noen motoverføringer i meg. Og i og med at jeg var ganske sånn fersk da, så ble jeg nok litt sånn stresset, av å skulle skille hva er liksom mitt og hva er den andre sitt, og det vekket følelser i meg da. (...). Altså man sier liksom ikke sånn 'å gud, jeg satt i en time med en, også bare kjente jeg at jeg fikk masse seksuelle følelser', det er liksom veldig sånn tabuisert da». (Iben)*

Da det ble vanskelig for klienten, ble det også vanskelig for Iben. Hen forteller at hen ofte jobber hardt for å holde på klientene, men at hen i dette tilfellet lot klienten gå.

#### 4.1.3 Berøring

Dette undertemaet viser til hjelperens opplevelse av å bli berørt. Klientene kunne dele erfaringer som opplevdes nært for dem selv. De beskrev at det kunne være vanskelig å skjule følelser som dukket opp i samtale med klienter.

Alex opplevde ofte at klientene brakte opp ting som berørte, og at en stor del av jobben var å ta imot. Alex og Kim sa det var lav terskel for, og god støtte i, å snakke med kollegaer. Alex beskrev at det kunne være vanskelig å være profesjonell, og holde følelsene på avstand, og at samtalen noen ganger måtte avlyses. Alex hadde også opplevd at samtalen ikke kunne utsettes, og brukte da den profesjonelle treningen, og fokuserte på at opplevelsen er noen andres. Noen ganger stilte Alex seg noen av de samme spørsmålene som klienten fikk. Slik foregikk en parallell prosess i rådgiveren, uten inkludering av klienten. Det kunne være dersom de kom inn på følelser rundt skeive rettigheter, og det å bli tråkket på. Alex sa:

*«Hvis en skeiv klient av meg kommer og snakker om at jeg føler mine rettigheter er tråkket på, jeg har ikke disse rettighetene. Så vil det jo vekke noen reaksjoner i meg og. Fordi det gjelder mine rettigheter også. Vi prater samme sak».*

Alex fortalte hen kunne diskutere med klienter, og være helt rolig og profesjonell, for så å ha den samme diskusjonen i fyr og flamme hjemme. Det blir en måte å «steam off» på. Alex beskrev at hen mange ganger har svelget sine følelser og holdninger: «Det er som en gardin som går ned, du blir profesjonell» (Alex).

Kim opplevde også å bli berørt, men trakk frem at hens oppgave var å være en solid støttespiller: «Jeg er mitt beste verktøy, jeg må passe på at jeg er finstilt, og at det da fungerer optimalt for at jeg kan hjelpe den andre. Er fløyta sur, så blir det ingen fin konsert».

Chris fortalte hen kan kjenne igjen mye smerte, og si noe om det. Men hen lesser aldri ut om sine sorger, og påpekte det ikke var en konkurranse om å ha det verst. Om det sa Chris: «Hvis du har det vanskelig, nå skal du høre om hvor vanskelig jeg har hatt det».

## 4.2 «Selvavsløring er ikke bra eller dårlig i seg selv, det er med hvilken hensikt»

Temaet er knyttet til det som har med hjelperelasjonens kvaliteter å gjøre, og hvordan deltakerne følte seg frem for å gjøre det beste for klienten. Deltakerne hadde for det meste gode opplevelser med å selvavsløre egen legning. De beskrev en dypere og mer langvarig hjelperelasjon. Chris opplevde at i de relasjonene der hen selvavslørte sin seksuelle orientering, også delte en del andre ting. I en klientrelasjon der Chris delte sin legning, opplevde hen at klienten *«senket skuldrene ganske mange hakk. Ja, for da måtte hen ikke begynne å forklare at, men ja, jeg har en partner og et barn og sånn og sånn, veldig mye var forklart»*.

### 4.2.1 Å føle seg frem

Det å føle seg frem var noe som gikk igjen hos alle deltakerne. Undertemaet viser til hvordan hjelperne vurderte hvorvidt selvavsløring sømmer seg. Klienter er mennesker, og mennesker er forskjellige med ulike behov. Det vil derfor være ulikt hva som er det beste for klienten, slik Chris beskriver: *«Selvavsløring er ikke bra eller dårlig i seg selv, det er med hvilken hensikt»*.

Ingen presenterte det å selvavsløre som en selvfølge. Flere opplevde det som irrelevant, og at det kunne være *«påtrengende og utidig»* (Chris). Klientene kom med varierende problemstillinger, og mange av dem var ikke relatert til deres seksuelle orientering. Chris sa: *«De har ikke kommet der for å høre hvem jeg ligger med»*. Ingen av deltakerne hadde opplevd at klienten hadde etterspurt deres legning. Iben spurte seg om det ville vekket nysgjerrighet om hen hadde et mer stereotypisk skeivt utseende.

Alex opplevde at selvavsløringene hadde endret seg gjennom karrieren. Valg av ord, kroppsspråk og situasjonen rundt det hele hadde endret seg: *«Man blir flinkere til å bevege seg i terrenget»*. Alex opplevde å ha blitt flinkere til å lese situasjoner hvor det passet seg å selvavsløre, og at hen hadde blitt mer profesjonell i sin opptreden: *«(...) jeg er bevisst på hva som sømmer seg og ikke sømmer seg å si da»* (Alex).

Iben og Chris dannet seg et bilde av klientens situasjon, og vurderte hva de var i stand til å ta imot. Deltakerne påpekte menneskets forskjellighet, og deres ulike bagasje, ønsker og forutsetninger for å jobbe med sine problemer. Chris erfarte at noen hadde behov for at hjelperen viste seg mye frem, mens andre ønsket at hjelperen holdt seg i bakgrunnen. Chris sa:

*«Det handler om hva en blir invitert inn til å snakke om. Noen tema blir du invitert inn til, og da kan du liksom utforske det. Mens andre, der er det rom med lukkede og låste dører, det må en respektere»*.

Kim opplevde at hen kunne være enda mer personlig med noen hen hadde opparbeidet en god relasjon til. Kim kunne også spørre om klienten ønsket at Kim skulle si noe om hvordan det oppleves for hen, og slik gi klienten valget. Kim påpekte videre at det kan bli «overload» på første møte, og sa:

*«Jeg blir mer bevisst når det passer og når det ikke passer. Litt sånn jo tryggere du blir i verktøykassa, så vet du liksom at det her er det jeg trenger nå. Så ja, jeg*

*bruker kanskje selvvsløring av legning eller annet med... kall det større treffsikkerhet da».*

Iben delte et eksempel der hen bevisst ikke selvvslørte sin legning. Iben mente det ville vært overflødig, da relasjonen var god fra før. Hen sa:

*«(...) hvis jeg snakker om meg selv, bringer noe inn, som egentlig ikke er så relevant, så bringer jeg støy inn i terapien, som egentlig ikke hører hjemme der da, som er overfladisk, bare skaper en sånn runde med å snakke om ting som ikke er så relevant for klienten da».*

Iben refererte til støy som noe forstyrrende for hjelperelasjonen. Å føle seg frem innebar for deltakerne å ikke bringe inn noe forstyrrende for hjelperelasjonen.

#### 4.2.2 Det skal være til det beste for klienten

Felles for deltakerne var at en selvvsløring skulle være til klientens beste, og til hjelp for den som søker hjelp. Det innebærer at det i noen situasjoner passer seg å selvvsløre, mens det i andre ikke gjør det. De mente selvvsløringen måtte ha en funksjon.

Kim mente selvvsløring kunne være fint, men at det ikke måtte fjerne fokuset fra samtalen, og gå over i å handle om hjelperen: *«jeg har ikke behov for å vite om deg på privaten, jeg er her for å få hjelp til mine greier»* (Kim). Kim mente selvvsløring kun sømmet seg dersom det belyser klientens situasjon bedre. Det kunne være egne erfaringer, eller dersom andre klienter hadde opplevd noe liknende. Kim sa:

*«Det er kun hensiktsmessig hvis det kan hjelpe den andre (...), i den samtalen jeg har med veisøker, så er det alltid veisøker som er i fokus. Så jeg er kun et verktøy for å kunne belyse veisøkers case bedre. Det er ikke meg det handler om».* (Kim)

Alex påpekte: *«det er jo ikke til alle man sier 'hei, jeg er homo', ikke sant?»*. Chris beskrev overskriften til alt hen gjør til å være *«hva er klienten tjent med?»*. Chris mente det måtte sette i gang *«noe som er bra»*. Klientens behov står i fokus, ikke hjelperens behov for å dele av sitt privatliv. Chris sa: *«Nei, jeg ser folk an altså. Noen er det helt på sin plass, noen er det helt riktig. Med noen er det feil å ikke avsløre. Men hos andre vil det bare være påtrengende, og utidig. Stor forskjell»*.

Chris hadde en skeiv klient for mange år siden, som strevde med sin seksualitet. Chris delte ikke på det tidspunktet sin egen legning, men kom for et par år siden over klienten igjen. Da spurte Chris om ting hadde blitt annerledes dersom Chris delte sin legning. Klienten mente det ikke ville ha endret noe. Chris mente en selvvsløring skulle bidra til å fasilitere hjelpeprosessen. Også Iben mente det måtte bidra terapeutisk: *«(...) at det i seg selv skal ha en terapeutisk verdi, tenker jeg»*.

#### 4.2.3 Det må være et menneske som henvender seg til et annet menneske

At det er ett menneske som henvender seg til et annet innebærer hvordan hjelperen og klienten inngår i en relasjon preget av en maktbalanse, der klienten er i behov av profesjonell hjelp. Felles for alle deltakerne var at de hadde en profesjonell yrkesrolle som hjelper, der klienter søkte deres tjenester. De mente de måtte møte klientene som medmennesker, ikke bare som profesjonelle.

Alle deltakerne trodde på at mennesket hadde et iboende potensial til å utvikle seg. Iben mente, noe jeg fikk inntrykk av at samtlige deltakere ønsket: at klienten skulle «*lande i seg selv*». I og med at mitt utvalg består av flere hjelpepersoner, vil det likevel være ulikt syn på hjelperelasjonen. Psykologene tok imot pasienter som i tillegg hadde psykiske utfordringer eller diagnoser, der de andre hjelpeprofesjonene gjerne møter klienter der psykiske lidelser ikke «*behandles*». Felles for alle er likevel at hjelperen i kraft av å inneha kunnskap og informasjon klienten søker, en makt: «*De har et ønske om å få hjelp, og jeg da et ønske om å gi hjelp. Så det er jo likeverdig der*» (Kim).

Kims beskrivelse av en utjevning av maktbalanse var også noe Chris og Alex ønsket å bidra til. Chris sa: «*Det må være ett menneske som henvender seg til et annet menneske*». Chris' sitat representerer en generell holdning hos deltakerne, der hjelper og hjelpepersonen møtes som to likeverdige mennesker. Alex avsluttet sine samtaler med å spørre hvordan samtalen opplevdes for klienten, for å forsikre seg om at klienten ikke følte seg overkjørt. Deltakerne beskrev at de sto fritt til å bruke selvavsløring, og at de opplevde å ha makt over hva og hvordan de ville selvavsløre. Kim mente «*deling*» var et mer passende ord, på erfaringer som var like klientens, der det ofte ble en naturlig del av samtalen.

### 4.3 Deling av felles legning gir følelse av allianse og fellesskap

Deltakerne mente deling av felles legning ga følelse av allianse og fellesskap. Allianseskaping var en av årsakene til selvavsløring. Deltakerne mente deling av felles legning la grunnlag for en felles forståelse. Når hjelperen hadde liknende erfaringer som klienten, kunne de enklere forstå seg på hverandres liv og opplevelser.

#### 4.3.1 «Du er ikke alene»

Undertemaet innebærer hvordan deltakerne selvavslørte for å vise at klienten ikke var alene. Flere beskrev at mange klienter kjente på det å være alene om sin seksuelle orientering. Alex sa ofte «*vi skeive*», for å formidle at de inngår i et større «*community*». Å ha gått igjennom det klienten går igjen, formidlet en forståelse for hva de går igjennom. Alex sa:

*«(...) at når du kommer til meg med noe som er så sårt, som seksualitet, identitet, kjønn for eksempel, og det å bli presentert med at den som skal hjelpe de er óg skeiv, så har du en forståelse av det jeg går igjennom. Vi er en 'community'».*

Iben fortalte om en klient som følte seg alene om å være annerledes. Da Iben fortalte om sin partner av samme kjønn, kunne klienten senere fortelle at det var noe av det viktigste Iben hadde sagt, og at hen kjente seg mindre alene. Flere opplevde at felles legning ga følelse av felles forståelse, en allianse. Kim mente felles legning, gjorde at man var mer på bølgelengde, og at det kunne åpne andre samtaleemner. Liknende erfaringer la ifølge Chris grunnlag for en felles forståelse: «*At vi blir tryggere på hverandre og vet hvor vi har hverandre, og vet at en har liksom kommet til noen som forstår hva en strever med, på de områdene og*» (Chris).

Å være anerkjennende i møte med klienten var viktig for deltakerne. Det var viktig for flere å presisere at liknende erfaringer, ikke nødvendigvis betydde at de hadde samme opplevelse. Liknende erfaringer ble gjerne brukt som eksempler, for å belyse klientens sak. Kim mente man gjerne kunne si: *«jeg har forståelse for hvordan du opplever det»*, og slik anerkjenne det klienten sier, uten å direkte dele egne erfaringer. Samtidig påpekte Kim at det kunne skape motstand: *«men du er jo glad, hvordan vet du hva det er å være lei seg?»*. Når man ikke deler erfaringene, mente Kim man ved å fortelle at man har opplevd noe liknende, fjerner en del av denne motstanden i klienten. Men, uansett liknende erfaring, er det alltid personen selv som kjenner sin historie best: *«Man er ekspert på egne liv»* (Kim). Deltakerne mente det var like viktig å anerkjenne at situasjonen oppleves vanskelig: *«(...) men også å vise at man har forståelse og empati for at det også kan være litt vanskelig da»* (Kim). Like viktig var det ifølge deltakerne å formidle at klienten eide sine erfaringer: *«Jeg vet selv hvordan det er å være i dine sko, men jeg vet at det er du som har de på»* (Chris).

#### 4.3.2 Klienten opplever økt tillit og troverdighet

Deltakerne opplevde at selvavsløring av egen legning førte til økt tillit og troverdighet. Når de selv hadde opplevd det klienten slet med, opplevde de ofte at det de sa satt seg mer, og at de i større grad kunne verifisere kunnskapen.

Flere av deltakerne mente det var naturlig å gå til personer man visste hadde kunnskap og erfaring, når man ønsket råd og veiledning. Kim sa: *«Når man spør om råd da, så er det gjerne til noen som har erfaring eller kunnskap, (...), at den personen er i startgropa på reisen, mens jeg står på sluttstreken»*. Alex sa seg enig: *«Altså du går jo kanskje ikke til venninna di og spør om ekteskapsråd, når du vet at hun er igjennom en skilsmisse, skjønner du?»*. Iben mente videre det handlet om å: *«(...) formidle en form for kompetanse innenfor... du vet hva du snakker om liksom»*.

Flere av deltakerne mente at det å vært gjennom noe liknende som klienten, ga en form for troverdighet. Alex sa: *«(...) og bare si at jeg er homo selv, så jeg vet hva du går gjennom. Jeg vet ikke spesifikt hva du føler, men jeg vet på en måte det generelle, den generelle paraplyen som ligger over»*. Å dele liknende erfaringer, ga slik økt tillit til hjelperen.

#### 4.3.3 Hjelperen kan trække feil – når alliansen trues

Hjelperen kan trække feil, og slik kan alliansen mellom klienten og hjelperen trues. Som tidligere referert handler det om å føle seg frem og gjøre det som er hensiktsmessig for klienten. Deltakerne mente selvavsløringer kunne være ødeleggende for alliansen. Det var ulike faktorer deltakerne mente kunne være ødeleggende. En selvavsløring av egen legning kunne føre til at hjelperen tok for mye plass, at klienten synes det var irrelevant eller at det ble misforstått som flørting.

Som tidligere nevnt, handler det om å møte klienten der de er. Chris sa: *«Og hvis jeg blir for passiv, eller for aktiv, eller jeg har en intensitet... eller klienten er i kjelleren, og jeg er på loftet, så kan den alliansen bryte sammen»*. Det må alltid skje på klientens premisser.

Til nå er det beskrevet hvorfor deltakerne delte sin seksuelle orientering, men det ble også beskrevet situasjoner der de bevisst holdt tilbake. Chris uttrykte å flere ganger ha ønsket å selvavsløre, men unngikk det i frykt for å ødelegge alliansen. Noen ganger følte

Chris at det var feigt, og at hen med fordel kunne vært mer frempå. Chris trakk frem en opplevelse der hen hadde en klient som ikke hadde hatt sex før, hvorpå Chris spøkte med at det kunne hen hjelpe til med, og det ifølge Chris resulterte i et alliansebrudd. Chris mente det for klienten opplevdes som om hen prøvde seg på klienten, noe som aldri var intensjonen ifølge Chris. Videre ville ikke Chris brukt selvavsløring dersom det var forstyrrende, for eksempel at klienten var fremmedkulturell.

Iben refererte flere ganger til selvavsløringer som støy. For Iben var støy noe som forstyrret hjelpen og hjelperelasjonen. Det vil være å bringe noe inn som ikke anses relevant for klienten, og som blir overflødisk. Iben sa: «*For det der med å bringe inn meg selv kan lage støy, og det å fortelle om min legning, kan og lage støy, mer enn det nødvendigvis trenger å være*». Iben hadde flere ganger stilt seg spørsmålet om hvorfor hen ikke har selvavslørt, og i likhet med Chris undret seg over om hen er feig. Hen konkluderte ofte med at det handler om en vurdering av hva klienten trenger, mer enn feighet. Iben mente mange klienter ofte opplevde at alle andre hele tiden pratet om seg selv, og at hjelperen måtte unngå å overkjøre klienten.

Iben fortalte om da hen hadde delt sin seksuelle orientering til en klient, der noen av de pårørende ikke ønsket at klienten skulle komme tilbake, fordi de var redd Iben skulle påvirke klienten. Chris hadde erfart å bli konfrontert med at hen hadde: «*blandet sammen min seksualitet og faget mitt*». Etter denne erfaringen ønsket Chris at hen hadde holdt mer igjen, og opplevde situasjonen som ubehagelig. Dette er eksempler på at selvavsløringer har hatt negative konsekvenser for deltakerne.

En kollega av Kim hadde hatt en klient som følte seg ensom, der hjelperen hadde sagt det var vanlig å kjenne på det. Hvorpå klienten hadde svart at det ikke var til hjelp, å vite at andre også var ensomme. Dette underbygger deltakernes mening om at det kun er hensiktsmessig dersom det er til hjelp for klienten. Kim mente selvavsløringer kunne skape avstand, dersom den ikke traff klienten. Kim mente det kunne oppleves for klientene som om hjelperen ønsket å vise hvor bra de selv hadde fått til noe: «*Er det for å sette deg selv i et bedre lys? Er det for å vise at du har fått til noe bedre?*». Det kan for eksempel være at det oppleves som en konkurranse, eller å skulle skryte av egne erfaringer.

Til slutt ble det beskrevet hvordan det kunne være vanskelig å avslutte relasjonen når de ikke lenger hadde noe å jobbe med. Om det sa Alex: «*Fordi at de vil prate med meg. De har lyst å fortsette å prate fordi man blir en bauta, en støtte, en veileder, ikke sant. På godt og vondt*». Alex beskrev at det kunne være vanskelig å avvise klientene, at det kunne oppleves som et alliansebrudd.

#### 4.4 Formidling av håp

Samtlige refererte til modellering på en eller annen måte som motivasjon for å selvavsløre. De mente at de ved å dele sin egen reise, som det å komme ut av skapet, kunne gå foran som et eksempel. I tillegg ønsket de å normalisere det å være skeiv, i et samfunn der det fremdeles forventes at du er heterofil.

#### 4.4.1 Normalisering av skeiv seksuell orientering i en heteronormativ verden

Flere beskrev at de gjennom selvvavsløring bidro til normalisering av det å være skeiv, i en heteronormativ verden. Alex og Chris mente de fleste gikk ut ifra at du er heterofil, med mindre du sier noe annet. I og med at alle forventer at du er heterofil, uten å ha undersøkt det, så ikke Alex problemet med å selvvavsløre: *«Hvorfor skal det ikke være greit for meg å nevne at jeg er homofil, når du uansett har kommet inn og trodd at jeg er hetero?»* (Alex).

Deltakerne hadde delt sin legning ved å eksplisitt fortelle det, og implisitt ved å vise det på andre måter. Chris viste til et eksempel der hen måtte korrigere klienten, da hen hele tiden refererte til Chris' kjæreste som av det motsatte kjønn. Chris mente selvvavsløring av legning bidro til alminneliggjøring og synliggjøring, ved å begrense «minorietsstress». Iben, Alex og Chris hadde prideflagg synlig på kontoret, og Iben et bilde av to kvinner som kysset. Noen satt det opp bevisst, andre ikke. Men felles var at det skulle gi en opplevelse av åpenhet i rommet, der det skulle være rom for å være seg selv.

Kim beskrev at hen ofte brukte implisitt selvvavsløring, som en del av samtalen, uten en dypere misjon enn å normalisere. Alex beskrev selvvavsløring av legning som noe som bare skjedde, som en naturlig del av samtalen. Iben derimot sa hen generelt delte lite fra sitt privatliv, og at det dermed ikke ble naturlig å dele sin legning. Iben sa: *«Det er liksom ikke bare noe jeg bare sier for å liksom skape en eller annen nærhet eller hva jeg skal kalle det. Altså jeg tenker det er en veldig sånn bevisst ting å bruke da»*. Chris beskrev videre: *«jeg tror jeg alltid har en hensikt»*, der det i motsetning til Kim og Alex beskrives en mer bevisst bruk, heller enn en naturlig del av samtalen.

Jeg fikk i de fire intervjuene inntrykk av at hjelperne var åpne om sin seksuelle orientering. Iben sa: *« (...) generelt veldig åpen på arbeidsplassen og alt sånn. Så at de har jo mulighet liksom, hvis de googler eller de... Så kan de finne ut av det liksom»*. Flere av deltakerne hadde opplevd at klienter oppsøkte skeive hjelpepersoner, og at det slik skjedde en «ufrivillig» selvvavsløring.

#### 4.4.2 «At det er noen som har gått foran»

At det er noen som har gått foran referer til at hjelperen viser et eksempel på at de har vært gjennom noe liknende. Modellering kom frem i flere former, men var for samtlige en faktor for selvvavsløring. Kim sa:

*«For det ser ut som du har kommet deg gjennom. At jeg er på... at personen er i startgropa på reisen, mens jeg da står på sluttstreken. (...). Så føler jeg da at det hjelper jo, at den andre, kanskje ikke nødvendigvis er i mål av sin reise, men at den i vertfall har reflektert en del rundt sin reise og hvor den er. Og kanskje fortrinnsvis har kommet litt lenger enn den andre på reisen»*.

Deltakerne kunne gjennom modellering formidle håp, og vise at det hadde gått bra med dem. Selvvavsløring kunne bidra til at hjelperen ble en som klienten kunne se opp til: *«At det er noen som har gått foran. At det går an å klare seg ganske bra»* (Chris). Et oppfølgings spørsmål stilt i to av intervjuene, var om de trodde hvor de selv var på «reisen» hadde noe å si for hvor hjelpsom de kunne være i møte med klientene. Til det svarte Kim: *«(...) , hvis en deprimert skal lede en deprimert, så kan det raskt bli litt*



*skummelt*». Det innledende sitatet i dette underkapittelet viser også at Kim mente hjelperen fortrinnsvis burde ha kommet lenger på reisen, enn den som søker hjelp. Det betyr ikke nødvendigvis at hjelperen er på sluttstreken, men at hen kan vise et godt eksempel for den som søker hjelp.

Kim viste til det å komme ut av skapet. Ved å fortelle klienten at hjelperen selv opplevde at familien tok det godt, med intensjon om å ufarliggjøre, kan klienten føle på at det ikke er til hjelp at det gikk bra for Kim. Kim mente likevel man kan vise at det kan gå fint, ved å vise forståelse og empati for at det kan være vanskelig. Videre sa Chris: *«Jeg tror jo at jeg har litt i kraft av min alder, at jeg har gått en lang vei, så ser folk at ja, men det blir folk av oss, selv om de var ganske skeive i utgangspunktet»*. Chris' sitat viser i likhet med Kims at ved å dele egne erfaringer med å ha åpnet seg som skeiv, og at det har gått bra med dem, kan bane vei for klienten som selv ikke har turt å begynne reisen, eller ikke har kommet like langt på reisen som hjelperen.

## 5 Diskusjon

Denne studien handler om hvordan personer i en profesjonell hjelperrolle erfarer bruk av selvavsløring i møte med skeive klienter. I dette kapitlet vil jeg diskutere studiens funn presentert i forrige kapittel. Det er flere aspekter ved funnene som ville vært interessant å diskutere. Med utgangspunkt i problemstillingen har jeg valgt to hovedtemaer å diskutere: (1) hvordan hjelperen balanserer det profesjonelle og personlige, og (2) selvavsløringens mulige skyggesider. I tema 1 diskuterer jeg hvordan relasjonen mellom hjelperen og klienten preges av det profesjonelle og det personlige, der begge aspekter må ivaretas. I tema 2 vil jeg diskutere hvordan en selvavsløring kan være å trække feil, og gjøre hjelpen mindre hjelpefull for klienten. Temaene vil inneholde overlappende elementer, der funnene diskuteres uavhengig av hovedtema. I drøftingen vil jeg vise til relevant forskning og teori presentert i oppgaven.

### 5.1 Hvordan hjelperen balanserer det profesjonelle og personlige

Med utgangspunkt i studiens funn vil jeg diskutere hjelperens erfaring med å balansere det personlige, private og profesjonelle. Først jeg vil diskutere hvordan deltakerne hadde et bevisst forhold til hvordan de skilte mellom å det profesjonelle, private og profesjonelle. Deretter vil jeg komme inn på hvordan deltakerne opplevde å bli berørt av det klientene delte, og at det noen ganger oppsto følelser i dem, og hvordan de håndterte disse.

#### 5.1.1 Klient og hjelper – et møte mellom mennesker

Et av studiens funn var hjelperen som menneske og profesjonell, der deltakerne hadde et bevisst forhold til hvordan de møtte sine klienter som profesjonelle yrkesutøvere. De beskrev at de brukte seg selv, og at de gjerne var personlige. Samtidig beskrev de et skille mellom å være personlig og privat. Å være personlig kunne være å dele egne opplevelser, når det var til hjelp for klienten. Deltakerne beskrev at det å være personlig overfor klientene handlet om å gi noe tilbake, når de delte så mye av seg selv. Noen mente det gjorde hjelperen mer ekte som person. Andre beskrev at det å være personlig handlet om å møte klientens følelser, men at det stoppet der. Deltakerne opplevde at det å ha en profesjonell yrkesrolle satte noen rammer for hva som sømmet seg, og at vurderingsevnen utviklet seg gjennom yrkeskarrieren.

Hvordan deltakerne forholdt seg til det personlige, kan ses i sammenheng med utviklingen Skau (2017) beskriver, der det personlige i større grad involveres i det profesjonelle. Flere av deltakerne beskrev at en økende trygghet i rollen som hjelper gjorde at de selvavslørte mer. En selvavsløring beskrives nettopp som en personlig deling av noe utenfor den profesjonelle hjelperrelasjonen (Hargie, 2017; Simone et al., 1998). Natland og Johannessen (2020) påpeker hvordan flere arbeidsgivere i dag søker etter personer ikke bare med formell kompetanse, men også med personlig egnethet. Dessuten hevder både Skau (2017) og Moen og Larsen (2013) at hvem vi er som person ikke kan adskilles fra den vi er på jobb.

Flere av deltakerne hadde opplevd at en selvavsløring av egen legning ikke utgjorde noe forskjell for klienten, eller at det var forstyrrende. Der én av farene ved selvavsløring var at samtalen gikk over i å handle om hjelperen. Det kan ses i sammenheng med Karlsson

og Oterholt (2015), som hevder fagpersoner tradisjonelt sett har blitt sett på som personer uten personlig erfaring. Videre underbygges denne tradisjonelle holdningen av Merluzzi et al. (1978), der psykologer som hyppig selvavslørte ble sett på som mindre profesjonelle, og av Simone et al. (1998) som hevder selvavsløringer kan viske ut det profesjonelle skillet. En studie gjort tjue år senere, viser fremdeles at selvavsløringer kan gjøre at hjelperen blir sett på som «less expert». Samtidig ble hjelperen i positive hjelperelasjoner gjerne ble sett på som «more expert». Flere av deltakerne mente de oftere selvavslørte dersom de hadde en god relasjon, og at det på første møte kunne oppleves overveldende (Myers & Hayes, 2006). Studien underbygger deltakerne i denne studiens poengtering om at det ikke er et spørsmål om selvavsløring er bra eller dårlig, men med hvilken hensikt det gjøres.

Samtidig som det er rom for å være personlig, beskriver deltakerne noen rammer for hva som sømmer seg. Ifølge Audet og Everall (2003) kan mange selvavsløringer føre til at klienten føler seg overkjørt, spesielt ved første møte. Deltakerne beskrev at de oftere selvavslørte dersom en god relasjon lå til grunn, og at de da også delte andre ting fra eget liv. Sett i lys av Denhov og Topor (2011), som hevder det er selve relasjonskvaliteten som avgjør hvor hjelpsom hjelpen er, vil hvordan selvavsløringen tas imot, avgjøres av relasjonen som ligger til grunn ved selvavsløringens tidspunkt. Dette understøttes av Kvalsund (2015) som hevder det ikke handler om hvilke teknikker eller metoder som brukes, men om opplevelsen av relasjonen. McKay et al. (2018) hevder videre selvavsløring er en grunnleggende del av det å etablere et intimt forhold. Å være profesjonell handler ifølge deltakerne om å føle seg frem for hva som sømmer seg, og klienten blir slik hjelperens kompass for profesjonalitetens begrensninger. Det å føle seg frem setter jeg i sammenheng med utviklingen av den personlige kompetansen (Skau, 2017) og relasjonskompetansen (Karlsson & Oterholt, 2015). Deltakerne ønsket å være seg selv i møte med klientene, da de presiserte at hjelperelasjonen var et møte mellom medmennesker. Det handler derfor om å være bevisst hvordan hjelperen påvirker og påvirkes av klienten.

I møte mellom mennesker, kan følelser oppstå. Deltakerne beskrev at de kunne få følelser for klientene, eller at klientene fikk følelser for dem. Flere mente overføring og motoverføring var noe som skjedde hele tiden, som underbygges av Menaker (1990). Et funn var at slike motoverføringer kunne gjøre det såpass vanskelig for hjelperen at relasjonen ble avsluttet. Det kan ses i sammenheng med Wosket (1999) som beskriver hvordan hun ikke anerkjente sine følelser. Når slike følelser oppstår, må hjelperen være bevisst hvordan de inngår i en gjensidig påvirkning med klienten (Karlsson & Oterholt, 2015), og er et eksempel på en situasjon der det profesjonelle skillet muligens står tydeligere enn i andre situasjoner. Flere av deltakerne mente seksuelle følelser kunne oppstå overfor klienten, slik Martin et al. (2011) hevder ofte skjer.

På en annen side *må* ikke rådgiveren selvavsløre egen legning, selv om det er relevant for klienten. Rådgiveren kan selv være usikker på egen legning, eller ikke ønske å dele den (Ranade & Chakravarthy, 2016). Deltakerne beskrev imidlertid at de selv kunne bestemme om de ville selvavsløre, samtidig som noen beskrev at de selvavslørte mer når de også var tryggere på seg selv. Utviklingen som beskrives i teorien og av deltakerne, kan ses i sammenheng med det Bae (1996) skriver om utvikling av yrkesrollen. Deltakerne mente hvor de var i den personlige utviklingen kunne påvirke hvor stor del skeivhet tok plass i deres arbeid. Det betyr at når hjelperens egen legning ikke tar så stor plass i deres liv, trenger den ikke nødvendigvis ta særlig plass i arbeidet. Videre

hadde de opparbeidet en økende evne til å føle seg frem. Funnene i studien viser også hvordan de til tross for det profesjonelle, møtte klientene som medmennesker, der empati sto sentralt. Empati handler nettopp om å vise forståelse og innlevelse for klientens situasjon (Karlsson & Oterholt, 2015), og er en av de mest sentrale trekkene i en eksistensialistisk-humanistisk tilnærming (Ivey et al., 2012).

Selv om deltakerne sto fritt til å bestemme hva og om de ønsket å dele med sine klienter, hadde flere opplevd at klienten hadde innhentet informasjon om deres legning på internett. I følge Burckell og Goldfried (2006) har klienter et større behov for en homofil terapeut dersom seksuell orientering er en sentral del av klientens situasjon. I møte med klienter der seksuell orientering står sentralt, vil rådgiveren bruke mer av sin personlige kompetanse (Skau, 2017), fordi det er denne erfaringskunnskapen som kan bidra til å belyse klientens sak bedre. Evans og Barker (2010) hevder i likhet med deltakernes erfaring at mange tar kontakt på grunnlag av felles legning. Forskningen er noe tvetydig, da flere studier viser til funn der likhet i seksuell orientering ikke har betydning for hjelperelasjonen (McPherson, 2018; Stracuzzi et al., 2011). McPherson (2018) beskriver at mange unge i dag er tilfreds med sin legning. I takt med forandringer i samfunnet, forandres vi mennesker (Ivey et al., 2012). Bjork (2004) og Rollins (1997) vitner om en annen tid, og viser sammen med den skeive historien (Landsforeningen for kjønns- og seksualitetsmangfold, 2018; Johansen, 2019), og den positive utviklingen av holdninger til skeive (Anderssen & Slåtten, 2008; Anderssen et al., 2016; Gransell & Hansen, 2009) en forandring de siste tiårene. Det kan være en medvirkende årsak til at likhet ikke nødvendigvis er en avgjørende faktor. Uansett er det klientens behov for at hjelperen viser seg mer eller mindre frem som avgjør hva som sømmer seg i hjelperelasjonen. Som en av deltakerne påpekte, hjelper det ikke å være på loftet dersom klienten er i kjelleren. Det innebærer å møte klienten der de er (Kierkegaard, 1906).

#### 5.1.2 Når det klienten deler berører hjelperen

Funnet hjelperen som menneske og profesjonell innebar også at det klienten delte kunne berøre dem. De fortalte at de ofte hadde liknende erfaringer som klientene, og at klientens opplevelser ble nær for hjelperen selv. Deltakerne beskrev at de kunne oppleve at følelser ble aktivert, og at de kjente igjen mye av det klientene delte.

Hjelperens unike personlige kompetanse er med å avgjør hvordan de reagerer i ulike møter (Skau, 2017), samtidig som hjelperen og klienten alltid vil påvirke hverandre (Karlsson & Oterholt, 2015). Det er ulikt hvor mye den personlige kompetansen brukes aktivt i yrket, samtidig som den hele tiden er til stede, og påvirker de andre delene av kompetansetrekanten (Skau, 2017). Deltakerne beskrev hvordan deres egen personlige utvikling, som kan representere den personlige kompetansen (Skau, 2017), hadde endret seg gjennom karrieren. Og at hvor stor skeivheten hadde i deres eget liv, kunne påvirke hvor mye plass den tok i arbeidet. Én av måtene for å utvikle den personlige kompetansen er nettopp gjennom refleksjon, i tillegg til å utvikle seg i spill med andre. Dersom hjelperen tidligere ikke har reflektert over egne erfaringer, kan en situasjon der klienten deler liknende erfaringer, representere en arena for hjelperen selv å reflektere og utvikle sin personlige kompetanse. Et eksempel på det kan være dersom hjelperen sitter med ubearbeidet skam, som i verste fall kan projiseres over på klienten (Frommer, 1995).

Flere av deltakerne benyttet seg av veiledning. De beskrev at de ønsket å fremstå profesjonelle, og at det var deres oppgave å sørge for å være «finstilt». Flere av deltakerne hadde trening i å håndtere slike situasjoner. Når følelser oppstår som hjelperen synes blir vanskelig å håndtere, er det ifølge deltakerne hjelperens ansvar å igjen bli «finstilt». Det er det relasjonskompetansen ifølge Karlsson og Oterholt (2015) handler om. Noen deltakere opplevde at det foregikk en parallell prosess, der de selv reflekterte over spørsmål de stilte klienten. Dette kan ses på som en mer implisitt refleksjon, som også representerer en arena for å utvikle den personlige kompetansen (Skau, 2017) og relasjonskompetansen (Karlsson & Oterholt, 2015). Samtidig som deres oppgave var å være «finstilt», ønsket de å gi noe tilbake til klienten, når de delte sårbare ting. Ifølge Karlsson og Oterholt (2015) innebærer empati i møte med klienten å la seg berøre, noe jeg opplever deltakerne ønsket å formidle. Empati er et av de sentrale trekkene i kommunikasjon med klienter for å legge til rette for klientens utvikling, i tråd med rådgivningens hensikt (Ivey et al., 2012). Slik innebærer hjelperrollen å la seg berøre, uten å la det gå på bekostning av å være «finstilt».

### 5.1.3 «Er fløyta sur, så er det ingen fin konsert»

Funn knyttet til hjelperen som menneske og profesjonell beskriver hvordan deltakerne ønsket å være «finstilt» i møte med klienten. Samtidig som funnet selvavsløring er ikke bra eller dårlig i seg selv, men med hvilken hensikt viste hvordan alt de gjorde skulle være til det beste for klienten. De hadde behov for å kunne være seg selv også som profesjonell. I tillegg beskrev flere at de måtte holde følelser tilbake.

Deltakerne formidlet at de opplevde å fritt bestemme hvor mye de ønsket å dele med klientene, inkludert legning. Ingen av dem beskrev å skjule sin legning, slik Bjork (2004) og Rollins (1997) gjorde da de utdannet seg. Til tross for at man er åpen om sin legning, vil et hvert nytt møte være en mulig arena for å komme ut av skapet (Eggebo et al., 2019). En av deltakerne mente at dersom en selvavsløring kom overraskende på klienten, var det klienten som hadde gjort seg opp en mening om at de var heterofile. Mens andre hadde holdt tilbake i frykt for at det skulle være forstyrrende eller ødeleggende for relasjonen. McKay et al. (2018) beskriver at mange vegrer seg for å selvavsløre i frykt for avvisning. Jeffery og Tweed (2015) hevder videre at å holde tilbake sin seksuelle orientering, er å holde tilbake en stor del av seg selv. Én ting er å ikke eksplisitt (Kronner & Northcut, 2015) dele sin legning dersom det ikke engang er tema, en annen er å unngå å dele det gjennom implisitt eller indirekte selvavsløring (Hargie, 2017; Kronner, 2013; McCarthy Veach et al., 2018; Satterly, 2004). Å kunne fortelle om sin partner, og om hva som skjer i livet, er å kunne være seg selv, noe relasjonskompetansen ikke bare åpner opp for, men oppfordrer til (Karlsson og Oterholt, 2015). Deltakerne mente å holde tilbake deler av seg selv, krevde mye energi. For vi kommuniserer hvem vi er i møte med klienten (Skau, 2017), slik at den vi er ikke kan isoleres fra relasjonen. Skau (2017) hevder kommunikasjonen er selve verktøyet, og avgjør hva som kan oppnås i rådgivningen. Karlsson og Oterholt (2015) hevder at mennesker møtes som likeverdige, og at begge har rett til å være seg selv. Når seksuell orientering er en del av identiteten (Foreningen for kjønns- og seksualitetsmangfold, 2018), innebærer det å kunne dele sin seksuelle orientering. I og med at partene i en relasjon har en gjensidig påvirkning på hverandre (Karlsson & Oterholt, 2015), vil en lite «finstilt» rådgiver påvirke hjelperrelasjonen.

Hva kan rådgiveren da gjøre dersom å møte klientens behov, innebærer å gå på bekostning av egne? Deltakerne fortalte at de hadde god støtte i kollegaer. Hjelperen står selv ansvarlig for å tilrettelegge en god hjelperelasjon. Det innebærer å kunne forstå egne reaksjoner, som ifølge Karlsson og Oterholt (2015) er avgjørende for å gi god hjelp til klienten. Ved å utvikle den personlige kompetansen (Skau, 2017), ved for eksempel veiledning, kan hjelperen bli bevisst egne reaksjoner og enklere kunne tone opp eller ned de delene av seg selv i møte med ulike klienter. Selv om rådgivere oppfordres til å være eklektisk og møte et vidt spekter av mennesker (Ivey et al., 2012; Reams, 2015), kan det oppstå situasjoner der rådgiveren ikke kan hjelpe. Deltakerne viste til eksempler med å ha hatt en tidligere romantisk relasjon til klienten, og at det oppsto motoverføringer som hjelperen ikke klarte å kontrollere. Som Frommer (1995) beskriver, kan egne følelser som skam knyttet til egen legning, også projiseres over på klienten. Når relasjonen trues som beskrevet i disse tilfellene, uteligger grunnlaget for vellykket rådgivning (Hendrick, 1987; Karlsson & Oterholt, 2015). Selv om deltakerne beskrev at de selv hadde behov, er det ikke slik at de går foran klientens. Deltakerne mente klientens behov sto i fokus, og påpekte det ikke var klienten som skulle trøste rådgiveren. Det er hjelperens oppgave å sørge for å være «finstilt», og gjennom relasjonskompetansen (Karlsson & Oterholt, 2015) bli kjent med egne reaksjoner. Dersom veiledning eller andre arenaer for refleksjon ikke fungerer, er det opp til hjelperen å formidle til klienten at de ikke kan være til hjelp. Det vil være en forutsetning for den gjensidighet rådgivning preges av (Kvalsund, 2015).

## 5.2 Selvavsløringens mulige skyggesider

Deltakerne var enige i at klientens beste var utslagsgivende ved selvavsløring, og at det var hjelperens oppgave å føle seg frem for hva som sømmet seg hos de ulike klientene. Flere opplevde at en selvavsløring kunne være irrelevant, da de ikke ønsket å vite «hvem hjelperen ligger med». Det første jeg vil drøfte er hvordan en selvavsløring kan fungere som en forsterkning av en allerede skeiv maktbalanse. Videre vil jeg drøfte hvilke konsekvenser en felles forståelse kan ha. Før jeg til slutt drøfter hvordan hjelperen kan komme til å legge u hensiktsmessig press på klienten ved å selvavsløre.

### 5.2.1 Forsterkning av en allerede skeiv maktbalanse

Funnet selvavsløring er ikke bra eller dårlig i seg selv, det er med hvilken hensikt viser hvordan deltakerne beskrev relasjonen med klienten som preget av avhengighet, der klienten ønsket hjelp fra rådgiveren. Deltakerne mente deres rolle som støttespiller kunne gjøre det vanskelig for klienten å avslutte hjelperelasjonen når den var preget av avhengighet. Deltakerne mente de ved å være i besittelse av kunnskap klienten var i behov av, inngikk i en skeiv maktbalanse med klienten. Dette kan ses i sammenheng med Karlsson og Oterholt (2015), som mener klienten kan stå i fare for å legge for mye ansvar over på hjelperen. Deltakerne ønsket å redusere denne skeive maktbalansen gjennom selvavsløring, ved å vise at de også var menneskelige, og gi noe tilbake. Det underbygges av både Carew (2009) og Hanson (2005), som mener selvavsløring utjevner maktbalansen.

Funnet deling av felles legning gir følelse av allianse og fellesskap viste hvordan selvavsløringer kunne være forstyrrende, og lede klienten i en retning de selv ikke ønsket. Det understøttes av flere studier, som beskriver hvordan lite hjelpefulle selvavsløringer styrer relasjonen og fratru klientens mulighet til å tenke fritt (Audet &

Everall, 2003; Evans & Barker, 2010; Goodrich et al., 2016; Hanson, 2005). Jeg tolker denne styringen som en forsterkning av den allerede etablerte skeive maktbalansen. Et annet funn var at de hele tiden ønsket å gjøre det beste for klienten. Men når det er hjelperen som selv tar initiativ til å selvavsløre, hvordan vet hen at det er til klientens beste? Jo – det handler om å føle seg frem. Deltakerne beskrev at de hadde gått igjennom en utvikling, der noen selvavslørte mer – andre mindre. Felles var at de ble bedre til å «*bevege seg i terrenget*». En god rådgiver kan benytte seg av ulike tilnærminger, og tilpasse hjelpen til de unike menneskene de møter (Ivey et al., 2012). Liddle (1996) anbefaler å la klienten styre om legning blir tema eller ei. Til tross for at deltakerne hadde blitt flinkere til å føle seg frem, kunne de vise til eksempler der selvavsløringer ikke ble godt mottatt, og i verste fall brøt alliansen. Dette underbygges av Hanson (2005) som mente selvavsløringer som ikke var hjelpsomme, kunne ødelegge hjelperelasjonen.

Deltakerne mente klientene var eksperter på sine liv. Dette sammenfaller med Karlsson og Oterholts (2015) beskrivelse av at hjelperelasjonen er mest effektiv når klientens egen ekspertise på eget liv møter helperens faglige kunnskap. Det kan ses i sammenheng med det eksistensialistisk-humanistiske menneske- og verdenssynet, der individet selv er deltaker fremfor tilskuer (Bae, 1996; Ivey et al., 2012). Som rådgiver blir oppgaven å hjelpe klienten til å hjelpe seg selv (Rogers, 1961). Deltakerne beskrev at de ønsket å bidra til å fasilitere klientens reise med å finne seg selv. Å redusere maktbalansen vil derfor være å føle seg frem for hva den enkelte klienten har behov for. Noen av deltakerne kunne spørre om de ønsket å høre eksempler fra deres liv, mens andre spurte hvordan de hadde opplevd rådgivningen. Dette kan bidra til å redusere maktbalansen. Den kan imidlertid ikke elimineres, da en maktbalanse alltid vil være til stede. Rådgiveren må sørge for at hjelperelasjonens hensikt er av gjensidig forståelse, der helperen tydeliggjør egen og den andres rolle (Kvalsund, 2015). Den gjensidige forståelsen ivaretas gjennom å sette et felles mål for rådgivningen (Karlsson & Oterholt, 2015).

5.2.2 «Jeg vet selv hvordan det er å være i dine sko, men jeg vet at det er du som har de på»  
Funnet deling av felles legning gir følelse av allianse og fellesskap viser at helperen gjennom å formidle at den som søker hjelp ikke er alene, gir følelse av allianse og fellesskap. Deltakerne erfarte at det de sa ofte satt seg mer når de var skeive, og at det de sa hadde mer verdi fordi det også gjaldt dem selv. Jeg ønsker i dette avsnittet å se på den felles forståelsen deltakerne beskriver med et kritisk blikk.

Flere av deltakerne beskrev at klienter kunne ta kontakt fordi de visste de var skeive. Det kan ses i sammenheng med at det ligger i oss mennesker å søke gjenkjennelse hos andre (Karlsson & Oterholt, 2015). Selv om en felles forståelse ifølge deltakerne, og tidligere forskning (Audet & Everall, 2003; Bjork, 2004; Carew, 2009; Hanson, 2005; Kronner, 2013; McCarthy Veach et al., 2018), har positiv effekt på relasjonen, er det ikke utelukkende positivt å etablere en felles forståelse. Derfor kan det være viktig å diskutere hva som skjer dersom klientens opplevelse og helperens erfaringer smelter sammen i en total felles forståelse.

Ifølge Mjelve et al. (2020) bruker rådgivere ofte egne erfaringer dersom de likner klientens. Til tross for delte erfaringer, påpeker Harper et al. (2012) hvordan den samme benevnelsen, skeiv, kan ha ulike betydninger for ulike mennesker. Den utviklingen

Pedersen og Kristiansen (2003) beskriver av seksuell orientering, vitner om en enda større ulikhet i hva de ulike begrepene innebærer. Selv om rådgiveren anser seg selv som skeiv, kan derfor klientens opplevelse av benevnelsen være en helt annen. Mange ønsker heller ikke å sette sin seksuelle orientering i bås (Evans & Barker, 2010), i tillegg til at flere kan ha seksuelle erfaringer, uten å identifisere seg som skeiv (Pedersen & Kristiansen, 2003). Kan derfor selvavsløring av en antatt felles legning faktisk være med på å plassere den andre i bås? Fra et eksistensialistisk-humanistisk ståsted vil jeg vurdere det slik at alle mennesker er unike, med sine erfaringer, forutsetninger og bakgrunn. Ulike sosiale erfaringer og forutsetninger er med på å påvirke hvordan vi ser oss selv i verden (Ivey et al., 2012). Sett i sammenheng med Skaus (2017) kompetansetrekant, vil denne unikheten romme vår personlige kompetanse. Å utvikle sin personlige kompetanse handler om å lære gjennom andre. Jeg tolker det dithen at å møte en «alliert» slik deltakerne beskriver, kan bidra til å utvikle forståelsen av seg selv, og hvem man er som skeiv. Det forutsetter at rådgiveren ikke selvavslører som en måte å presisere likhet, men heller som en invitasjon til å utforske sin legning og forståelse av det å være skeiv. Dette står i motsetning til deltakernes uttalelser om å skape fellesskap, felles forståelse og formidle at man inngår i et «community». Samtidig ønsket deltakerne å skape rom for det som er annerledes. Karlsson og Oterholt (2015) hevder liknende erfaringskunnskap gir mulighet til å dele erfaringer, og vil ifølge Hargie (2017) vise at man forstår seg på det klienten går igjennom. Her opplever jeg at det går et skille, og jeg ønsker å skissere det ved å trekke frem to sitat. På den ene siden hevder Karlsson og Oterholt (2015, s. 74) man som hjelper må: «*se meg selv i den andre, og den andre i meg selv*». På den andre siden sa en av deltakerne: «*Jeg vet selv hvordan det er å være i dine sko, men jeg vet at det er du som har de på*». Det er denne forskjellen jeg opplever er nøkkelen til å unngå en falsk felles forståelse. Deltakerne mente de kunne anerkjenne klientens erfaringer, og si noe om at det er gjenkjennelig, uten å videre ha som forutsetning at forståelsen er den samme. Samtidig tolker jeg Karlsson og Oterholts (2015) sitat dithen at det handler ikke om å se seg selv *som* den andre, men *i* den andre. Sett i sammenheng med Carl Rogers og hans teori om at rådgivning er en måte å hjelpe et menneske til å hjelpe seg selv (Rogers, 1961), kan det å se seg selv i andre være selve inngangsporten til hvordan rådgiveren da kan hjelpe den andre. Å ikke ta utgangspunkt i at erfaringene er de samme, er å gi rom for den andres opplevelse, og ha respekt for klientens autonomi (Karlsson & Oterholt, 2015).

En måte å opprettholde alliansefølelsen, uten å gå over i en total felles forståelse, var ifølge deltakerne å anerkjenne klientens opplevelse, uten å dele sine egne. Samtidig mente de det kunne svekke hjelperens troverdighet, ved at hjelperens kunnskap ikke var like valid. I tillegg beskrev de at klienten kunne oppleve motstand dersom hjelperen ikke formidlet at de har de samme erfaringene. Hvordan kan hjelperen forstå det da? En felles forståelse kan ifølge Hanson (2005) frata klienten muligheten til å tenke fritt. Ved å si «vi skeive» får klienten en invitasjon inn i et fellesskap. Likhet mellom klient og terapeut kan være positiv, ved å få klienten til å føle seg tryggere og åpne seg mer (Goodrich et al., 2016; Porter et al., 2015). I denne studien undersøkes hjelperes erfaring med selvavsløring hos skeive klienter, men det er ikke spesifisert om klientene har problemer knyttet til sin legning. For ifølge Burckell og Goldfried (2006) var det viktig at terapeuten også var skeiv dersom seksuell orientering var en del av utfordringen. Og videre dersom utfordringen ikke handlet om seksuell orientering, var det ikke like viktig. Denne forskjellen kunne vært interessant å undersøke, men grunnet oppgavens begrensninger er det ikke noe jeg har lagt vekt på. Likevel kan jeg ut ifra deltakernes uttalelser om at selvavsløringen skal være til klientens beste, og brukes der det bidrar til å hjelpe



klienten, mene det er mer aktuelt å selvavsløre egen legning dersom det er en del av klientens utfordring.

Funnet formidling av håp viser hvordan deltakerne ønsket å bidra til normalisering, der flere blant annet hadde pride-symboler på kontoret. Å være skeiv innebærer ofte å føle seg annerledes enn det som forventes, og en slik prosess av anerkjennelse er ulik, men ofte til stede i skeive liv (Eggebo et al., 2019). Å være annerledes kan skape frykt for å ikke bli akseptert (Kvalsund & Meyer, 2005). Det kan ses i sammenheng med deltakernes erfaring om at klienten senket skuldrene etter det ble kjent at begge var skeive. Er det følelsen av å være fremmedgjort (Ivey et al., 2012) som forsvinner når klienten møter en «alliert»? Dersom klienten kjenner på å være adskilt fra «resten», altså de heterofile, slik deltakerne i studien og teorien (Johnsen, 2019; Ivey et al., 2012) presiserer ofte skjer i en heteronormativ verden, kan hjelperen ved å møte de som en «alliert», tilby et større fellesskap. Det er det rådgivning ifølge Ivey et al. (2012) handler om. En felles forståelse kan slik være en ressurs, dersom begge parter i relasjonen er bevisst hvordan like erfaringer kan ha ulik betydning for hjelperen og klienten. Slik utgjør fellesskapet en arena for refleksjon og gjenkjennelse, samtidig som det er klart at den enkeltes erfaring er unik.

### 5.2.3 Faren med å legge for mye press på klientene

Funnet deling av felles legning gir følelse av allianse og fellesskap viser hvordan hjelperen kan representere en arena for det gjenkjennelige, og der funnet formidling av håp viser til hjelperens formidling av at det går an å leve godt som åpent skeiv. Hjelpen har ifølge deltakerne som hensikt å bidra til at klienten blir i stand til å lande i seg selv. Selv om klienten er ekspert på eget liv, kan en hjelper ved å dele erfaringer vise at de selv har vært der klienten er. Samtidig påpekte deltakerne at hjelperen må skille mellom egne opplevelser og klientens, der klienten er ekspert på sine egne opplevelser. Jeg ønsker å utforske grensen mellom følelse av allianse og formidling av håp, og å legge press på klienten.

Flere av deltakerne mente klienter kunne søke etter skeive hjelpere, noe Evans og Barkers (2010) studie også konkluderte med. Flere beskrev at det å formidle at de hadde vært gjennom reisen klienten sto overfor, ga håp om at det går an å komme seg gjennom. Forskingen understøtter at modellering ofte er en årsak til bruk av selvavsløring (Audet & Everall, 2003; Bjork, 2004; Carew, 2009; Kronner & Northcut, 2015; Satterly, 2006; Simone et al., 1998). Noen av deltakerne mente en selvavsløring kunne oppleves som at hjelperen skrøt av seg selv, og at det hele kunne oppleves som en konkurranse. En god relasjon innebærer blant annet å kunne identifisere seg med hjelperen (Hanson, 2005). Flere av deltakerne hadde opplevd å bli idealisert, og sett på som et forbilde. Jeg ønsker å illustrere med et eksempel. Én av deltakerne refererte til startgropa og sluttstreken på en reise, noe jeg tolker som om at det konkret kan bety at klienten ikke har kommet ut av skapet enda, mens hjelperen er ute og lever godt med det. Å skryte av seg selv vil fortrinnsvis innebære at hjelperen har kommet lenger på reisen av å komme ut av skapet, enn klienten selv har. Igjen vil jeg presisere hvordan alle har ulike forutsetninger for å gjennomgå en slik utvikling, og «reise» (Ivey et al., 2012; Kvalsund, 2015). Selv om hjelperen kan ha kommet lengre på reisen, kan forutsetningene ha vært andre, enn de er for klienten. Noen av deltakerne hadde fått tilbakemelding på at det ikke hjalp dem, at det hadde gått bra for hjelperen. Det kan

være at klienten opplever mangel på anerkjennelse for at de synes det er vanskelig, noe deltakerne var opptatt av å vise.

Deltakerne beskrev at en del klienter ikke opplevde legning som relevant. Selv om det i tillegg til henvist litteratur vitner om at vi i Norge stort sett kan være åpen om vår seksuelle orientering, øker antall mennesker fra andre kulturer (SSB, 2021). Det gjør at vi som rådgivere hele tiden møter nye utfordringer, da forutsetningene for utviklingen og «reisen» er forskjellig. Noen av deltakerne mente de kunne holde tilbake en selvavsløring dersom klienten var fremmedkulturell. Som rådgiver er det sannsynlig å møte klienter fra en annen kultur, der den skeive utviklingen ikke har kommet like langt som i Norge. I denne sammenhengen, når det gjelder å legge press på klienten, kan å invitere klienten til å dele sin legning, representere et større steg enn å «bare» dele egen legning. Jeg kommer ikke til å gå ytterligere inn i rådgivers rolle i møte med ulike kulturer, men det kunne ha vært et interessant tema for videre forskning.

Flere av deltakerne hadde pride-symboler synlig på kontoret i form av flagg og bilder. Det er eksempler på implisitt eller nonverbal selvavsløring (Hargie, 2017; Kronner, 2013; Satterly, 2004), og kan utgjøre metakommunikasjon om hva samtalen skal dreie seg om (Jensen og Ulleberg, 2019). I tillegg vil rådgiveren gjennom indirekte selvavsløring si noe om hvem de er, bare ved å være fysisk til stede (Guthrie, 2006; McCarthy Veach et al., 2018). En av deltakerne reflekterte over om flere hadde vært nysgjerrig på hans legning, dersom han hadde hatt et mer stereotypisk utseende. Et mer stereotypisk utseende er eksempel på en slik indirekte selvavsløring, som kunne gi noen signaler til klienten om hjelperens legning. Pride-symbolene på deltakerens kontor symboliserte åpenhet, og rom for å være seg selv. La oss se for oss en klient som ikke er kommet ut av skapet, og som ikke aksepterer sin seksuelle orientering. Én mulighet er at et rom med pride-symboler gir en åpenhet og trygghet som deltakerne beskriver, og at det fungerer som en modellering for å komme ut (Audet & Everall, 2003; Bjork, 2004; Carew, 2009; Kronner & Northcut, 2015; Satterly, 2006). Et annet utfall kan være at klienten blir skremt, og føler et press på å skulle komme ut som det ene eller det andre.

En annen måte å legge press på klienten kan være dersom klienten opplever selvavsløringen som flørting, noe flere av deltakerne ga eksempler på. Flere mente de ikke ville ha selvavslørt sin legning, dersom klienten for eksempel var på desperat jakt etter kjæreste. Dette kan ses i sammenheng med Guthries (2006) erfaring, der klienten som følge av selvavsløringen seksualiserte behandlingen. Deltakerne ga eksempler på at rådgiveren gikk over streken, der klienten trakk seg tilbake. I Guthries tilfelle var det klienten som gikk over streken, der rådgiveren satt grenser og klienten følte seg støtt. Begge er eksempler på at hjelperelasjonen tillegges egenskaper som ikke sømmer seg. Hvordan kan slike situasjoner unngås? Deltakerne mener de må danne seg et bilde av klientens situasjon og vurdere hva de har behov for. Selv om en god relasjon innebærer nærhet og intimitet (Hanson, 2005), mener deltakerne de må være klare på sine intensjoner. Dersom klientens intensjoner ikke samstemmer med det hjelperelasjonen er for, kan relasjonen svekkes, noe som gjør at hjelpen ikke lenger er hjelpsom (Hendrick, 1987; Kvalsund, 2015). For å opprettholde en hjelpefull relasjon, som samtidig ivaretar disse egenskapene, er det viktig at klienten og rådgiveren har en felles forståelse for hjelpesituasjonen (Kvalsund, 2015). Flere av deltakerne fortalte de kunne holde tilbake selvavsløringer nettopp på grunn av frykten for at klienten skulle misforstå. Selv om de presiserte at de aldri ville ha delt slike følelser, beskrev noen at de kunne kjenne på følelser som ikke sømmer seg. Dersom hjelperen kjenner på motoverføringer (Ivey et al.,

2012), må følelsene isoleres og bearbeides, for eksempel gjennom veiledning, slik flere i studien benyttet seg av. Et av funnene i studien var at en motoverføring som ikke ble bearbeidet, kunne førte til alliansebrudd. I en hjelperelasjon preget av nærhet og intimitet (Hanson, 2005), der det er viktig å leve seg inn i klientens liv og situasjon, skal en la seg berøre av den andre (Karlsson & Oterholt, 2015). Deltakerne mente det handlet om å plassere hva som tilhørte hvem. Igjen handler det om å være bevisst egen påvirkning, slik at klienten ikke inngår i hjelperelasjonen med andre intensjoner enn å få hjelp. Wosket (1999) anbefaler å ikke fortrenge de følelsene som oppstår, men heller å legge merke til dem og sette pris på dem. Dette er i tråd med hvordan deltakerne mente slike følelser skulle håndteres. Følelser vil altså alltid oppstå fra begge sider, men det er rådgiverens ansvar å identifisere og bearbeide dem, og vurdere når det sømmer seg å dele sin seksuelle orientering, ut ifra klientens behov og potensielle forventninger.

## 6 Avslutning

I denne oppgaven har jeg belyst følgende problemstilling: «Hvordan erfarer rådgivere å bruke selvavsløring av egen legning i møte med skeive klienter?». For å undersøke denne problemstillingen utførte jeg en kvalitativ studie hvor jeg intervjuet fire personer i en profesjonell hjelperrolle. Med inspirasjon fra hermeneutisk fenomenologi var jeg ute etter hjelpernes erfaring med bruk av selvavsløring av egen legning i møte med skeive klienter. I dette avsluttende kapittelet vil jeg kort oppsummere studiens funn, og se de i sammenheng med tidligere forskning. Deretter vil jeg se på studiens begrensninger og komme med forslag til videre forskning. For til slutt å komme med avsluttende kommentarer og implikasjon for praksis.

### 6.1 Oppsummering og et blikk på tidligere forskning

Så hvordan beskriver personer i en profesjonell hjelperrolle sin erfaring med bruk av selvavsløring av egen legning i møte med skeive klienter? Deltakerne i denne studien beskrev ulike erfaringer knyttet til selvavsløring av egen legning, der de opplevde det både var relevant og bidro til å hjelpe klienten, i tillegg til å kunne være irrelevant og utidig. De beskrev hvordan de gjennom sin yrkeskarriere hadde opparbeidet erfaring, og at de med årene ble bedre til å føle seg frem for hva som sømnet seg. De ønsket å alltid gjøre det som var best for klienten, samtidig som de ga flere eksempler der selvavsløringer hadde forstyrret alliansen. De beskrev at de ønsket å vise at de kunne leve godt som skeiv, og at deres erfaringer kunne bidra til å formidle håp, validere informasjon, forsterke relasjonen og alliansefølelsen. De ønsket å normalisere skeiv legning gjennom implisitt og eksplisitt selvavsløring, og legge til rette for åpenhet der klienten skulle få være seg selv. Deltakerne mente deres rolle var å fasilitere klientens egen oppdagelsesreise, og fungere som en støtte og veileder på klientens premisser. De mente de ved å føle seg frem ble i stand til å møte klienten der de var.

Jeg opplever at studiens funn i stor grad underbygger den variasjonen den tidligere forskningen presenterer. Først og fremst gjenspeiles den vurderingsprosessen Jeffery og Tweed (2015) viser til, der deltakerne mer eller mindre hadde et bevisst forhold til det å selvavsløre. Det overasket meg imidlertid at noen av dem brukte det som en normal del av samtalen, der det ikke nødvendigvis ble sagt med en annen intensjon enn å normalisere det skeive liv. Forskingen underbygger hvordan selvavsløringer kan bidra til en mer avslappende og normaliserende sfære (Bjork, 2004; Goodrich et al., 2016; Kronner & Northcut, 2015).

Generelt sett ønsket de å formidle at klienten ikke var alene, skape allianse, etablere tillitt og troverdighet, og bedre relasjonen. Det underbygges av flere tidligere studier (Audet & Everall, 2003; Bjork, 2004; Carew, 2009; Hanson, 2005; Kronner, 2013; McCarthy Veach et al., 2018). I tillegg ønsket flere å vise at de var likeverdige mennesker, der selvavsløring kunne bidra til å utjevne maktbalansen slik flere studier også mente selvavsløring bidro med (Carew, 2009; Hanson, 2005). Modellering sto frem som sentralt hos deltakerne og i tidligere forskning (Audet & Everall, 2003; Bjork, 2004; Carew, 2009; Kronner & Northcut, 2015; Satterly, 2006), der formidling av håp sto frem som mer sentralt hos deltakerne enn i de studiene som her er inkludert.

Hvorvidt likhet mellom hjelper og klient er avgjørende for opplevd hjelpsomhet, er vanskelig å si ut ifra denne studien. Forskningen kan ikke beskrives som todelt, da det ifølge Burckell og Goldfried (2006) kommer an på om klientens problem omhandler legning. Noen trekker frem likhet mellom forsker og klient som positiv (Evans & Barker, 2010; Goodrich et al., 2016), mens andre mener det ikke utgjør noe forskjell for relasjonen (Liddle, 1996; McPherson, 2018; Stracuzzi et al., 2011). Ifølge Myers og Hayes (2006) var relasjon avgjørende for hvordan selvavsløringen ble mottatt, slik også deltakerne i denne studien mente relasjonen påvirket hvor mye de delte av seg selv.

Noen studier hevder hjelperen kan ta for mye plass (Audet & Everall, 2003; Simone et al., 1998), eller at samtalen handler for mye om seksuell orientering (Evans & Barker, 2010; Goodrich et al., 2016; Hanson, 2005). Deltakerne i denne studien mente klientene kunne oppleve selvavsløringer som irrelevant, slik Merluzzi et al. (1978) underbygger ved å mene helpere som selvavslører mindre er mer troverdig og større eksperter. Denne studien er imidlertid over førti år gammel, og reflekterer i større grad de tradisjonelle holdningene til rådgivere som mennesker uten personlige erfaringer (Karlsson & Oterholt, 2015; Skau, 2017; Wosket, 1999).

## 6.2 Studiens begrensninger og videre forskning

På grunn av studiens begrensninger må funnene tolkes med forsiktighet. Først og fremst ville et større utvalg tegnet et større bilde, der flere perspektiv og erfaringer ble inkludert. Deltakerne var åpne om sin seksuelle orientering. Det hadde vært interessant å inkludere deltakere som ikke var like åpne om sin legning. Et tilgjengelighetsutvalg som jeg har benyttet meg av, kan slik gi en skjevhet i resultatene (Thagaard, 2018). Klientens oppfatning er representert i forskningen (Audet & Everall, 2003; Evans & Barker, 2010; Goodrich et al., 2016; Hanson, 2005; Merluzzi et al., 1978; Myers & Hayes, 2006; Stracuzzi et al., 2011), men kunne med en annen problemstilling gitt innsikt i hvordan klientene opplever rådgiveres selvavsløring. Utvalget representerer tre ulike yrkesroller. Selv om hjelper ifølge Karlsson og Oterholt (2015) er en samlebetegnelse, hadde det vært interessant å se på ulikheter mellom profesjonene, og ulike tradisjoner innad i profesjonene. Burckell og Goldfried (2006) hevder det er viktigere for klienten at hjelperen er skeiv dersom hen har utfordringer knyttet til sin legning. Dette ble ikke undersøkt i denne studien, men kunne ha utvidet forståelsen for når hjelperen anser selvavsløring som relevant, samt ivareta klientperspektivet.

En annen begrensning er manglende transparens i møte med deltakerne. Som beskrevet valgte jeg å ikke dele min egen legning, noe jeg i ettertid konkluderer med at jeg ville ha gjort. Henvist forskning viser til flere fordeler, men også mulige fallgruver. Selv om dette var et bevisst valg, tenker jeg i ettertid at det ville ha etablert en mer likeverdig og gjensidig relasjon, der jeg hadde fremstått mer troverdig som forsker.

Ifølge Braun og Clark (2020) finnes det sjeldent én ideell metode for et forskningsprosjekt. Kvantitative metode kunne gitt informasjon om hyppighet og mengde (Kvale & Brinkmann, 2015; Yardley, 2015). Det kunne for eksempel vært interessant å se på hvor ofte de selvavslørte. I og med at seksuell orientering kan oppleves som et sensitiv tema, kan det ha gjort at deltakerne hadde svart ærligere, samtidig som det ikke hadde sørget for de dype beskrivelsene jeg i denne studien ønsket. Hyppighet og ulike typer selvavsløringer kunne også vært målt gjennom observasjoner.

### 6.3 Avsluttende refleksjoner og implikasjoner for praksis

Studien bidrar til forståelse for hvordan personer i en profesjonell hjelperelasjon erfarer bruk av selvavsløring i møte med skeive klienter. Presentasjon av funn viser en bredde i hjelpernes erfaringer, der selvavsløring kan bidra positivt og negativt inn i hjelperelasjonen. Ut ifra denne studien kan jeg ikke på generelt grunnlag gi anbefaling for bruk av selvavsløring. Men det er tydelig i teori, forskning og ut ifra funnene i denne studien at det profesjonelle og det personlige ikke kan isoleres fra hverandre. Særlig Skaus (2017) kompetansetrekant bidrar til forståelse for denne gjensidige avhengigheten mellom det profesjonelle og personlige. I rådgivningssammenheng bidrar studien til forståelse for hvordan rådgiveren selv må sørge for å være «finstilt», for å kunne være til hjelp for klienten. Selv om denne studien forholder seg til selvavsløring av seksuell orientering, kan funnene i like stor grad bidra til forståelse for hvordan rådgivere opplever balansen mellom det profesjonelle og personlige. Denne kunnskapen kan bidra til en erkjennelse av at rådgiverens egne tanker, følelser og forventninger er like viktig, bare at de i mindre grad deles eksplisitt med klienten. Det betyr ikke at de ikke er der, men at rådgiveren gjennom egen refleksjon, og for eksempel veiledning, kan vokse og utvikle seg som rådgiver, der rådgiveren blir i stand til å bruke et større register av egne følelser som en ressurs i rådgivningen. Basert på funnene argumenterer jeg for at hjelperens personlige kompetanse er til stede i yrkesrollen, og at like erfaringer med klienten kan bidra til formidling av håp, alliansefølelse, modellering, validering av informasjon og relasjonsbygging. Samtidig kan felles erfaringskunnskap overskygge nyanser og legge press på klienten. Selv om selvavsløring, som alle andre ferdigheter i rådgivning, må benyttes med forsiktighet, øker denne studien innsikten i hvordan rådgiveren bruker seg selv i økende grad i møte med klienter, og at deres tanker, følelser og forventninger også må ivaretas.

## Referanser

- Ahmed, S. (2006). *Queer phenomenology: orientations, objects, others*. Duke University Press.
- Anderssen, N. & Slåtten, H. (2008). *Holdninger til lesbiske, homofile menn, bifile kvinner og menn og transpersoner. En landsomfattende representativ spørreundersøkelse*. Universitetet i Bergen.
- Anderssen, N., Malterud, K. & Slåtten, H. (2016). Levekår for lesbiske, homofile og bifile i Norge. I N. Anderssen, L. Buer., O. S. Olaniyan, & K. Malterud. *Kartlegging av levekår blant lesbiske, homofile, bifile og transpersoner. Et indikatorsett for ti års oppfølging* (s. 49-109). Institutt for samfunnspsykologi: Universitetet i Bergen.
- Archibald, M. M., Ambagtsheer, R. C., Casey, M. G. & Lawless, M. (2019). Using zoom videoconferencing for qualitative data collection: Perceptions and experiences of researchers and participants. *International Journal of Qualitative Methods*, 18, 1-8. <https://doi.org/10.1177/1609406919874596>
- Audet, C. & Everall, R. D. (2003). Counsellor self-disclosure: Client-informed implications for practice. *Counselling and Psychotherapy Research*, 3(3), 223-231. <https://doi.org/10.1080/14733140312331384392>
- Bae, B. (1996). *Det interessante i det alminnelige – en artikkelsamling*. Pedagogisk forum.
- Bjork, D. (2004). Disclosure and the development of trust in the therapeutic setting. *Journal of Lesbian Studies*, 8(1-2), 95-105. [https://doi.org/10.1300/J155v08n01\\_06](https://doi.org/10.1300/J155v08n01_06)
- Braun, V. & Clarke, V. (2006). Using thematic analysis in psychology. *Qualitative Research in Psychology*. 3(2), 77-101. <https://doi.org/10.1191/1478088706qp063oa>
- Braun, V. & Clarke, V. (2013). *Successful qualitative research – a practical guide for beginners*. Sage Publications.
- Braun, V. & Clarke, V. (2020). Can I use TA? Should I *not* use TA? Comparing reflexive thematic analysis and other pattern-based qualitative analytic approaches. *British Association for Counselling and Psychotherapy*. 21(1), 37-47. <https://doi.org/10.1002/capr.12360>
- Bufdir. (2020, 17. april). Lgbtiq-ordlista. Hentet 10. Februar 2020 fra [https://www.bufdir.no/lhbt/LHBT\\_ordlista/](https://www.bufdir.no/lhbt/LHBT_ordlista/)
- Burckell, L. A. & Goldfried, M. R. (2006). Therapist qualities preferred by sexual-minority individuals. *Psychotherapy: Theory, Research, Practice, Training*, 43(1), 32-49. <https://doi.org/10.1037/0033-3204.43.1.32>

- Carew, L. (2009). Does theoretical background influence therapists' attitudes to therapist self-disclosure? A qualitative study. *Counselling and Psychotherapy Research*, 9(4), 266-272. <https://doi.org/10.1080/14733140902978724>
- Coffey, A. & Atkinson, P. (1996) *Making sense of qualitative data: Complementary research strategies*. Sage Publications.
- Coolhart, D. (2005). Out of the closet and into the therapy room: Therapist self-disclosure of sexual identity. *Guidance & Counseling*, 21(1), 3-13.
- Cruz, L. (2015). Self-Reflexivity as an ethical instrument to give full play to our explicit and implicit subjectivity as qualitative researchers. *The Qualitative Report*, 20(10), 1723-1735. <https://doi.org/10.46743/2160-3715/2015.2353>
- Dalen, M. (2004). *Intervju som forskningsmetode – En kvalitativ tilnærming*. Universitetsforlaget.
- Davies, C. A. (2008). *Reflexive ethnography: A guide to researching selves and others*. (2. utg.). Routledge.
- Denhov, A. & Topor, A. (2011). The components of helping relationships with professionals in psychiatry: Users' perspective. *International Journal of Social Psychiatry*, 58(4), 417-424. <https://doi.org/10.1177/0020764011406811>
- Dingwall, R. (1997) Accounts, interviews and observations. I Miller, G. & Dingwall, R. (Red.), *Context and method in qualitative research* (s. 52-65). Sage Publications.
- Eggebo, H., Stubberud, E. & Anderssen, N. (September 2019). *Skeive livsløp. En kvalitativ studie av levekår og sammensatte identiteter blant lhbtis-personer i Norge (Rapport nr. 6/2019)*. Hentet fra [https://bibliotek.buudir.no/BUF/101/skeive livsløp en kvalitativ studie av levekår og sammensatte identiteter blant lhbtis personer i norge.pdf](https://bibliotek.buudir.no/BUF/101/skeive_livsløp_en_kvalitativ_studie_av_levekår_og_sammensatte_identiteter_blandt_lhbtis_personer_i_norge.pdf)
- Etherington, K. (2004). *Becoming a reflexive researcher: Using our selves in research*. Jessica Kingsley Publishers.
- Evans, M. & Barker, M. (2010). How do you see me? Coming out in counselling. *British Journal of Guidance & Counselling*, 38(4), 375-391. <https://doi.org/10.1080/03069885.2010.503698>
- Finlay, L. (2012). Five lenses for the reflexive interviewer. I J. F. Gubrium, J. A. Holstein, A. B. Marvasti & K. D. McKinney (Red.), *The SAGE Handbook of Interview Research: The complexity of the craft* (2. utg., s. 317-331). Sage Publications.
- Foley, L. J. (2012). Constructing the respondent. I J. F. Gubrium, J.A. Holstein, A. B. Marvasti & K.D. McKinney (Red.), *Handbook of interview research: The complexity of the craft* (2. utg., s. 305-315). Sage Publications.
- Foreningen for kjønns- og seksualitetsmangfold. (2018). *Begreper*. Lastet ned 04.03.21 fra <https://www.foreningenfri.no/informasjon/begreper/>



- Frommer, M. S. (1995). Countertransference obscurity in the psychoanalytic treatment of homosexual patients. I T. Domenici & R. C. Lesser (Red.), *Disorienting sexuality: Psychoanalytic reappraisals of sexual identities* (s. 65-82). Routledge.
- Gewirtz, S. & Cribb, A. (2006). What to do about values in social research: the case for ethical reflexivity in the sociology of education. *British Journal of Sociology of Education*, 27(2), 141-155. <https://doi.org/10.1080/01425690600556081>
- Goodrich, K. M., Buser, J. K, Luke, M. & Buser, T. J. (2016). Spiritual and sexual identity: Exploring lesbian, gay, and bisexual clients' perspectives of counseling. *Journal of Homosexuality*, 63(6), 783-807. <http://dx.doi.org/10.1080/00918369.2015.1112192>
- Gram, K. H. (2021, 26.januar). *1 av 3 skeive lite tilfreds med egen psykisk helse*. SSB. <https://www.ssb.no/sosiale-forhold-og-kriminalitet/artikler-og-publikasjoner/1-av-3-skeive-lite-tilfreds-med-egen-psykisk-helse>
- Gransell, L. & Hansen, H. (2009). *Lige og ulige? Homoseksuelle, biseksuelle og transkønnedes levekår*. CASA. <https://casa-analyse.dk/wp-content/uploads/2016/09/2009-Lige-og-ulige-Homoseksuelle-biseksuelle-og-transk%C3%B8nnedes-levevilk%C3%A5r.pdf>
- Hanson, J. (2005). Should your lips be zipped? How therapist self-disclosure and non-disclosure affects clients. *Counselling and Psychotherapy Research*, 5(2), 96-104. <https://doi.org/10.1080/17441690500226658>
- Hargie, O. (2017). *Skilled interpersonal communication: Research, theory and practice* (6. utg.). Routledge.
- Harper, A., Finnerty, P., Martinez, M., Brace, A., Crethar, H. C., Loos, B., Harper, B., Graham, S., Singh, A., Kocet, M., Travis, L., Lambert, S., Burnes, T., Dickey, L. M. & Hammer, T. R. (2012). Association for lesbian, gay, bisexual, and transgender issues in counseling competencies for counseling with lesbian, gay, bisexual, queer, questioning, intersex and ally individuals. *Journal of LGBT Issues in Counseling* 7(1), 2-43. <https://doi.org/10.1080/15538605.2013.755444>
- Hendrick, S. S. (1987). I V. J. Derlega & J. H. Berg. (Red.). Self-Disclosure. *Perspectives in Social Psychology* (s. 303-327). Springer. [https://doi.org/10.1007/978-1-4899-3523-6\\_14](https://doi.org/10.1007/978-1-4899-3523-6_14)
- Hough, M. (2014). *Counselling Skills and Theory*. (4. utg.). Hodder Education Group.
- Ivey, A. E., D'Andrea, M. J. & Bradford Ivey, M. (2012). *Theories of counseling and psychotherapy: A multicultural perspective*. (7. utg.). Sage Publications.
- James, N. & Busher, H. (2012). Online interviewing. I J. F. Gubrium, J.A. Holstein, A. B. Marvasti & K.D. McKinney (Red.), *Handbook of interview research: The complexity of the craft*. (2. utg., s. 177-191). Sage Publications.

- Jeffery, M. K. & Tweed, A. E. (2015). Clinician self-disclosure or clinician self-concealment? Lesbian, gay and bisexual mental health practitioners' experiences of disclosure in therapeutic relationships. *Counselling and Psychotherapy Research*, 15(1), 41-49. <https://doi.org/10.1080/14733145.2013.871307>
- Jensen, P. & Ulleberg, I. (2019). *Mellom ordene: Kommunikasjon i profesjonell praksis*. (2. utg.). Gyldendal.
- Johansen, H. M. (2019). *Skeive linjer i norsk historie: frå norrøn tid til i dag*. Samlaget.
- Karlsson, B. & Oterholt, F. (2015). *Profesjonell hjelp – en introduksjon til helse-, sosial- og velferdsfaglig arbeid*. Gyldendal.
- Kierkegaard, S. (1906). Søren Kierkegaards samlede værker. A. B. Drachmann, J. L. Heiberg & H. O. Lange (Red.), (Vol. 13. Bd.). Gyldendal.
- Kong, T. S. K., Mahoney, D. & Plummer, K. (2001). Queering the Interview. I J.F. Gubrium & J. A. Holstein (Red.), *Handbook of Interview Research* (s. 239-258). Sage Publications.
- Kronner, H. W. (2013). Use of self-disclosure for the gay male therapist: The impact on gay males in therapy. *Journal of Social Service Research*, 39(1), 78-94. <https://doi.org/10.1080/01488376.2012.686732>
- Kronner, H. W. & Northcut, T. (2015). Listening to both sides of the therapeutic dyad: Self-disclosure of gay male therapists and reflections from their gay male clients. *Psychoanalytic Social Work*, 22(2), 162-181. <https://doi.org/10.1080/15228878.2015.1050746>
- Krouwel, M., Jolly, K. & Greenfield, S. (2019). Comparing skype (video calling) and in-person qualitative interview modes in a study of people with irritable bowel syndrome – an exploratory comparative analysis. *BMC Medical Research Methodology*, 19: 2019. <https://doi.org/10.1186/s12874-019-0867-9>
- Kvale, S. & Brinkmann, S. (2015). *Det kvalitative forskningsintervju* (3. utg.). Gyldendal.
- Kvalsund, R. (2006). *Oppmerksomhet og påvirkning i hjelperelasjoner: Viktige ferdigheter for coacher, rådgivere, veiledere og terapeuter*. Fagbokforlaget.
- Kvalsund, R. (2015). Vekst- og utviklingsperspektiver i lys av hjelperelasjonen i rådgivning. I R. Kvalsund & C. Fikse. (Red.), *Rådgivningsvitenskap: Helhetlige rådgivningsprosesser; Relasjonsdynamikk, vekst, utvikling og mangfold* (s. 23-54). Fagbokforlaget.
- Kvalsund, R. & Meyer, K. (2005). *Gruppeveiledning, læring og ressursutvikling*. Fagbokforlaget.
- Levitt, H. M., Minami, T., Greenspan, S. B., Puckett, J. A., Henretty, J. R., Reich, C. M. & Berman, J. S. (2015). How therapist self-disclosure relates to alliance and

- outcomes: A naturalistic study. *Counselling Psychology Quarterly*, 29(1), 7-28. <http://dx.doi.org/10.1080/09515070.2015.1090396>
- Liddle, B. J. (1996). Therapist sexual orientation, gender, and counseling practices as they relate to ratings of helpfulness by gay and lesbian clients. *Journal of Counseling Psychology*, 43(4), 394-401. <http://dx.doi.org/10.1037/0022-0167.43.4.394>
- Lillrank, A. (2012). Managing the interviewer self. I J. F. Gubrium, J. A. Holstein, A. B. Marvasti & K. D. McKinney (Red.), *The SAGE Handbook of Interview Research* (2. utg.) Sage Publications.
- Lo Iacono, V., Symonds, P. & Brown, D. H. K. (2015). Skype as a tool for *qualitative research*. *Sociological Research Online* 21 (2), 103-117. <https://doi.org/10.5153/sro.3952>
- Martin, C., Godfrey, M., Meekums, B. & Madill, A. (2011). Managing boundaries under pressure: A qualitative study of therapists' experiences of sexual attraction in therapy. *Counselling and Psychotherapy Research*, 11(4), 248-256. <https://doi.org/10.1080/14733145.2010.519045>
- Mauthner, N. S. & Doucet, A. (2003). Reflexive accounts and accounts of reflexivity in qualitative data analysis. *Sociology*, 37(3), 413-431. <https://doi.org/10.1177%2F00380385030373002>
- McCarthy Veach, P., LeRoy, B. S. & Callanan, N. P. (2018). *Facilitating the genetic counseling process: Practical-based skills* (2. utg.) Springer.
- McDonald, J. (2013) Coming out in the field: A queer reflexive account of shifting researchers identity. *Management Learning*, 44(2), 127-143. <https://doi.org/10.1177%2F1350507612473711>
- McKay, M., Davis, M. & Fanning, P. (2018). *The communication skills book* (4. utg.). New Harbinger Publications.
- McPherson, A. S. (2018). Client-initiated disclosure of psychotherapists' sexual orientation: A narrative inquiry. *Counselling and psychotherapy research*, 20(2), 365-377. <https://doi.org/10.1002/capr.12274>
- Menaker, E. (1990). Transference, countertransference, and therapeutic efficacy in relation to self-disclosure by the analyst. I G. Stricker & M. Fisher (Red.), *Self-disclosure in the therapeutic relationship* (s. 103-115). Plenum Publishing Corporation.
- Mendos, L. R., Botha, K., Lelis, R. C., López de la Peña, E., Savelev, I. & Tan, D. (Desember 2020). *State-sponsored homophobia: Global legislation overview update*. ILGA.
- Merluzzi, T. M., Banikiotes, P. G. & Missbach, J. W. (1978). Perceptions of counselor characteristics: Contributions of counselor sex, experience, and disclosure level.

*Journal of Counseling Psychology*, 25(5), 479-482.  
<https://doi.org/10.1037/h0078069>

Mjelve, L. H., Ulleberg, I. & Vonheim, K. (2020). «What do I share?» Personal and private experiences in educational psychological counselling. *Scandinavian journal of educational research*, 64(2), 181-194.  
<https://doi.org/10.1080/00313831.2018.1527396>

Moen, E. Å. & Larsen, I. B. (2013). «Her er det faktisk hele meg som er på jobb»: Om å bruke erfaringer med egen psykisk helse i profesjonelle relasjoner. *Tidsskrift for psykisk helsearbeid*, 10(1), 15-24.

Myers, D., & Hayes, J. A. (2006). Effects of therapist general self-disclosure and countertransference disclosure on ratings of the therapist and session. *Psychotherapy: Theory, research, practice, training*, 43(2), 173-185.  
<https://doi.org/10.1037/0033-3204.43.2.173>

Natland, S. & Johannessen, A. (2020) Det er noe med den personlige egnetheten: Arbeidsgivers vurdering av uformelle kompetanser og deres betydning for ansettelser innen helse- og sosialfeltet. *Tidsskrift for velferdsforskning*, 23(2), 86-99. <https://doi.org/10.18261/issn.0809-2052-2020-02-01>

Pedersen, W. & Kristiansen, H. W. (2003). Å gjøre det, å føle det og å være det: Homoseksualitet i det seinmoderne. *Tidsskrift for samfunnsforskning*, 44(41), 3-36.

Pezalla, A. E., Pettigrew, J. & Miller-Day, M. (2012). Researching the researcher-as-instrument: an exercise in interviewer self-reflexivity. *Qualitative Research*, 12(2), 165-185. <https://doi.org/10.1177%2F1468794111422107>

Porter, J., Hulbert-Williams, L. & Chadwick, D. (2015). Sexuality in the therapeutic relationship: An interpretative phenomenological analysis of the experiences of gay therapists. *Journal of gay & lesbian mental health*, 19(2), 165-183.  
<https://doi.org/10.1080/19359705.2014.957882>

Guthrie, C. (2006). Disclosing the therapist's sexual orientation: The meaning of disclosure in working with gay, lesbian, and bisexual patients. *Journal of Gay & Lesbian Psychotherapy*, 10(1), 63-77. [https://doi.org/10.1300/J236v10n01\\_07](https://doi.org/10.1300/J236v10n01_07)

Ranade K., Chakravarty S. (2016) 'Coming out' of the comfort zone: Challenging heteronormativity through affirmative counselling practice with lesbian and gay clients. I. P. Bhola & A. Raguram (Red.), *Ethical issues in counselling and psychotherapy practice* (s. 141-154). Springer. [https://doi.org/10.1007/978-981-10-1808-4\\_9](https://doi.org/10.1007/978-981-10-1808-4_9)

Reams, J. (2015). Development and self-understanding: How understanding developmental theory can help us grow. I R. Kvalsund & C. Fikse (Red.), *Rådgivningsvitenskap: Helhetlige rådgivningsprosesser; relasjonsdynamikk, vekst, utvikling og mangfold* (s. 197-222). Fagbokforlaget.

- Rienecker, L. & Jørgensen, P. S. (2012). *Den gode oppgaven: Håndbok i oppgaveskriving på universitet og høyskole*. (2. utg). Fagbokforlaget.
- Rogers, C. R. (1961). *On becoming a person: A therapist's view of psychotherapy*. Houghton Mifflin Company.
- Rollins, L. (1997). A client perspective on therapist self-disclosure. *Journal of Gay & Lesbian Social Services*, 6(4), 71-82. [https://doi.org/10.1300/J041v06n04\\_07](https://doi.org/10.1300/J041v06n04_07)
- Ryen, A. (2002). *Det kvalitative intervjuet: Fra vitenskapsteori til feltarbeid*. Fagbokforlaget.
- Satterly, B. A. (2004). The intention and reflection model: Gay male therapist self-disclosure and identity management. *Journal of Gay & Lesbian Social Services*, 17(4), 69-86. [https://doi.org/10.1300/J041v17n04\\_05](https://doi.org/10.1300/J041v17n04_05)
- Satterly, B. A. (2006). Therapist self-disclosure from a gay male perspective. *Families in Society*, 8(2), 240-247. <https://doi.org/10.1606%2F1044->
- Sawyer, L., Regev, H., Proctor, S., Nelson, M., Messias, D., Barnes, D. & Meleis, A. I. (1995). Matching versus cultural competence in research: Methodological considerations. *Research in Nursing & Health*, 18(6), 557-567. <https://doi.org/10.1002/nur.4770180611>
- Schostak, J. (2006). *Interviewing and representation in qualitative research*. Open University Press.
- Seidman, I. (2013). *Interviewing as qualitative research* (2. utg.). Teachers College Press.
- Shelton, S. A. & Flint, M.A. (2019). *The value of transcription in encouraging researcher reflexivity*. Sage research methods cases. <https://dx.doi.org/10.4135/9781526477705>
- Silverman, D. (2010). *Doing qualitative research* (3. utg.). Sage Publications.
- Simone, D. H., McCarthy, P. & Skay, C. L. (1998). An investigation of client and counselor variables that influence likelihood of counselor self-disclosure. *Journal of Counseling and development*, 76(2), 174-182. <https://doi.org/10.1002/j.1556-6676.1998.tb02390.x>
- Skau, G. M. (2017). *Gode fagfolk vokser: Personlig kompetanse i arbeid med mennesker* (5. utg.). Cappelen Damm.
- SSB. (2021, 9.mars). *Innvandrere og norskfødte med innvandrerforeldre*. Statistisk sentralbyrå. <https://www.ssb.no/innvbef>
- Stracuzzi, T. I., Fuertes, J. N. & Mohr, J. J. (2011). Gay and bisexual male clients' perceptions of counseling: The role of perceived sexual orientation similarity and

counselor universal-diverse orientation. *Journal of Counseling Psychology*, 58(3), 299-309. <https://doi.org/10.1037/a0023603>

Støren, K. S., Rønning, E. & Gram, K. H. (2020). *Livskvalitet i Norge 2020*. (Rapport 2020/35). SSB.

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

Tracy, S. J. (2010) Qualitative quality: Eight "big-tent" criteria for excellent qualitative research. *Qualitative Inquiry* 16(10), 837-851.  
<https://doi.org/10.1177/1077800410383121>

Wolcott, H. F (2009). *Writing up qualitative research*. (3. utg.). Sage Publications.

Wosket, V. (1999). *The therapeutic use of self: Counselling practice, research and supervision*. Routledge.

Yardley, L. I (2015). Demonstrating validity in qualitative psychology. I J. A. Smith (Red.), *Qualitative psychology: A practical guide to research methods* (3. utg., s. 257-301). Sage Publications.

## Vedlegg

Følgende vedlegg er inkludert i masteroppgaven

- Vedlegg 1: Intervjuguide
- Vedlegg 2: Informasjonsskriv / Samtykkeskjema
- Vedlegg 3: Godkjenning fra Norsk samfunnsvitenskapelig datatjeneste (NSD)

## Vedlegg 1: Intervjuguide

Hovedspørsmålene er nummerert, og oppfølgingsspørsmålene er markert med a, b, c, osv. Det som står i kursiv er informasjon som ble gitt underveis i intervjuet, i tillegg til at et av spørsmålene inneholder en begrepsavklaring som også står i kursiv.

### Introduksjon

- Gjennomgang av informasjonsskriv.
- Eventuelle spørsmål innledningsvis.

Innledende spørsmål for å sikre at informanten er innenfor gjeldende kriterier for mitt forskningsprosjekt:

- Identifiserer du deg som skeiv? Det innebærer i denne studien å ha en annen legning enn å være heterofil, ekskludert trans.
- Har du en profesjonell yrkesrolle der du tar i mot klienter eller er en person i en profesjonell hjelperelasjon?

*Informere om antall spørsmål. Informerer om at lydopptaker settes på.*

### Innledende spørsmål

1. Har du et teoretisk rammeverk du jobber innenfor? Hvilket menneske – og verdenssyn?
2. Hva innebærer selvavsløring for deg?
  - a. Eller er det andre begrep som kjennes bedre for deg? Og vet du hva det er?
3. Har du noen gang brukt selvavsløring? – ut ifra din definisjon.
4. Har du et bevisst forhold til selvavsløring og bruken av det?

### Hovedspørsmål

*Nå vil jeg zoome litt inn på det med legning.*

5. Har du gjennom implisitt eller eksplisitt selvavsløring delt din legning til en klient?  
Med tilhørende forklaring: *Eksplisitt er det du sier med ord, mens implisitt er det som ikke sies direkte, som å omtale partner med kjønn, ha gay-positive symbols på kontoret, fortelle om organisasjoner man er med osv.*
6. På hvilket grunnlag har du i så fall brukt selvavsløring av egen legning?
  - a. Dersom du ikke har brukt det – kan du tenke deg til situasjoner der du kunne ha brukt det?
  - b. Når er det relevant å bruke selvavsløring av egen legning
  - c. I hvilken setting delte du egen legning? Var det noe klienten sa? Delte egen legning? Hadde dere en liknende erfaring?

*Går det greit så langt?*



7. Hvordan opplevde du å bruke selvavsløring av egen legning?
8. Opplevde du at hjelperelasjonen ble endret etter du brukte selvavsløring av egen legning? – Treffer spørsmålet deg?
  - a. På hvilken måte? Positivt eller negativt?
  - b. Føler du at den relasjonen du og klienten hadde fra før hadde påvirkning på din selvavsløring?
  - c. Tror du du ville ha delt det tidligere i relasjonen?
9. Har du opplevd at klienten har ønsket at du skal selvavsløre egen legning?
10. Dersom du har brukt selvavsløring av egen legning – har måten du gjør det på, og når du bruker det endret seg i din praksis? I så fall – hvordan?
  - a. Tror du hvor trygg du er i rollen rådgiver eller som profesjonell i en hjelperelasjon, påvirker om du «tør» å bruke selvavsløring?
11. Har du noen gang bevisst ikke brukt selvavsløring av egen legning der det kunne vært relevant? Hvorfor? Påvirket det deg – og hjelperelasjonen?
12. Har du opplevd at noen andre har brukt selvavsløring i en rådgivningssituasjon, som har påvirket om og hvordan du bruke selvavsløring? Enten om legning eller noe annet.

### **Avslutningsspørsmål**

13. Ønsker du å tilføye noe, eller er det noe utenom det vi har snakket om som du ønsker å dele?
14. Hvordan var det for deg å delta i dette intervjuet?

*Nå skrur jeg av lydopptakeren.*

### **Etter intervjuet**

- Gjentakelse av rettigheter - at de kan trekke samtykke.
- Spørsmål?
- Hvordan var det for deg å gjennomføre dette intervjuet?

## Vedlegg 2: Informasjonsskriv / Samtykkeskjema

### **Invitasjon til å delta i forskningsprosjektet**

#### **«Selvavsløring av egen skeive legning i møte med den skeive klienten»**

Dette er en invitasjon til å delta i mitt forskningsprosjekt der jeg ønsker å undersøke hvordan personer i en profesjonell hjelperelasjon *erfarer* bruk av selvavsløring av egen skeive legning i møte med den skeive klienten. Følgende skriv gir informasjon om formålet med prosjektet og hva deltakelse vil innebære for deg. Jeg har valgt å sende ut en generell invitasjon til personer i en profesjonell hjelperelasjon, uavhengig av kjennskap til legning. Det er frivillig å takke ja til denne invitasjonen, basert på din egen forståelse av å være skeiv (se min fellesbenevnelse under «Hva innebærer det for deg å delta?»).

#### **Formål**

*Forskningsprosjektet har som formål å forske på personer i en profesjonell hjelperolle sin erfaring og opplevelse med å bruke selvavsløring av egen skeive legning i møte med en skeiv klient. Særlig hvordan det påvirker hjelperelasjonen.*

#### **Hvem er ansvarlig for dette forskningsprosjektet?**

*NTNU, Institutt for pedagogikk og livslang læring er ansvarlig for prosjektet.*

#### **Hva innebærer det for deg å delta?**

*Å delta innebærer å gjennomføre et individuelt intervju på ca. 40-60 minutter. Spørsmålene vil omhandle dine erfaringer med bruk av – eventuelt ikke bruk av selvavsløring av egen skeive legning i møte med den skeive klienten. Du vil bli anonymisert i publisert materiale, slik at det ikke skal være mulig å identifisere deg. Jeg vil ikke spesifisere din legning utover å være skeiv (en fellesbenevnelse: innebærer i denne studien å ha en annen legning enn å være heterofil, ekskludert trans).*

#### **Frivillig deltakelse**

*Det er frivillig å delta. Det vil si at selv om du velger å delta, kan du når som helst trekke samtykke tilbake uten å oppgi grunn. Det vil ikke ha noen negative konsekvenser for deg dersom du trekker deg.*

#### **Personvern**

Jeg vil kun bruke opplysningene jeg innhenter om deg til formålene jeg har formidlet i dette skrivet. Alle opplysninger behandles konfidensielt og i samsvar med personvernregelverket.

Vi behandler opplysningene konfidensielt og i samsvar med personvernregelverket.

- *Det vil være forskeren (Maiken Kildal Berntsen) og professor (Ottar Ness) ved NTNU som vil ha tilgang ved behandlingsansvarlig institusjon.*
- *Navnet og kontaktopplysningene dine vil jeg erstatte med en kode som lagres på egen navneliste adskilt fra øvrige data, lagre datamaterialet på forskningsserver, innelåst/kryptert, etc.*
- *Dere vil være anonyme og vil ikke kunne gjenkjennes i publikasjoner basert i dette forskningsprosjektet.*

*For å ivareta taushetsplikten ber jeg om at du unngår å dele erfaringer der nåværende eller tidligere klienter eller pasienter omtales direkte. Det innebærer å være forsiktige med å bruke eksempler, og heller snakke generelt om erfaringer, og at du ved eventuell omtale av pasienter ikke bare må utelate navn, men også identifiserende bakgrunnsopplysninger som tid, sted (institusjon, kommune etc.), alder, kjønn, diagnose, spesielle hendelser eller andre forhold som gjør det mulig å identifisere enkeltpersoner. Det skal heller ikke samles inn identifiserende opplysninger om andre tredjeperson (ledere, kolleger etc.).*

### **Opplysninger ved prosjektets slutt**

*Når prosjektet avsluttes vil alle opplysninger slettes. Masteren skal etter planen leveres 1. juni 2021.*

### **Dine rettigheter**

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

- *innsyn i hvilke personopplysninger som er registrert om deg,*
- *å få rettet personopplysninger om deg,*
- *få slettet personopplysninger om deg,*
- *få utlevert en kopi av dine personopplysninger (dataportabilitet), og*
- *å sende klage til personvernombudet eller Datatilsynet om behandlingen av dine personopplysninger.*

Dersom du skulle trekke ditt samtykke, vil dine opplysninger og lydopptak slettes.

### **Hva gir oss rett til å behandle personopplysninger om deg?**

Vi behandler opplysninger om deg basert på ditt samtykke.

NSD – Norsk senter for forskningsdata AS har vurdert at behandlingen av personopplysninger i dette prosjektet er i samsvar med personvernregelverket.

### Hvor kan jeg finne ut mer?

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

- Masterstudent Maiken Kildal Berntsen ved NTNU, Institutt for pedagogikk og livslang læring: [maikenbe@stud.ntnu.no](mailto:maikenbe@stud.ntnu.no), tlf.: 95825830.
- Veileder ved NTNU, professor Ottar Ness: [ottar.ness@ntnu.no](mailto:ottar.ness@ntnu.no), tlf.: 90125312.
- NSD – Norsk senter for forskningsdata AS, på epost ([personverntjenester@nsd.no](mailto:personverntjenester@nsd.no)) eller telefon: 55 58 21 17.
- Personvernombud ved NTNU: <https://innsida.ntnu.no/wiki/-/wiki/Norsk/Personvernombud+NTNU>.

Med vennlig hilsen

*Maiken Kildal Berntsen*

(Masterstudent, NTNU)

---

### Samtykkeerklæring

Jeg har mottatt og forstått informasjon om prosjektet [Selvavsløring av egen skeive legning i møte med den skeive klienten], og har fått anledning til å stille spørsmål. Jeg samtykker til:

- Delta i individuelt intervju

Jeg samtykker til at mine opplysninger behandles frem til prosjektet innen 2021.

---

(Signert av prosjektdeltaker, dato)

## Vedlegg 3: Godkjennelse fra NSD

# **NSD** NORSK SENTER FOR FORSKNINGSDATA

**Prosjekttittel**

Selvavsløring av egen skeive legning i møte med den skeive klienten

**Referansenummer**

771193

**Registrert**

05.01.2021 av Maiken Kildal Berntsen - maikenbe@stud.ntnu.no

**Behandlingsansvarlig institusjon**

Norges teknisk-naturvitenskapelige universitet / Fakultet for samfunns- og utdanningsvitenskap (SU) / Institutt for pedagogikk og livslang læring

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

Ottar Ness, ottar.ness@ntnu.no, tlf: 90125312

**Type prosjekt**

Studentprosjekt, masterstudium

**Kontaktinformasjon, student**

Maiken Kildal Berntsen, maikenbe@ntnu.no, tlf: 95825830

**Prosjektperiode**

04.01.2021 - 01.06.2021

**Status**

02.03.2021 - Vurdert

**02.03.2021 - Vurdert**

Takk for oppdatert informasjonsskriv. Vår vurdering gjelder fortsatt.

**02.03.2021 - Vurdert**

Det er vår vurdering at behandlingen vil være i samsvar med personvernlovgivningen, så fremt den gjennomføres i tråd med meldeskjemaet med vedlegg den 02.03.2021, meldingsdialogen og vurderingen her. Behandlingen kan starte.

#### TYPE OPPLYSNINGER OG VARIGHET

Prosjektet vil behandle alminnelige personopplysninger, og særlige kategorier av personopplysninger (om seksuelle forhold eller orientering) frem til 01.06.2021.

#### LOVLIG GRUNNLAG

Prosjektet vil innhente samtykke fra de registrerte til behandlingen av personopplysninger. Vår vurdering er at prosjektet legger opp til et samtykke i samsvar med kravene i art. 4 nr. 11 og 7, ved at det er en frivillig, spesifikk, informert og utvetydig bekreftelse, som kan dokumenteres, og som den registrerte kan trekke tilbake.

Lovlig grunnlag for behandlingen av personopplysninger vil være de registrertes samtykke, jf. personvernforordningen art. 6 nr. 1 a) og art. 9 nr. 2 bokstav a).

#### UTVALGET HAR TAUSHETSPLIKT

Utvalget har taushetsplikt, og datainnsamlingen skal gjennomføres slik at det ikke samles inn identifiserende opplysninger om enkeltpasienter.

Vi anbefaler at du minner deltagerne om dette før intervjuene:

- at det ikke bør fremgå om de uttaler seg basert på erfaringer fra nåværende eller tidligere pasienter
- at de bør være forsiktige med å bruke eksempler, og heller snakke generelt om sine erfaringer,
- at de ved eventuell omtale av pasienter ikke bare må utelate navn, men også identifiserende bakgrunnsopplysninger som tid, sted (institusjon, kommune etc.), alder, kjønn, diagnose, spesielle hendelser eller andre forhold som gjør det mulig å identifisere enkeltpersoner.

Det skal heller ikke samles inn identifiserende opplysninger om andre tredjeperson (ledere, kolleger etc.).

#### PERSONVERNPRINSIPPER

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

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

#### DE REGISTRERTES RETTIGHETER

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

Vi anbefaler imidlertid at lenkene til hhv. NTNUs personvernombud og til NSD rettes i informasjonsskrivet.

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

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

#### FØLG DIN INSTITUSJONS RETNINGSLINJER

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

For å forsikre dere om at kravene oppfylles, må student og prosjektansvarlig påse at prosjektet gjennomføres i tråd med interne retningslinjer for informasjonssikkerhet, og ved behov rådføre dere med behandlingsansvarlig institusjon.

#### MELD VESENTLIGE ENDRINGER

Dersom det skjer vesentlige endringer i behandlingen av personopplysninger, kan det være nødvendig å melde dette til NSD ved å oppdatere meldeskjemaet. Før du melder inn en endring, oppfordrer vi deg til å lese om hvilke type endringer det er nødvendig å melde: [https://nsd.no/personvernombud/meld\\_prosjekt/meld\\_endringer.html](https://nsd.no/personvernombud/meld_prosjekt/meld_endringer.html)

Du må vente på svar fra NSD før endringen gjennomføres.

#### OPPFØLGING AV PROSJEKTET

NSD vil følge opp underveis (hvert annet år) og ved planlagt avslutning for å avklare om behandlingen av personopplysningene er avsluttet/pågår i tråd med den behandlingen som er dokumentert.

Lykke til med prosjektet!

Tlf. Personverntjenester: 55 58 21 17 (tast 1)



