

Agnete Orderløkken

***Medvandrer i nytt og vanskelig landskap***

En kvalitativ studie med fokus på betydningen av anerkjennelse i rådgivers møte med mennesker i eksistensiell krise.

Masteroppgave i rådgivning

Veiledere: Camilla Fikse og Anne-Marie Aubert

Institutt for voksnes læring og rådgivningsvitenskap

Fakultet for samfunnsvitenskap og teknologiledelse

NTNU, Norges teknisk-naturvitenskapelige universitet

Trondheim



## Forord

Arbeidet med denne masteroppgaven er nå ved veis ende, en prosess som både har vært givende, utfordrende og ikke minst lærerik, både faglig og personlig. Det har på sett og vis vært en opplevelse av en ferd gjennom "et nytt og vanskelig landskap" og jeg vil gjerne gi en stor takk til alle som har støttet meg på veien.

Til mine veiledere, biveileder Anne-Marie Aubert ved Høgskolen i Lillehammer og hovedveileder Camilla Fikse ved NTNU. Dere har i aller høyeste grad vært medvandrere i min prosess. Anne-Marie, som oppfordret meg til å skrive mer om det jeg brant for, og Camilla som plukket opp tråden i ideene mine og kom med nye innspill, til det ble en tematikk jeg har opplevd som spennende hele prosessen gjennom. Deres motiverende ord, perspektiver og innspill har utfordret, inspirert, motivert og hjulpet meg gjennom hele prosessen. For meg har dere vist anerkjennelse i praksis. Tusen takk!

Jeg vil også gi en stor takk til mine informanter, dere ga interessen for tema nye høyder. Å høre dere fortelle om deres erfaringer og tanker har vært både lærerikt og ikke minst veldig inspirerende. Takk for den tilliten og rausheten jeg ble møtt med, deres refleksjoner har gitt meg så mye som jeg er utrolig takknemlig for å kunne ta med meg videre i min "rådgivningssekk."

Mine korrekturlesere; dere har vært uvurderlige. Både med korrekturlesing, men også med positive og motiverende kommentarer underveis. Og ikke minst, takk til lunsjgjengen og andre studiekamerater både ved Videreutdanning i Veiledning ved Høgskolen i Gjøvik samt ved rådgivningsstudiet på NTNU, deres innspill, refleksjoner og ideer har i stor grad vært betydningsfulle for meg gjennom denne prosessen.

Ikke minst vil jeg takke familien min som hele tiden har støttet meg i min ferd, fra de første tankene meldte seg rundt videreutdanning, til den faktiske gjennomføringen. Det betyr så mye.

(Forsidebilde: Eva Orderløkken Andersen)

Trondheim, juli 2014.

Agnete Orderløkken



## Sammendrag

Utgangspunktet for denne studien har vært betydningen av anerkjennelse i møte med eksistensiell krise. Fire informanter, med variert bakgrunn og erfaring, og som alle møter mennesker i eksistensielle kriser gjennom samtaler, har blitt intervjuet om deres opplevelse av hvilken betydning anerkjennelse har for rådgiverens møte med mennesker i eksistensiell krise. Datainnsamlingsmetode som er benyttet er kvalitativt intervju med en fenomenologisk-hermeneutisk tilnærming. Analysen av det empiriske materialet er basert på grounded theory-analyse.

Ut fra denne analysen pekte det seg ut tre hovedkategorier, *Den viktige samtalen*, *Bekreftede verdighet* og *Hjelperrollen*. I hovedkategorien *Den viktige samtalen* var et sentralt funn det å fange opp og imøtekomme spørsmål og samtaler rundt eksistensiell temaer, gjennom samtaler preget av nærvær, tilstedeværelse og likeverd. Underkategoriene er *Medvandrer i nytt og vanskelig landskap*, *Det avmektige nærvær* og *Likeverd-det gjør noe med samtalen*. Hovedkategori *Bekreftede verdighet* viser til betydningen av en anerkjennende holdning i møte med mennesker i eksistensielle kriser. Underkategoriene er *Alle er mer enn vi ser*, *Å gi verdi til følelsene og opplevelsene* og *Å finne rom for seg selv*. I hovedkategori *Hjelperrollen* ble betydningen av hjelperen som en profesjonell samtalepartner fremhevet, og at dette innebærer et fokus på arbeid med egne prosesser. Underkategoriene er *Den profesjonelle samtalepartner*, *Nærhet og distanse* og *Livssyn som ressurs*. Gjennom utviklingen av underkategorier og hovedkategorier gjennom åpen og aksial koding, ble kjernekategori valgt i den selektive kodingen *Anerkjennelsens uttrykk*. Denne kjernekategori favner fokuset informantene i studien hadde på at det ikke finnes noen "oppskrift" i møte med mennesker i eksistensielle kriser, men at det er holdningsgrunnlaget som er det essensielle i slike møter. Anerkjennelsens uttrykk favner på denne måten alle hovedkategoriene og underkategoriene. Dette har dannet et utgangspunkt for drøftingen. De mest sentrale funn fra kategoriene er drøftet opp mot relevant teori omhandlende relasjonsperspektivet, anerkjennelse og møte med eksistensiell krise. Studiens tittel *Medvandrer i nytt og vanskelig landskap* er fra et sitat og beskriver betydningen av rådgiveren som en medvandrer som er med på veien, gjennom en ikke-dirigerende, støttende framtoning, der oppgaven blir å bidra til å skissere valg og muligheter, samtidig som selve beslutningen blir overlatt til den andre. Et nytt og vanskelig landskap viser til at en eksistensiell krise kan oppleves som noe nytt, skremmende og ukjent.



## Abstract

The purpose of this study has been to attain greater understanding on how recognition can be significant in the counsellors meeting with people in existential crisis. Four informants with varied backgrounds and experience, who all of them in their daily work meet people in existential crisis, have been interviewed about their experiences of the manner in which recognition is important in the face of people in existential crisis. The empirical research is based on qualitative interviews, through a phenomenological-hermeneutic approach. The analysis of the empirical material is based on grounded theory analysis.

From this analysis, I developed three main categories, *The essential conversation*, *Confirming Dignity* and *The helping relationship*. In the main category *The essential conversation*, a key finding was the importance of perceiving and accommodating existential questions and topics, in a conversation characterized by presence and equality between the involved. The sub categories are *Companion in new and difficult landscape*, *A presence characterized by powerlessness* and *Equality- it changes the conversation*. The main category *Confirming dignity* as a whole shows the importance of recognition in the face of people in existential crises. The sub categories are *We are all more than we see*, *Providing value to the feelings and experiences* and *To find room for oneself*. In the main category *The helping relationship* was the importance of the helper as a professional interlocutor highlighted, and that this implies a focus on working with the counselors own processes. The sub categories are *The professional interlocutor*, *Proximity and distance* and *Personal beliefs as a resource*. I developed through subcategories and main categories a core category, designated as *The expression of recognition*. This core category embraces the informants focus regarding that there is no "recipe" in the face of people in existential crises. The essential is the attitude basis. The core category *The expression of recognition* embraces this way all the main categories and subcategories. This has formed the basis for discussion. The key findings of the categories are discussed based on relevant theory regarding the relational perspective, recognition and existential crises. This thesis title, *Companion in new and difficult landscape*, is from a quote and describes the counselor's task as a companion, through a non-directing, supporting approach, where the main task is to contribute to outline options and opportunities, while the decision is left to the other. A new and difficult landscape shows that an existential crisis can be seen as experiencing something new, scary and unknown.





# Innholdsfortegnelse

1 Innledning.....	1
1.1 Bakgrunn for valg av tema og problemstilling .....	1
1.2 Begrepsavklaringer.....	2
1.2.1 Anerkjennelse.....	2
1.2.2 Rådgiver.....	2
1.2.3 I møte med .....	2
1.2.4 Eksistensiell krise.....	3
1.3 Oppgavens oppbygning.....	3
2 Teori.....	5
2.1 Relasjonsperspektivet i rådgivning.....	5
2.1.1 Kongruens, ubetinget positiv aktelse og empati.....	6
2.1.2 Jeg og du.....	6
2.1.3 Tre relasjonsdimensjoner .....	7
2.2 Anerkjennelse.....	8
2.2.1 Lytting.....	10
2.2.2 Forståelse .....	10
2.2.3 Aksept og toleranse.....	10
2.2.4 Bekreftelse.....	10
2.3 I møte med eksistensiell krise .....	11
2.3.1 Rådgiverens møte med den kriserammede .....	12
2.3.2 Utvikling og bevaring av den profesjonelle kompetanse .....	13
3 Metode.....	17
3.1 Begrunnelse for valg av metode.....	17
3.2 Kvalitativ metode .....	18
3.2.1 Fenomenologi.....	18
3.2.2 Hermeneutikk.....	18
3.3 Det kvalitative forskningsintervju som datainnsamling i studien .....	19
3.4 Utvalg.....	20
3.5 Gjennomføring av intervju .....	21
3.6 Transkribering.....	21
3.7 Dataanalyse .....	22
3.8 Kvalitet på studien.....	24
3.8.1 Reliabilitet.....	24
3.8.2 Validitet .....	25
3.8.3 Overførbarhet.....	25

3.8.4 Min forskerrolle .....	26
3.8.5 Etske vurderinger og betraktninger .....	28
4 Presentasjon av funn .....	29
4.1 Hovedkategori 1: Den viktige samtalen .....	29
4.1.1 Medvandrer i nytt og vanskelig landskap.....	30
4.1.2 Det avmektige nærvær.....	31
4.1.3 Likeverd- det gjør noe med samtalen .....	32
4.2 Hovedkategori 2: Bekrefte verdighet .....	33
4.2.1 Alle er mer enn vi ser.....	34
4.2.2 Å gi verdi til følelsene og opplevelsene.....	35
4.2.3 Å finne rom for seg selv.....	35
4.3 Hovedkategori 3: Hjelperrollen .....	36
4.3.1 Den profesjonelle samtalepartner .....	37
4.3.2 Nærhet og distanse .....	39
4.3.3 Livssyn som ressurs .....	40
5 Drøfting.....	43
5.1 Personlig eller profesjonell: et motsetningsforhold?.....	43
5.1.1 Den personlige samtalepartner.....	44
5.1.2 Den profesjonelle samtalepartner .....	46
5.1.3 Balanse mellom nærhet og distanse .....	48
5.2 En livssynsøytral rådgiver- et ideal?.....	49
5.2.1 Når grunnmuren slår sprekker .....	49
5.2.2 Likeverd- det gjør noe med samtalen .....	52
5.2.3 Å finne rom for seg selv.....	54
6 Avslutning .....	57
6.1 Oppsummering og avsluttende kommentarer.....	57
6.2 Studiens begrensninger og implikasjoner for videre forskning.....	59
7 Referanseliste.....	61
Vedlegg 1: Godkjenning fra NSD .....	I
Vedlegg 2: Informasjonsskriv .....	III
Vedlegg 3: Intervjuguide .....	V
Vedlegg 4: Illustrasjon av analyseprosess .....	IX

# 1 Innledning

"Jeg vil ikke leve eller sørge etter oppskrift. La meg få bruke den tiden jeg trenger, la meg få prøve, og kanskje også noen ganger feile, inntil jeg finner min vei gjennom sorgene og gledene i livet." Fra boken *Idas dans. En mors fortelling* (Corwin, 2005, s.297).

## 1.1 Bakgrunn for valg av tema og problemstilling

Med min bakgrunn som sykepleier har jeg møtt mange mennesker som har vært i vanskelige situasjoner og faser i livet, faser som har vært preget av sorg, sykdom og gjennom dette også en undring rundt eksistensielle spørsmål. Disse møtene har jeg opplevd som utfordrende og krevende, både personlig og faglig, samtidig som det er møter som har gitt meg mye. Mine erfaringer har gjort at det ble vekket til live en interesse, en interesse som bare ble sterkere etter en fagdag i regi av Veiledernetverket Innlandet (8.2.2012), der psykiater Kirsti Silvola holdt foredraget "*Skal vi snakke om det?*"- *Hvordan kan veiledning bidra til å gjennomleve smertefulle erfaringer?* I artikkelen "Familieterapeuters møte med det åndelige og eksistensielle mennesket", belyser Holmberg (2012) at terapeutene mener at eksistensielle spørsmål er et viktig tema, men at det oppleves som vanskelig å sette ord på. Informantenes opplevelse var at åndelighet og eksistensielle spørsmål ikke ble tematisert, heller ikke i familieterapeutenes fagverden generelt. Dette vekket min nysgjerrighet og engasjement rundt tematikken.

Rådgivning og veiledning er en etisk handling, der rådgiverens oppgave er å hjelpe og ivareta den andre (Aasland, 2010). Men hva vil det egentlig si å ivareta den enkelte? Da jeg startet på denne utdanningen, hadde jeg et motto som jeg personlig var opptatt av: "Du skal være mot andre som du vil at andre skal være mot deg." Etter hvert som jeg fattet interesse for begrepet relasjonskompetanse, begynte jeg å undre meg over betydningen og konsekvensene av dette. Bør jeg alltid ta utgangspunkt i hvordan jeg selv ønsker å bli møtt? Kan jeg være sikker på at det som er viktig for meg i et "godt" møte også er viktig for andre? Den grunnleggende tanken og meningen kan være god, men kan ikke sikre at hver enkelt føler seg møtt, ivaretatt og sett som et unikt menneske. Bent Falk (1999) beskriver i sin bok *Å være der du er- samtale med kriserammede* at en oppskrift ikke finnes: "Derfor finnes det ingen fasitsvar for ekte samtale. Ingenting er alltid riktig, og ingenting er alltid galt- kanskje bortsett fra forsøk på alltid å si det "riktige" i stedet for det ekte som kommer spontant"(1999, s.12). Falk trekker frem bearbeiding av *holdninger* som essensielt.

Underveis i utdanningen ble anerkjennelse et sentralt fenomen for meg, et fenomen som jeg opplever er så "enkelt" men likevel så vanskelig. Utgangspunktet for å se på betydningen av

anerkjennelse i møte med personer i eksistensiell krise, var en interesse for å se om dette var et fenomen som opplevdes som viktig for rådgivere ute i arbeidsfeltet. Hvilke erfaringer, tanker og refleksjoner gjør erfarne rådgivere seg om dette? Ses anerkjennelse i møte med eksistensiell krise som betydningsfullt?

Problemstillingen valgt i denne studien har ut fra denne interessen blitt:

*På hvilken måte er anerkjennelse av betydning for rådgiverens møte med mennesker i eksistensiell krise?*

## **1.2 Begrepsavklaringer**

### ***1.2.1 Anerkjennelse***

Anerkjennelsesbegrepet er komplekst. Som et utgangspunkt kan det sies at det er et normativt kjernebegrep, noe som kan være veiledende i forhold til moralsk riktig og god adferd (Høiland & Juul, 2005, s.9). Anne-Lise Løvlie Schibbye beskriver at anerkjennelse tvert imot hva mange tror, ikke dreier seg om belønning og ytre ære, men at "den andres indre opplevelsesverden blir fokusert og verdsatt som en selvfølge nettopp fordi det dreier om et medmenneske" (2012, s.258).

### ***1.2.2 Rådgiver***

Jeg ønsker å ta utgangspunkt i denne definisjonen på begrepet rådgiver: "En rådgivers oppgave skal ikke primært være å formidle kunnskap, men å sette den som søker hjelp, i stand til å ta i bruk sine egne ressurser og selv skaffe seg den kunnskapen vedkommende trenger" (Johannesen, Kokkersvold, & Vedeler, 2010, s.26). Som jeg vil gå nærmere inn på i kapittel 2, er den humanistisk-eksistensialistiske tradisjon sentral innen rådgivningsfeltet. Dette danner et vitenskapsteoretisk utgangspunkt, i likhet med elementer fra sosialkonstruksjonisme. "Alt, hvad vi regner for virkeligt, er socialt konstrueret" (Gergen & Gergen, 2009, s.9), er et sitat som understreker at hver og en definerer sin virkelighet. Dette har igjen likhetstrekk med fenomenologiens grunntanke, som vil bli videre utdypet i kapittel 3.

### ***1.2.3 I møte med***

I denne oppgaven fokuserer jeg på det mellommenneskelig møtet, et møte som bygger på en subjekt-subjekt relasjon mellom rådgiver og veisøker. Som et bakgrunnstykke bruker jeg Martin Bubers filosofi om en Jeg-Du-relasjon (Buber, 1992). Interessen min er å se på betydning av anerkjennelse i dette mellommenneskelige møtet. Jeg bruker på bakgrunn av dette begrepet den andre om veisøkeren i rådgivning gjennom oppgaven. Dette mener jeg setter fokus på at veisøker er et unikt, enestående menneske med sin opplevelse og sine

erfaringer. Den andre er en fremmed, på bakgrunn av at han ikke er deg (Wifstad, 1994, s.3678).

#### **1.2.4 Eksistensiell krise**

Jeg retter i denne oppgaven fokus på rådgivers møte med personer i en eksistensiell krise. Jeg fokuserer derfor ikke på den utløsende årsaken til krisen, men på rådgivernes erfaring av hva som oppleves som betydningsfullt i slike møter. En krise defineres av Falk (1999, s.12) som en reaksjon på et tap av enten et "ytre" objekt eller noe "indre", det vil si tap som er av åndelig eller psykisk art. Ifølge Falk innebærer en krise ofte en kombinasjon av disse. En krise innebærer tap eller trussel om tap, noe som kan medføre sterk angst. Eksistensiell angst er knyttet til det å eksistere, og kan resultere i spørsmål som kan omhandle meningen med livet, være i verden, livet etter døden og om det finnes et Gud, for å nevne noe (Falk, 1999; Holmberg, 2012).

Siden kontekst for oppgaven er rådgivning, bruker jeg begrepet rådgiver gjennomgående. Dette gjelder også i teorien jeg har valgt å presentere. Carl Rogers og Anne-Lise Løvlie Schibbye, som er to sentrale teoretikere i min studie, har sin kontekst innenfor terapi og bruker betegnelsene terapeut og klient. Selv om konteksten for mye av benyttet teori er innenfor terapi, ser jeg det som overførbart til rådgivningsfeltet på grunn av at det relasjonelle aspektet er i fokus. Jeg har som vist i begrepsdefinisjonen valgt å bruke betegnelsen *den andre* i stedet for klient. Informantene brukte også beskrivelsen *den andre*, samt pasient, om mennesker de møter i sine samtaler. I kapittelet om presentasjon av funn, bruker jeg beskrivelsen *Hjelperrollen* som hovedkategori. Dette på bakgrunn av at rådgivningstittelen ikke var noe informantene selv brukte. I underkategorien *Den profesjonelle samtalepartner*, synliggjøres hva informantene la i en slik kompetanse. Jeg vil understreke at begrepet *hjelperrollen* ikke må tolkes i form av et subjekt-objekt forhold, der rådgiveren har rollen som ekspert. Dette utdypes i kapittel 4.

### **1.3 Oppgavens oppbygning**

For å gjøre oppgaven mer oversiktlig for leseren, vil jeg her kort beskrive oppgavens oppbygning. Etter innledning følger et kapittel omhandlende teori som er relevant for min studie. Kapittel 3 beskriver de metodiske valgene jeg har tatt i forkant av studien og underveis. I kapittel 4 redegjør jeg for datamaterialet i denne studien og funnene jeg ser på som sentrale. Jeg drøfter i kapittel 5 funnene opp mot teori, mens jeg i avslutningen sammenfatter drøftingen og samler trådene opp mot min problemstilling. Jeg ser i tillegg på studiens begrensninger samt muligheter for videre forskning.



## 2 Teori

På bakgrunn av problemstillingen og samtalene med informantene har tre temaer skilt seg ut i den teoretiske rammen i denne studien. Første del omhandler et rådgivningsteoretisk bakteppe, med særlig fokus på relasjonsperspektivet. Andre del omhandler fenomenet anerkjennelse, med fokus på Schibbyes anerkjennelsesteori. Siste del omhandler temaet i møte med eksistensiell krise, som er kontekst i denne studien, og utvikling og bevaring av rådgivningskompetansen.

### 2.1 Relasjonsperspektivet i rådgivning

Den humanistiske tradisjon beskrives som en av fire hovedtradisjoner innen rådgivningsfeltet. Et sentralt navn innen den humanistiske rådgivningstradisjon er Rogers og hans klientsentrerte terapi. Et viktig fokus innenfor denne retningen er utvikling av det Rogers kaller en grunnleggende terapeutisk holdning. Ønsket er å utvikle en relasjon som preges av rådgiverens evne til empati, innlevelse, aksept og åpenhet (Johannesen et al., 2010).

Den eksistensialistiske retning har sitt opphav i den humanistiske rådgivningstradisjonen, og legger spesielt vekt på individets grunnleggende verdier og oppfatning av verden. Forståelsen av at mennesket har handlingsmuligheter, og at valg derfor gjør oss til den vi er, er sentralt innen eksistensialismen (Johannesen et al., 2010). En retning som ifølge Schibbye (2012) har klare likhetstrekk med eksistensialismen, er dialektikk, som betyr sammenheng. Dialektikken kan bidra til å forstå selvet og relasjoner og i den forbindelse også sammenhenger. Det vil altså si hvordan selvet enten kan utvikles eller feilutvikles i dialog med andre. Vi deltar alle i et samspill der vi påvirker hverandre og dette må derfor tas med i betraktning for å kunne forstå individet. "Individet-i relasjon" blir ifølge Schibbye et sentralt begrep i dialektikken (Schibbye, 2012).

Den humanistisk-eksistensialistisk rådgivningstradisjonen beskrives av Vontress (1995) på denne måten: "The existential-humanistic counseling relationship is best described as an interaction in which two co-equal humans benefit from the encounter" (Ivey, D'Andrea, & Ivey, 2012, s.365). Dette sitatet setter fokus på likeverdighet i relasjonen. I likhet med Rogers har også filosofen Buber hatt stor betydning innenfor den humanistisk-eksistensialistiske rådgivningstradisjonen (Ivey et al., 2012). Likeverd i relasjonen er et sentralt stikkord også hos Buber. Noen av Bubers og Rogers sentrale tanker om hva som må ligge til grunn i relasjonen mellom rådgiver og klient vil derfor bli nærmere beskrevet under, samt beskrivelse av de tre relasjonsdimensjoner.

### **2.1.1 Kongruens, ubetinget positiv aktelse og empati**

Rogers (2004) fremhever tre forhold som rådgiveren bør besitte dersom han skal kunne bidra til personlig vekst hos den andre. De tre forholdene er kongruens, ubetinget positiv aktelse og empati. Kongruens vil si at rådgiveren er ekte og genuin i møte med den andre.

By this we mean that the feelings the therapist is experiencing are available to him, available to his awareness, and he is able to live these feelings, be them, and able to communicate them if appropriate. No one fully achieves this condition, yet the more the therapist is able to listen acceptantly to what is going on within himself, and the more he is able to be the complexity of his feelings, without fear, the higher the degree of his congruence (Rogers, 2004, s.61).

Rogers beskriver det motsatte av kongruens, inkongruens, som når noen tar på seg en rolle. En ubetinget positiv aktelse beskrives som en aksepterende holdning, preget av en ikke-evaluerende væremåte, der rådgiveren tar imot den andres følelser, uansett hva de måtte inneholde. I begrepet empati legger han at rådgiveren innehar en empatisk forståelse, der han klarer å sanse følelsene og det meningsbærende for den andre, samtidig som rådgiveren klarer å formidle denne forståelsen. Rogers beskriver at en prosess som inneholder disse forholdene, vil hjelpe den andre til å bli mer bevisst, selvaksepterende og mer åpen for endring og vekst. I dette ligger det også en betydning i å komme den andre i møte ved å møte den andre der den andre er (Aasland, 2010). Her blir det sentralt med en subjekt-subjekt-holdning, noe som også blir beskrevet av Buber (1992).

### **2.1.2 Jeg og du**

Buber fremhever at det i en relasjon er viktig å innta en subjekt-subjekt-holdning. Nærmere bestemt betyr dette en Jeg- Du-relasjon i stedet for en Jeg-Det-relasjon. Forskjellen ligger at en ikke objektiviserer og kategoriserer den andre, noe som vil si at en må fri seg fra egne fordommer og tilstrebe å møte den andre betingelsesløst. "Forholdet til Du'et er umiddelbart. Mellom Jeg og Du står intet begrepsmessig, ingen forhåndsviten og ingen fantasi (...) Ethvert middel er hindring. Bare hvor ethvert middel er falt bort, skjer møtet" (Buber, 1992, s.13). En Jeg-Du relasjon forutsetter en genuin interesse for den andre - til forskjell fra en selv. Den andre må derfor møtes som et unikt, enestående menneske. Et slikt mellommenneskelig møte innebærer både et offer og en risiko, hevder Buber. Offeret kommer av at en må slette alt det en vet, for å komme det nye i møte. Risikoen kommer av at en slik holdning kan bare oppnås hvis man hengir seg til det, og ikke holder noe tilbake av seg selv. Buber bruker i sin bok en metafor som etter min mening synliggjør det han mener med å slette det man vet og kunne møte den andre der han er: "Når vi går langs en vei og møter et menneske som kommer mot



oss og selv har gått langs veien, da kjenner vi bare vårt stykke, ikke hans. Hans opplever vi nemlig bare i møtet (Buber, 1992, s.70).

### **2.1.3 Tre relasjonsdimensjoner**

Kvalsund og Meyer (2005) beskriver også begrepsparet "Jeg" og "Du". For å kunne avgjøre hva "Jeg" er, er man avhengig av den andre nettopp fordi den andre representerer en forskjellighet fra seg selv. Gjennom denne forskjelligheten får man mulighet til å utvikle det individuelle. Dette kan ses i forhold til Schibbyes (2012) dialektiske begrep "Individet-i-relasjon" som tidligere nevnt. Kvalsund og Meyer (2005) deler personen inn i tre relasjonsdimensjoner, avhengighetsrelasjoner, uavhengighets- og gjensidighetsrelasjoner. Disse tre relasjonsdimensjonene er alle til stede i en relasjon og en dialog, med flytende overganger mellom hver fase. Alle de tre relasjonsdimensjonene kan igjen være både positiv og negativ innenfor hver dimensjon. Rådgiverens oppgave er å se helhetsbildet av personen i relasjon, være bevisst på de forskjellige dimensjonene og hva det innebærer for utviklingen av relasjonen (Kvalsund & Allgood, 2008). I en avhengighetsrelasjon er relasjonen asymmetrisk, og kan være i enten negativ eller positiv forstand ut i fra om nivået av opplevd avhengighet oppleves som tilfredsstillende eller ikke for begge parter. En fare kan være at den ene parten utnytter hjelpen, eller at hjelperen ikke innser at vedkommende ikke lenger trenger hjelp og kan mestre oppgavene selv. Hvis asymmetrien oppleves som lite tilfredsstillende, vil relasjonen få preg av ufrihet og gjøre at utviklingen i relasjonen bremses. En relasjonsdimensjon preget av positiv uavhengighet betyr at individet mestrer det å handle ut fra seg selv og egne vilkår, og innehar stor grad av selvstendighet og rom for frihet og utvikling. Positiv uavhengighet kjennetegnes av symmetri, selvstendige tanker og følelser. Denne relasjonsdimensjonen kan bli negativ hvis symmetrien trues og det utvikles et maktforhold, der uavhengigheten oppleves i større eller mindre grad hos de involverte. En konsekvens kan da være at en av partene velger å trekke seg unna. Gjensidighet er den siste relasjonsdimensjonen og innebærer at de involverte i relasjonen ser og forstår de forskjellige perspektivene i utviklingen av en relasjon og ikke lar seg true, men heller fremmer hverandres uavhengighet (Kvalsund, 2005; Kvalsund & Meyer, 2005). "Interdependency values both difference and similarity, commitment to self-other, and mutuality as the basic life premises" (Kvalsund & Allgood, 2008, s.192). Kvalsund og Allgood (2008) beskriver videre den "transformerende dialog", sett i lys av Bubers "Jeg og du" relasjon, en dialog preget av en genuin interesse for hverandres annerledeshet. "Entering into mutual dialogue will transform them as they learn just how inter-related they are and the possibilities that can be actualized in them and through them" ( s.193). Buber (1992) fremhever i likhet med Kvalsund, Meyer og

Allgood gjensidighet i relasjonen. Dette er også et sentralt element innenfor fenomenet anerkjennelse, som vil bli beskrevet videre.

## 2.2 Anerkjennelse

I dagligtalen blir anerkjennelse ofte brukt som et ord som symboliserer belønning og beundring. I dette ligger det at det foretas en vurdering, og relasjonen kan på denne måten få preg av et forhold mellom en ekspert og en uvitende. Selve essensen i anerkjennelsesbegrepet omhandler det helt motsatte (Aamodt, 2003). Laila Granli Aamodt hevder at begrepet anerkjennelse representerer en grunnleggende holdning der det sentrale er respekt for den andre og den andres opplevelse (s.159). Anerkjennelse omhandler ikke det å ha et mål på den andres vegne og kan heller ikke fremmes ved hjelp av teknikker, men handler derimot om at anerkjennelse bringer noe frem i den andre. Anerkjennelse er noe du *er* (Schibbye, 2012, s.257-259). Schibbyes teori om anerkjennelse tar utgangspunkt i filosofene Hegel og Honneth, som spesifisert av Honneth betrakter anerkjennelse som et grunnelement i praktisk filosofi. Honneth fremhever også at anerkjennelsesbegrepet er komplekst, både filosofisk og språklig sett, og at fenomenet anerkjennelse har ulik betydning innenfor forskjellige kontekster (Honneth, 2005). Betydningen anerkjennelse kan ha for den enkelte, gjennom forholdet man utvikler til seg selv, beskriver han på denne måten: "Human subjects can develop an intact self-relation only by virtue of the fact that they see themselves affirmed or recognized according to the value of certain capabilities and rights"(Honneth, 2005, s.61).

Honneth deler, med bakgrunn fra Hegel, anerkjennelsesbegrepet inn i tre gjensidig uavhengige anerkjennelsesformer, kjærlighet, rett og solidaritet (Honneth, 2007). Disse tre formene danner til sammen et perspektiv som ifølge Honneth garanterer betingelser for vår personlige integritet. Den første formen for anerkjennelse er kjærlighet: "...the individual is recognized as precisely this, as an individual whose needs and desires are of unique value to another person; for this kind of recognition, which has the character of affective concern..." (Honneth, 2005, s.61). Honneth beskriver denne anerkjennelsesformen som betinget, på grunn av at den er bundet til emosjoner. Den andre anerkjennelsesformen, rett, innebærer rettslig anerkjennelse (Honneth, 2007). "... the individual is recognized as a person who is ascribed the same moral accountability as every other human being..." (Honneth, 2005, s.61). Den rettslige anerkjennelsesformen innebærer med andre ord å anerkjenne andres tilregnelighet. Den siste anerkjennelsesformen er solidaritet, som innebærer solidarisk tilslutning. "...the individual is recognized as a person whose capabilities are of constitutive value to a concrete community..." (Honneth, 2005, s.61). Honneth beskriver dette ved at hvis hver og en får

utfolde seg i forhold til sine bestemte egenskaper, kan felles mål nås. Honneth beskriver også tre motsvar til anerkjennelse, voldtekt, å bli nektet rettigheter og nedverdiggelse (Honneth, 2007).

Rogers (1992) setter i likhet med Honneth fokus på betydningen av anerkjennelse. I artikkelen "The processes of therapy" beskriver han terapeutens mål som å frigjøre og styrke individet fremfor å gripe inn i hans liv. For at klienten skal kunne bli bedre rustet til å stå overfor sine egne problemer, må enkelte kriterier ligge til grunn i relasjonen mellom rådgiver og den andre. Rogers beskriver seks overordnede trinn i terapien, som fungerer som grunnleggende betingelser for at hensikten skal oppnås. Det første trinnet omhandler kontakten som må etableres. I dette fremhever Rogers at rådgiveren må ha en genuin interesse i den andre og en viss grad av identifikasjon. Dette er grunnlag for det videre samarbeidet, og kan ikke oppnås på grunnlag av teknikker. Rådgiveren må være ekte. Neste trinn omhandler verdien av at klienten får fritt utløp for følelser. Trinn nummer tre omhandler anerkjennelse og aksept. Ved at den andre blir møtt av rådgiverens anerkjennelse og aksept, kan det hjelpe den andre til selv å klargjøre sine følelser og anerkjenne og akseptere disse.

I trinn fire presiseres viktigheten av at rådgiveren ikke tar på seg ansvaret for klientens liv. Dette innebærer at rådgiveren bør unngå å råde eller overtale, men heller tilstrebe at den andre skal føle seg i stand til å ta ansvar for seg selv. Trinn fem beskrives som innsikt gjennom "assimilated interpretation" (Rogers, 1992, s. 164) noe som omhandler at rådgiveren må være forsiktig med å presentere tolkninger, da dette, hvis tolkningene ikke gjenkjennes hos klienten, kan bremse terapiprosessen. Trinn seks omhandler målet om at klienten gradvis blir selvstendig; med støtte. Dette beskriver Rogers som den avsluttende delen av prosessen, og hvis terapien har fulgt trinnene Rogers skisserer, vil klienten til slutt ha en tro på at han kan takle situasjoner på egenhånd (Rogers, 1992).

Schibbye (2012) viser til Hegel, og sier at i en anerkjennende relasjon må partene være likeverdige, i den forstand at begge har lik rett til sin opplevelse. En måte dette kan oppnås på er gjennom å skille opplevelse og handling. Handlingen trenger ikke forstås, men opplevelsen må aksepteres og respekteres. En trygg atmosfære, inntoning, empati, speiling, intersubjektiv deling og emosjonell tilknytning er sentralt i en anerkjennende tilnærming. I følge Schibbye bør det tilstrebes å skape et rom der den andre får muligheten til å kjenne på vanskelige følelser og der den andre får eie sin opplevelse. Aamodt (2003) hevder at hvis den profesjonelle derimot inntar en subjekt-objekt-holdning, der veisøkeren blir tingliggjort, blir resultatet at veisøkeren mister sin refleksivitet som igjen vil føre til et brudd i dialogen.

Skjervheim (1996) tar også opp objektivisering i sitt essay "Deltakar og tilskodar." Han tar avstand fra rollen som tilskuer, en rolle som kjennetegnes ved å stille seg utenfor og ikke engasjere seg. Videre sier han at dette vil føre til en fremmedgjøring og distanse noe som igjen vil sette hinder for opplevelsen av likeverd og anerkjennelse. Schibbye (2012, s.263-279) beskriver "ingredienser" i anerkjennelse, som videre vil beskrives kort.

### **2.2.1 Lytting**

Lytting innebærer ikke bare å høre, men å lytte bak ordene. I terapeutisk lytting, møter klienten seg selv uten "støyen fra den andre" (Schibbye, 2012, s.268). Lytting på denne måten, gir den andre mulighet til å avgrense opplevelsen som sin egen. Terapeutisk lytting innebærer at rådgiveren er emosjonelt tilgjengelig for å kunne ta inn den andres budskap. Dette innebærer at rådgiveren må være bevisst egne prosesser og fordommer. I dette ligger det at rådgiveren må ha en grad av selvrefleksivitet og selvavgrensning, i form av å legge sine egne behov, følelser og tanker til side og dermed gi den andre plass. Samtidig må rådgiveren lytte til seg selv og egne indre prosesser. Lytting beveger seg mellom det tema samtalen omhandler, metakommunikasjon i form av kroppsspråk og stemmeleie og til slutt strukturering av forholdet (underdanig/mektig) (Schibbye, 2012).

### **2.2.2 Forståelse**

Rådgiveren må, ifølge Schibbye, gå inn i den andres opplevelsesverden ved å kontakte og kjenne på tilsvarende følelser i seg selv. Dette forutsetter en undrende holdning hos rådgiveren. Denne intersubjektiviteten beskriver Schibbye på denne måten: "Følelsene mine blir til i din bevissthet og i min- i vår dyadiske bevissthet. De kan således senere tas tilbake som mine, men som endret" (2012, s.273). Rådgiverens evne til avgrensning blir viktig, da poenget er å ha kjennskap til følelsene, men unngå å synke inn i de (2012).

### **2.2.3 Aksept og toleranse**

Ved at rådgiveren viser aksept og toleranse, kan den andre få oppleve at han har et eierskap til sin egen opplevelse. I motstykket til dette, kjennetegnet ved et subjekt-objekt-forhold, blir den andres selvoppfatning vurdert av rådgiveren, noe som kan føre til en konflikt. Ved at den andre møter aksept og toleranse, mener Schibbye (2012) at den andre får mulighet til å enten forandre på opplevelsen eller gi avkall på den.

### **2.2.4 Bekreftelse**

På grunn av at den andre nettopp skal få eie sin opplevelse, handler bekreftelse ikke om at rådgiveren skal tilfredsstillende et behov, men forstå det. Bekreftelsen kommer gjennom måten

rådgiveren lytter på og viser at den andres følelse er viktig uten å komme med en bedømmelse eller vurdering (Schibbye, 2012).

"Ingrediensene" i anerkjennelse som her ble presentert, er dialektiske i form av at de ikke kan ses på enkeltvis, men at de bygger på hverandre og danner en helhet (Schibbye, 2012).

### **2.3 I møte med eksistensiell krise**

Problemstillingen for denne studien viser til at fokus ligger på betydningen av anerkjennelse i møte med mennesker som befinner seg i eksistensiell krise. Som vist i innledningen, defineres en krise av Falk (1999) som tap av et ytre eller indre objekt. Som tidligere beskrevet, er det sentrale i denne studien fenomenet eksistensiell krise, ikke den bakenforliggende årsaken. Likevel kan det være klargjørende å definere i noen grad hva en eksistensiell krise kan omhandle. Kissane, 2000 og Morita et al., 2004 bruker ordlyden "existential concerns" og definerer det på denne måten: "Existential concerns can include issues about relationships (fears of isolation and being burdensome), control (over one`s body, mind, emotions, the disease), grief (loss of roles, activities, future life goals) and identity, among others" (Boerger-Knowles & Ridley, 2014, s.14).

Bruce, Schreiber, Petrovskaya, and Boston (2011) beskriver i artikkelen "Longing for ground in a ground(less) world: a qualitative inquiry of existential suffering" at eksistensielle bekymringer er en del av det å være menneske. De beskriver også at det finnes lite forskning på hvordan dette blir møtt og forstått. Funnene i deres studie understreker at eksistensiell lidelse er en kompleks og dynamisk prosess. Informantene i studien beskrev en prosess preget av både ro og angst og "being ground- or groundless" (Bruce et al., 2011). "Groundlessness" ble beskrevet av deres informanter som en tilstand preget av frykt, tap, spørsmål, bekymringer, smerte, desperasjon, frustrasjon og sinne. Studien understreker viktigheten av en bevissthet rundt dette i møte med kriserammede, en anerkjennelse av kompleksiteten i prosessen og å kunne tillate et rom for hver enkelt i sin unike prosess. Konteksten for deres studie er innenfor palliasjon. Boerger- Knowles and Ridley (2014) beskriver imidlertid i artikkelen "Chronic Cancer: Counselling the Individual" at å leve med kronisk kreft kan føre til tap på flere måter, både på individnivå og familiært, og dermed ofte kan føre til en eksistensiell krise i form av søken etter mening.

Atle Dyregrov og Kari Dyregrov (2011) ved Senter for Krisepsykologi, beskriver sine erfaringer rundt møte med kriserammede på denne måten:

I mange av samtalene med kriserammede møter vi mennesker som forsøker å forstå og gi mening til det som har hendt. Dette er delvis spørsmål om å fatte det inntrufne, hvorfor det kunne skje, eller sider ved eksistensielle og spirituelle dimensjoner knyttet til hendelsen (s.876).

De beskriver at deres erfaring er at mange kan vise til vekst og modning etter livskriser, men at en i samtale med kriserammede må være forsiktig med å påpeke dette, da det både er uetisk og kan fremme en forventning eller mål på den andres vegne. Forfatterne fremmer en fremgangsmåte der den andre gis mulighet til å fortelle sin historie, og at spørsmål og refleksjon kan være med på en organisering eller reorganisering av det som har hendt (2011). Carlick og Biley (2004) beskriver også i sin artikkel at ved å bruke narrativer, der den andre får legge fram sin fortelling, kan bidra til en større grad av forståelse, meningsskapelse og sammenheng og redusere mentalt stress.

### **2.3.1 Rådgiverens møte med den kriserammede**

Dyregrov og Dyregrov (2007) viser til at i møter med personer i sorg eller kriser, handler det i utgangspunktet dypest sett om mellommenneskelig kommunikasjon, der tilstedeværelse og støtte er sentralt. Forfatterne tar oppgjør mot et fokus på krise- og sorgreaksjoner som en prosess bestående av faser, der følelser følger hverandre i et mønster. En slik tilnærming kan lett føre til en teoretisk ekspertholdning, heller enn en empatisk tilnærming. En empatisk tilnærming er nettopp viktig, fremhever forfatterne, fordi det finnes like mange måter å reagere på som det finnes sørgende. Dette kan ses i sammenheng med en subjekt-subjekt-holdning og en anerkjennende tilnærming, som beskrevet tidligere. Falk (1999) fremhever også at i samtale med den kriserammede er selve kontakten mellom rådgiver og den andre det sentrale, og at denne kontakten skapes ved autentisk og ekte nærvær. En grunnholdning der den kriserammedes egne ressurser blir styrket og ivaretatt er sentralt, nettopp fordi den andre sitter med de *avgjørende* ressursene selv. Falk fokuserer på rommet mellom de involverte, det vil si interaksjonen mellom rådgiver og den andre, som en sentral faktor i det som oppleves som en verdifull samtale. Det betyr at rådgiveren ikke skal trøste, men gi kjærlighet. Sett i forhold til relasjonsdimensjonene, betyr det at rådgiveren ikke må gjøre ønsket om å hjelpe til en fratakelse av ansvar fra den andre. Det kan føre til en avhengighetsrelasjon i negativ forstand, og undergraver den andres evne til å ta ansvar for eget liv. I stedet blir rådgiverens oppgave å være der for å støtte, slik at den andre kan få muligheten til å gjenskape en balanse. Falk (1999) beskriver rådgiverens oppgave på denne måten:

Den gode hjelper er uvitende, makelig anlagt og selvisk: Han/hun vet bare det han/hun får vite. Han/hun hjelper så *lite* som mulig. Og han/hun er ærlig til stede som den

han/hun *i virkeligheten* er, med sine sansninger, følelser og ønsker og med sine begrensninger (Falk, 1999, s.54).

Dette kan ses i sammenheng med Rogers begrep kongruens. Rogers (2004) beskriver på sin side også hva et hjelperforhold bør inneholde:

To put it in another way, a helping relationship might be defined as one in which one of the participants intends that there should come about, in one or both parties, more appreciation of, more expression of, more functional use of the latent inner resources of the individual (s.40).

Dette sitatet understreker en tro på menneskets iboende ressurser. Aamodt (2003) understreker at i et profesjonelt forhold, vil det alltid være en asymmetrisk maktbalanse i form av at den profesjonelle eller rådgiveren har kunnskaper og et faglig ansvar som veisøkeren ikke har. Knut Ejler Løgstrup (1991) beskriver også en bevissthet rundt makt, ikke bare i hjelperrollen, men i møte med den andre: "Den enkelte har aldri med et annet menneske at gjøre uten at han holder noget af dets liv i sin hånd" (s.25). Løgstrup skildrer at vi møter hverandre med en tillit, og makten ligger i hvordan vi møter denne: "På hvor mangfoldig vis kommunikationen mellom os end kan arte sig, den består altid i at vove sig frem for at blive imødekommet. Det er nerven i den, og det er det etiske livs grundfænomen" (Løgstrup, 1991, s.27). Aamodt (2003) mener at den eneste måten vi kan forholde oss til denne maktbalansen mellom rådgiver og den andre, er gjennom å gjøre den eksplisitt. Derfor er en bevissthet rundt rådgiverens rolle viktig.

### **2.3.2 Utvikling og bevaring av den profesjonelle kompetanse**

Greta Marie Skau, beskriver i sin bok "Gode fagfolk vokser" at det å skille mellom et "jeg" og et "du" er en del av den profesjonelle kompetansen. Skau beskriver videre den profesjonelle kompetansen som en modell bestående av en trekant der de tre sidene utgjør teoretisk kunnskap, yrkesspesifikke ferdigheter og personlig kompetanse. Alle kompetanseformene har gjensidig påvirkning på hverandre og kommer til syne samtidig i større eller mindre grad. På bakgrunn av dette utgjør de tre kompetanseformene en helhet (Skau, 2011). Teoretisk kunnskap utgjør faktakunnskaper, mens yrkesspesifikke ferdigheter utgjør praktiske ferdigheter, som vi bruker i utførelsen av bestemte yrker. Personlig kompetanse består i stor grad av erfaringsbasert og personlig kunnskap. Skau fremhever betydningen av personlig kompetanse i yrker der relasjon og samspill er i fokus, og hevder at det faktisk også kan være den avgjørende delen av den samlede kompetansen. Dette begrunner Skau med at den personlige kompetansen handler om hvem vi *er*, og hvem vi lar andre få være i møte med oss. Den personlige kompetansen, hevder Skau, oppstår ved at vi opplever og reflekterer over

opplevelsene, helst i samspill med andre. "Forpliktende arbeid med personlig utvikling må derfor inngå som en ufravikelig del av det kvalifikasjonskravet som rettes til dem som skal arbeide med andre menneskers liv, helse, utdanning eller velferd" (Skau, 2011, s.80). Rogers (2004) beskriver også viktigheten av at rådgiveren har en høy grad av selvrefleksivitet, og at ved at rådgiveren kan akseptere egne følelser og på denne måten vokse, blir han gjennom dette også i stand til å hjelpe andre. Rogers fremhever at dette også kan være en krevende prosess å gå gjennom. Å møte kriserammede kan også være med på å utfordre rådgiveren. Boerger- Knowles and Ridley (2014) poengterer at å jobbe med kreftsyke kan bidra til at hjelperen får en følelse av hjelpeløshet og håpløshet. Forfatterne trekker frem at personlig historie, tidligere erfaringer, samt kulturell bakgrunn og livssyn er med på å påvirke denne opplevelsen.

Figley (2002) problematiserer at psykoterapeuter som jobber med kronisk syke ofte glemmer å ta hensyn til seg selv og egne behov. Han bruker begrepet "Compassion Fatigue", en form for utbrenthet hos hjelperen, som kommer som følge av at hjelperen innehar en empatisk holdning og en følelsesmessig involvering. Denne utbrentheten kan igjen skade relasjonen til den andre, og er derfor viktig å være oppmerksom på, hevder Figley. Leenderts (1997) trekker også frem faren for utbrenthet, og beskriver at hjelperen må finne sine egne kilder for å unngå å bli tomme og trette, både profesjonelt og privat. Skau fremhever betydningen av å prioritere et bevisstgjøringsarbeid, med fokus på seg selv, egne erfaringer og verdigrunnlag, med en positiv grunnholdning til seg selv der nederlag snus til læringserfaringer. Veiledningsarbeid på arbeidsplassen trekkes frem av Skau som en positiv faktor i dette arbeidet (Skau, 2011). For at rådgiveren skal utvikle en terapeutisk holdning, samt kunne være en hjelp for den andre i arbeidet med å klargjøre sine holdninger, mål og det personlig meningsskapende, er det essensielt at rådgiveren selv jobber med å klargjøre sitt eget ståsted i forhold til livssyn og menneskesyn (Johannesen et al., 2010). Rådgiverens menneskesyn preger møtet med den andre, både med tanke på relasjon, spørsmålsstillinger og fortolkninger. Eksistensielle kriser kan i tillegg til undren rundt mening også omhandle trosspørsmål. Leenderts (1997) hevder at vårt menneskesyn preger om vi ser verdien i livssynsdimensjonen. Hun etterspør en helhetlig tilnærming, spesielt siden en livskrise kan aktivisere spørsmål rundt livssyn og religion. "Tro og livsverdier er noe av det mest personlige som finnes. I alvorlige livskriser blir spørsmål knyttet til dette området ofte levende for mange mennesker..." (Leenderts, 1997, s.127). Derfor er det viktig at hjelperen er fortrolig med å kunne innse at mennesket ikke kun er



natur, men også ånd, for på den måten å kunne tilstrebe å møte den kriserammede på best mulig måte (1997).

I dette kapitlet har den overordnede grunnlagstenkningen blitt presentert, med fokus på relasjonsperspektivet i rådgivning. Videre har fenomenet anerkjennelse blitt definert og utdypet. Til slutt i teorikapitlet har fokus vært på eksistensiell krise, rådgiverens møte med eksistensiell krise, samt utvikling og bevaring av rådgivningskompetansen. Jeg vil videre i neste kapittel beskrive studiens metodiske tilnærming.



### **3 Metode**

I dette kapittelet vil jeg gjøre rede for de metodiske valgene som er tatt underveis i prosessen og se på hvordan disse valgene har fungert i forhold til mitt forskningsspørsmål. Jeg vil først beskrive bakgrunnen for valg av et kvalitativt intervju med utgangspunkt i en fenomenologisk-hermeneutisk tilnærming. Deretter gjør jeg rede for gjennomføringen av datainnsamlingen samt transkriberingsprosessen. Jeg vil videre i metodekapittelet beskrive prosessen rundt analyse av datamaterialet, som jeg har valgt å se i lys av analysemetoden Grounded Theory. Til slutt konsentrerer jeg meg om kriterier for kvalitet på studien, noe som også innebærer fokus på min forskerrolle, samt etiske hensyn og vurderinger.

#### **3.1 Begrunnelse for valg av metode**

"Forskerens vitenskapsteoretiske forankring har imidlertid betydning for hva hun eller han søker informasjon om, og danner et utgangspunkt for den forståelsen forskeren utvikler" (Thagaard, 2013, s.37). Et vitenskapsteoretisk bakteppe for fenomenologien er det konstruktivistiske paradigmet. Virkeligheten, og dermed kunnskap, blir skapt mellom forsker og deltaker, og forskerens oppgave er å belyse deltakernes perspektiv sett opp mot de erfaringene de har gjort seg (Postholm, 2010). Innen kvalitativ metode er det ønskelig å gå i dybden, gjennom å søke å "oppnå en forståelse av sosiale fenomener" (Thagaard, 2013, s.11). Utgangspunktet for denne studien var en interesse for fenomenet anerkjennelse i møte mellom rådgiver og mennesker i eksistensielle kriser. Aase og Fossåskaret (2007) synliggjør at et fenomen ikke nødvendigvis er ting og hendelser slik de *er*, men derimot slik de fremtrer for oss. Mitt ønske var altså å utforske hvordan fenomenet anerkjennelse i møte med eksistensiell krise fremtrer for den enkelte. Det var den subjektive opplevelsen jeg ønsket å fokusere på, herunder konstruksjon av mening, selvforståelse og prosesser. Det ble gjennom dette utgangspunktet aktuelt med kvalitativ metode med en fenomenologisk tilnærming (Postholm, 2010).

Fenomenologi blir av Thagaard (2013) beskrevet som en fortolkende teori. Dette aktualiserer betydningen av en bevissthet rundt forforståelsen jeg som forsker bringer med meg inn i forskningsprosessen, som bakgrunn for fortolkningen. Som Thagaard (2013, s.41) beskriver: "All forståelse bygger på en forforståelse." Jeg vil utforske informantenes opplevelse av fenomenet anerkjennelse, samtidig som jeg må være bevisst min egen forståelsesramme. Jeg har på bakgrunn av dette valgt en fenomenologisk-hermeneutisk tilnærming for denne studien. En annen mulig metodisk tilnærming til fenomenet anerkjennelse kunne vært innenfor Q-metode, der jeg som forsker ville definert utsagn på forhånd som informantene

igjen ville ha sortert ut fra det meningsinnholdet de tillegger utsagnene. Ved en slik tilnærming, ville jeg hatt flere respondenter og dermed fått utforske fenomenet på en bredere måte enn ved kvalitativt intervju med fire intervjupersoner. Utgangspunktet i en kvalitativ studie er derimot utforskning. Det viser igjen tilbake på forskningsspørsmålet man stiller (Thagaard, 2013). I tråd med dette falt valget på en kvalitativ metode for min studie.

## **3.2 Kvalitativ metode**

I kvalitativ metode er det ønskelig å fokusere på handling, interaksjon og meningsdanning, for på denne måten kunne få tak i meninger, refleksjoner og aktørenes stemmer (Thagaard, 2013; Tjora, 2010). En kvalitativ studie fordrer som regel en nær kontakt mellom forsker og forskningsfelt (Thagaard, 2013). En kvalitativ metode er med andre ord verdiladet, i form av at forskeren ikke er en nøytral part i prosessen (Postholm, 2010). Jeg vil videre beskrive sentrale trekk ved fenomenologi og hermeneutikk som et bakteppe for min forskningstilnærming.

### **3.2.1 Fenomenologi**

Giorgi (2009) understreker viktigheten av at man som forsker inntar en fenomenologisk holdning, noe som vil si at man ser på objekter slik de blir oppfattet og opplevd, uavhengig av om objektene virkelig *er* slik. Dette er et viktig utgangspunkt for forskeren, slik at deltakernes perspektiv blir belyst, ikke forskerens vurdering (Kvale & Brinkmann, 2012). Dette kaller Kvalsund (2005) fenomenologisk reduksjon, nemlig at forskeren beskriver fenomenet slik det erfares for informanten. Man tar et steg bort fra den etablerte vanetenkningen, og heller fokuserer på fenomenet slik det fremstår. Dette forutsetter at forskeren må være bevisst sin forforståelse, og tilstrebe å legge til side sine forkunnskaper og fordommer. I dette ligger det en aktiv *bevissthet* rundt eget ståsted som forsker. På denne måten kan en lettere skille mellom beskrivelser og evalueringer (Kvalsund, 2005).

### **3.2.2 Hermeneutikk**

I en hermeneutisk tilnærming er det sentrale at fenomener kan tolkes på flere måter, og at det ikke finnes en egentlig sannhet. Dette kan ses i sammenheng med det sosialkonstruktivistiske vitenskapssynet presentert i innledningen. I Thagaards (2013) beskrivelse av hermeneutikk vektlegges det at for å kunne forstå mening, må man også se fenomenet i sin sammenheng. "Hermeneutikken fremhever betydningen av å fortolke folks handlinger gjennom å utforske et dypere meningsinnhold enn det som er umiddelbart innlysende" (Thagaard, 2013, s.41). Her blir den hermeneutiske sirkel sentral, nemlig å belyse at det er en bevegelse mellom deler og

helhet (Kvale & Brinkmann, 2012). Min forhåndskunnskap og forforståelse som forsker blir gjennom dette aktualisert, noe som vil bli utdypet i kapittel 3.8.4.

Postholm (2010) beskriver at det i kvalitative studier både er elementer av deduktiv og induktiv tilnærming: "Det vil si at noen antagelser kan bekreftes, andre avkreftes, mens nye forhold, som forskeren ikke har tenkt på på forhånd, kan bringes inn i forskningsarbeidet" (s.36). I mitt forskningsspørsmål ønsket jeg å undersøke på hvilken måte anerkjennelse er av betydning for rådgiverens møte med mennesker i eksistensiell krise. Det vil si at jeg hadde noen spørsmål klarlagt før møtet med informantene. Samtidig hadde jeg, i tråd med den fenomenologiske tilnærmingen som beskrevet av Postholm (2010), en bevissthet rundt at mine undersøkelsesspørsmål kom på bakgrunn av mitt teoretiske ståsted, noe som innebærer visse antagelser. Jeg møtte forskningsfeltet med en antagelse om at anerkjennelse er betydningsfullt, noe som også ble bekreftet, men det var antagelser som i stor grad ble nyansert og utfordret i arbeidet med datamaterialet.

### **3.3 Det kvalitative forskningsintervju som datainnsamling i studien**

Intervju er en av de mest brukte metodene i kvalitativ forskning (Thagaard, 2013). Kvale og Brinkmann (2012, s.325) bruker betegnelsen "semistrukturert livsverdenintervju" og definerer dette slik: "En planlagt og fleksibel samtale som har som formål å innhente beskrivelser av intervjupersonens livsverden med henblikk på fortolkning av meningen med de fenomener som blir beskrevet." Denne beskrivelsen ser jeg som et sentralt utgangspunkt med bakgrunn i min fenomenologisk-hermeneutiske tilnærming. Gjennom en samtale kan jeg som forsker få et innblikk i rådgivernes erfaringer, opplevelser og selvforståelse, noe som nettopp var sentralt for mitt forskningsspørsmål. Dalen (2004) beskriver at på bakgrunn av at det er informantens opplevelse som skal være i fokus, må forskeren være forsiktig med å presentere egne synspunkter. Det essensielle, fremhever hun, er at forskeren lytter og viser interesse. På bakgrunn av dette tilstrebet jeg å unngå å presentere egne oppfatninger verbalt i samtalen. Jeg må imidlertid ta i betraktning at min personlige oppfatning også kan ha kommet til uttrykk nonverbalt i intervjuet.

Det ble viktig for meg som forsker å ha noen felles temaer i intervjuene, slik at jeg fikk større mulighet til å finne en felles underliggende mening i deltakernes perspektiver (Kvale & Brinkmann, 2012). Dette er grunnen til at jeg har valgt å bruke en semistrukturert intervjuguide. I arbeidet med utformingen av intervjuguiden var jeg bevisst i forhold til om jeg stilte spørsmål som kunne bekrefte mine antagelser eller om jeg ga rom for andre og muligens nye nyanser og fortellinger. I dette oppstår det, ifølge Kvale og Brinkmann (2012),

et spenningsfelt mellom det at man som forsker har kunnskap om forskningsspørsmålet, samtidig som en skal møte informanten forutsetningsløst.

Jeg har i denne studien valgt betegnelsen informant, men vil understreke at mitt syn ikke ligger i at jeg som forsker, som Thagaard (2013) beskriver, "henter" informasjon fra de som studeres, men at kunnskapen nettopp skapes i relasjonen mellom oss, i tråd med den fenomenologiske tilnærmingen. I intervjuguiden (vedlegg 3) hadde jeg 10 hovedspørsmål, med tilhørende stikkord som hjelp i tilfelle uklarheter underveis i intervjusituasjonen. Disse stikkordene ble utformet på forhånd ut fra en bevissthet om å tilstrebe en mest mulig nøytral posisjon, og med mål om å i størst mulig grad unngå verdiladde ord og begreper ved utdyping av spørsmål. Rekkefølgen av temaer og spørsmål er åpen i en semistrukturert intervjuguide, slik at forskeren har mulighet til å følge intervjupersonene i deres fortelling og historier (Kvale & Brinkmann, 2012). Min opplevelse var at en fleksibel rekkefølge i spørsmålsstillingen, samt rom for ettertanke og refleksjon, var svært fruktbart.

### **3.4 Utvalg**

Informantene i denne studien er valgt ut fra at de kan si noe om forskningsspørsmålet jeg stiller, altså på bakgrunn av at de innehar bestemte kvalifikasjoner og egenskaper som er sentrale for forskningsspørsmålet mitt. Det er med andre ord et strategisk utvalg (Thagaard, 2013). Bakgrunnen for det strategiske utvalget i min studie ligger i at alle informantene gjennom sitt arbeide møter både personer som er i eksistensielle kriser eller som strever med eksistensielle spørsmål, pårørende, samt ansatte som jobber med denne problematikken. Disse møtene foregår gjennom samtaler. Jeg rekrutterte informantene gjennom å sende en e-post til tjenesten, som videre ble sendt til de ansatte. Informantene som ønsket å delta i intervju, tok direkte kontakt med meg. Postholm (2010) hevder at ved å intervju tre personer, kan forskeren finne en felles essens i informantenes opplevelse av sine erfaringer. Jeg fikk i denne studien mulighet til å intervju fem informanter. Det ble gjennomført fem intervjuer, men kun fire intervjuer ble inkludert i analysen. Dette på grunn av at en av informantene hadde en bakgrunn som var mindre relatert til rådgivningsfeltet, og selv om dette intervjuet ga et svært interessant innblikk, ble informasjonen noe sekundær i forhold til problemstillingen. I tillegg ble kriteriet rundt ivaretagelse av informantens anonymitet utfordret, noe som veide tungt i beslutningen om å utelukke intervjuet fra analysen. Felles for informantene er at de alle er utdannet prester med etter- og videreutdanning. I et utvalg er det ønskelig med variasjon i forhold til kjønn, alder og yrkeserfaring (Postholm, 2010), noe også dette utvalget representerer. Jeg har på grunn av konfidensialitetshensyn valgt å anonymisere med

pseudonymer, og på grunn av at informantene også har felles arbeidsplass har jeg valgt tilfeldige pseudonymer i forhold til kjønn. En problematisering av utvalg vil bli videre diskutert i kapittel 3.8.2. Alle informantene fikk informasjonsskriv (vedlegg 2) i god tid før intervjuene fant sted, og signerte samtykkeskjema på at de hadde fått den informasjonen de trengte for å delta i prosjektet.

### **3.5 Gjennomføring av intervju**

Dalen (2004) understreker betydningen av å gjennomføre pilotintervju. Jeg gjennomførte ett prøveintervju, og opplevde at dette var svært betydningsfullt i form av at jeg fikk øve meg i forskerrollen. Det ble i dette intervjuet benyttet lydopptak, noe som gjorde at jeg fikk mulighet til å vurdere min egen rolle og egne formuleringer underveis. Siden jeg fikk tilbakemeldinger både på intervjuguide og egen rolle i pilotintervjuet, opplevde jeg å bli tryggere i forkant av intervjuene, noe som jeg igjen opplevde at hjalp meg til økt tilstedeværelse i intervjuene. Intervjuene ble etter samtykke fra informantene også gjennomført ved hjelp av lydopptak. Dette hjalp meg som forsker til å få større mulighet til å lytte, noe som var betydningsfullt i forhold til å kunne stille oppfølgingsspørsmål til det informantene fortalte. Helheten i informantenes utsagn, gjennom tonefall og pauser, ble også bedre ivaretatt. Intervjuene ble, etter informantenes ønske, gjennomført på deres arbeidsplass. Jeg valgte å kort presentere meg selv og min bakgrunn i starten av intervjuene, samt en presisering av informasjonen som ble gitt i informasjonsskrivet. Herunder at spørsmålene ikke ville omhandle tredjepart (se kapittel 3.8.5). Jeg presiserte også i forkant av intervjuet at informantene selv måtte velge hvor mye de ville dele. Alle intervjuene varte mellom 45-75 minutter. Samtalene ble avsluttet etter at informantene hadde fått mulighet til tilføye eller oppklare noe av det som hadde blitt sagt, og etter at de hadde gitt uttrykk for at de var klare for å lukke samtalen. Dette for å ivareta informantene.

### **3.6 Transkribering**

I denne studien valgte jeg å selv transkribere lydopptakene fra intervjuene, noe som jeg opplevde ga meg en større nærhet til datamaterialet. På grunn av at alle intervjuene ble gjennomført fortløpende, hadde jeg ikke mulighet til å transkribere ferdig intervjuene før neste intervju ble gjennomført. Jeg valgte derfor å lytte på lydopptakene etter at de var gjennomført, for å høre hvilke spørsmålsformuleringer som fungerte, hvor det var nødvendig med mer presise formuleringer og for å se om det var temaer eller nyanser jeg ikke hadde fanget opp underveis. Likevel var jeg bevisst at dette ikke skulle påvirke min subjektivitet i neste intervju, og tilstrebet å stille mest mulig åpent overfor hver informant. En transkripsjon

innebærer omdanning fra muntlig samtale til en skriftlig tekst. Dette innebærer også en fortolkningsprosess (Kvale & Brinkmann, 2012). Jeg valgte på bakgrunn av dette å lytte til lydopptakene om igjen etter at transkripsjonene var gjennomført, for å tilstrebe at tegnsetting som punktum og komma var mest mulig korrekt. Transkripsjonsarbeid innebærer at stemmeleie og kroppsspråk ikke blir synliggjort, og som Kvale og Brinkmann beskriver: "Transkripsjoner er kort sagt svekkede, dekontekstualiserte gjengivelser av direkte intervjusamtaler" (2012, s.187). Jeg valgte å skrive alle intervjuene på bokmål for å bedre sikre anonymitet. Jeg valgte også å utelukke fyllord, med unntak av der jeg anså det som hensiktsmessig for meningsinnholdet. Ved å utelukke fyllord opplever jeg at leseropplevelsen blir bedre, samt at dette er hensiktsmessig siden transkripsjonene ikke brukes til språklig analyse, men for å vise intervjupersonens fortellinger (Kvale & Brinkmann, 2012). I tillegg opplever jeg at dette er med på å sikre anonymitet, da kjennetegn ved informantens uttrykksmåte ikke blir synliggjort. Sitatene som er brukt, er gjennomgående merket med tilhørende pseudonym.

### **3.7 Dataanalyse**

Corbin og Strauss (2008) definerer analyse av kvalitative data på denne måten: "Analysis involves examining a substance and its components in order to determine their properties and functions, then using the acquired knowledge to make inferences about the whole" (s.45). Hensikten er med andre ord å synliggjøre nyanser og variasjoner gjennom å se på både deler og helhet av materialet. De hevder videre at forskerens oppgave er å være oversetter av andre personers ord og handlinger, men siden hver forsker er forskjellig og med forskjellig innfallsvinkel, er det viktig med en bevissthet rundt at det kan fortelles flere historier ut fra samme datamateriale (Corbin & Strauss, 2008). Analyseprosessen i en kvalitativ studie starter allerede i intervjuene, ut fra observasjoner og refleksjoner forskeren gjør seg underveis (Dalen, 2004). Jeg valgte på bakgrunn av dette å skrive refleksjonsnotater etter hvert intervju, der jeg reflekterte over sentrale temaer i intervjuene og egen rolle som forsker, for på denne måten bevisstgjøre mitt ståsted.

Postholm (2010) hevder at analysemetoden grounded theory egner seg for kvalitative studier, spesielt der hvor koding og kategorisering er sentralt. Gjennom denne prosessen blir det knyttet begreper til utsnitt av data, samtidig som det foregår en refleksjon over det meningsinnholdet dataene innehar (Thagaard, 2013). Jeg har derfor tatt utgangspunkt i den trinnvise analyseprosessen i grounded theory, beskrevet av Corbin og Strauss (2008) og Postholm (2010):



*Åpen koding* betyr at man bryter opp dataene i mindre brokker og kategoriserer fenomenene. Forskeren må her stille spørsmål til hva fenomenet er og hva det representerer, og foreta sammenligninger mellom de ulike brokkene i datamaterialet. Ved å navngi kategoriene, kan forskeren utvikle kategorien analytisk. Navnene vil komme både fra ord og uttrykk informantene bruker, men også uttrykk som stammer fra forskerens teoretiske bakgrunn. Det viktigste er at uttrykkene er betegnende for innholdet i brokkene (Postholm, 2010). Etter at transkripsjonene var gjennomført, valgte jeg å kode i størst mulig grad ut fra informantens ord og uttrykk. Jeg lagde deretter ett tankekart for hvert intervju, for å lettere kunne se sentrale temaer som skilte seg ut. Etter å ha lagd et tankekart for hvert intervju, lagde jeg så ett felles tankekart. Gjennom dette fikk jeg mulighet til å dele opp materialet og sette det sammen på nye måter, samtidig som jeg gjennom de første tankekartene hadde en illustrert oversikt over sammenhengen de opprinnelig tilhørte. På bakgrunn av dette ble kategoriene: *Medvandrer i nytt og vanskelig landskap, Det avmektige nærvær, Likeverd-det gjør noe med samtalen, Alle er mer enn vi ser, Å gi verdi til følelsene og opplevelsene, Å finne rom for seg selv, Den profesjonelle samtalepartner, Nærhet og distanse og Livssyn som ressurs.*

*Aksial koding* fremhever Corbin og Strauss (2008) at henger tett sammen med åpen koding. De beskriver aksial koding som en handling der man relaterer kategorier til hverandre, og denne prosessen går dermed hånd i hånd med åpen koding. Postholm (2010) beskriver målet i denne prosessen som å spesifisere en kategori eller et fenomen. Jeg så etter hvert gjennom arbeidet med den åpne kodingen at materialet trakk i litt ulike retninger. Mine hovedkategorier ble gjennom dette *Den viktige samtalen, Bekrefte verdighet og Hjelperrollen.* Arbeidet med den aksiale kodingen opplevdes som svært utfordrende, på bakgrunn av at kategoriene til tider overlappet hverandre. Jeg opplever at det som kan ses på som overlappende tematikk, også er med på å sikre at nyansene i informantenes erfaringer og opplevelser kommer frem.

*Selektiv koding* er prosessen der forskeren finner frem til en kjernekategori som representerer forskningens hovedtema. Denne kategorien skal kunne binde sammen alle underkategoriene slik at det dannes en helhet, kategorien skal altså i få ord beskrive hva forskningen handler om. I denne fasen av prosessen utvikler forskeren begreper og modeller som kan bidra til å forstå fenomenet en studerer (Postholm, 2010). Jeg ser et hovedtema gjennom det jeg har valgt å kalle kjernekategori *Anerkjennelsens uttrykk.* Sentralt i informantenes beskrivelser var fraværet av teknikker og strategier, men snarere et fokus på betydningen av et holdningsgrunnlag i møte med mennesker i eksistensiell krise. Alle informantene trakk frem

anerkjennelse som betydningsfullt. Jeg velger å se dette gjennom hvordan anerkjennelse på en overordnet måte kommer til uttrykk i en samtale, og kjernekategori *Anerkjennelsens uttrykk* favner på denne måten både underkategorier fra den åpne kodingen samt hovedkategorier fra aksial koding. Denne kjernekategori har vært sentral i forhold til å kunne svare på problemstillingen, og har også bidratt til utforming av drøftingsspørsmålene i kapittel 5. Vedlegg 4 illustrerer analyseprosessen i min studie.

### **3.8 Kvalitet på studien**

I kvalitativ forskning er det ikke statistisk generalisering som er formålet med studien.

Kvalitetskravet avhenger derimot av om forskningen viser høy kvalitet og kompetanse når det gjelder gjennomføring og fremstilling. Nøyaktighet, systematikk og gjennomførbarhet er sentrale momenter (Thornberg & Fejes, 2009). Forskere innenfor den kvalitative tradisjon er i likhet med den kvantitative tankemåte opptatt av objektivitet, men objektivitet som en lojalitet overfor informantens bidrag og en reflektert holdning over eget ståsted og påvirkning (Kvale & Brinkmann, 2012). "Subjektiviteten skal ikke legges til side, men komme frem" (Postholm, 2010, s.128). Som Postholm (2010) beskriver, er forskeren det viktigste forskningsinstrumentet i kvalitativ forskning, og det er derfor viktig at jeg synliggjør min subjektivitet. Dette vil bli nærmere utdypet i kapittel 3.8.4. Jeg vil på bakgrunn av dette se på hvordan jeg sikrer kvalitet i min studie gjennom kriteriene reliabilitet, validitet og overførbarhet.

#### **3.8.1 Reliabilitet**

*Reliabilitet* beskrives av Thagaard (2013), med bakgrunn fra Silvermann (2011), som et kriterie som belyser forskningens pålitelighet. For å styrke reliabiliteten i en studie er det sentralt med transparens, i form av at forskningsstrategi og analysemetode blir synliggjort. På denne måten gis leseren og andre forskere mulighet til å vurdere prosessen trinnvis. Ledende spørsmål er ett moment som kan utfordre resultatenes reliabilitet. Dette kan påvirke informantenes svar, og dermed funnene som blir gjort. Jeg som forsker må være bevisst mitt ståsted i møte med forskningsfeltet, i forhold til at dette er tematikk som jeg interesserer meg spesielt for og har noe forkunnskap om. Det at jeg har bakgrunn fra rådgivning kan også være med på at jeg tar enkelte aspekter for gitt i møte med andre rådgivere. Direkte sitater fra informantenes utsagn kan her være med på å styrke reliabiliteten, i form av at sitatene er "urørt" av forskeren (Tjora, 2010). Gjennom beskrivelse av metodisk tilnærming til mitt forskningsspørsmål, er jeg med på å sikre studiens reliabilitet. Gjennom den teoretiske rammen beskrevet i kapittel 2, har jeg også synliggjort mitt teoretiske utgangspunkt. Jeg har i

tillegg som vedlegg i denne oppgaven kvittering fra NSD, informasjonsskriv, intervjuguide og en illustrasjon av kategoriene i analyseprosessen og de medfølgende drøftingsspørsmålene. I kapittelet om presentasjon av funn har jeg i størst mulig grad brukt direkte sitater, for å tilstrebe at informantenes stemmer kommer tydelig frem. Samtidig har det også vært nødvendig å sammenfatte noen funn gjennom mine egne ord. Selv om utgangspunktet for en slik sammenfatning også har vært mest mulig konsentrert rundt informantenes språklige betegnelser, ser jeg at dette i noen grad også blir min rekonstruksjon, gjennom at informantenes uttalelser blir tatt ut av sin opprinnelige sammenheng og igjen plassert i sammenheng med hverandre. Jeg har på bakgrunn av dette benyttet meg av det Postholm (2010, s.132) beskriver som "member checking." Dette vil si at jeg har sendt mine informanter kapittelet omhandlende presentasjon av funn, for å se om de kjenner seg igjen i mine beskrivelser og tolkninger. Informantene kom ikke med innspill eller korrigeringer til dette.

### **3.8.2 Validitet**

*Validitet* betyr gyldighet. Et sentralt spørsmål innenfor vurdering av forskningens gyldighet er om man har fått svar på det man har spurt om (Thornberg & Fejes, 2009). Validitet betinges av forskerens evne til å vise gjennomsiktighet gjennom forskningsprosessen, og på hvilken måte forskeren har kommet frem til ny forståelse (Thagaard, 2013). Jeg så det som hensiktsmessig i denne studien å ta utgangspunkt i en fenomenologisk-hermeneutisk tilnærming på bakgrunn av at jeg ønsket å utforske informantenes opplevelse av fenomenet anerkjennelse, samtidig som jeg var bevisst min egen forforståelse som en del av tolkningsgrunnlaget. Jeg opplever at denne tilnærmingen har vært hensiktsmessig for å svare på mitt forskningsspørsmål. Det kan hevdes at utvalget i studien blir lite nyansert siden alle informantene jobber på samme sted. Siden forskningsspørsmålet omhandler informantenes subjektive opplevelser, mener jeg at funnene innehar stor gyldighet. Dette på grunn av at forskningsspørsmålets funn betinges av den enkelte informants forforståelse, holdninger, verdier og tidligere erfaringer. I denne studien valgte jeg også å skrive logg over egne refleksjoner gjennom intervjuprosessen.

### **3.8.3 Overførbarhet**

*Overførbarhet* er et annet sentralt begrep i vurderingen av studiens kvalitet. Er funnene relevante innenfor andre kontekster? Her er synliggjøring av forskerens ståsted viktig, slik at leseren selv kan vurdere hvilken innvirkning dette ståstedet har hatt for resultatene i studien (Thagaard, 2013). Mitt ståsted beskrives i kapittel 3.8.4. Konteksten for studien er sentral

(Kvalsund, 2005). Det vil si at jeg i denne forskningsprosessen befinner meg innenfor en bestemt kontekst, der jeg utforsker fenomenet anerkjennelse sett i forhold til rådgiveres møte med personer i eksistensiell krise. Det vil ha betydning for meningene av funnene i en annen kontekst, da man må se på konteksten som funnene er en del av og forstås i forhold til. Tykke beskrivelser som også inneholder fortolkning av fenomener, gir leseren mulighet til å oppdage likheter mellom sin egen situasjon og den konteksten som er beskrevet i studien. Dette kan igjen gi en forståelse for materialet som en parallell erfaring (Postholm, 2010; Thagaard, 2013). Denne studiens kontekst og tykke beskrivelser kommer frem gjennom metodekapittelet i denne studien, samt kapittelet presentasjon av funn.

#### ***3.8.4 Min forskerrolle***

Utgangspunktet for valg av tema og formulering av forskningsspørsmålet var i stor grad farget av min bakgrunn som sykepleier og teoretisk bakgrunn fra rådgivningsstudiet. Jeg har som tidligere beskrevet i innledningen noe erfaring rundt møter med mennesker i eksistensielle kriser. Jeg har alltid hatt en interesse for sorgarbeid, nettopp fordi det er et kompleks område som setter store krav til hjelperens kompetanse. Min oppfatning ligger i at oppgaven å møte personer i eksistensielle kriser på en måte som oppfattes godt for den enkelte, er krevende, men av svært stor betydning. Anerkjennelse har blitt et viktig fenomen for meg gjennom utdanningen, og som tidligere nevnt, møtte jeg feltet med en oppfatning av at anerkjennelse er betydningsfullt i møte med mennesker i eksistensiell krise. På bakgrunn av at jeg også opplever fenomenet anerkjennelse som svært komplekst og sammensatt, et fenomen som det ikke finnes noe enkelt svar eller forklaring på, ble dette en hjelpende faktor i forhold til å innta en undrende holdning og interesse overfor informantenes opplevelser. Jeg tilstrebet å møte informantene mest mulig forutsetningsløst, i form av å være bevisst min egen forforståelse av fenomenet. Postholm (2010) bruker begrepet epoche, og beskriver det som at forskeren tilstreber å sette til side sin forforståelse. På bakgrunn av dette var jeg, som tidligere nevnt, forsiktig med å presentere egne vurderinger og synspunkter verbalt i intervjuene, samtidig som jeg har en bevissthet rundt at min nonverbale kommunikasjon også kan være av betydning. I ett intervju opplevde jeg å bli rørt av informantens fortelling, og dette er et nonverbalt uttrykk som kan spille inn på informantens videre fortelling.

I utforming av intervjuguide, forberedelse til intervjuer og videre analyse og tolkning av data, er det, ifølge (Thagaard, 2013), viktig at jeg er bevisst min forforståelse i form av at jeg ikke kun må lete etter utsagn som bekrefter mine antagelser om anerkjennelsens betydning. Dette vil også være uetisk, da informantens bidrag ikke får komme frem i sin helhet. I dette ligger

det en bevissthet rundt intervjuet som en asymmetrisk maktrelasjon. Det er jeg som forsker som definerer tema, spørsmål og oppfølgingsspørsmål, og det blir da sentralt å se på om spørsmålene er etiske forsvarlige i forhold til tema, og om de har sin naturlige plass i samtalen. Jeg som forsker skal være en mottaker av informantenes opplevelse, ikke en som argumenterer imot (Kvale & Brinkmann, 2012). Underveis i intervjuene inviterte jeg til utdyping av det informantene sa, samt stilte spørsmål rundt min egen fortolkning for å sjekke ut om min forståelse ble oppfattet som riktig. Dette på bakgrunn av at forståelsen bygger på en forforståelse, som tidligere beskrevet. Dette opplevde jeg som klargjørende, samt at tematikken i enda større grad ble utdypet og nyansert ved at informantene på denne måten reflekterte videre. I tillegg er dette med på å sikre kvaliteten av funnene i studien. Jeg oppdaget også underveis i intervjuene at det ble rom for pauser, og at disse pausene i stor grad bidro til videre refleksjoner. Spesielt gjennom lydopptakene gjorde jeg en oppdagelse rundt hvor fruktbart dette var, da det bidro til større refleksivitet rundt tematikken, og dermed klargjøring i større grad. I tråd med den fenomenologiske tilnærmingen ba jeg informantene beskrive hva de la i fenomenet anerkjennelse, i stedet for å presentere en definisjon i forkant. Etter hvert intervju oppsto det nye spørsmål, som igjen ble med inn i neste intervju. På bakgrunn av at jeg hadde fått tilbakemeldinger både i pilotintervjuet og et av intervjuene på at spørsmålene mine opplevdes som åpne, var jeg bevisst på å holde meg i mest mulig grad til spørsmålene, selv om rekkefølgen av spørsmålene i høy grad varierte. Dette på grunn av at jeg ønsket at hver enkelt sin opplevelse og erfaring skulle få komme frem, uavhengig av funn i tidligere intervjuer.

I mine refleksjonsnotater har jeg beskrevet at jeg syntes det var utfordrende å klare å opprettholde en nøytralitet da informantene iblant etterspurte mine synspunkter. Jeg forsøkte å imøtekomme spørsmål uten å uttale meg på en måte som kunne virke ledende. Mine refleksjonsnotater fra intervjuene beskriver at jeg i stor grad ble overrasket over funnene. Som tidligere nevnt, hadde jeg en antagelse om at anerkjennelse var betydningsfullt i møte med mennesker i eksistensielle kriser, men at nyansene i informantenes fortellinger i stor grad overrasket meg. Ett eksempel på dette er at jeg ikke hadde forutsett at livssyn og tro ville bli sentrale temaer. Dette var et funn som gjorde seg gjeldene i alle intervjuene. I noen tilfeller opplevde jeg også en gjenkjennbarhet i forhold til mine tidligere erfaringer, noe som kan ha blitt tydeliggjort gjennom nonverbal kommunikasjon. På grunn av min bakgrunn fra rådgivningsfeltet, er et klart skille og refleksjon over rollene viktig. Det er også et etisk spørsmål, informantene må bli ivaretatt slik at de ikke utleverer seg i større grad enn de er

komfortable med. I et intervju er forskeren en mottager, ikke en hjelper (Kvale & Brinkmann, 2012). Dette understrekes også i retningslinjene til Forskningsetiske komiteer, punkt 19: "Forskerens ansvar for å fremtre med klarhet" (Den nasjonale forskningsetiske komitè for samfunnsvitenskap og humaniora, 2006, s.29). Jeg vil i neste kapittel gå nærmere inn på etiske hensyn i denne forskningsprosessen.

### ***3.8.5 Etiske vurderinger og betraktninger***

Innenfor den kvalitative metoden reises en rekke etiske utfordringer, spesielt på grunn av at det er en nær kontakt mellom forsker og informant (Thagaard, 2013). Jeg måtte i forkant av intervjuene ha informert samtykke fra mine informanter. Det vil si at jeg måtte gi tilstrekkelig informasjon omhandlende hva studien går ut på, hvordan personopplysninger oppbevares og anonymisering av deltakerne (se vedlegg 2). Deltakerne ble informert om at de når som helst kunne trekke seg underveis i studien, uten at det ville få konsekvenser for den enkelte. Studien fordrer også krav til konfidensialitet (Thagaard, 2013). Gjennom forskningsprosessen fikk jeg tilgang til direkte og indirekte personopplysninger. Studien var dermed meldepliktig, og ble søkt inn til NSD (Norsk Samfunnsvitenskapelig datatjeneste, 2012a) (Se vedlegg 1). Lister som inneholder personopplysninger oppbevares adskilt fra resten av datamaterialet og destrueres etter at forskningsperioden er over. Navn på informantene ble anonymisert, og jeg har brukt pseudonymer allerede i transkriberingen for å sikre deltakernes anonymitet gjennom hele prosessen. I tillegg måtte jeg i utformingen av intervjuguide være bevisst at informantene har taushetsplikt, og at spørsmål derfor ikke må omhandle tredjepart (Norsk Samfunnsvitenskapelig datatjeneste, 2012b). Dette understrekes også i forskningsetiske retningslinjer, punkt 11; "Hensynet til tredjepart" (Den nasjonale forskningsetiske komitè for samfunnsvitenskap og humaniora, 2006, s.16). Siden jeg intervjuet rådgivere fra samme rådgivningstjeneste, stilles det ekstra store krav til anonymisering. Dette fremheves i forskningsetiske retningslinjer, punkt 6 (NESH, 2006, s.11). Her påpekes det at forskeren må respektere de utforskede personer i forhold til integritet, frihet og medbestemmelse, spesielt hvis individer kan identifiseres gjennom en gjenkjenning av personer eller miljø. For å imøtekomme dette kravet, valgte jeg å la informantene lese presentasjon av funn, samt min presentasjon av utvalg.

I dette kapittelet har jeg redegjort for valg av metode og beskrevet mine metodiske valg trinnvis. Jeg avslutter kapittelet med en redegjørelse for kvalitet i studien. Jeg vil videre i oppgaven gjøre rede for resultatene etter grounded theory-analysen gjennom kapittelet Presentasjon av funn.

## 4 Presentasjon av funn

I dette kapittelet presenteres funnene i studien, og det gjøres gjennom presentasjon av hovedkategorier og delkategorier som er blitt dannet underveis i analyseprosessen. Dette utgjør samlet det som ses på som fremtredende og sentrale funn i datamaterialet. På bakgrunn av problemstillingen *På hvilken måte er anerkjennelse av betydning for rådgiverens møte med mennesker i eksistensiell krise?* er det tre kategorier som står frem som sentrale i min studie: *Den viktige samtalen*, *Bekreftede verdighet* og *Hjelperrollen*. Delkategoriene er med på å belyse hovedkategoriene i større grad ved å vise de forskjellige nyansene som befinner seg innenfor hver hovedkategori. Både hovedkategoriene og delkategoriene har blitt til gjennom nær kontakt med det empiriske materialet, og de språklige betegnelse på hver av kategoriene kommer i hovedsak fra informantene, som Glaser (1978) og Strauss (1987) gjengitt i Postholm (2010), betegner som "in-vivo"-kategorier. Både min forforståelse og mitt teoretiske utgangspunkt er med på å forme kategoriene bevisst og ubevisst, og for å beholde nærheten til datamaterialet har jeg valgt denne fremgangsmåten.

### 4.1 Hovedkategori 1: Den viktige samtalen

Denne kategorien omhandler det som informanten Aud kaller *Den viktige samtalen*. I dette ligger det et behov for en anerkjennelse av at tematikken eksistensielle spørsmål og kriser er viktig, og at personer i eksistensielle kriser ofte ønsker å snakke om, og tar opp, spørsmål omhandlende dette i samtaler. Informantene trekker alle frem det de ser som viktige komponenter i samtalen med personer i eksistensiell krise, komponenter som i stor grad er med på å påvirke samtalen kvaliteten. I denne kategorien viser jeg funn som har fellestrekk, samtidig som nyanser kommer frem i forhold til at informantene både vektlegger de forskjellige komponentene i ulik grad og at de bruker forskjellige språklige uttrykk. Fellestrekk i denne hovedkategorien er holdningsgrunnlaget informantene mener må være på plass i møtet med den andre. Alle informantene understreket betydningen av at de i sitt arbeid ikke har en agenda, og hvor viktig det er at samtalen foregår på den andres premisser. Derfor ble det viktig å møte den andre med en åpenhet fra første stund, og en vilje til å følge den andre.

*Det er ikke alltid at... altså noen ganger kan det være sånn at jeg kommer til en som er i krise, og så hilser jeg på vedkommende, og så... kan det være at jeg bare spør om jeg kan sette meg ned. Og så setter jeg meg ned, så ser jeg hva som skjer (Kari).*

Aud, som bruker betegnelsen *den viktige samtalen*, understreker nødvendigheten av å fange opp behovet den andre kan ha for å snakke om de eksistensielle temaene. Dette innebærer å tørre å gå inn i tematikken og dermed overstige blygheten som kan ligge rundt. Alle

informantene var opptatt av hvor viktige de eksistensielle spørsmålene er for personene de møter, uansett bakenforliggende årsak til den eksistensielle krisen.

*[...] de eksistensielle problemene er jo, eller temaene, er jo det som gir mening for et menneske. Og det er grunnmuren, det du bygger livet ditt på. Og hvis at, hvis den grunnmuren begynner å sprekke, da har du en eksistensiell krise (Ola).*

Informantene synliggjorde bredden eksistensielle kriser kan omhandle, og at både åndelige og eksistensielle spørsmål, sykdom, mening, relasjoner, familie og økonomi kan være temaer som tas opp i en samtale. Dette kan igjen ses opp mot fraværet av agenda ved at alle problemstillinger ble sett i møte med den andre.

*Noen ganger kan det være de store dyp og de store filosofiske samtalene, noen ganger kan det være ganske enkelt, og jeg er nødt til å være med. Det er like viktig de enkle, små spørsmålene som de store, filosofiske samtalene (Aud).*

Samtalene var et tilbud uavhengig av religion og livssyn, og ble også benyttet uavhengig av dette. Kari understreker at livssyn heller ikke behøver å ha betydning i forhold til om personene de møter er opptatt av de eksistensielle spørsmålene:

*Og at de eksistensielle spørsmål er i og for seg ikke noen forskjell på det om man er... om man har religiøs tro eller ikke, det er det samme, det er i bunn og grunn de samme spørsmålene uansett. Det er bare litt forskjellige innfallsvinkler til de (Kari).*

Informantene fremhevet i stor grad det holdningsmessige grunnlaget som måtte være tilstede i møte med personer i eksistensiell krise. Underkategoriene *Medvandrer i nytt og vanskelig landskap*, *Det avmektige nærvær* og *Likeverd- det gjør noe med samtalen* vil belyse nyansene i hva informantene trekker fram som sentralt i *Den viktige samtalen* ytterligere.

#### **4.1.1 Medvandrer i nytt og vanskelig landskap**

Ola bruker metaforen *medvandrer i nytt og vanskelig landskap* om hjelperens oppgave i samtaler med personer som befinner seg i en krise. I betegnelsen *medvandrer* legges betydningen en ikke-dirigerende, støttende fremgangsmåte, der oppgaven blir å være en følgesvenn som kan skissere valg og muligheter, men som overlater beslutningen til den andre. I betydningen av å være en medvandrer legges det også en aksept av avgjørelsene som blir tatt av den andre, uavhengig om en selv er enig eller ikke.

Metaforen som Ola bruker om å befinne seg i *et nytt og vanskelig landskap* kan ses på som at personer i eksistensielle kriser kan bli utfordret på måter som kan oppleves nye og skremmende. Dette kan ses i likhet med et utsagn fra Kari:

*[...] altså de har noen sanne krisepregede reaksjoner, og så kjenner de ikke igjen seg selv, og så lurere de på om de begynner å bli... "Blir jeg gal nå, eller er jeg sprø,*



*liksom?" Og så vet jo vi at i en krisesituasjon så kan man reagere på mange forskjellige... litt... i gåseøyne, rare måter, som i hvert fall oppleves som fremmed for en selv (Kari).*

I en samtale med personer i eksistensiell krise fremhever Aud at det er viktig at hjelperen selv har tenkt gjennom de store spørsmålene i livet for sin egen del, ikke for nødvendigvis å ha svar, men for å tørre å møte de spørsmålene som måtte komme. Knut gir uttrykk for at et svar heller ikke nødvendigvis er ønskelig:

*[...] det er mange som har spurt: "Hva er meningen med livet?" og det er egentlig litt det samme. Så er de jo ikke interessert i å få et svar fra meg. De er interessert i en samtale og i å undres, og kanskje mer å på en måte få en anerkjennelse av spørsmålsstillingen da, enn et svar (Knut).*

Det å være medvandrers belyses også av Kari som beskriver hjelperens rolle i den viktige samtalen: *[...]altså jeg tenker at poenget med en sånn samtale er å formidle støtte, forståelse eller nærvær, eller... være en som... et slags vitne på en måte, en som lytter og tåler det som blir fortalt. Metaforen medvandrers belyser igjen dette som en som kan være med på veien, men som ikke har oppgaven som veiviser. I dette ligger en holdning preget av at den andre vet best, som Kari beskriver som å ta autonomi på alvor.*

#### **4.1.2 Det avmektige nærvær**

Denne underkategorien omhandler betydningen av et nærvær i samtale med personer i eksistensiell krise, noe som var en faktor alle informantene la stor vekt på. Ola: *[...] i mange tilfeller er det faktisk også sånn at bare vårt nærvær kan ha betydning for en pasient. Ikke alt det vi sier, men at vi lytter. Det avmektige nærvær beskrives av Knut som et nærvær der hjelperen må ta avstand til behovet for å skulle komme med svar eller ordne opp. Knut beskriver dette avmektige nærværet som både frigjørende og smertefullt. At... hvis en anerkjenner sin egen avmakt så kan det være noe frigjørende i det. Det synliggjør en bevissthet rundt hjelperens egen rolle, som beskrives som det å være tilstede for den andre og kunne tåle det som er utålelig. Denne bevisstheten inkluderer også det å sette grenser for seg selv som hjelper.*

*Altså det å være tilstede hos folk og bare tåle at det er fælt, uten å skulle fikse det. For det er jo en trang vi folk ofte har, når noe er vanskelig, så må vi jo hjelpe å fikse det (Knut).*

I stedet for å skulle fikse, understreket alle informantene at de i stedet jobbet med å validere opplevelsen, konkretisere, stille oppfølgings spørsmål og jobbe med skille ut hva som opplevdes som viktig og mindre viktig i situasjonen. Aud beskriver et eksempel på hvordan et slikt bidrag i samtalen kan være:

*"Jeg har mistet alt håp!" "Du har ikke et bittelite håp for i dag?" sier jeg da, ikke sant. "Jo, at hun skal smile til meg en gang til." For eksempel, det er ganske langt fra det store håpet om å bli frisk (Aud).*

Aud belyser at tilstedeværelsen må være av en sånn art at den andre tør å komme med spørsmål, spørsmål som mange av de som er i kriser så vidt har turt å stille seg. Dette betyr også en tilstedeværelse som kan være uten ord. *Eller en annen kunne si: "Jeg orker ikke snakke nå." "Nei, jeg kan sitte her. Vi kan sitte sammen."* Aud beskriver noen opplevelser ved at denne framgangsmåten fører til at den andre likevel begynner å snakke. Men at det også er fokus på at stillhet er velkomment og godtatt. Et avmektig nærvær i samtalen forutsetter også at man både har, og bruker tid. Ola: *Så en skal være veldig var på den respekten for å la folk få bruke tid til den prosessen med å komme frem til det valget som de kan stå for.*

#### **4.1.3 Likeverd- det gjør noe med samtalen**

Denne underkategorien beskriver hvordan informantene understreket betydningen av likeverd i relasjonen mellom hjelper og den kriserammede. I dette ligger det at hjelperen ikke tar på seg en ekspert-rolle i møte med eksistensielle kriser. Aud beskriver likeverd på denne måten: *Vi er dypest sett i samme båt. Vi er dødelige. Jeg vet at jeg skal dø, men ikke når og hvordan. Pasienten vet litt mer, ofte, fordi jeg jobber så mye med dødssyke.* Dette kan ses på som en holdning preget av ydmykhet i møte med den andre. *Og det gjør noe med samtalen! Jeg sier det jo ikke!* (Aud). På grunn av at dette ikke er noe som tematiseres i samtalen, blir det mer som et tankesett som ligger i bakgrunnen. Aud beskriver denne måten å tenke på som et viktig bidrag i det å møte personer i kriser.

*Og da tror jeg det blir mindre klamt. Og for en pasient å snakke med et menneske som tenker sånn. Jeg er liksom ikke suveren. Jeg er ikke hevet over livets store kriser. Men oppgaven min er å tåle krisen.*

Alle informantene mente at det var viktig å unngå en ekspertrolle. Foruten betydningen av likeverd, satte de også fokus på hvor viktig det var å unngå råd i møte med personer i eksistensielle kriser. Knut forteller om situasjoner der råd har blitt direkte etterspurt, men likevel ikke blir tatt imot. *Så min erfaring er at folk som ber om råd, de ber egentlig ikke om råd, det er mer en slags sånn desperasjon, fordi de faktisk ikke vet hva de skal gjøre, og det vet jo ikke jeg heller.* Å gi råd kan forandre samtalen, beskriver Kari. Dette utdypes ved at samtalen oppleves som tyngre, i form av en forventning fra den andre om et bidrag.

*Mens... når jeg ikke går i den fella da, så blir samtalen mye mer dynamisk synes jeg, da får jeg mye mer spillerom, til å stille spørsmål og få den andre på banen, hvis jeg ikke har vært så dum at jeg har falt i den fella da (Kari).*

Denne underkategorien beskriver altså hvordan det at hjelperen møter den andre med en holdning preget av likeverd, gjør noe med kvaliteten på samtalen.

Hovedkategorien *Den viktige samtalen* beskriver som helhet viktigheten av at eksistensielle spørsmål blir fanget opp og møtt i møte med personer i eksistensielle kriser. Dette forutsetter et nærvær og en tilstedeværelse, samtidig som at hjelperen må fjerne seg fra en ekspertrolle. Oppgaven å tåle det utålelige er et sentralt funn.

## **4.2 Hovedkategori 2: Bekrefte verdighet**

Denne hovedkategorien omhandler hvilken betydning informantene legger i en anerkjennende holdning i møte med personer i eksistensiell krise. Alle informantene ga uttrykk for at anerkjennelse var betydningsfullt i disse møtene. Kari: *Og anerkjennelse, det... det slutter aldri å bli viktig. Altså det har man behov for hele livet, tenker jeg.* I begrepet anerkjennelse la informantene blant annet det å møte den andre med aksept, respekt, troverdighet og med en innstilling om at den andre vet best hva som er riktig for seg selv.

*Men anerkjennelse kan jo også være det å lytte. Og gjennom det å lytte, anerkjenne den andres opplevelser. Og anerkjenne den andres følelser. Og da... da blir det jo en ganske kort avstand mellom det å anerkjenne og det å bekrefte (Kari).*

Kari og Ola understreker at vi alle trenger anerkjennelse, enten vi er hjelpesøker, helper eller kollega. Kari beskriver sine erfaringer rundt det å sette fokus på anerkjennelse i møtet med den andre:

*[...] når vi da kan bekrefte eller si noe om at dette her kanskje ikke er så merkelig eller så... og tar imot den andres opplevelser eller reaksjoner som noe som ikke er merkelig eller unormalt, så vil det ofte oppleves som en anerkjennelse. Og det er en kjempe... det er fint å være med på.*

Ola understreker at en profesjonell samtalepartner må kunne ha evnen til å forholde seg til virkeligheten slik den er, ikke slik den burde ha vært. I dette ligger også en anerkjennende holdning i form av en respekt for at den andre gjør valg en selv ikke ville ha gjort. Alle informantene gir et nyansert bilde i hva de legger i fenomenet anerkjennelse. Aud bruker begrepet *bekrefte verdighet*. Informanten beskriver et tankesett eller ritual som hun gjennomgår før starten av en samtale. *Alt... altså alt jeg skal gjøre, og si, eller være, inne på dette rommet, skal bidra til å bekrefte pasientens verdighet (Aud).* Informantens syn utdypes gjennom at mennesket har en umistelig verdighet, og at i hjelperrollen er en oppgave å bidra til å hjelpe mennesker til å knytte kontakten med verdigheten sin igjen, i situasjoner der de er i ferd med å miste den. Knut trekker også frem betydningen av verdi: *Og da må en jo på en måte jobbe med å gi folk... ikke gi folk verdi, for det har de. Men å la de erfare det.*

Fenomenet anerkjennelse nyanseres som tidligere nevnt på forskjellige måter av informantene, og vil bli nærmere beskrevet i underkategoriene *Alle er mer enn vi ser*, *Å gi verdi til følelsene og opplevelsene*, og *Å finne rom for seg selv*.

#### **4.2.1 Alle er mer enn vi ser**

Denne underkategorien omhandler viktigheten av det å se mennesket. Aud understreker i at i møte med mennesker i eksistensielle kriser, møter de ofte personer som er rammet av sykdom. Informanten legger vekt på det å se hele mennesket, noe som omhandler både fysiske, psykiske, sosiale, åndelige og eksistensielle behov. Aud: *For at når det gjelder å bekrefte verdighet, altså det er at alle er mer enn vi ser, og at du er mye mer enn syk. Det er anerkjennelsen av personen.* Knut bruker betegnelsen *det friske* om tematikk som omhandler eksistensielle spørsmål og problemstillinger. Informanten beskriver at selv om de møter mange syke personer i sitt arbeide, er det mange friske problemstillinger. Det er viktig å tenke at ikke alt er sykt, sier Knut:

*[...] Og det er egentlig det jeg driver med, ikke sant. Anerkjenne den andres opplevelse. Å si at den er ikke feil, den er til og med kanskje helt fantastisk sunn. Altså, det er faktisk sunt... altså, mye psykisk lidelse, i alle fall depresjoner og sånn kan jo ofte være en helt sunn reaksjon på en ekstrem livssituasjon (Knut).*

Aud beskriver at det er mange som har mistet det som i vårt samfunn gir status, som for eksempel et attraktivt utseende eller egen jobb, og at dette er viktig tankegods å ta med seg inn i samtalen, nettopp slik at man kan se mennesket bak.

*[...] Og det er jo ikke noen, det er jo ikke noen fasit på det å bekrefte verdighet, men jeg tenker med meg selv at alle er mer enn jeg ser. Altså det er viktig for pasienten å kunne fremstå som den de ønsker å fremstå som. (Aud).*

Aud har som tidligere nevnt et rituale som gjennomgås før hver samtale, der den ene faktoren var å tenke at hun skal bidra til å bekrefte pasientens verdighet, og den andre er å fremkalle et bilde av hvordan pasienten ønsker å fremstå. I dette ligger det å se mennesket bak sykdommen. Informanten bruker et eksempel som illustrerer viktigheten av dette i disse møtene:

*[...] for eksempel, det var en som sa, det var rett før jul da: "Du skjønner det at jeg pleier å stå på trappa jeg, på gården vår, og så har jeg 16 kakebokser fulle og så tar jeg imot liksom hele slekta. Og her ligger jeg!" (Aud).*

Informanten skildrer flere eksempler på at den andre kan ha et ønske om å gi et annet bilde av seg selv enn det som ofte kommer frem ved første øyekast. Siden mange situasjoner og opplevelser kan være utfordrende, fremhever informanten at det er viktig å ha trening slik at man klarer å fremkalle dette bildet i situasjonen.

#### **4.2.2 Å gi verdi til følelsene og opplevelsene**

Informantene understreker alle at i møte med personer i eksistensiell krise, er det viktig å anerkjenne smerten den andre bærer på. Denne underkategoriens tema er derfor det kunne å gi verdi til følelsene og opplevelsene den andre bærer på. Kari beskriver dette som en holdning preget av en respekt for den andres ståsted. En slik respekt vises ved at man ikke trekker i tvil det den andre forteller, men heller møter den andre med troverdighet. Dette kan ses i likhet med et utsagn fra Ola, som også fremhever betydningen av å bli sett:

*[...] altså bekrefte, den anerkjennelsen om at når ting er vondt, så er det vondt. Og ikke bagatellisere det, men gi det den plassen det skal ha. Så i den anerkjennelsen så er jo, i bunn og grunn, det handler jo om å bli sett. Og det er jo det en har behov for (Ola).*

Ola utdyper videre at det mange vil, er at hjelperen skal lytte til klaget. Knut trekker frem det å være ærlig på at den profesjonelle samtalepartner heller ikke nødvendigvis sitter med svarene, og at det kan ligge en anerkjennende holdning i nettopp å være ærlig rundt det:

*Og det hender jo også at jeg sier at "Nå vet jeg ikke hva jeg skal si, det høres jo helt forferdelig vanskelig ut. Jeg skjønner at du ikke vet hva du skal gjøre." Og jeg tenker at hvis jeg sier det, så er det med på å gi en slags oppverd... altså da gir det verdi til den følelsen som den andre også har av å ikke vite hva jeg skal gjøre. Det er ikke nødvendigvis pasienten er dum som ikke skjønner hva hun eller han skal gjøre. Men at det faktisk ER en vanskelig situasjon (Knut).*

Ola understreker at oppgaven blir å veilede og hjelpe folk til å finne de løsningene som er det beste for de å leve med.

Kari og Knut trekker frem skam som en motsetning til anerkjennelse. Knut utdyper at dette gjelder *den usunne skammen som på en måte går på identiteten løs.*

*Altså, anerkjenne at det ikke er alt vi får til. Og at det ikke betyr at vi er dårlige eller verdiløse mennesker. Fordi det vil jo en som er plaget med veldig mye skam ofte tenke; "Hvis jeg ikke får til alt, så synes det hvor forferdelig dårlig menneske jeg er." Ikke sant, og det handler jo veldig lite om selvaksept eller selvanerkjennelse (Knut).*

En erfaring Kari har gjort seg, er at et spørsmål som ofte stilles indirekte, er: *Er jeg bra nok? Og er det jeg står for, bra nok?* Og at det for informanten er betydningsfullt å da hele tiden fremheve og bekrefte at *Ja, det er du.*

#### **4.2.3 Å finne rom for seg selv**

Denne underkategorien omhandler det å la den andre finne sitt *rom* i relasjonen. Kari beskriver dette som noe som ikke bare er viktig i forhold til den som er i krise, men også for hjelperen.

*For at det er jo ofte det som er problematikken i møte med andre og, at de har... de finner ikke... altså de blir borte, de finner ikke rom for seg selv. De finner ikke plass til seg selv i eget liv. Og hvis da den som er den profesjonelle samtalepartneren heller ikke gjør det, så er det noe med... Hvordan skal man da kunne hjelpe den andre?* (Kari).

Knut og Aud beskriver at flere av pasientene de møter ikke har vært vant til å stille seg de store spørsmålene om hva dette handler om, eller kjenne etter hva de vil. Knut uttrykker at mange derfor mangler ord for å beskrive hvordan de har det, og at informanten i slike situasjoner benytter en fremgangsmåte med fantasering sammen med den andre for å undersøke hva dette dreier seg om. Det presiseres av informanten at det hele tiden sjekkes ut i forhold til den andre, for å se om en har forstått riktig. Både Knut og Aud beskriver at det da blir viktig å være bevisst at det er en balansegang i samtalen for å kunne ivareta den andre uten å overstyre. Knut beskriver at det på bakgrunn av dette må utvises en forsiktighet i bruk av råd:

*[...] men for å kunne spørre om rådgivning og kunne vurdere det rådet en får, så må en jo på en måte ha et slags minimum av selvfølelse, for å kunne vurdere "Ja det hadde kanskje passet for meg!" og "Ja, men det gjør det jo egentlig ikke."*

Knut legger videre vekt på at det å gi råd i størst mulig grad må unngås, og at en må ha satt seg grundig inn i situasjonen før man eventuelt kan våge seg til å gi råd. Dette fordrer en bevissthet rundt egen rolle. Alle informantene understreker at mange av de spørsmålene som stilles i samtale med personer i eksistensiell krise, er gjenkjennbart i eget liv. *Og da må jeg si til meg selv: "Du, det er ikke du som skal dø nå! Du er bare... du hører på! Det er hans samtale!"* (Aud).

Hovedkategorien *Bekreftede verdighet* handler om å se hele mennesket, noe som innebærer å se personen slik som den ønsker å framstå, og hjelpe den andre til å erfare sin verdi. Å bekrefte verdighet handler også om at hjelperen må avgrense seg selv i forhold til å gi rom til den andre, og tilstrebe å kunne gi verdi til følelsene og opplevelsene den andre sitter med.

### **4.3 Hovedkategori 3: Hjelperrollen**

Denne hovedkategorien omhandler det informantene trekker frem at de ser som sentralt i hjelperrollen i møte med mennesker i eksistensiell krise. Informantene fremhever at det er en profesjonell måte å arbeide på, som gjør at hjelperen i stor grad må arbeide med seg selv og eget materiale. Ola beskriver at hjelperen må være glad i andre mennesker, at en må være genuint interessert i den andre og at dette ikke er noe man kan *ta på seg*. Videre beskriver informanten ansvaret som en har i hjelperrollen:

*[...] så forvalter man et stort ansvar, i hvordan en veileder, en kan fort havne i det å... et mentalt overgrep. I samtaler med mennesker som er i kriser og som er hjelpetrengende, på den måten, og det at en lett kan... trække feil (Ola).*

Dette, fremhever alle informantene, forutsetter at en i hjelperrollen må arbeide konstant med en bevisstgjøring og refleksjon rundt egen rolle, både for å kunne ivareta den andre og seg selv. Det går også på bakenforliggende motiver, ifølge Kari:

*[...] man kan tenke "hva er det som er grunnen til at jeg har den jobben jeg har?" Ikke sant, altså hva er det med meg som gjør at jeg er opptatt av å møte mennesker som strever, har det vondt eller er i krise?*

Aud beskriver en personlig holdning og innstilling rundt det å jobbe med personer i eksistensiell krise: *Det er veldig utfordrende! Det er kjempespennende! Jeg må velge det. For hvis ikke så er det jo alt for grusomt. Lærerikt og.*

Underkategoriene som hører til under hovedkategorien hjelperrollen, er *Den profesjonelle samtalepartner*, *Nærhet og distanse* og *Livssyn som ressurs*.

#### **4.3.1 Den profesjonelle samtalepartner**

Informantene understreket at de arbeider på et spesialistnivå. Dette gjør at samtaler med personer i krise i stor grad skiller seg fra mer dagligdagse samtaler, som Kari beskriver som *sånn som at venner eller venninner snakker om på kafé*. Kari betegner det *den profesjonelle samtalepartner*. Informantene trakk frem hvor viktig utdannelsen deres hadde vært i form av at det har bidratt til en refleksjons- og bevisstgjøringsprosess for hver enkelt. Informantene påpekte også at den profesjonelle samtalepartner må ha et høyt refleksjonsnivå rundt seg selv og sitt arbeid, og at dette er en prosess man aldri blir ferdig med. Ola: *Altså når en jobber med mennesker, uansett hvor mange år du jobber med mennesker, så vil du forhåpentligvis være i bevegelse, og i forandring. En lærer stadig noe nytt, og livet og om meg selv*. Knut beskriver dette som *å øve seg på å være oppmerksom*. I dette legges det en bevissthet rundt hva som skjer i en selv: *Og så hender det jo også at jeg tenker at "dette er faktisk ukomfortabelt, men jeg gjør det likevel" og da vet jeg jo at det er det jeg gjør (Knut).*

I tillegg til å ha et høyt refleksjonsnivå rundt seg selv og eget materiale, ble det fremhevet av Ola at den profesjonelle samtalepartner *må tune seg inn* på situasjonen, og at dette forutsetter at en har et følelsesapparat der en prøver å fange opp hva som er behovet hos den andre. Hjelperen må følge den andre på sin vei og ikke vite for tidlig hva det handler om, selv om en kan ha stått i tilsvarende situasjoner tidligere. *Så det med å se hver episode og hendelse som noe unikt, noe nytt, det er viktig (Ola)*. Ola snakket også om en bevissthet rundt det å møte på

personer som fremmer en overføringsmekanisme hos hjelperen. Informanten beskriver dette som en støy som må identifiseres og parkeres.

Hver og en av informantene la stor vekt på hvor mye regelmessig kollegaveiledning hadde å si i deres arbeide. Ola trekker frem refleksjon og kollegaveiledning som en profesjonell tilnærming i møte med denne problematikken:

*[...] så er det litt det her å løfte fram det her som en profesjonell måte å jobbe på. At det er ikke noe sånn... det er ikke forbundet med nederlag å snakke om ting som har gått galt, eller vanskelige situasjoner en har vært oppe i, som en har følt at det har vært helt forferdelig, men å ta det grepet og få veiledning på det, og en refleksjon omkring det, det er en profesjonell måte å gjøre det på. En profesjonell måte å jobbe på (Ola).*

Videre understreker også Ola at det å gå i kollegaveiledning gjør at man kan få en mer ydmyk holdning og i større grad bli bevisst på hvordan det føles, siden man har erfart å *sitte i den andre stolen*. Dette mener informanten at kan bidra til at hjelperen unngår å innta en ekspertrolle.

Kollegaveiledningen og det faglige miljøet fremheves også som en viktig faktor for å unngå å bli kynisk eller utbrent i hjelperrollen. Kari trekker spesielt frem betydningen av et støttende arbeidsfellesskap som det oppleves fint å være en del av. Kari setter i denne sammenhengen søkelys på hvor viktig det er at den profesjonelle samtalepartner også tillater seg å være raus med seg selv.

*Og for noen som er i sånne hjelpeyrker, så kan det være litt vanskelig, fordi de er så fokusert på at de alltid skal være der for andre. Men... da blir det viktig å også kunne ta imot det gode. Og gjøre noe som er bra, bare fordi det er bra for en selv. [...] Og det, det handler jo også om å hente... altså hvor henter man tillatelsen? Og legitimiteten... til selvivaretagelse? [...] Og hvis det er vanskelig, så tenker jeg at da har man en utfordring som man trenger å jobbe med (Kari).*

Knut påpeker også behovet man gjerne har om å hjelpe folk og ønsket om å kunne gjøre en forskjell. I arbeidet med seg selv i forhold til dette trekkes det frem hvor viktig det er å ha en indre dialog der man også ser på hva som gikk bra i samtalen selv om den totale opplevelsen noen ganger kan være at man ikke har lyktes.

*Og noen sånne samtaler eller relasjoner har jeg jo hatt i årevis, og det er jo virkelig ingen forskjell. Og da må jeg jo på en måte... eller da prøver jeg å jobbe med å nedjustere forventningene. Ikke så mye forventningene til pasienten, men forventningene til meg selv (Knut).*

Informanten trekker også frem at det på dette området blir viktig å trekke grenser, å være bevisst rundt hvilke oppgaver en selv har i den konkrete situasjonen. *Ok, min oppgave her er*



*ikke noe annet enn å være tilstede. [...] Men det å på en måte tåle det som er utålelig (Knut).* Informanten trakk frem dette som betydningsfullt i forhold til å ta vare på seg selv i hjelperrollen. Denne delkategorien omhandler det informantene omtalte som en profesjonell kompetanse. Stikkord som informantene fokuserte på, var det å være oppmerksom, kunne tune seg inn, ha et følelsesapparat og prioritere selvivaretagelse i arbeidet.

#### **4.3.2 Nærhet og distanse**

Informantenes fokus på eget arbeid med refleksivitet i hjelperrollen, hadde i stor grad sammenheng med å utvikle evne til å kunne skille mellom den andres opplevelser og følelser og sine egne. Denne underkategorien heter derfor *Nærhet og distanse*. Kari trekker i likhet med Ola, frem dette som en profesjonell måte å arbeide på.

*[...] jeg tenker at for å bli en god sjelesørger eller rådgiver eller terapeut, samtalepartner, så må man som profesjonell samtalepartner også jobbe litt med seg selv og eget materiale, det som eventuelt er vanskelig for en selv, det må man ha innsikt i, ellers kan man bli litt spilt ut over sidelinjen av sitt eget (Kari).*

En bevissthet rundt nærhet og distanse var noe alle informantene la stor vekt på. Knut beskriver dette ut i fra det ansvaret samtalepartneren har for å ivareta den andre: *[...] da kan det jo faktisk bli veldig vondt for den andre da, hvis samtalepartneren driver og løser sine egne problemer, i stedet for pasientens da (Knut).* Dette vil si at en må være bevisst på egne bidrag i samtalen, spesielt i forhold til det Kari velger å kalle *selvavsløringer*. I dette ligger spørsmålet om det passer seg å avsløre at en selv også har hatt egne erfaringer og opplevelser i forhold til sorg. Kari gir uttrykk for et ambivalent forhold til om selvavsløringer er et nyttig bidrag til samtalen eller ikke, men fremhever at det ikke nødvendigvis passer seg i engangssamtaler med personer i krise. I relasjoner som varer over tid kan det være et noe mer hensiktsmessig bidrag. Alle informantene understreker at mye av tematikken og problemstillingene som er aktuelle i møte med personer i eksistensiell krise i stor grad er gjenkjennbart, og at det derfor er viktig med en bevissthet rundt egne tanker og følelser.

*[...] hvem snakker jeg med nå? Snakker jeg med meg selv? For dette ligner på ting som jeg kjenner igjen fra mitt eget liv. Så tenkte jeg at "Jaha, nå sitter jeg på begge sider av bordet" og dette ligner så mye på mitt eget at det kunne likeså gjerne vært meg. Så da snakker jeg på en måte med meg selv. Men samtidig måtte jeg jo vite, og visste, at jeg ikke gjorde det (Kari).*

Aud bruker begrepsparet *Nærhet og distanse*, som en balanse mellom det å være en varm og omsorgsfull samtalepartner, men som samtidig jobber aktivt med å avgrense seg selv og egne følelser i møte med den andre.

*[...] det er jo... grunnen til at jeg jobber såpass mye med å bevisstgjøre mitt eget forhold til dette, så det ikke blir... for det handler jo om å... å ikke bli for nærgående i forhold til pasienten, det er noen som kaller det intimitetstyranni, og ikke distansert. Altså den dagen man liksom blir sånn og sier at "Jaja, der døde den, liksom!" Den dagen det ikke går inn på meg at barn mister foreldrene sine, da slutter jeg. Jeg håper jeg oppdager det. Hvis det skulle skje. Fordi... fordi jeg mener at det å bevare sitt varme hjerte i forhold til andres nød, er helt fundamentalt. Og da handler det jo om å finne en balanse mellom nærhet og distanse. Også i mitt eget liv, altså, ikke gå alt for hardt inn i det, det er ikke... det kunne ha vært min datter eller min mor, men det ER det ikke. Må vite når jeg tenker at "det kunne ha vært datteren min" (Aud).*

Ola beskriver det som temaer som berører strenger i eget liv. Alle informantene ga uttrykk for at det kan være enkelte ting som er vanskeligere enn andre å snakke om, og at de da må identifisere og ta tak i denne problematikken. Kari beskriver at i slike samtaler og situasjoner er det viktig å finne utveier, noe som betyr akseptable måter å stille spørsmål på som gjør at det ikke blir ubehagelig for hjelperen selv. Knut understreker også dette:

*[...] altså noen ganger så kjenner jeg at: "Ok, dette her er vanskelig. I dag kan jeg bare ikke gå inn i det." Og da lar jeg være, ikke sant, for man kan ikke åpne opp for ting man ikke kan ta imot. Så da er det jo greit å faktisk være oppmerksom på det.*

#### **4.3.3 Livssyn som ressurs**

Denne underkategorien beskriver hvordan informantene reflekterte rundt livssyn som ressurs i samtale med personer i eksistensiell krise. Navnet på kategorien gjenspeiler både hvordan informantene jobbet med tematikk rundt livssyn og religion i samtalen, samt på hvilken måte de opplevde sitt eget livssyn som betydningsfullt i deres arbeide. Alle informantene er personlig kristne, men fremhevet at i møte med personer i eksistensielle kriser er samtalen uavhengig hva slags religion eller livssyn den andre har, siden det er den andre som bestemmer samtaletema. Likevel problematiserer Kari en konkret erfaring hun har gjort seg der tydeligheten rundt presterollen kan virke utfordrende:

*Det jeg oppfatter at han egentlig sier da er "Jeg har en tro, men det er ikke sikkert at du synes den er bra nok! Og så må han på en måte reservere seg litt, i tilfelle jeg er en sånn...kritisk prest.*

Aud beskriver opplevelser rundt samtaler som handler om døden, og hvordan en undren om livssyn oppleves som fruktbart for samtalen:

*Og de som sier at "Nei, det er ikke noe etterpå" de får lov til det. Altså, de får lov til å tenke sånn. Men de som lurert på det, og så sier... og da har en skikkelig samtale om det, og sier at "Når sant skal sies, så er det jo ingen av oss som er død, så vi vet jo ikke!" Jeg er helt henvist til å håpe. Og hva er håp? For meg er det det samme som tro for eksempel. For jeg vet ikke! Det synes jeg er veldig fruktbart. I forhold til mange av disse spørsmålene (Aud).*

Knut mener at det å snakke med den andre om livssyn kan være viktig, på grunn av at livssynet bør være en ressurs som hjelper den andre til å tolke verden rundt seg. Ola trekker fram at i samtaler med personer i eksistensielle kriser kan troen til den andre også være i en krise. *Det er ikke bare at en er syk, men det kan også være at troen på... at den troen en hadde da en var frisk, blir satt på en prøve* (Ola). Informanten beskriver måten å arbeide med tro og livssyn på i en samtale som en utforskende og oppryddende måte, i forhold til det som oppleves som meningsgivende for den andre. Informantene skildrer sin kristne tro som noe de opplever som en stor ressurs i møte med kriserammede.

*[...] altså de erfaringene som det mennesket har, uavhengig av om vedkommende tror på Gud eller ikke, det er erfaringer som den Gud JEG tror på, tør å gå inn i, og vet noe om, fordi Gud som sagt ikke fjerner seg fra det menneskelige, men nærmer seg* (Knut).

Aud ser sin gudstro opp mot sitt menneskesyn som en basis for sitt arbeide: *[...] men jeg kan også, inni meg, tenke at alle mennesker er skapt i Guds bilde, med en umistelig verdighet, som ingen kan frata dem.* Knut beskriver også en slik basis: *[...] dette menneskets historie er en del av den virkeligheten Gud omfavner. Og det er jo også en måte å gjøre jobben sin levelig eller meningsfull på da.*

Hovedkategorien Hjelperrollen setter fokus på hjelperens rolle i møte med personer i eksistensielle kriser, og belyser at den profesjonelle samtalepartner må ha et høyt nivå av selvrefleksivitet. Refleksjon over egen praksis, spesielt gjennom kollegaveiledning er et viktig bidrag i skillet mellom nærhet og distanse i hjelperrollen. Hovedkategorien trekker også inn hvordan livssyn kan fungere som en ressurs i møte med kriser.

Funnene som har blitt presentert her, vil jeg nå ta videre med meg inn i en drøfting, der jeg ser funn opp mot tidligere presentert teori.



## 5 Drøfting

I dette kapitlet drøftes de presenterte funn med teori fra innledning og kapittel 2. Jeg vil knytte drøftingen både til konkrete funn i mitt datamateriale, samtidig som jeg også knytter drøftingen opp mot funn som er mer generelle sett på tvers av kategoriene. Jeg har kun brukt utsagn fra informantene som tidligere har vært presentert i kapittel 4. I tillegg til funn og teori vil jeg bringe inn egne refleksjoner. Som belyst i kapittel 3.7, har jeg gjennom den selektive kodingen kommet frem til kjernekategoriene *Anerkjennelsens uttrykk*. Dette på bakgrunn av at informantene fokuserte på holdningsgrunnlaget som måtte være tilstede i møte med mennesker i eksistensielle kriser, fremfor teknikker og strategier. Jeg opplever anerkjennelse som et overordnet i funn i hovedkategorier og underkategorier. *Anerkjennelsens uttrykk* beskriver som helhet hvordan anerkjennelse kommer til uttrykk i møtet, både konkret, men også som et holdningsmessig bakgrunnsteppe. Kjernekategoriene er altså et resultat av arbeidet med den åpne kodingen, og etter å ha sett funnene opp mot teori, ser jeg det som fruktbart å se drøftingsspørsmålene på tvers av kategoriene fra analysen. Jeg opplever at mange av funnene som ble presentert i kapittel 4 kunne ha vært videre drøftet, men jeg har på bakgrunn av dette valgt å løfte min drøfting opp på et metaplan (Se vedlegg 4 for illustrasjon). På bakgrunn av at fenomenet anerkjennelse er et normativt kjernebegrep (Høilund & Juul, 2005) opplever jeg at den fenomenologisk-hermeneutiske tilnærmingen har vært hensiktsmessig sett opp mot mitt forskningsspørsmål. Et sentralt tankegodt jeg har hatt med meg i denne prosessen er Schibbyes (2012, s.257-259) definisjon av anerkjennelse som noe du *er*, og at anerkjennelse bringer noe frem i den andre. Et bakgrunnsteppe i denne drøftingen er derfor hvem rådgiveren *er* i møte med den andre, sett i lys av funn i denne studien. Første del av drøftingen vil omhandle den personlige og profesjonelle kompetansen; om dette nødvendigvis innebærer et motsetningsforhold. I andre del drøfter jeg om en livssynsnøytral rådgiver er et ideal i møte med mennesker i eksistensiell krise. Avslutningsvis i drøftingen vil jeg oppsummere og se drøftingsspørsmålene opp mot min problemstilling: *På hvilken måte er anerkjennelse av betydning for rådgiverens møte med mennesker i eksistensiell krise?*

### 5.1 Personlig eller profesjonell: et motsetningsforhold?

I underkategorien *Den profesjonelle samtalepartner* var et sentralt funn informantenes fokus på samtalepartneren som profesjonell. Samtidig var betydningen av det personlige og medmenneskelige noe som var et gjengående tema i flere av kategoriene og underkategoriene. I underkategorien *Nærhet og distanse*, ble det poengtert at en balanse er essensielt. Hva som ligger i en slik balanse kan være kompleks, og jeg ønsker derfor å drøfte dette videre. Viktige stikkord vil være begrepsparene personlig/profesjonell, makt/avmakt og nærhet/distanse.

### **5.1.1 Den personlige samtalepartner**

Informant Ola trakk frem betydningen av det personlige aspektet i møte med mennesker i eksistensielle kriser, gjennom evnen til å bruke seg selv i form av å "*tune seg inn*", noe som betydde å ha et følelsesapparat slik at en kunne forsøke å fange opp den andres behov. Informantene trakk også frem betydningen av en tilstedeværelse, å være oppriktig interessert og glad i mennesker, samt viktigheten av å "*bevare sitt varme hjerte*." Den personlige kompetansen som informantene belyser, kan ses i sammenheng med Rogers begrep grunnleggende terapeutisk holdning (Johannesen et al., 2010). I likhet med informant Ola, beskriver Rogers (2004) betydningen av å sanse den andres følelser. Rogers bruker begrepet empati for å beskrive dette. Han påpeker i tillegg at rådgiveren må ha evne til å formidle denne forståelsen. Informantene trakk også linjer til formidling av en slik forståelse, spesielt synes jeg dette kommer frem gjennom et fokus på å bekrefte den andres opplevelser og følelser. Jeg opplever ut fra funnene at dette kan ses i sammenheng med å unngå å opptre som ekspert i rådgivningssamtalen. Selv om rådgiveren innehar et følelsesapparat der han klarer å fange opp den andres følelser, blir betydningen av dette liten hvis formidlingsevnen hos rådgiveren ikke er til stede. Dette tenker jeg kan bli oppfattet som en distansert fagperson, og som igjen i verste fall kan oppleves som en avvisning? Som Skjervheim (1996) beskriver, kan man da bli en tilskuer og ikke en deltaker. Skau (2011) synliggjør rådgiverens ansvar i enda større grad: "Gjennom sin måte å opptre på som *person* i forholdet til den andre, kan så den enkelte hjelperen bidra til å forsterke eller svekke klientens følelse av avmakt" (s.38). Dette kan ses opp mot Schibbyes (2012) beskrivelse av anerkjennelse som noe som bringer noe frem i den andre. Måten rådgiveren *er* på i møte med den andre, kan ifølge Skau og Schibbye altså ha en innvirkning på den kriserammedes opplevelse av sin egen situasjon.

Men kan den personlige kompetansen ene og alene anses som en ressurs i møte med mennesker i eksistensiell krise? Skaus (2011) tredelte kompetansemodell viser at den personlige kompetansen er en del av en helhet, og dermed ikke kan stå alene. Informantene belyste også den personlige kompetansen fra en side som kan være til hinder i relasjonen mellom rådgiveren og den andre i underkategorien *Nærhet og distanse*. Motsatsen til den personlige kompetanse som ressurs ble av informant Aud beskrevet som "*intimitetstyranni*." Knut påpekte at "*da kan det jo faktisk bli veldig vondt for den andre da, hvis samtalepartneren driver og løser sine egne problemer*." Som sitatet til Skau belyser, kan rådgiveren gjennom en manglende avgrensning til eget materiale kunne forsterke den andres avmakt. I forhold til Figleys (2002) begrep *compassion fatigue* oppleves det essensielt at spesielt rådgivere som skal jobbe med problematikk som eksistensielle kriser, er bevisste på

sitt eget hjelpebehov for bedre å kunne balansere på grensen mellom nærhet og distanse. Dette både som et middel til å ta vare på den andre i relasjonen, men også seg selv. Sånn sett kan også Schibbyes (2012) begrep "individ-i-relasjon" være sentralt. I et møte mellom rådgiveren og den andre er det to individer som begge er i relasjon til hverandre, og som et funn i underkategorien *Å finne rom for seg selv* beskriver, er det vanskelig for rådgiveren å hjelpe andre hvis man ikke finner rom for seg selv. I mine øyne beskriver begrepet "*intimitetstyranni*" i stor grad hvordan et ønske om å hjelpe kan resultere i det helt motsatte. Dette gir også en bevissthet rundt rådgiverens makt i relasjonen.

Maktperspektivet i rådgivningssamtaler var en sentral faktor både direkte og indirekte i de forskjellige kategoriene. Dette utpekte seg også særlig i underkategorien *Nærhet og distanse*, og ble utdypet gjennom en bevissthet rundt identifisering opp mot eget liv, og om såkalte selvavsløringer hadde en plass i samtale med den kriserammede. Dette fordrer også, som informant Kari understreket, en refleksjon rundt egne behov og motiver: "[...] hva er det med meg som gjør at jeg er opptatt av å møte mennesker som strever, har det vondt eller er i krise?" Leenderts (1997) problematiserer også hva som er drivkreftene bak ønsket om å hjelpe, og synliggjør viktigheten av å stille seg slike spørsmål for å kunne avdekke om det er ut fra et behov om egen bekreftelse, eller om det skyldes en interesse for mennesker og mellommenneskelige forhold. I følge Skau (2011) gjør det seg ofte gjeldende et ønske om at et møte skal være betydningsfullt i positiv forstand. Dette var også noe som ble fremhevet av noen av informantene, og spesielt synliggjort i underkategorien *Det avmektige nærvær*. Der ble det påpekt betydningen av å "*bare tåle, uten å skulle fikse.*" Dersom rådgiveren ikke klarer å være bevisst sine egne behov i møte med den andre, kan den personlige kompetansen etter min oppfatning gjøre at maktperspektivet blir sterkt gjeldene. Maktperspektivet er en helt sentral faktor i de forskjellige relasjonsdimensjonene, spesielt i forhold til om dimensjonene utvikles i positiv eller negativ forstand (Kvalsund & Meyer, 2005). Hvis rådgiverens behov gis for stor plass i relasjonen mellom rådgiver og den andre, kan dette utvikles til en negativ avhengighetsdimensjon. Dette på grunn av at rådgiveren blir avhengig av den andres bekreftelse rundt sin egen rolle og betydning (Kvalsund, 2005). Hvis rådgiverens behov for bekreftelse fra den andre blir rådende, blir det ikke et "Jeg og Du" forhold slik Buber (1992) fremhever som ønskelig. Dette på grunn av at den andre blir et middel for rådgiverens søken etter bekreftelse, og på denne måten blir objektivert. Dette kan ses ut fra det Buber beskriver som "Ethvert middel er hindring" (s. 13). En relasjon styrt av en slik negativ avhengighet, blir derfor ikke ut fra Bubers definisjon, et møte.

### **5.1.2 Den profesjonelle samtalepartner**

Hva med den profesjonelle kompetansen? Er en balanse mellom nærhet og distanse også sentralt her? Bruce et al. (2011) viser gjennom sitt begrep "groundlessness" et fokus på at mennesker i eksistensiell krise kan befinne seg i en svært sårbar fase. Skau (2011) belyser i sin tredelte modell også betydningen av teoretisk kunnskap, og at den personlige kunnskapen ikke må ta for stor plass, selv om den er betydningsfull. Ola påpeker at "*en lett kan...trække feil.*" Som informant Kari påpeker, kan en konsekvens av en manglende profesjonalitet i form av å bruke selvavsløringer rundt sine egne opplevelser, gjøre at samtalen minner mer om "*sånn som at venner eller venninner snakker om på kafé.*" Akkurat som den personlige kompetansen ikke er tilstrekkelig i seg selv, utgjør også den teoretiske kunnskapen kun en del av en helhet i Skau kompetansemodell. Hvilken balanse er dermed sentral?

Skau (2013) påpeker at det kan ligge en trygghet i den profesjonelle rollen: "Hvis jeg ikke kan diagnostisere andre eller vurdere deres prestasjoner, hvem er jeg da? På hva skal jeg da bygge min autoritet, min profesjonelle styrke og min yrkesrettede handlinger?" (s.17). Hva blir konsekvensene hvis rådgiveren i for stor grad støtter seg til sin profesjonalitet slik Skau belyser? Dersom rådgiveren inntar en profesjonell rolle basert på rådgiveren som ekspert, kan dette kunne være med på å skape en avhengighet i relasjonen? En avhengighetsrelasjon i negativ forstand, vil ifølge Kvalsund og Meyer (2005) innebære en asymmetri. Informant Kari belyser et eksempel rundt det å gi råd i samtale med mennesker i eksistensiell krise, som hun har erfart kan føre til forventinger om et bidrag fra rådgiveren. En slik negativ avhengighetsrelasjon vil ifølge Kvalsund og Meyer (2005) bety et maktforhold der den andre blir avhengig av rådgiverens fortolkninger og meninger. Kvalsund og Meyer beskriver videre at ufrihet og tvang kan bli førende for denne relasjonsdimensjonen. Et funn i kategorien *Å finne rom for seg selv* var at informant Knut påpekte at det kreves et minimum av selvfølelse for å vurdere det rådet en får. På grunn av at mennesker i eksistensielle kriser befinner seg i en sårbar situasjon, er det nærliggende å tenke at også selvfølelsen til den kriserammede kan være berørt. Videre kan det å få råd også føre til en forventning hos den som gir råd om at rådene skal følges, noe som igjen gjør at maktperspektivet i en negativ avhengighet blir sterkt gjeldende (Kvalsund, 2005).

En konsekvens rundt at rådgiveren bidrar til den andres avhengighet ved å gi råd, kan bli slik Aamodt (2003) beskriver, nemlig at den andre mister sin refleksivitet. Dette har likhetstrekk til hva informanten Kari har erfart i samtaler med kriserammede: "*[...] når jeg ikke går i den fella da, så blir samtalen mye mer dynamisk.*" Beskrivelsen hennes i "*å få den andre på*



*banen*" understøtter dette. Denne beskrivelsen kan ses i lys av Kvalsund og Meyers (2005) relasjonsdimensjoner som en bevegelse fra avhengighet til uavhengighet. "Dermed forløses de ressurser som vi kaller selvstendige tanker og følelser" (Kvalsund & Meyer, 2005, s.19). Det at relasjonen mellom rådgiveren og den andre kan inneha en positiv uavhengighet kan igjen ses opp mot den overordnede grunnlagstenkingen i den humanistisk-eksistensialistiske rådgivningstradisjon, som tidligere nevnt legger vekt på den enkeltes evne til å ta valg, og videre betydningen dette har for utviklingen av selvet (Ivey et al., 2012; Johannesen et al., 2010). Informant Knut beskriver sin erfaring rundt at selv om råd har blitt etterspurt, har de ikke blitt tatt imot. Jeg tolker dette dithen at råd ofte ikke er et nyttig bidrag i samtale med kriserammede. Leenderts (1997) beskriver at tematikk som omhandler eksistensielle kriser og eksistensielle spørsmål er noe av det mest personlige som finnes, og jeg synes dette er et interessant bidrag sett opp mot rådgiverens møte med den andre. Hvem sitter egentlig med svarene som omhandler livets store spørsmål, og som hver enkelt tillegger sin personlige mening? Et funn i underkategorien *Likeverd- det gjør noe med samtalen* var at et fravær av en ekspertrolle nettopp hadde betydning for samtalens kvalitet, og understreker med dette viktigheten av en ikke-vitende posisjon hos rådgiveren.

Å møte mennesker i eksistensielle kriser innebærer et stort ansvar, som informant Ola trakk frem i hovedkategorien *Hjelperrollen*. Løgstrups sitat synliggjør en bevissthet rundt dette ansvaret "...uden at han holder noget af dets liv i sin hånd" (1991, s.25). Dette ansvaret kan ses på som tosidig; på den ene siden noe en ikke kan ta for lett på og samtidig er det viktig at en slik ansvarsfølelse ikke får ta for stor plass i relasjonen. Hvis ansvarsfølelsen blir dominerende, kan frykten for å trå feil blir overskyggende (Leenderts, 1997). Dette har også klare linjer til Rogers (2004) begrep kongruens, hvis rådgiveren strever med et uavklart hjelpebehov, kan det bli som å ta på seg en rolle i møte med den kriserammede og resultatet kan igjen bli en relasjon preget av inkongruens. Leenderts (1997) beskriver en erfaring rundt at mange har så stor respekt for den andres integritet at redselen for å påvirke på en måte som kan oppleves som faglig uforsvarlig gir utslag i en usikkerhet. Kan denne usikkerheten føre til en distanse i relasjonen mellom rådgiveren og den andre? For at rådgiveren skal kunne være kongruent i møte med den andre, er det ifølge Rogers (2004) viktig at rådgiveren møter sine egne følelser med aksept, og også har evne til å kommunisere sine følelser. Informantene trakk frem kollegaveiledning som en viktig faktor i dette arbeidet, noe også Skau (2011) fremhever. Dette ser ut til å være svært viktig i arbeidet mellom å skille mellom nærhet og distanse. Så lenge rådgiveren er klar over sine egne følelser og behov, ser det ut til at det er

mulig å være bevisst dette i møte med mennesker i krise. Vanskeligere kan det være når rådgiveren strever med følelser og behov som ikke er bevisstgjort for en selv, og her ser det da ut fra funnene ut til at kollegaveiledning kan være en uvurderlig arena for en slik bevisstgjøringsprosess.

Det å søke en trygghet i en profesjonalitet gjennom diagnostisering eller vurdering, som beskrevet av Skau (2013), var etter min oppfatning svært lite merkbart hos informantene. Ut i fra min tolkning var profesjonaliteten informantene trakk frem basert på et fokus på kunnskap, verdigrunnlag og et arbeid med egen selvrefleksivitet i møte med andre mennesker. Informantene hadde alle lang erfaring med å jobbe med mennesker i eksistensielle kriser, men fremhevet likevel betydningen av en ikke-vitende posisjon i møte med den andre. Skaus sitat om en trygghet i den profesjonelle ekspertrollen synes jeg er interessant sett opp mot det informant Knut beskriver som *det avmektige nærvær*, som omhandlet betydningen av en tilstedeværelse som kunne oppleves som både frigjørende og smertefullt for rådgiveren. Sentralt i denne underkategorien var betydningen av å "*ikke skulle fikse*." Jeg forstår dette dithen at som rådgiveren også må konfrontere sin egen utilstrekkelighet i møte med mennesker i eksistensiell krise. Dette trekker tråder videre til Buber (1992), som i likhet med informant beskriver at et mellommenneskelig møte både kan innebære et offer og en risiko, i form av at man må slette alt det en vet.

### **5.1.3 Balanse mellom nærhet og distanse**

Informantene understreket alle at det var et nærvær og en tilstedeværelse som var det essensielle i møte med mennesker i eksistensielle kriser. Iblant innebar også dette en tilstedeværelse uten ord, som vist i underkategorien *Det avmektige nærvær*. Falks (1999) beskrivelse av rådgiverens oppgave, kan ved første øyekast gi inntrykk av en "lat" rådgiver. Likevel mener jeg at denne beskrivelsen viser mye av hva også informantene trakk frem, nemlig betydningen av en ikke-vitende posisjon, der rådgiveren utforsker, men ikke strever etter å løse den andres situasjon. Selve essensen i Falks sitat mener jeg rommer en ydmykhet og tro på den andres ressurser, ressurser som han senere beskriver som de *avgjørende*. Et gjennomgående tema på tross av hovedkategorier og underkategorier, var etter min oppfatning betydningen av likeverd, som fremhevet i underkategorien *Likeverd- det gjør noe med samtalen*. Metaforen om å være en medvandrer, informantenes fokus på fraværet av en agenda i samtalen, samt betydningen av å ta autonomi på alvor, er noen av beskrivelsene som underbygger dette. Jeg ser dette i lys av relasjonsdimensjonene som en relasjon preget av gjensidighet (Kvalsund, 2005; Kvalsund & Meyer, 2005). En relasjonsdimensjon som i likhet

med fenomenet anerkjennelse rommer en respekt for den andre og den andres opplevelse, og dermed fremmer hverandres uavhengighet i positiv forstand. Rådgiverens oppgave blir da å være bevisst på de forskjellige dimensjonene (Kvalsund & Meyer, 2005). Funnene i kategorien *Den profesjonelle samtalepartner* samt *Nærhet og distanse* viste etter min oppfatning en slik bevissthet.

I samtalene med informantene var det fremtredende at det var ingen oppskrift på hvordan man skal møte mennesker i eksistensielle kriser. Som Falk (1999) også beskriver, så er interaksjonen, rommet mellom de involverte, sentralt i det som oppleves som en verdifull samtale. Dermed blir Schibbyes (2012) definisjon av anerkjennelse sentralt, der hun beskriver at anerkjennelse ikke handler om teknikker, men noe du *er*, og hva du bringer frem i den andre. Gjennom drøftingen av spørsmålet om det nødvendigvis er et motsetningsforhold mellom å være profesjonell og personlig, ble det klart at det var nødvendig med en balanse og en bevissthet hos rådgiveren. Jeg vil i tråd med dette avslutte drøftingen av dette spørsmålet med et sitat fra Skau: "God profesjonalitet balanserer fornuft og følelse, nærhet og avstand, identifikasjon og atskilthet" (2013, s.144).

## **5.2 En livssynsnøytral rådgiver- et ideal?**

I datamaterialet ble det gjennom hovedkategorien *Den viktige samtalen* satt lys på viktigheten av at rådgiveren tør å møte spørsmål rundt de eksistensielle temaene i samtaler med mennesker i eksistensielle kriser. Aud trekker frem at det gjennom det er viktig å ha tenkt gjennom de store spørsmålene for sin egen del. Aamodt (2003) beskriver på sin side at anerkjennelse defineres som en respekt for den andre og den andres opplevelse. I underkategorien *Livssyn som ressurs* ble det tydelig at informantene, som alle er personlig kristne, opplevde sitt livssyn som en ressurs i møte med mennesker i eksistensielle kriser. Dette vekket min interesse i form av at alle informantene var prester, og at dette var noe som ble avklart i starten av samtaler. Jeg undret meg over om denne stillingstittelen kunne påvirke samtalen omhandler eksistensielle spørsmål i noen grad, og ønsket på bakgrunn av dette å se på hva et avklart personlig syn rundt tro og livssyn kan gjøre med samtalen. Som nevnt i innledningen til drøftingskapittelet er mitt bakteppe Schibbyes (2012) definisjon av anerkjennelse sentral, hvem rådgiveren *er* i møte med den andre. Jeg ønsker på bakgrunn av dette å drøfte spørsmålet *En livssynsnøytral rådgiver- et ideal?*

### **5.2.1 Når grunnmuren slår sprekker**

Informantene Aud og Kari trekker i underkategorien *Å finne rom for seg selv* frem at mange ikke har vært vant til å stille seg de store spørsmålene eller kjenne etter hva de vil. Et funn i

hovedkategorien *Den viktige samtalen* var at det er viktig at rådgiveren fanger opp behovet den andre kan ha for å snakke om de eksistensielle temaene. Alle informantene opplevde at eksistensielle spørsmål er noe som blir tatt opp som tema, selv i engangssamtaler. Jeg opplever på bakgrunn av dette at informantene har lyktes i å skape en tillit og fortrolighet allerede ved første møte. Informant Aud presiserte at de små spørsmålene kan være like viktige som de store. Dette kan ses i sammenheng med det Knut beskriver som "*få en anerkjennelse av spørsmålsstillingen*" i underkategorien *Medvandrer i nytt og vanskelig landskap*. Dyregrov og Dyregrov (2011) og Carlick og Biley (2004) hevder at hvis den andre får mulighet til å fortelle, kan dette oppleves som en organisering eller reorganisering og gjennom dette kunne bidra til økt sammenheng og forståelse. Informantene i Holmbergs (2012) studie opplevde eksistensielle spørsmål som vanskelige å sette ord på. Samtidig hevdes det av Bruce et al. (2011) at det finnes lite forskning rundt hvordan eksistensielle bekymringer blir møtt og forstått. Kan det være mer naturlig for prester enn det vil være for andre å se betydningen av og imøtekomme behovet for å snakke om tro og livssyn? Og kan en definert presterolle være noe som virker hemmende eller fremmede i møte med mennesker i eksistensielle kriser?

I hovedkategorien *Den viktige samtalen* var et av funnene at alle informantene understreket at de ikke hadde noen agenda i samtalen. Samtalen skulle være på den andres premisser, uansett tro eller livssyn. Informant Kari problematiserer en fare ved at presterollen gjøres eksplisitt i møte med den andre med et eksempel fra en samtale:

*Det jeg oppfatter at han egentlig sier da er "Jeg har en tro, men det er ikke sikkert at du synes den er bra nok!" Og så må han på en måte reservere seg litt, i tilfelle jeg er en sånn...kritisk prest.*

Som Leenderts (1997, s. 127) beskriver; "tro og livsverdier er noe av det mest personlige som finnes". Hvis den andre har et anstrengt forhold til sin egen tro og livssyn, stiller jeg spørsmål ved om det er vanskeligere å være åpen om dette i møte med en rådgiver som åpent bekjenner seg den samme troen? Informantene Kari og Knut trekker frem at de møter en del problematikk rundt skam. En skam som Knut beskriver som "*den usunne skammen som på en måte går på identiteten løs.*" Informant Ola beskriver også et annet aspekt som kan komme inn; "*men det kan også være at troen på...at den troen en hadde da en var frisk, blir satt på en prøve.*" I underkategorien *Å gi rom til følelsene og opplevelsene* var et av funnene en erfaring informant Kari hadde gjort seg rundt spørsmålet "*Er jeg bra nok? Og er det jeg står for, bra nok?*" og at en bekreftelse i forhold til dette var betydningsfullt. Honneths definisjon av anerkjennelse, som nevnt i kapittel 2.2, viser at å bli møtt med anerkjennelse kan bidra til et

"intact self-relation"(2005). Jeg ser på bakgrunn av dette betydningen av å møte den andre som sliter med problematikk rundt skam med en bekreftelse av verdi.

Schibbye (2012) fremmer det å skape et rom der vanskelige følelser kan få ta sin plass. Sett opp mot dette tolker jeg det som at informantene har lyktes med å skape et slikt rom. Et av hovedfunnene i hovedkategorien *Den viktige samtalen* var nettopp det informantene fremhevet som å "*tåle det utålelige.*" Rogers (1992) beskriver at ved å bli møtt med anerkjennelse, kan den andre bli i bedre stand til å klargjøre sine egne følelser og akseptere disse. Samtidig kan det etter min oppfatning, hvis spørsmålsstillingen om en er "*bra nok*" får ta for stor plass i relasjonen mellom rådgiveren og den andre, bli en relasjon preget av negativ avhengighet der den andre vil kunne streve etter rådgiverens "godkjennelse" i forhold til egen tro og livssyn. Dette stiller også spørsmål rundt at selv om rådgiveren ikke legger opp til en negativ avhengighetsrelasjon, kan dette skje gjennom at den andre også *gir* rådgiveren en slik makt, i form av en overbevisning om at rådgiveren innehar den "rette" tro og mening?

Leenderts (1997) hevder at det er vårt menneskesyn som preger om vi ser verdien i livssynsdimensjonen. Informantene trekker frem sin kristne tro som noe av stor personlig betydning i sitt arbeide. Informant Knut ser på sin gudstro som en ressurs og en hjelp til å tørre å nærme seg det menneskelige. Informantene beskriver et menneskesyn som er forankret innenfor den kristne tro. Aud fremhever viktigheten av å se mennesket bak sykdommen i underkategorien *Alle er mer enn vi ser*. I dette legger hun at rådgiveren må se det helhetlige, noe som innebærer den andres fysiske, psykiske, sosiale, åndelige og eksistensielle behov.

Aud beskriver sitt menneskesyn som "*at alle mennesker er skapt i Guds bilde, med en umistelig verdighet.*" Verdibegrepet er sentralt også hos Honneth (2005, 2007). Jeg opplever at hovedkategorien *Bekreftede verdighet* og utsagnet til Aud belyser mye av det Honneth trekker fram som sentralt i sine tre anerkjennelsesformer. Honneth beskriver at de tre anerkjennelsesformene til sammen gir oss personlig integritet. Dette opplever jeg er i samsvar med det informantene setter søkelyset på, spesielt gjennom deres fokus på å møte den andre som et unikt menneske, der alle har en umistelig verdighet, og der hver enkelt gis rom for sine følelser og opplevelser. På bakgrunn av informantenes utsagn om hvordan de ønsker å møte mennesker og deres eksistensielle spørsmål, trekker jeg også trådene til Rogers (2004) tre begreper empati, kongruens og ubetinget positiv aktelse. En prosess som inneholder disse tre forholdene, kan ifølge Rogers, hjelpe den andre til en større åpenhet for endring og vekst. Ingen av informantene fremhevet at de hadde et mål med samtalen, tvert imot var fraværet av agenda noe de alle presiserte. Sett i forhold til Dyregrov og Dyregrovs (2011) artikkel, er

nettopp deres erfaring at mange opplever vekst etter livskriser. De advarer mot å uttrykke dette i samtaler, da dette kan bli et mål og også oppfattes uetisk av den andre. Dette kan kanskje oppleves som en manglende aksept på hvor den andre befinner seg her og nå? Sett opp mot de tre relasjonsdimensjonene opplever jeg at dette kan ses i sammenheng med en negativ avhengighet, som jeg også tidligere har drøftet. Hvis den andre opplever at rådgiveren har mål eller ønsker på den andre sine vegne, kan dette igjen bli en relasjon preget av ufrihet? Funn fra hovedkategorien *Den viktige samtalen* viste derimot at informantene fremhevet betydningen av "å tåle det utålelige", der nærværet og tilstedeværelsen var essensielt alene. Informant Knut påpekte at han i arbeidet hadde et bevisst forhold til dette; "da prøver jeg å jobbe med å nedjustere forventningene. Ikke så mye forventningene til pasienten, men forventningene til meg selv."

### **5.2.2 Likeverd- det gjør noe med samtalen**

Rådgiverens tydelighet rundt sitt eget livssyn og tro kan, som jeg ser det i mine funn, også virke som en ressurs i møte med mennesker i eksistensielle kriser, og samtidig er det viktig at rådgiveren selv arbeider med eget ståsted i forhold til livssyn og menneskesyn (Johannesen et al., 2010). Dette kan ses opp mot Rogers (2004) beskrivelse av begrepet kongruens, der det etterstrebes at rådgiveren erkjenner sine egne følelser, er ekte i forhold til disse, og hvis det er passende, også kommuniserer sine følelser. Ved at rådgiveren gir uttrykk for sitt eget syn, uten ønske om å påvirke eller overbevise den andre, kan dette sett i lys av Rogers (2004) beskrivelse, være med på å bidra til personlig vekst hos den andre. Som Falk (1999) også påpeker: "Og han/hun er ærlig til stede som den han/hun i *virkeligheten* er, med sine sansninger, følelser og ønsker og med sine begrensninger" (s.54). På denne måten blir rådgiverens tro og livssyn avklart, noe som kan være med på å gjøre at den andre ikke trenger å være usikker på rådgiverens ståsted. Informant Aud beskriver sine erfaringer fra samtaler omhandlende livet etter døden, og en tydeliggjøring rundt at for henne betyr håp det samme som tro. Kvalsund og Meyer (2005) beskriver som tidligere nevnt at man i en relasjon er avhengig av den andre for å kunne skille ut hva "jeg" er. Dette på grunn av at "jeg" og "du" representerer det individuelle. På bakgrunn av dette mener jeg at hvis rådgiveren er tydelig i forhold til sitt eget ståsted, kan dette bidra til at den andre i større grad får mulighet til å definere sitt "jeg". Ved å verdsette hverandres forskjellighet og likhet, blir det sett ut i fra relasjonsdimensjonene en relasjon preget av gjensidighet. Dette kan igjen føre til at partene oppnår en transformerende dialog, noe som ifølge Kvalsund og Allgood (2008), kan åpne for nye perspektiver og tanker. Informant Knut uttrykker at han i situasjoner der han opplever at den andre mangler ord for å beskrive hvordan han har det, benytter fantasering. Han beskriver

i tillegg en bevissthet rundt å hele tiden sjekke ut om han har forstått det riktig. Rogers (1992) trekker også frem at tolkninger, hvis de er gale, kan bremse terapiprosessen. Jeg ser dette i sammenheng med at det kan være vanskeligere for å skille mellom et "Jeg" og et "Du" for den andre, siden tolkningen kan være farget av rådgiverens forforståelse. Hvis tolkningen oppleves som feilaktig, kan dette, slik jeg oppfatter det, være vanskelig for den andre å korrigere. Samtidig kan det også ses på som en anerkjennelse og en imøtekommenhet at den andre støtter opp i forhold til å sette ord på sin opplevelse.

I underkategorien *Medvandrer i nytt og vanskelig landskap* ble et av funnene at rådgiveren må akseptere den andres valg og avgjørelser, uavhengig av sitt eget standpunkt. Dette får meg til å undre om det alltid er mulig å innta en holdning av ubetinget positiv aktelse, som ifølge Rogers (2004) innebærer at rådgiveren tar imot den andres følelser, uansett hva de måtte inneholde? Selv om aksept er et mål og et ideal, hvor gjennomførbart er det for rådgiveren i enhver situasjon? Kan det by på utfordringer å møte mennesker med en tro og et livssyn som går på tvers av rådgiverens egne verdier? Og bør rådgiveren kommunisere dette i møte med den andre? Hvis rådgiveren streber etter en aksepterende væremåte i situasjoner der aksept er vanskelig å oppnå, kan en konsekvens nettopp være at rådgiveren blir inkongruent (Rogers, 2004). Rogers fremhever at rådgiveren må tilstrebe å være ekte og troverdig i møte med den andre. Det får meg til å undre over at en aksepterende holdning også kan innebære å gi uttrykk for sitt standpunkt selv om dette ikke samsvarer med den andres standpunkt? Et funn i underkategorien *Nærhet og distanse* omhandlet temaer som kan være vanskelig for rådgiveren å gå inn i. Informant Knut påpekte "*for man kan ikke åpne opp for ting man ikke kan ta imot.*" En måte å håndtere dette på, sett fra informant Kari sitt synspunkt, var å finne akseptable måter å stille spørsmål på. Jeg opplever dette som en måte å tilstrebe kongruens i relasjonen. Rådgiveren er på denne måten oppmerksom på egne følelser og behov, men formidler dette gjennom å forsøke å finne utveier som kan være akseptable for begge parter, og dermed igjen forsøke å unngå at den andre opplever det som en avvisning. På denne måten kan et autentisk og ekte nærvær lettere oppnås, noe som Falk (1999) fremhever som sentralt i møte med kriserammede.

Schibbye trekker fram betydningen av å respektere og akseptere den andres opplevelse. I dette legger hun betydningen av å skille mellom opplevelse og handling. Informant Ola beskriver i hovedkategorien *Bekreftede verdighet* at den profesjonelle samtalepartneren må være i stand til å forholde seg til virkeligheten slik den er og ikke slik den burde ha vært. Sett opp mot et sosialkonstruksjonistisk syn, preger vår kulturelle tradisjon vår opplevelse av virkeligheten.

Vi konstruerer den verden vi lever i gjennom å kommunisere med hverandre (Gergen & Gergen, 2009). Informant Knut trekker frem at livssynet bør være en ressurs som hjelper den andre til å tolke verden rundt seg, og at det nettopp på bakgrunn av dette er viktig å snakke om det. Hver enkelts grunnleggende verdier og oppfatning av verden er overordnet i den humanistiske rådgivningstradisjon. Hva former den andres verdensbilde? Hovedkategorien *Den viktige samtalen* synliggjør informantenes fokus på at samtalene skulle foregå på den andres premisser. Sett i lys av Leenderts (1997) sitat om det personlige ved tro og livssyn, opplever jeg at det også kan oppleves som vanskelig og uvant for mange å snakke om eksistensielle temaer. Jeg synes dette er svært interessant sett opp mot Bubers metafor: "Når vi går langs en vei og møter et menneske som kommer mot oss og selv har gått langs veien, da kjenner vi bare vårt stykke, ikke hans. Hans opplever vi nemlig bare i møtet" (Buber, 1992, s. 70). Nettopp på grunn av at vi vet så lite om hva som former den andres oppfatning og hva som er meningsbærende for den enkelte, opplever jeg at det blir viktig å møte den andre med en ydmykhet.

Informantene understreket betydningen av en undren i møte med mennesker i eksistensielle kriser, og en utforskende, oppryddende tilnærming. I det å akseptere den andres opplevelse ligger det også betydningen av at rådgiveren ikke må ta på seg ansvaret for den andre, som poengtert av Rogers (1992) i sin artikkel "The processes of therapy". Rogers beskriver at det å styrke og frigjøre individet, fremfor å gripe inn i den andres liv, er det overordnede målet med terapi. Dette innebærer også en respekt og en aksept for de valg som blir tatt. I underkategorien *Å gi verdi til følelsene og opplevelsene* beskriver informant Knut sine tanker rundt å være åpen om at han heller ikke har svar, og at han mener at dette kan gi verdi til den andres opplevelse av å ikke vite, noe som også Aud påpeker da hun beskriver at ingen vet hva som skjer etter døden, og for henne er håp det samme som tro. Etter min oppfatning er dette en tilnærming som viser en rådgiver som våger å være ekte, og som gjennom å være kongruent og ærlig rundt sin egen uvisshet også viser en respekt for den andres opplevelse. Dette understrekes også gjennom et annet funn i denne underkategorien, der informantene fremhevet at det er viktig å ikke trekke i tvil det den andre sier, men møte den andre med en troverdighet.

### **5.2.3 Å finne rom for seg selv**

Ut fra det som nå har blitt presentert, tolker jeg det som at informantenes tro og livssyn var en usynlig aktør i samtalene med mennesker i eksistensielle kriser. Om ikke i uttrykt form, så var den med som en personlig ressurs for informantene og etter min opplevelse også en ressurs



for de i forhold til det å gå inn i samtaler omhandlende de eksistensielle temaene. Jeg startet denne delen av drøftingen ved å stille spørsmålet *Livssynsnøytralitet-et ideal?* Jeg har drøftet at rådgiverens tydelighet i forhold til egen tro og livssyn kan virke både som en ressurs og en begrensning i møte med mennesker i eksistensielle kriser. Da gjenstår spørsmålet om nøytralitet er det ideelle? Leenderts (1997) beskriver at en fare ved å være nøytral i forhold til spørsmål omhandlende tro og livssyn kan være at rådgiveren fremstår som upersonlig. Gjennom drøftingen av balansen mellom personlig og profesjonell har jeg vist at å fremstå som upersonlig kan bidra til å bremse relasjonen, i forhold til at rådgiveren kan bli oppfattet som distansert. I forhold til begrepet kongruens, kan en klarhet i forhold til eget livssyn skape en trygghet i relasjonen mellom rådgiveren og den andre. Roness (1988, gjengitt i Leenderts (1997)), hevder at nøytralitet i forhold til verdier er vanskelig, om ikke umulig, å oppnå. Han trekker i stedet frem betydningen av en aksepterende og fordomsfri holdning. Dette kan ses i likhet med informantenes fokus på å møte den andre med en ikke-vitende posisjon, gjennom en utforskende tilnærming der den andre får et rom til å kjenne på sine egne følelser.

"Ingrediensene" i anerkjennelse, slik Schibbye (2012) beskriver det, består av lytting, forståelse, aksept og toleranse, samt bekreftelse. Sentralt i hennes beskrivelse ligger det å gi den andre mulighet til å avgrense opplevelsen som sin egen og møte den andre med en undren, noe som innebærer at rådgiveren ikke kommer med en bedømmelse og vurdering. På bakgrunn av dette så jeg det som sentralt å drøfte funn rundt informantenes livssyn i rådgiverrollen. Schibbye påpeker at rådgiveren må ha et høyt nivå av selvrefleksivitet, der rådgiveren gjennom en bevisstgjøringsprosess klargjør egne prosesser og fordommer. Her ble skillet mellom personlig og profesjonell et essensielt drøftingsspørsmål. Schibbye beskriver ingrediensene i anerkjennelse som dialektiske. Dette ser jeg i nær sammenheng med mine funn, som til sammen danner en helhet gjennom kjernekategoriene Anerkjennelsens uttrykk.



## 6 Avslutning

I denne oppgaven har jeg tilstrebet å la informantenes utsagn komme frem i størst mulig grad. Jeg har presentert mitt teoretiske rammeverk og beskrevet den metodiske tilnærmingen jeg har benyttet for å kunne svare på mitt forskningsspørsmål. Jeg har videre drøftet de mest sentrale funnene fra grounded theory-analysen opp mot den presenterte teori, samt presentert egne tolkninger og refleksjoner. I dette avsluttende kapittelet skal jeg sammenfatte sentrale funn, og se disse funnene opp mot min problemstilling "*På hvilken måte er anerkjennelse av betydning for rådgiverens møte med mennesker i eksistensielle kriser?*" Jeg vil helt til slutt se på studiens begrensninger og implikasjoner for videre forskning.

### 6.1 Oppsummering og avsluttende kommentarer

I møte med de fire informantene ble et sentralt funn at alle så på anerkjennelse som betydningsfullt i møte med mennesker i eksistensielle kriser. Nyansene i hva de la i anerkjennelsesbegrepet kommer frem på forskjellige måter i de tre hovedkategoriene. Jeg vil derfor kort oppsummere funn:

I hovedkategorien *Den viktige samtalen* omhandlet funnene informantenes fokus på at eksistensielle temaer og spørsmål ble fanget opp og imøtekommet i møte med mennesker i eksistensielle kriser. Et sentralt funn var at et nærvær og en tilstedeværelse var det mest betydningsfulle, samt at samtalen måtte ha preg av likeverd mellom rådgiveren og den andre. Hovedkategorien *Bekreftede verdighet* omhandler informantenes refleksjoner rundt en anerkjennende holdning i møte med mennesker i eksistensielle kriser. Anerkjennelse blir beskrevet forskjellig gjennom informantenes ulike språklige betegnelser, noe som også ble bakgrunn for valg av navn til hovedkategorien. Et sentralt funn i denne kategorien var betydningen av å se hele mennesket, å gi verdi til følelsene og opplevelsene den andre sitter med, og å finne rom for seg selv, noe som ikke bare omfattet den andre, men også hjelperen. I hovedkategorien *Hjelperrollen* ble informantenes fokus på hjelperen som en profesjonell samtalepartner sentral. I dette la informantene fokus på eget arbeid med selvrefleksivitet for å finne en balanse mellom nærhet og distanse. Et sentralt funn i denne hovedkategorien ble også informantenes syn på livssyn som ressurs i møte med mennesker i eksistensielle kriser.

På bakgrunn av at anerkjennelse opplevdes som et overordnet perspektiv som gjorde seg gjeldende i alle hovedkategoriene, falt valget naturlig på å kalle kjernekategoriene *Anerkjennelsens uttrykk*. Dette på bakgrunn av informantenes fokus på at det ikke fantes noen "oppskrift" i møte med mennesker i eksistensielle kriser, men at det nettopp var holdningsgrunnlaget som var det essensielle i slike møter.

Gjennom den åpne, aksiale og selektive kodingen ble det to funn som utpekte seg. Det ene funnet omhandlet hvem rådgiveren *er* i møte med den andre. Og hvordan påvirker dette den andre? Et drøftings spørsmål ble derfor *Personlig eller profesjonell; et motsetningsforhold?* Den personlige og profesjonelle samtalepartner ble utdypet og drøftet mens maktperspektivet ble aktuelt som en overordnet faktor, synliggjort gjennom drøfting av relasjonsdimensjoner sett opp mot informantenes utsagn og funn fra analysen. Ut fra drøftingen ble det konkludert med at en balanse mellom det personlige og profesjonelle var essensielt, og at for å kunne oppnå en slik balanse, var en vedvarende selvrefleksjonsprosess viktig. Sett i lys av Schibbyes (2012) "ingredienser" i anerkjennelse er selvrefleksivitet og selvavgrensning hos rådgiveren vesentlig nettopp for å kunne møte den andre med anerkjennelse, noe som altså utdypes med å skape et rom der den andre får kjenne på vanskelige følelser og gjennom dette får eie sin opplevelse. Gjennom en slik tilnærming, spesifisert gjennom ingrediensen terapeutisk lytting, får klienten mulighet til å møte seg selv uten "støyen fra den andre" (Schibbye, 2012, s.268). Kollegaveiledning utpekte seg i funnene som et sentralt verktøy i dette arbeidet.

Det andre funnet som utpekte seg kom ut i fra et fokus på at den andre må få eie sin opplevelse. Dette opplevde jeg som et interessant funn sett opp mot informantenes syn på livssynet som ressurs i samtaler med kriserammede. Jeg valgte derfor å drøfte spørsmålet *En livssynsnøytral rådgiver- et ideal?* Et sentralt funn i analysen var betydningen av å møte den andre med en ikke-vitende posisjon. Samtidig beskrev en av informantene at hun møtte det ikke-vitende, i dette tilfellet samtale rundt livet etter døden, med et håp som for henne betydde det samme som en tro. Hvordan påvirker dette den ikke-vitende posisjonen? Gjennom drøftingen ble det synliggjort at en tydelighet rundt eget livssyn kan bidra til en negativ avhengighet i relasjonen hvis rådgiverens standpunkt rundt egen tro og livssyn får ta for stor plass i relasjonen. På den andre side, viste drøftingen at en tydelighet rundt eget livssyn kan føre til at rådgiveren er kongruent, og at den andre på bakgrunn av dette lettere kan bli i stand til skille ut hva "Jeg" er i relasjonen (Kvalsund & Meyer, 2005; Rogers, 2004). Faren ved å opptre med nøytralitet i forhold til livssyn er at rådgiveren kan oppfattes som upersonlig (Leenderts, 1997). På bakgrunn av dette kan det å møte den andre med anerkjennelse i form av en respekt for den andres opplevelse, uten å komme med en bedømming eller evaluering (Schibbye, 2012) ses på som helt sentralt i møte med mennesker i eksistensielle kriser. Dette kan, ifølge Rogers (1992), bidra til at den andre bedre blir i stand til å klargjøre sine egne følelser og akseptere disse, noe som jeg ser på som svært viktig i møte med eksistensiell krise.

Tittelen "*Medvandrer i nytt og vanskelig landskap*" er fra et utsagn fra en av informantene. Som beskrevet i kapittel 4 innebærer metaforen medvandrer betydningen av en ikke-dirigerende, støttende fremgangsmåte, der valg og muligheter blir skissert, samtidig som beslutningen blir overlatt til den andre. Underliggende er betydningen av at den andre vet best hva som er riktig for seg. Denne metaforen mener jeg beskriver betydningen av anerkjennelse i rådgiverens møte med mennesker i eksistensiell krise. Metaforen nytt og vanskelig landskap viser til at en eksistensiell krise kan utfordre på måter som oppleves nye og skremmende. Som en avsluttende kommentar til metaforen *Medvandrer i nytt og vanskelig landskap* vil jeg trekke frem Auds sitat: "[...] og jeg er nødt til å være med."

## **6.2 Studiens begrensninger og implikasjoner for videre forskning**

På bakgrunn av at informantene hadde regelmessig kollegaveiledning og gjennom dette et kontinuerlig arbeid med egne prosesser, ser jeg at noe av deres holdningsgrunnlag også kan ha blitt formet ut fra denne konteksten. Det hadde derfor vært interessant å snakke med informanter ved andre rådgivningstjenester for å se om funnene trakk i samme retning. I alle intervjuene var min opplevelse at informantene drøftet seg gjennom intervjuene. Samtidig var deres refleksjoner i aller høyeste grad sammenfallende med den teorien jeg har valgt å belyse i mitt teoretiske rammeverk. Dette var teoretikere som også hadde stor grad av drøfting og refleksjoner rundt min tematikk. En fare ved dette er at jeg som forsker kan ha utviklet "blind-spots" og dermed unngått enkelte nyanser av fenomenet anerkjennelse.

En implikasjon til videre forskning som kunne vært interessant å undersøke nærmere er hvilken opplevelse den kriserammede har rundt betydningen av anerkjennelse. Hva trekkes frem som essensielt og meningsgivende for den andre? Som nevnt i kapittel 3, kunne fenomenet anerkjennelse også vært undersøkt gjennom bruk av en annen tilnæringsmetode, som for eksempel Q-metode. Gjennom en slik metodisk tilnærming kunne flere rådgivningstjenester ha deltatt i samme studie, samt at det også gir mulighet til å ha rådsøkere som deltagere. Samtidig er det viktig å påpeke at rådsøkere kan være vanskeligere å rekruttere, på grunn av at de befinner seg i en utfordrende situasjon eller en krisesituasjon.

Ved avslutning av denne forskningsstudien er min opplevelse at jeg hele tiden gjør nye oppdagelser og ser nye nyanser, og min forståelse av fenomenet anerkjennelse har hele tiden vært i utvikling. Tema for denne studien er noe jeg fortsatt har stor interesse og nysgjerrighet for og jeg vet at funnene i denne oppgaven i stor grad kommer til å være med meg videre.



## 7 Referanseliste

- Aamodt, L. G. (2003). Sosialt arbeid og anerkjennelse. En problematisering av grunnlagstenkningen i sosialt arbeid. *Nordisk sosialt arbeid*, 23(03), 154-161. Hentet fra:[http://www.idunn.no/ts/nsa/2003/03/sosialt\\_arbeid\\_og\\_ankjennelse\\_en\\_problematisering\\_av\\_grunnlagstenkningen](http://www.idunn.no/ts/nsa/2003/03/sosialt_arbeid_og_ankjennelse_en_problematisering_av_grunnlagstenkningen)
- Aase, T. H., & Fossåskaret, E. (2007). *Skapte virkeligheter. Om produksjon og tolkning av kvalitative data*. Oslo: Universitetsforlaget.
- Aasland, D. G. (2010). Veiledningens etiske forutsetninger. I S. B. Eide, H. H. Grelland, A. Kristiansen, H. I. Sævareid & D. G. Aasland. *Til den andres beste* (s. 11-23). Oslo: Gyldendal Akademisk.
- Boerger- Knowles, K., & Ridley, T. (2014). Chronic Cancer: Counseling the Individual. *Social Work in Health Care*, 53(1), 11-30. doi:10.1080/00981389.2013.840355
- Bruce, A., Schreiber, R., Petrovskaya, O., & Boston, P. (2011). Longing for ground in a ground(less) world: a qualitative inquiry of existential suffering. *BMC Nursing*, 10(2), (mangler). doi:10.1186/1472-6955-10-2
- Buber, M. (1992). *Jeg og du* (2. utg.). Halden: J.W. Cappelens Forlag AS.
- Carlick, A., & Biley, F. C. (2004). Thoughts on the therapeutic use of narrative in the promotion of coping in cancer care. *European Journal of Cancer Care*, 13(4), 308-317. doi:10.1111/j.1365-2354.2004.00466.x
- Corbin, J., & Strauss, A. (2008). *Basics of qualitative research 3e* (3. utg.). Thousand Oaks, California: SAGE Publications, Inc.
- Corwin, G. (2005). *Idas dans. En mors fortelling*. Lysaker: Dinamo Forlag.
- Dalen, M. (2004). *Intervju som forskningsmetode-en kvalitativ tilnærming* Oslo: Universitetsforlaget.
- Den nasjonale forskningsetiske komitè for samfunnsvitenskap og humaniora. (2006). *Forskningsetiske retningslinjer for samfunnsvitenskap, humaniora, juss og teologi*. Hentet 16.12.2013 fra [https://www.etikkom.no/Documents/Publikasjoner-som-PDF/Forskningsetiske%20retningslinjer%20for%20samfunnsvitenskap,%20humaniora,%20juss%20og%20teologi%20\(2006\).pdf](https://www.etikkom.no/Documents/Publikasjoner-som-PDF/Forskningsetiske%20retningslinjer%20for%20samfunnsvitenskap,%20humaniora,%20juss%20og%20teologi%20(2006).pdf)
- Dyregrov, A., & Dyregrov, K. (2011). Positiv vekst etter livskriser- implikasjoner for praksis. *Tidsskrift for norsk psykologforening*, 48(9), 873-877. Hentet fra [http://www.psykologtidsskriftet.no/index.php?seks\\_id=153350&a=2](http://www.psykologtidsskriftet.no/index.php?seks_id=153350&a=2)
- Dyregrov, K., & Dyregrov, A. (2007). *Sosial nettverksstøtte ved brå død. Hvordan kan vi hjelpe?* . Bergen: Fagbokforlaget AS.

- Falk, B. (1999). *Å være der du er- samtale med kriserammede*. Bergen: Fagbokforlaget.
- Figley, C. R. (2002). Compassion Fatigue: Psychotherapists' Chronic Lack of Self Care. *Psychotherapy in Practice*, 58(11), 1433-1441. doi:10.1002/jclp.10090
- Gergen, K. J., & Gergen, M. (2009). *Social konstruktion ind i samtalen*. Århus: Dansk Psykologisk Forlag.
- Giorgi, A. (2009). *The Descriptive Phenomenological Method in Psychology: A Modified Husserlian Approach*. Pittsburgh, PA: Duquesne University Press.
- Holmberg, Å. (2012). Familieterapeuters møte med det åndelige og eksistensielle mennesket. *Fokus på familien*, 40(01), 49-66. Hentet fra [http://www.idunn.no/ts/fokus/2012/01/familieterapeuters\\_moete\\_med\\_det\\_aandelige\\_og\\_eksistensielle](http://www.idunn.no/ts/fokus/2012/01/familieterapeuters_moete_med_det_aandelige_og_eksistensielle)
- Honneth, A. (2005). Between Aristotle and Kant- Sketch of a Morality of Recognition. I W. Edelstein & G. Nunner- Winkler (Red.), *Morality in Context* (Vol. 137, s. 50-65). Amsterdam: Elsevier. Hentet fra <http://site.ebrary.com/lib/ntnu/Doc?id=10138502&ppg=1>.
- Honneth, A. (2007). *Kamp om anerkjennelse*. Oslo: Pax Forlag.
- Høilund, P., & Juul, S. (2005). *Anerkendelse og dømmekraft i socialt arbejde*. København: Hans Reitzels Forlag.
- Ivey, A. E., D'Andrea, M. J., & Ivey, M. B. (2012). *Theories of counselling and psychotherapy. A multicultural perspective*. (7.utg.). Thousand Oaks, California: SAGE Publications, Inc.
- Johannesen, E., Kokkersvold, E., & Vedeler, L. (2010). *Rådgivning. Tradisjoner, teoretiske perspektiver og praksis* (3.utg.). Oslo: Gyldendal Akademisk.
- Kvale, S., & Brinkmann, S. (2012). *Det kvalitative forskningsintervju* (2.utg.). Oslo: Gyldendal Akademisk.
- Kvalsund, R. (2005). *Coaching. Metode: prosess: relasjon*. Trondheim: Synergy Publishing.
- Kvalsund, R., & Allgood, E. (2008). Persons-in-relation. Dialogue as transformative learning in counselling. I G. Gudaitė (Red.), *Santykis ir pokytis* (s. 184-204). Vilnius: Vilnius University
- Kvalsund, R., & Meyer, K. (2005). *Gruppeveiledning, læring og ressursutvikling*. Trondheim: Tapir Akademisk Forlag.
- Leenderts, T. A. (1997). *Person og profesjon. Om menneskesyn og livsverdier i offentlig omsorg* (2.utg.). Oslo: Universitetsforlaget.



- Løgstrup, K. E. (1991). *Den etiske fordring* (2.utg.). Copenhagen: Gyldendalske Boghandel, Nordisk Forlag A.S.
- Norsk Samfunnsvitenskapelig datatjeneste. (2012a). *Må prosjektet meldes?*, Hentet 16.12.2013 fra <http://www.nsd.uib.no/personvern/meldeplikt/>
- Norsk Samfunnsvitenskapelig datatjeneste. (2012b). *Når utvalget har taushetsplikt*. Hentet 16.12.2013 fra <http://www.nsd.uib.no/personvern/forskningstemaer/taushetsplikt.html>
- Postholm, M. B. (2010). *Kvalitativ metode. En innføring med fokus på fenomenologi, etnografi og kasusstudier*. Oslo: Universitetsforlaget.
- Rogers, C. (1992). The processes of therapy. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 60(2), 163-164. doi:10.1037/0022-006X.60.2.163
- Rogers, C. (2004). *On becoming a person. A therapist's view of psychotherapy*. London: Constable & Robinson Ltd.
- Schibbye, A.-L. L. (2012). *Relasjoner. Et dialektisk perspektiv på eksistensiell og psykodynamisk psykoterapi* (2.utg.). Oslo: Universitetsforlaget.
- Skau, G. M. (2011). *Gode fagfolk vokser* (4.utg.). Oslo: Cappelen Damm AS.
- Skau, G. M. (2013). *Mellom makt og hjelp- om det flertydige forholdet mellom klient og hjelper* (4.utg.). Oslo: Universitetsforlaget AS.
- Skjervheim, H. (1996). *Deltakar og tilskodar og andre essays*. Oslo: Aschehoug Forlag.
- Thagaard, T. (2013). *Systematikk og innlevelse. En innføring i kvalitativ metode*. (4.utg.). Bergen: Fagbokforlaget.
- Thornberg, R., & Fejes, A. (2009). Kvalitet och generaliserbarhet i kvalitativa studier. I A. Fejes & R. Thornberg (Red.), *Handbok i kvalitativ analys* (s. 216-235). Stockholm: Liber.
- Tjora, A. (2010). *Kvalitative forskningsmetoder i praksis*. Oslo: Gyldendal Akademisk
- Wifstad, Å. (1994). Møtet med den Andre: om ekspertkunnskapens grenser. *Tidsskrift for Den Norske Legeforening*, 30(114), 3678-3680.



# Vedlegg 1: Godkjenning fra NSD

Norsk samfunnsvitenskapelig datatjeneste AS  
NORWEGIAN SOCIAL SCIENCE DATA SERVICES



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

Camilla Fikse  
Institutt for voksnes læring og rådgivningsvitenskap NTNU

7491 TRONDHEIM

Vår dato: 05.02.2014

Vår ref: 37214 / 3 / HIT

Deres dato:

Deres ref:

## TILBAKEMELDING PÅ MELDING OM BEHANDLING AV PERSONOPPLYSNINGER

Vi viser til melding om behandling av personopplysninger, mottatt 21.01.2014. Meldingen gjelder prosjektet:

37214	<i>I møte med eksistensiell krise. Med fokus på anerkjennelsens betydning i hjelperollen</i>
Behandlingsansvarlig	NTNU, ved institusjonens øverste leder
Daglig ansvarlig	Camilla Fikse
Student	Agnete Orderløkken

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

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

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

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

Personvernombudet vil ved prosjektets avslutning, 01.07.2014, rette en henvendelse angående status for behandlingen av personopplysninger.

Vennlig hilsen

Katrine Utaaker Segadal

Hildur Thorarensen

Kontaktperson: Hildur Thorarensen tlf: 55 58 26 54

Vedlegg: Prosjektvurdering

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

*Avdelingskontorer / District Offices*

OSLO NSD: Universitetet i Oslo, Postboks 1055 Blindern, 0316 Oslo. Tel: +47-22 85 52 11. [nsd@uio.no](mailto:nsd@uio.no)

TRONDHEIM NSD: Norges teknisk-naturvitenskapelige universitet, 7491 Trondheim. Tel: +47-73 59 19 07. [kyrre.svarva@svt.ntnu.no](mailto:kyrre.svarva@svt.ntnu.no)

TROMSØ NSD: SVF, Universitetet i Tromsø, 9037 Tromsø. Tel: +47-77 64 43 36. [nsdmaa@svt.uit.no](mailto:nsdmaa@svt.uit.no)



Ifølge prosjektmeldingen skal det innhentes skriftlig samtykke basert på skriftlig informasjon om prosjektet og behandling av personopplysninger. Personvernombudet finner informasjonsskrivet tilfredsstillende utformet i henhold til personopplysningslovens vilkår.

Innsamlede opplysninger registreres på privat pc. Personvernombudet legger til grunn at veileder og student setter seg inn i og etterfølger NTNU sine interne rutiner for datasikkerhet, spesielt med tanke på bruk av privat pc til oppbevaring av personidentifiserende data.

Prosjektet skal avsluttes 01.07.2014 og innsamlede opplysninger skal da anonymiseres og lydopptak slettes. Anonymisering innebærer at direkte personidentifiserende opplysninger som navn/koblingsnøkkel slettes, og at indirekte personidentifiserende opplysninger (sammenstilling av bakgrunnsopplysninger som f.eks. yrke, alder, kjønn) fjernes eller grovkategoriseres slik at ingen enkeltpersoner kan gjenkjennes i materialet.

## Vedlegg 2: Informasjonsskriv

### Forespørsel om deltakelse i forskningsprosjektet

*"I møte med eksistensiell krise. En masteroppgave med fokus på anerkjennelsens betydning i hjelperollen»."*

#### Bakgrunn og formål

Jeg er masterstudent ved master i rådgivning på NTNU, og skal nå skrive den avsluttende masteroppgaven. Jeg ønsker å undersøke betydningen av anerkjennelse i møte mellom rådgiver og personer som befinner seg i en eksistensiell krise, herunder krise/sorgprosesser. Grunnen til at jeg finner denne tematikken interessant, er egne erfaringer fra arbeid som sykepleier, og interessen for rådgivningstilnærming i slike prosesser. Jeg ønsker å undersøke hva rådgivere opplever som viktig i slike møter, og også hvordan de arbeider for å kunne stå i disse prosessene. Problemstillingen er: «På hvilken måte er anerkjennelse av betydning for rådgiverens møte med mennesker i eksistensiell krise?»

#### Hva innebærer deltakelse i studien?

Jeg ønsker å snakke med rådgivere som har arbeids- og interessefelt som er knyttet opp til denne tematikken, og som ønsker å reflektere rundt sin egen arbeidspraksis.

Oppgaven er et kvalitativt studie, og jeg ønsker å foreta et intervju som vil ha form som en samtale rundt enkelte temaer. Hovedsakelig ønsker jeg å intervju tre rådgivere, med varighet på hvert intervju på ca. 1-1,5 time. Hvor og når intervjuene foretas kan avtales individuelt. Spørsmålene vil omhandle rådgivernes erfaringer på generelt grunnlag. Spørsmålene vil også omhandle rådgiverens arbeid med sitt eget, i forhold til å kunne stå i krevende rådgivningssituasjoner. Intervjudataene vil bli registrert via lydopptak, og det vil også bli tatt noen notater underveis.

#### Hva skjer med informasjonen om deg?

Jeg er som forsker underlagt taushetsplikt og alle personopplysninger vil bli behandlet konfidensielt. Det er kun meg som forsker som vil ha tilgang til personopplysninger. Navneliste over deltakere oppbevares innelåst og separat fra resten av datamaterialet. Deltakerne vil ikke kunne gjenkjennes i publikasjonen, da navn og opplysninger som kan knyttes til enkeltperson vil bli anonymisert. Navn på arbeidsplass anonymiseres også hvis ledelse/deltaker ønsker dette.

Prosjektet skal etter planen avsluttes juni 2014. Alle dokumenter vil bli slettet etter at oppgaven er ferdig, antatt før 1.juli 2014.

#### Frivillig deltakelse

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

Hvis du synes dette høres interessant ut og har lyst til å delta i studien, er det fint om du signerer på den vedlagte samtykkeerklæringen. Dersom du har spørsmål til studien, ta gjerne kontakt med meg:

Agnete Orderløkken  
Mob: xx xx xx xx  
e-post: [xxxxxxxx@xxxx.com](mailto:xxxxxxxx@xxxx.com),

eller min hovedveileder

Camilla Fikse, Institutt for voksnes læring og rådgivningsvitenskap, NTNU.  
Tlf: xx xx xx xx  
e-post: [xxxxxxxx.xxxxx@xxx.xxxx.no](mailto:xxxxxxxx.xxxxx@xxx.xxxx.no)

Jeg håper dette høres spennende ut, og setter stor pris på din deltakelse.

Studien er meldt til Personvernombudet for forskning, Norsk samfunnsvitenskapelig datatjeneste AS.

Med vennlig hilsen  
Agnete Orderløkken

### **Samtykke til deltakelse i studien**

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

---

(Signert av prosjektdeltaker, dato)

## Vedlegg 3: Intervjuguide

Problemstilling for studien:

*På hvilken måte er anerkjennelse av betydning for rådgiverens møte med mennesker i eksistensiell krise?*

Introduksjon, informasjon, samt spørsmål rundt bakgrunnsinformasjon:

Kan du fortelle litt om deg selv?

Hva slags arbeidsoppgaver har du i det daglige?

Hva slags yrkeserfaring og bakgrunn har du?

Hva er din yrkeserfaring sett opp mot tematikken eksistensielle kriser?

**1:** På generelt grunnlag; hva er grunnen til at dere som rådgivningstjeneste blir oppsøkt?

-Kan du fortelle litt om hvordan dere arbeider?

-Opplever du at det er stort behov for samtaler?

-Er det mest engangssamtaler eller er det samtaler med varighet over lengre tid?

-Hva er behovet? (blir oppsøkt, eller arbeider oppsøkende)

**2:** Hvordan legger du opp en rådgivningssamtale med personer som befinner seg i eksistensielle kriser?

-Rådgivningssamtaler/sjelesorgsamtaler? Forskjeller?

**3:** På hvilken måte arbeider du med å skille «ditt» og «den andres» opplevelse, tanker, følelser?

Stikkord:

- «bagasje»
- egne erfaringer
- selvavgrensning

- 4:** Hva er ditt forhold til eksistensielle spørsmål i arbeidet ditt?
- Opplever du at det er behov for å snakke om det? Eventuelt hva?
  - Hva legger du i eksistensielle spørsmål?
  - Opplever du at dette er noe veisøker tar opp i samtaler?  
-Stikkord: relasjon -ligge til grunn?
  - Opplever du at det er et behov for å snakke om det?
- 5:** Hva mener du er viktig når du møter personer som befinner seg i en eksistensiell krise?
- Hva har du fokus på i slike samtaler?
  - Stikkord: menneskesyn?
  - Hvordan opplever du at ditt menneskesyn kommer til syne i rådgivningssamtalen? Sett opp mot personer i eksistensiell krise?
- 6:** Jeg har valgt å bruke begrepet anerkjennelse, er det et begrep du har noe forhold til i din jobb som rådgiver?
- Utdype hva du legger i betydningen av det?
- 7:** Hvordan forbereder du deg til samtaler med personer i eksistensiell krise?
- Strategier? Kan du nevne noen eksempler?
  - Stikkord: Jobbe med seg selv, egne tanker, refleksjoner.
- 8:** Hvordan opplever du å stå i slike rådgivningssituasjoner?
- Det å være i situasjonen?
  - Tilstedeværelse?



- 9:** Hender det at du har samtaler om emner som du synes det kan være vanskeligere enn andre å snakke om?
- Hva gjør du i disse situasjonene?
- 10:** Hvordan arbeider du med deg selv, når du står i slike rådgivningsprosesser?
- 11:** Avslutningsvis: Er det noe som du ønsker å tilføye, eventuelt utdype eller klargjøre til slutt? Eventuelt noe du tenker at er viktig i samtaler med mennesker i eksistensielle kriser som spørsmålene så langt ikke har omfavnet?
- 12:** Har du noen spørsmål?



## Vedlegg 4: Illustrasjon av analyseprosess



