

Hennie-Sofie Hofseth

## Personlig utvikling

Hvordan viser oppfatninger av personlig utvikling seg gjennom en Q-sortering, og hvilken rolle spiller taus kunnskap? En studie hvor subjektive meninger kommer til uttrykk gjennom Q-metodologi.

Masteroppgave i Rådgivningsvitenskap

Veileder: Ragnvald Kvalsund

Mai 2019



Hennie-Sofie Hofseth

## Personlig utvikling

Hvordan viser oppfattelser av personlig utvikling seg gjennom en Q-sortering, og hvilken rolle spiller taus kunnskap? En studie hvor subjektive meninger kommer til uttrykk gjennom Q-metodologi.

Masteroppgave i Rådgivningsvitenskap  
Veileder: Ragnvald Kvalsund  
Mai 2019

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



## Sammendrag

Formålet med denne masteroppgaven har vært å undersøke hvordan oppfattelser av personlig utvikling viser seg gjennom en Q-sortering, og hvilken rolle taus kunnskap har. Målet var å danne meg en større forståelse for hvordan personer oppfatter egen personlig utvikling, ettersom jeg mener kunnskaper om dette temaet kan ha positiv innvirkning når man samhandler med andre. På bakgrunn av disse tankene, formulerte jeg følgende problemstilling:

*Hvordan viser oppfattelser av personlig utvikling seg gjennom en Q-sortering, og hvilken rolle spiller taus kunnskap? En studie hvor subjektive meninger kommer til uttrykk gjennom Q-metodologi.*

For å besvare denne problemstillingen rekrutterte jeg 19 deltakere. De sorterte så 48 utsagn om personlig utvikling fra hva som var mest likt seg til hva som var mest ulikt seg. Utsagnene omhandlet teori knyttet til emosjoner, personlig utvikling, målorientering og kontrollplassering. Jeg gjorde så en faktoranalyse av Q-sorteringene som resulterte i fire ulike faktorer: Faktor 1: «Vil lære mer!», faktor 2: «Avslappet», faktor 3: «Ikke selv-ansvarlig» og faktor 4: «Kan og vil». Disse faktorene representerer ulike grupperinger av oppfattelser knyttet til personlig utvikling. Faktor 1: «Vil lære mer!» representerer en oppfattelse av personlig utvikling som noe viktig de ønsker å prioritere tid til. Det er også et tema de ønsker mer forståelse og kunnskap om. Faktor 2: «Avslappet» representerer en oppfattelse av personlig utvikling hvor utviklingen ikke er et mål i seg selv, samtidig som de ser hensikten med utvikling kan det bli for mye oppmerksomhet rundt temaet. Faktor 3: «Ikke selv-ansvarlig» representerer en oppfattelse av personlig utvikling som uinteressant, og som noe de ikke ønsker å forstå. Utvikling er ikke noe de selv skal ta ansvar for. Faktor 4: «Kan og vil» representerer en oppfattelse av personlig utvikling som viktig, interessant og som noe de har mye kunnskap og erfaring om. Disse funnene drøftes videre opp mot relevant teori.



## **Abstract**

The purpose of this master thesis has been to examine how perceptions of personal development appear using Q-methodology, and what role tacit knowledge has. The objective was to develop a greater understanding of how people perceive their own personal development since I believe increased knowledge about this topic can have a positive impact when interacting with others. Based on these thoughts, I formulated this research question:

*How does the perception of personal development show itself using Q-methodology, and what role does tacit knowledge have? A study where subjective opinions are expressed through Q-methodology.*

To answer the research question, I recruited 19 participants. Then, they sorted 48 different statements concerning personal development on a scale from what was most similar to what was most different from themselves. The statements dealt with theory related to emotions, personal development, goal orientation and locus of control. Further on, a factor analysis was developed based on the Q-sorting which resulted in four different factors. Factor 1: "Want to learn more!", Factor 2: "Relaxed", factor 3: "Not responsible" and factor 4: "Can and will". These factors represent different groups of perceptions related to personal development. Factor 1: "Want to learn more!" represents a perception of personal development as something important they want to prioritize. It is also a subject they want more understanding and knowledge about. Factor 2 "Relaxed" represents a perception of personal development where the development itself is not a goal. They can see the purpose of it, but too much attention can be repellent. Factor 3 "Not responsible" represents a perception of personal development as not interesting, as something they do not want to understand, partly because they don't want to control it themselves. Factor 4 "Can and will" represent a perception of personal development as important and interesting and as something they have a lot of experience and knowledge about. These findings are further discussed with relevant theory.





## **Forord**

Jeg vil gjerne takke alle som har støttet meg og bidratt til at denne masteroppgaven har vært mulig å gjennomføre. Takk til veileder, Ragnvald Kvalsund, for faglige diskusjoner. Takk til alle informanter, uten dere ville ikke det vært mulig å gjennomføre denne forskningen. En spesiell takk går til samboer, mamma og pappa som alltid har stilt opp med korrekturlesing, konstruktiv kritikk og støttende tilbakemeldinger.

Jeg har lært så mye, utfordret meg selv en hel del, og tilegnet meg erfaringer som jeg aldri ville vært foruten. Gjennom denne masteroppgaven om personlig utvikling, ønsker jeg nå å gi noe tilbake til de som har støttet meg og oppmuntret meg til å velge denne studieretningen. Familier og venner som har motivert meg og sagt at det var mulig om jeg bare arbeidet for det. Valgene jeg har tatt og utfordringene jeg har møtt på har omhandlet personlig utvikling. Gjennom å skrive denne masteroppgaven ønsker jeg at flere blir mer bevisst på sin egen personlig utvikling gjennom at jeg belyser ulike oppfattelser knyttet til begrepet. Vi lever nå i et samfunn i konstant endring, og jeg tenker derfor at det også er høyst aktuelt med mer kunnskap om hva personlig utvikling innebærer for folk flest.



# Innholdsfortegnelse

<b>1</b>	<b>Introduksjon .....</b>	<b>1</b>
1.1	<i>Bakgrunn for valg av tema .....</i>	2
1.2	<i>Avgrensing av tema og presentasjon av problemstilling.....</i>	3
1.3	<i>Intensjon med studien og tidligere forskning .....</i>	3
1.3.1	Hvordan temaet er knyttet til rådgivningsvitenskap .....	4
1.4	<i>Begrepsavklaring.....</i>	5
1.4.1	Personlig utvikling .....	5
1.4.2	Hva er taus kunnskap?.....	5
1.4.3	Q-metodologi og Q-studie.....	6
1.5	<i>Oppgavens struktur.....</i>	6
<b>2</b>	<b>Teori.....</b>	<b>6</b>
2.1	<i>Vitenskapsteori.....</i>	6
2.2	<i>Eksistensialistisk-humanistisk perspektiv .....</i>	8
2.3	<i>Personlig utvikling .....</i>	9
2.4	<i>Stabilitet og selvaktualisering .....</i>	10
2.4.1	Selvaksept, selvinnsikt og selvbevissthet .....	11
2.5	<i>Kontrollplassering.....</i>	11
2.5.1	Indre kontrollplassering og ytre kontrollplassering.....	12
2.6	<i>Emosjoner.....</i>	13
<b>3</b>	<b>Metodisk tilnærming .....</b>	<b>13</b>
3.1	<i>Forskningsprosessen i en Q-studie .....</i>	14
3.1.1	Abduktiv rolle .....	15
3.2	<i>Prosessen frem mot et kommunikasjonsunivers og Q-utvalg .....</i>	16
3.2.1	Kommunikasjonsunivers og Q-utsagn sett i lys av taus kunnskap.....	17
3.3	<i>Forskningsdesign .....</i>	19
3.4	<i>P-Sett.....</i>	21
3.5	<i>Q-Sortering og instruksjonsbetingelse.....</i>	21
3.5.1	Sorteres utsagn på bakgrunn av taus kunnskap? .....	22
3.5.2	Bevisstgjøring av taus kunnskap gjennom sortering .....	23

3.6	<i>Faktoranalyse og faktorfortolkning</i> .....	24
3.7	<i>Kvalitet i studien</i> .....	28
3.7.1	Validitet .....	28
3.7.2	Reliabilitet.....	29
3.7.3	Generaliserbarhet.....	30
<b>4</b>	<b>Faktorfortolkning</b> .....	<b>30</b>
4.1	<i>Faktor 1: «Vil lære mer!»</i> .....	34
4.1.1	Diskriminerende utsagn faktor 1: «Vil lære mer!» .....	35
4.1.2	Sammendrag faktor 1: «Vil lære mer!» .....	36
4.2	<i>Faktor 2: «Avslappet»</i> .....	36
4.2.1	Diskriminerende utsagn faktor 2: «Avslappet» .....	37
4.2.2	Sammendrag faktor 2: «Avslappet» .....	39
4.3	<i>Faktor 3: «Ikke selv-ansvarlig»</i> .....	39
4.3.1	Diskriminerende utsagn faktor 3: «Ikke selv-ansvarlig» .....	41
4.3.2	Sammendrag faktor 3: «Ikke selv-ansvarlig» .....	42
4.4	<i>Faktor 4: «Kan og vil»</i> .....	42
4.4.1	Diskriminerende utsagn faktor 4: «Kan og vil».....	43
4.4.2	Sammendrag faktor 4: «Kan og vil».....	44
4.5	<i>Konsensusutsagn</i> .....	44
<b>5</b>	<b>Diskusjon</b> .....	<b>45</b>
5.1	<i>Stabilitet eller selvaktualisering?</i> .....	46
5.2	<i>Åpne opp for personlig utvikling?</i> .....	48
5.3	<i>Dagsaktuelt tema: «Generasjon perfekt»</i> .....	51
<b>6</b>	<b>Avslutning og implikasjoner for praksis</b> .....	<b>53</b>
6.1	<i>Videre forskning og kritikk av studien</i> .....	54
	<b>Referanser</b> .....	<b>56</b>
	<b>Vedlegg</b> .....	<b>60</b>
	<i>Vedlegg 1: Forskningsdesign og Q-utvalg</i> .....	61
	<i>Vedlegg 2: Randomisert Q-utvalg</i> .....	64
	<i>Vedlegg 3: Sorteringsskjema</i> .....	67

<i>Vedlegg 4: Instruksjonsbetingelse .....</i>	<i>68</i>
<i>Vedlegg 5: Faktorskårer.....</i>	<i>70</i>
<i>Vedlegg 6: Diskriminerende utsagn.....</i>	<i>73</i>
<i>Vedlegg 7: Konsensusutsagn .....</i>	<i>75</i>
<i>Vedlegg 8: Informasjonsskriv.....</i>	<i>76</i>
<i>Vedlegg 9: Samtykkeerklæring .....</i>	<i>78</i>
<i>Vedlegg 10: Godkjenning fra NSD .....</i>	<i>79</i>

## **Tabelloversikt**

<b>Tabell 1: Forskningsdesign</b> .....	20
<b>Tabell 2: Reliabilitet</b> .....	30
<b>Tabell 3: Uroterte faktorer</b> .....	31
<b>Tabell 4: Korrelasjon mellom de ulike faktorene</b> .....	32
<b>Tabell 5: Ladning på faktorer</b> .....	32
<b>Tabell 6: Faktor 1</b> .....	34
<b>Tabell 7: Faktor 2</b> .....	37
<b>Tabell 8: Faktor 3</b> .....	40
<b>Tabell 9: Faktor 4</b> .....	42

# 1 Introduksjon

Jeg starter denne oppgaven med å vise til et dikt Charlie Chaplin angivelig leste opp i sin 70 års dag (Ioana, 2009). Diktet representerer for meg et viktig budskap om personlig utvikling.

*Da jeg begynte å elske meg selv, forsto jeg at jeg under alle omstendigheter er på rett sted til rett tid, og alt skjer på akkurat det rette tidspunktet. Så jeg kunne være rolig. I dag kaller jeg det «SELVSIKKERHET».*

*Da jeg begynte å elske meg selv fant jeg ut at angst og emosjonell lidelse bare er faresignaler på at jeg levde mot min egen sannhet. I dag vet jeg at dette er «AUTENTISITET».*

*Da jeg begynte å elske meg selv, sluttet jeg å ønske meg et annet liv, og jeg kunne se at alt som omringet meg, inviterte meg til å vokse. I dag kaller jeg det «MODENHET».*

*Da jeg begynte å elske meg selv, forsto jeg hvor mye det kan støte noen hvis jeg prøver å tvinge mine ønsker på denne personen, selv om jeg visste at tiden ikke var riktig og personen ikke var klar for det, og selv om denne personen var meg. I dag kaller jeg det «RESPEKT».*

*Da jeg begynte å elske meg selv frigjorde jeg meg fra alt som ikke var bra for min helse – mat, folk, ting, situasjoner og alt som trakk meg ned og vekk fra meg selv. Først kalte jeg denne holdningen sunn egoisme. I dag vet jeg at det er «EGENKJÆRLIGHET».*

*Da jeg begynte å elske meg selv, sluttet jeg å stjele min egen tid, og jeg sluttet å skape store prosjekter for fremtiden. I dag gjør jeg bare det som bringer meg glede og lykke, ting jeg elsker å gjøre og som får hjertet mitt til å juble, og jeg gjør dem på min egen måte og i min egen rytme. I dag kaller jeg det «ENKELHET».*

*Da jeg begynte å elske meg selv, sluttet jeg å prøve å alltid ha rett, og siden den gang har jeg tatt mindre feil. I dag oppdaget jeg at det er «YDMYKHET.»*

*Da jeg begynte å elske meg selv, nektet jeg å fortsette å leve i fortiden og bekymre meg for fremtiden. Nå lever jeg bare i øyeblikket, hvor alt skjer. I dag lever jeg hver dag, dag etter dag, og jeg kaller det «OPPFYLLELSE.»*

*Da jeg begynte å elske meg selv, innså jeg at tankene mine kunne forstyrre meg og gjøre meg syk. Men da jeg koblet dem til hjertet mitt, ble tankene mine verdifulle allierte. I dag kaller jeg denne forbindelsen «HJERTETS VISDOM».*

(Charlie Chaplin, overs. 2018)

Interessen min for personlig utvikling har vokst gjennom en forståelse av at det kan være nøkkelen til mye godt, som diktet også viser til. I en eksistensialistisk-humanistisk tilnærming til mennesket er prosessen frem mot personlig utvikling mulig gjennom frihet og valg (Ivey, D'Andrea & Ivey, 2012). Vi kan dermed selv velge å utvikle oss, vi kan selv velge å bruke tid på utvikling og utfordre våre egne tanker, oppfatninger og handlinger. Personlig utvikling er noe mer enn å tilegne seg kunnskap, noe mer enn å løpe fortere og arbeide hardere på jobb.

Det omhandler blant annet hvordan du forstår den kunnskapen du allerede har, hvordan du forstå deg selv, vennene dine, hvordan du håndterer situasjoner i hverdagen din og hvordan du skaper mening i tilværelsen.

## **1.1 Bakgrunn for valg av tema**

Da jeg startet på masterstudiet i rådgivningsvitenskap for snart to år siden, visste jeg ikke hvor denne reisen skulle ta meg. Jeg startet med å tro at jeg visste nok om meg selv og de rundt meg til å få et godt liv. Reisen har videre vist meg hvordan personlig utvikling er noe du kan jobbe mot, uansett hvor du befinner deg og hva du ønsker å oppnå. På bakgrunn av denne oppdagelsen, startet interessen min for personlig utvikling. Dette har ført til mye god lesing, interesse for å utvikle meg som person og ikke minst mange undringer.

Jeg undrer meg over hvordan personlig utvikling blir forstått. Er det noe man arbeider aktivt for? Er prosessen hvor utvikling foregår en implisitt prosess i form av taus kunnskap? Blir det viet tid til personlig utvikling på samme måte som folk vier tid til å for eksempel å løpe fortere eller lære gangetabellen? På bakgrunn av disse undringene vil jeg i denne masteroppgaven rette fokuset mot subjektive oppfatninger knyttet til personlig utvikling, og hvordan taus kunnskap gjør seg gjeldende innenfor Q-metodologi, hvor deltakere sorterer utsagn knyttet til temaet «personlig utvikling».

Grunnen til at jeg har blitt så interessert i akkurat personlig utvikling er fordi jeg tenker det omfatter så mye i livet. Jeg har selv vokst opp i en generasjon hvor man kan føle på et enormt press fra flere kanter, og samtidig er det ikke store marginer for å gjøre feil. Helst skal alt gå bra på første forsøk. «Generasjon perfekt» er et av uttrykkene som brukes om oss (Aglen, 2015). Om ikke uttrykket i seg selv skaper forventninger om å lykkes, gjør i alle fall samfunnet vi lever i det. På den ene siden fører dette presset med seg at mange flere enn før er det samfunnet vil betrakte som flinke og vellykkede (Aglen, 2015). På den andre siden fører dette presset med seg en svært uheldig side. Presset om å være vellykket gjør at om lag en tredjedel av ungdom er psykisk psyke og nærmere 30% antagelig er det vi vil definere som alvorlig stresset (Aglen, 2015). Derfor tenker jeg at personlig utvikling kan være essensielt for å motvirke det presset vi lever under, både fra samfunnets side og fra presset vi påfører oss selv.



## **1.2 Avgrensning av tema og presentasjon av problemstilling**

Jeg vil i denne studien rekruttere deltakere til å gjøre en Q-sortering basert på teori om emosjoner, kontrollplassering og innstilling for vekst knyttet til temaet personlig utvikling. Gjennomgående vil jeg drøfte hvordan taus kunnskap kan gjøre seg gjeldende når man forsker på personlig utvikling innenfor Q-metodologi. På bakgrunn av dette interesseområde kom jeg frem til følgende problemstilling:

*Hvordan viser oppfattelser av personlig utvikling seg gjennom en Q-sortering, og hvilken rolle spiller taus kunnskap? En studie hvor subjektive meninger kommer til uttrykk gjennom Q-metodologi.*

På bakgrunn av denne problemstillingen vil voksne fra alderen 18 år sortere utsagn knyttet til personlig utvikling hvor en subjektiv mening vil komme frem gjennom sorteringen (Thorsen & Allgood, 2010).

## **1.3 Intensjon med studien og tidligere forskning**

Intensjonen bak denne studien er å få mer kunnskap om ulike oppfattelser knyttet til begrepet personlig utvikling. Personlig utvikling er et tema som blir gjennomgående i min rolle som rådgiver etter studiet. Jeg ser derfor verdien i å danne meg en større forståelse av begrepet, noe som kan gi meg muligheter til å møte klienter på en mer helhetlig måte (Ivey et al., 2012). Jeg er også av den oppfatning av at et slikt begrep omhandler det Polanyi (1962) omtaler som taus kunnskap. Intensjonen min er derfor også å forstå dette begrepet opp mot studien min om personlig utvikling.

Det finnes mye forskning som omhandler temaet «personlig utvikling». Temaer som går igjen er ledelse og personlig utvikling, og personlig utvikling hvor man kan nå nye steg i ulike utviklingsprosesser. Bachkirova og Borrington (2018) viser i sin artikkel om begrensninger og muligheter i coaching, en enkel tre-steps rammeverk for utvikling hos voksne. Den står i relasjon til spesifikke psykologiske aspekt som er karakteristisk for hovedvekten av voksne. Rooke og Torbert (2005) viser i en artikkel som omhandler utvikling av ledere basert på sju ulike ledertyper, hvordan ledere må bli bevisst sitt eget reaksjonsmønster. De bygger forskningen på temaet rundt mange år med arbeid og tusenvis av ledere som har forsøkt å utvikle sine lederferdigheter. Forfatterne konkluderer avslutningsvis med at de som vil jobbe med å utvikle lederstilen sin vil kunne klare det. Samtidig er alle forskjellige og den menneskelige naturen er ikke gitt, derfor vil bare noen få klare å utvikle seg til den øverste

lederstilen kalt «alchemists» (Rooke & Torbert, 2005). I motsetning til de studiene jeg nå har vist til, er det ikke av interesse i Q-metode å generalisere resultatene fordi en først og fremst er ute etter å gå i dybden i subjektive oppfatninger knyttet til et tema (Brown, 1980). Min oppgave har som hensikt å samle inn oppfatninger om personlig utvikling, og med det danne grunnlag for en mer spesifisert tilnærming til personlig utvikling jeg kan dra nytte av når jeg skal utføre mitt arbeid som rådgiver i fremtiden.

På bakgrunn av den forskningen som allerede finnes på feltet, vil min forskning kunne være et supplement når man senere arbeider med temaer knyttet til personlig utvikling. Gjennom å drøfte hvordan taus kunnskap gjør seg gjeldende i forskningsprosessen kan studien også bidra til en mer helhetlig forståelse av Q-metodologi hvor sorteringsprosessen kan bidra til valgprosesser og bevisstgjøring. Oppgaven min vil også inkludere drøfting rundt hvordan forsker selv kan påvirke forskningsprosessen. På denne måten kommuniserer ikke forskningen min bare til annen forskning som omhandler personlig utvikling, men også forskning som bruker Q-metodologi. Studien kan danne grunnlag for å arbeide videre mot steg i personlig utvikling på grunnlag av hva klienten selv oppfatter som viktig, hvor det å møte klienten der klienten selv er, er vesentlig for å kunne oppnå vekst (Ivey et al., 2012). Samtidig håper jeg forskningen kan gi en innsiktsfull drøfting av personlig utvikling hvor forskjellige faktorer kommer til syne og kan drøftes opp mot dagsaktuelle temaer.

### 1.3.1 Hvordan temaet er knyttet til rådgivningsvitenskap

Etter endt masterstudie i rådgivningsvitenskap skal man kunne legge til rette for egen og andres læring, vekst og utvikling, både i individuell sammenheng, og i gruppe- og organisasjonskontekst (NTNU, udatert). For å kunne legge til rette for personlig utvikling, som igjen henger sammen med vekst, er det derfor relevant å forstå hvordan et begrep som er så mye brukt innenfor rådgivningsvitenskap faktisk blir oppfattet.

Intensjonen bak problemstillingen er å danne et grunnlag for å utforske rådgivningsfeltet fra klienters perspektiv hvor tilgjengelige voksne vil utgjøre deltakerne til studien. Gjennom å utforske deres meninger håper jeg som rådgiver og medmenneske å få økt forståelse av personlig utvikling som begrep i seg selv og slik det oppfattes av et utvalg personer. Temaet er nært knyttet opp mot rådgivning ettersom man som rådgiver skal være med på veien mot personlig utvikling sammen med klienter, samtidig som det også er sentralt i og for rådgivers eget liv. En rådgiver bør være bevisst på hvordan menneskelig utvikling kan bli oppfattet, og hvordan deres klienter blir påvirket av denne oppfattelsen på veien mot vekst. Å bli hørt og

sett er menneskelige behov, og er også viktige elementer på veien mot personlig utvikling (Ivey et al., 2012). Gjennom å knytte denne forskningen opp mot rådgivningsfeltet, vil målet være at rådgiver blir mer bevisst på nettopp disse behovene.

## 1.4 Begrepsavklaring

### 1.4.1 Personlig utvikling

Det finnes flere definisjoner på personlig utvikling, felles for de fleste er at personlig utvikling handler om å bli mer bevisst på seg selv. Dette omhandler ikke nødvendigvis det vi lærer av ferdigheter, men heller om hvem vi er som person. Merriam-Webster (gjengitt etter Axelrod, 2012, s. 341) definerer selvbevissthet som “awareness of one’s own personality or individuality”, og selvinnsikt som “knowledge or understanding of one's own capabilities, character, feelings, or motivations”. Selvaksept er et begrep som omhandler begge disse definisjonene. Kvam (2016) definerer selvaksept som hvor bra man opplever å være som person, altså selvtilliten. Videre viser han til at de som har høy selvaksept på et område har høye tanker om at de mestrer det som igjen vil skape ferdigheter som gjør denne mestringen mulig. Motsatt har de med lav selvaksept på et område dårlig tro på at de vil mestre det, som igjen gjør at de skaper dårlige forutsetninger for å klare det (Kvam, 2016). Jeg vil også understreke at jeg vil bruke ordet *endring* i relasjon til, eller istedenfor, *utvikling* i deler av oppgaven.

### 1.4.2 Hva er taus kunnskap?

Taus kunnskap er en oversettelse av Polanyi sitt begrep *tacit knowledge* (Mathisen, 2007). Det finnes ulike meninger om hva taus kunnskap kan forstås som. Mathisen (2007) viser til at grunnen til at det finnes ulike meninger om hvordan begrepet skal forstås, henger sammen med at begrepet har to ulike betydninger. På den ene siden står taus kunnskap for den kunnskapen som vi ikke klarer å uttrykke med ord. På den andre siden står den også i forhold til eksplisitte og uartikulerte (ikke verbaliserte) kunnskapsformer (Mathisen, 2007). Det vil si at taus kunnskap også kan omhandle den kunnskapen vi har i forhold til eksplisitte ferdigheter i hverdagen, som for eksempel det å åpne en dør, eller de følelsene, kravene eller ønskene vi har knyttet til noe vi gjør. Den tause kunnskapen kan også forstås i sammenheng med at vi kan mer enn vi får ut, som grunnleggeren av den moderne pedagogikken, Johann Friedrich Herbart, viser til (Steinsholt & Løvlie, 2004).

### 1.4.3 Q-metodologi og Q-studie

Q-metodologi er rammeverket for hvordan man skal undersøke i en Q-studie (Thorsen & Allgood, 2010). Kort forklart handler en Q-studie om å fange subjektiviteten til det vi ønsker å undersøke (Stephenson, 1953). Ettersom de to begrepene henger så tett sammen med hverandre, vil jeg understreke at jeg vil bruke *Q-metodologi* og *Q-metode* for å referere til hele forskningsprosessen, og bruke *Q-studie* om selve studiet hvor forskeren undersøker noe.

## 1.5 Oppgavens struktur

Denne oppgaven er delt inn i fire hoveddeler. Den første hoveddelen - kapittel 2, vil omhandle den teoretiske forankringen til studien min, hvor jeg som forsker arbeider innenfor et bestemt paradigme ut i fra et menneskesyn. Deretter vil jeg presentere et metodekapittel - kapittel 3, hvor jeg blant annet viser til forskningsprosessen steg for steg, samtidig som jeg viser til etiske vurderinger og hvordan taus kunnskap kan gjøre seg gjeldende i en Q-studie. I hoveddel tre - kapittel 4, vil jeg presentere faktoranalysen og faktorfortolkningen før jeg i den siste hoveddelen - kapittel 5, vil drøfte funnene opp mot teori på området og taus kunnskap.

## 2 Teori

Jeg vil i denne delen av oppgaven gjøre rede for teori som er relevant for studien. Jeg vil understreke at jeg skal bruke Q-metode som metodologisk tilnærming for å utforske subjektive oppfattelser knyttet til fenomenet personlig utvikling. Teorien jeg nå presenterer vil derfor danne grunnlaget for forskningsdesignet, noe jeg vil komme tilbake til i metodekapittelet. For å sette teorien inn i en kontekst, vil jeg først presentere hva som ligger til grunn hos meg som forsker innenfor vitenskapsteori og menneskesyn, hvor jeg gjennomgående i oppgaven vil arbeide ut i fra et humanistisk-eksistensialistisk syn på mennesket. Deretter vil teori om personlig utvikling bli presentert, hvor stabilitet og selvkvalifisering vil gjøre seg gjeldende med fokus på selvaksept, selvinnsett og selvbevissthet. Videre vil jeg presentere teori om kontrollplassering og avslutningsvis om emosjoner.

### 2.1 Vitenskapsteori

Mitt teoretiske ståsted henger tett sammen med den utdanningen jeg nå tar i rådgivningsvitenskap. For å forstå det teoretiske grunnlaget til forskningen min, vil jeg først starte med å introdusere hva som ligger til grunn hos meg som forsker. Thomas S. Kuhn peker

på at det er paradigmer som skaper referanserammer rundt forskning og teoribygging (Kvalsund, 1998). Dermed kan det en forsker legger til grunn som korrekt, være tidsbestemt ettersom de arbeider innenfor et bestemt paradigme. Vitenskapelige paradigmer vil derfor oppstå, spre seg og forsvinner igjen da de viser til trender innenfor vitenskapen som kan skifte. Som forsker innenfor Q-metodologi er det derfor relevant å forstå hvordan det nåværende paradigmet utforsker subjektivitet. Da Stephenson (1977) publiserte sin metode for å utforske subjektivitet, viste han til at det daværende paradigmet, med R-metoden i spissen, ikke kunne løse alle problemstillinger. Q-metode ville kunne løse noen av disse mente han, gjennom at forsker anerkjente det vi i dag viser til som operant subjektivitet (Hanson et al., 2005). Stephenson benyttet begrepet operant subjektivitet for å forklare hvordan atferden vår må bli forstått i interaksjon i miljøet vi befinner oss i (Watts & Stenner, 2012). Perspektivet fokuserer derfor også på hvordan jeg som forsker forstår og handler i verden på bakgrunn av de erfaringene jeg har gjort meg (Nygård, 2007).

### Operant subjektivitet

Operant betyr å gjøre noe med meningsuniverset vårt, og subjektivitet handler om synspunkt vi har (Stephenson, 1977). Innenfor Q-metodologi studerer man subjektivitet som blir uttrykt i en Q-sortering. Hvordan deltakerne sorterer utsagnene er operant for hver enkelt deltaker (Stephenson, 1977). Dermed er operant subjektivitet den subjektiviteten som viser seg gjennom handlingen hvor man sorterer utsagn i en Q-sortering.

Samtidig som det er viktig å anerkjenne operant subjektivitet, peker Brown (1996) på at en forsker i tillegg vil være emosjonelt involvert i det som det forskes på. Dette henger sammen med Q-sorteringen gjennom at forsker selv også har en mening om hva det forskes på. Det er alltid en relasjon der, også i Q-metode, selv om det finnes tradisjonelle verdier i å holde seg objektiv (Brown, 1996). Er man bevisst på dette, og ser hvordan forskningen for eksempel kunne blitt gjort annerledes, kun da vil forskningen være gyldig (Brown, 1996).

Roller man har som forsker innenfor Q-metodologi krever derfor at man er bevisst på de valgene man tar gjennom hele forskningsprosessen. Rollen til forskeren i en Q-studie peker tilbake på abduksjonsprinsippet (Ottens, Shank & Long, 1995). En abduktiv resonnering, også kalt abduksjon, er en form for logisk slutning som starter med en observasjon eller et sett med observasjoner, før man deretter søker å finne den enkleste og mest sannsynlige forklaringen (Ottens et al., 1995). Abduksjon handler om å oppdage noe nytt i et meningsmønster, hvor det å ha en abduktiv rolle som forsker handler om å ikke fortolke, men å beskrive. Ottensen et al.,

(1995) viser til C.S. Peirce, som introduserte abduksjon i moderne tenkning. Forfatterne drøfter Peirce's tenkning på abduksjon i form av hypoteser, hvor målet er å lage en hypotese hvor en ny mening legges til observerte fakta. Jeg som forsker må derfor bli bevisst på noe nytt og beskrive dette, uten å fortolke det. Samtidig kan dette være en krevende prosess sett i lys av at vi også er emosjonelt involvert i det vi forsker på, og kan ha taus implisitt kunnskap som kan ligge til grunn for hvordan vi skaper meninger av det vi ser, og igjen hvordan vi beskriver noe.

Abduksjonsprinsippet danner derfor utgangspunktet til hvordan man som forsker samler inn teori, og igjen skaper mening av teorien og lager utsagn som deltakerne sorterer. Jeg skal nå presentere den teorien jeg har lagt til grunn for min forskning. Denne omhandler emosjoner, menneskelig utvikling, innstillingen man har til utvikling og kontrollplassering. Før jeg presenterer denne teorien vil jeg først sette teorien i en større kontekst, nemlig et eksistensialistisk- humanistisk perspektiv, som danner grunnlaget for det menneskesynet som blir gjennomgående i diskusjonsdelen av oppgaven.

## **2.2 Eksistensialistisk-humanistisk perspektiv**

Det eksistensialistisk-humanistiske perspektivet stammer fra den eksistensialistiske grunntenkningen og den humanistiske grunntenkningen. Den eksistensialistiske grunntenkninger har røtter helt tilbake til antikken og den sokratiske dialogen (Schneider & Krüg, 2010). Tankene ble derimot ikke satt i system før på 1800- tallet da danske Søren Kirkegaard skrev de ned. Disse tankene omhandlet at livet er meningsløst, og kun når vi har forstått dette- kan vi ta det eksistensialistiske valget om å velge livet. På den andre siden verdsetter den humanistiske grunntenkningen verdien og verdigheten i absolutt alt og alle (Ivey et al., 2012; Schneider & Krüg, 2010). I det eksistensialistisk-humanistiske synet hvor man ser hele mennesket, er det personens egne erfaringer som har den høyeste autoriteten (Ivey et al., 2012; Schneider & Krug, 2010). Det er den dyptgående forståelsen av klienten som er viktig for rådgiver innenfor dette perspektivet (Cooper, 2016). I en Q-studie hvor målet er å fange subjektiviteten, vil man gjennom et slikt menneskesyn anerkjenne den subjektiviteten som ligger bak hvordan deltakeren selv har valgt å sortere. Det er deltakerens egen livserfaring som danner grunnlag for selvforståelse og derfor oppfattelsen av egen personlige utvikling. Kontrollplasseringen deltakeren igjen føler er med å styre om man velger et mer tilfredsstillende liv, da handlingen ligger innenfor individets rekkevidde (Ivey et

al., 2012). På bakgrunn av det eksistensialistisk-humanistiske synet vil jeg nå presentere teori om personlig utvikling.

### 2.3 Personlig utvikling

For å forstå hva personlig utvikling kan bety vil jeg først danne meg en forståelse av hva «personlig» innebærer. Termen *person* kan ifølge Brian Morris (1994) bli brukt til å referere til tre oppfatninger. Den første oppfatningen er at en person sees på som et menneske. Mennesket omhandler alt alle personer har til felles og som blir universelt gjenkjent. For eksempel at en person er levende og et sosialt individ. Den andre oppfatningen er en kulturell kategori. Det vil si at personen er utøvende i en rituell kontekst, ofte har en ideologisk funksjon, og en kulturell representasjon som ligger til grunn hos personen på bakgrunn av det levde livet. At en person har et individuelt selv er den tredje oppfatningen Morris (1994) ser personen i lys av. Dette konseptet er et sentralt tema i vestlig psykologi og filosofi (Morris, 1994, s. 12). Selv om konseptet «selvet» er universelt, har det unik betydning for hvert enkelt individ (Morris, 1994). Det refererer til en prosess inn i en spesifikk kulturell kontekst hvor vi blir kjent med oss selv og den verden vi befinner oss i (Morris, 1994, s. 12-13). Andrew Young (2011) peker på at selvet omfatter det implisitte og funksjonelle jeg-selvet og det eksplisitte og selvevaluerende meg-selvet. Det implisitte og funksjonelle jeg-selvet kan vi se i sammenheng med det biologiske aspektet ved utviklingen, som omfatter arv og miljø hvor aldring også er en viktig del av livet til et menneske. Det eksplisitte og selvevaluerende meg-selvet omhandler i større grad det kognitive aspektet hos mennesket. Morris (1994) viser til at det kognitive aspektet ved mennesket omfatter evnen til selvbevissthet og refleksjon. Kvalsund (2003, s. 14) viser til at selvet eksisterer gjennom hele livet ettersom det blant annet omhandler atferden til et menneske. Allerede i 1777 beskrev Johannes Nikolaus Tetens menneskelig utvikling som et livslangt prosjekt (Baltes, Staudinger & Lindenberger, 1999). Dette ble starten på tenkningen om at mennesker kunne utvikle seg gjennom hele livet.

Tar man for seg utvikling som begrep i seg selv, kommer man ikke bort fra de begrepene Baltes et al. (1999) omtaler som gevinster («gains») og tap («losses»). I et psykologisk utviklingsperspektiv ser man på barns utvikling som synonymt med gevinst, mens aldring som noe man mister, synonymt med tap (i et kulturelt syn) (Baltes et al., 1999). Den norske psykologen Paul Moxnes (2000) viser til at vi ser de samme tendensene i personlig utvikling. Personlig utvikling er ofte forbundet med barn, mens stabilitet er forbundet med det å være voksen (Moxnes, 2000 s. 131). Selv om denne oppfatningen tilhører det biologiske aspektet ved selvet, og har ført med seg antakelser over mot det kognitive aspektet, peker Young

(2011) på at denne oppfatningen ikke behøver å være tilfelle. Young (2011) viser til at aldring ikke trenger å være synonymt med tap, siden aldring også står i sammenheng med opplevelser som kan danne grunnlag for utvikling av det kognitive aspektet ved selvet. Aldring kan føre til en opplevelse av større tilfredshet og aksept av ens egen personlige livskurs (Young, 2011, s. 301). Dette kan tyde på at personlig utvikling kan sees i lys av aldring, men uten å være noe negativt som de første antakelsene viser til. Vi kan dermed ikke snakke om selvet uten at det biologiske aspektet ved utviklingen spiller en vesentlig rolle. Personlig utvikling må derfor sees i sammenheng med biologisk utvikling, selv om det ikke nødvendigvis har en avgjørende effekt ifølge Moxnes (2000).

## **2.4 Stabilitet og selvaktualisering**

Kvalsunds arbeid med selvaktualiseringsteorier viser til Carl Rogers personsentrerte teori og hvordan han ble bevisst på hvordan klienter ofte henvendte seg til selvet når de talte fritt (2003, s. 15). Enten gjennom å vise til noe de var (reelt selv), eller ønsket å være (ideelt selv). Moxnes (2000) viser til Maslow's behovspyramide og hevder at mennesker har to grunnleggende behov. Det ene er behovet for stabilitet og det andre er behovet for selvaktualisering. Rogers tanker er at selvaktualiseringstendensen ligger i alles personlighet (Rogers, 1951). Individet ønsker på sin side et konstant selvbilde som bygger på selvoppfatning. Individet søker å opprettholde selvbildet sitt, kongruens, hvor de kan klare dette ved å tilpasse seg omgivelsene. Sees det reelle selvet i sammenheng med stabilitet, trenger man selvaktualisering for å gå gjennom en personlig utvikling og å oppnå det ideelle selvet. Samtidig kan det ideelle selvet bli motarbeidet av frykten for det ukjente som danner grunnlaget for stabilitet (Moxnes, 2000). Vi har dermed på den ene siden behov for å utforske for å oppnå selvaktualisering, samtidig som vi har behov for stabilitet og frykter det ukjente på den andre siden. Moxnes (2000) drøfter Maslow's to motsatte behov, hvor det ene behovet utelukker det andre. Hvilke av de to kreftene vi velger, har betydning for hva vi lærer i fremtiden og da også den personlige utviklingen vår (Moxnes, 2000). Om behovet for stabilitet blir mer fremtredende enn behovet for utforskning fører det med seg færre muligheter for personlig utvikling (Moxnes, 2000). På bakgrunn av Rogers tanker om at selvaktualisering ligger i alles personlighet, ville han kanskje vært uenig i Moxnes forståelse av dette. Det finnes derfor ulike meninger om hvordan stabilitet og selvaktualisering skal bli forstått. På den ene siden kan det være motsettende behov hvor den ene utelukker den andre, men på den andre siden kan begge være tilstede på samme tid.



### 2.4.1 Selvaksept, selvinnsikt og selvbevissthet

Ifølge Guro Øiestad (2009) er selvaksept en betingelse for å kunne føle seg slik man er. Selvaksept skaper nærvær til en selv, slik at man kan ta bedre avgjørelser og være en aktør i eget liv (Øiestad, 2009). For at personlig utvikling skal forekomme, argumenterer Øiestad med henvisning til Carol Dweck, at det må det ligge til grunn en mental innstilling for vekst. Det vil si at de som har troen på at de kan utvikle seg, igjen vil skape ferdigheter som gjør det mulig. Det er kun gjennom selvaksept hevder Øiestad (2009) at en slik innstilling for utvikling vil være tilstede. For at selvaksept skal være mulig må selvinnsikt og selvbevissthet være høyst til stede da selvinnsikt og selvbevissthet henger tett sammen med selvaksept (Øiestad, 2009).

Selvbevissthet handler altså om å være bevisst seg selv, mens selvinnsikt handler om kunnskaper eller forforståelse av ens egne evner, karaktertrekk, følelser og motivasjon. Steven Axelrod (2012) peker på at det er flere deler ved selvet man med fordel kan bli mer bevisst på. Gjennom å bli mer bevisst på seg selv kan man bedre forstå egne omgivelser, tanker man har og følelser man får (Axelrod, 2012). Ifølge Greta Marie Skau (2017) er dette en prosess som innebærer refleksjoner som kan komme på bakgrunn av selvinnsikt gjennom tilbakemeldinger fra andre, eller på bakgrunn av den prosessen du selv har vært gjennom på grunn av bevisstgjøring. Denne bevisstgjøringsprosessen kan sees i sammenheng med en Q-sortering som kanskje kan gjøre taus kunnskap mer eksplisitt gjennom sortering. Skau (2017) viser videre at tilbakemeldinger både kan komme på bakgrunn av verbale og non-verbale responser. Som rådgiver kan tilbakemeldinger være en måte å åpne opp for refleksjon som senere kan bidra til personlig utvikling hos klienten, på samme måte som en Q-sortering kan åpne opp for å oppdage meninger og syn man har (Stephenson, 1953). Skau (2017) mener også at tilbakemeldinger vi får fra andre er nødvendig for at vi kan fortsette å utvikle oss som menneske. Selvaksept henger tett sammen med selvbevissthet og selvinnsikt, som igjen skapes i samspill med andre eller gjennom en bevissthetsprosess. Q-metodologi kan derfor fungere på samme måte som tilbakemeldinger fra andre. En Q-sortering representerer stimuli fra andre, som legger til rette for å bli mer bevisst sine egne oppfatninger, gjennom hvordan en responderer og vurderer stimuli i form av et utvalg setninger som omhandler personlig utvikling.

## **2.5 Kontrollplassering**

Moxnes (2000) hevder at læring ikke kan skje dersom personen ikke er åpen for det. Personlig utvikling må være noe personen velger å legge til rette for. Rådgivere kan for eksempel hjelpe

klienter å bli klar over sitt eget læringsbehov og på den måten åpne opp for at personlig utvikling kan forekomme. Samtidig er man da avhengig av at klienten ser verdien i å utvikle seg. Arnold Beisser (1970) viser på sin side til hvordan Perls og gestaltterapien mener endringer forekommer når man først aksepterer den man er, og ikke den man bør eller prøver å være. En utvikling vil dermed ikke forekomme gjennom et betydningsfullt forsøk av individet selv, eller av rådgiver, men kun når man tar seg tiden og kreftene til å være den man er (Beisser, 1970, s. 77). Tanken i gestaltterapien er at man må stå stille en plass for å kunne identifisere seg med noe og å stå støtt, dette er videre forutsetningen for å kunne klare å bevege seg mot en utvikling (Beisser, 1970). Samtidig er det ikke bare nok å ønske en endring, man trenger også mot til å stå i seg selv for at en endring skal forekomme hevder Tillich og Gomes (2000). Det finnes ulike meninger om hvordan kontrollplassering henger sammen med personlig utvikling, men sett gjennom et eksistensialistisk-humanistisk syn på mennesket er det derimot valget man tar som danner utgangspunktet for muligheter til personlig utvikling. I gestaltterapien kan en slik utvikling forstås som en paradoksal prosess hvor en endring ikke vil skje om man prøver å bli noe man ikke er. Kun gjennom å bli hva man er vil en endring skje. Dette er kjent som den paradoksale endringsteorien (Perls, 1969).

På bakgrunn av dette bruker jeg teori om kontrollplassering for å studere hvordan mennesker ser seg selv som agent eller ikke i egen utviklingsprosess. Herbert Lefcourt (1973) viser til hvilke selvvurderinger mennesker gjør, har betydning for hvordan vi lever og oppfatter oss selv. Er vi kun en brikke i vår egen utvikling eller spiller vi rollen som en indrestyrt aktør?

### 2.5.1 Indre kontrollplassering og ytre kontrollplassering

Ifølge Nygård (2007) vil de med en indre kontrollplassering, ta ansvar over, og selv kontrollere sin egen fremtid. Ser vi dette i lys av personlig utvikling vil de som har en indre kontrollplassering ta ansvar for den utviklingen de går gjennom, da de aktivt handler for at en mulighet for utvikling skal by seg. Det vil også si at den utviklingen de går gjennom er kontrollerbar.

I motsetning vil de med en ytre kontrollplassering tenke på utvikling som et resultat av ytre forhold. Nygård (2007) peker på at de ikke ser på utfall som resultat av egne handlinger, men heller som et resultat av ytre forhold, som en brikke som ble påvirket av andre.

## 2.6 Emosjoner

For å undersøke om personlig utvikling er noe som føles positivt eller negativ, velger jeg å ha med teori om emosjoner. Robert Solomon (1993) viser til at emosjoner kan bli forstått som en vurdering. Denne vurderingen formes av selvet vårt og er en subjektiv meningskonstruksjon ofte utformet på bakgrunn av verdigrunnlag. Kvalsund (2005) viser videre til at emosjoner må forstås også på bakgrunn av det relasjonelle området, hvor stimuli vekker en objektiv opplevelse i oss.

Emosjoner kan kategoriseres i henholdsvis positive og negative emosjoner. Positive emosjoner blir ofte betraktet som emosjonene overraskelse, glede, kjærlighet og lignende (Tetzchner, 2012). Motsatt blir negative emosjoner ofte sett i sammenheng med emosjonene skyld, sinne og sorg. Samtidig er det viktig å understreke at positive og negative emosjoner kan oppleves ulikt for hver enkelt. I min Q-studie hvor jeg skal studere subjektive oppfatninger knyttet til personlig utvikling, vil emosjonene bli fortolket tilhørende den intersubjektive vurderingen av personlig utvikling.

## 3 Metodisk tilnærming

I denne studien er jeg interessert i å forstå hvordan oppfattelser av personlig utvikling viser seg gjennom en Q-sortering, og hvilken rolle taust kunnskap har i denne prosessen. Det ble derfor et naturlig valg å gjennomføre en studie hvor subjektive meninger kommer til uttrykk gjennom Q-metodologi.

William Stephenson utviklet og introduserte Q-metodologi i 1935 (Thorsen & Allgood, 2010, s. 15). Han argumenterte i et tidsskrift kalt *Nature* hvordan mennesker kan forstås gjennom deres subjektive erfaringer (Thorsen & Allgood, 2010). Stephenson utviklet Q-metodologi på bakgrunn av en interesse om å ikke lenger undersøke tanker, følelser og atferd opp mot datidens naturvitenskapelige tradisjon som gjorde dem om til objektive målinger. Han ønsket heller å undersøke subjektive tanker, følelser, verdier, opplevelser og lignende fra deltakernes ståsted (Thorsen & Allgood, 2010, s. 15). Dermed utviklet han en systematisk metode for å utforske subjektivitet hvor forskjeller i preferanser kom tydeligere frem, kalt en Q-studie (Thorsen & Allgood, 2010).

I denne delen av oppgaven skal jeg ta for meg forskningsprosessen og forskningsdesignet til Q-studien. For å danne et overblikk over prosessen starter jeg med en kort redegjørelse av

forskningsløpet til en Q-studie. Deretter viser jeg til min egen forskningsprosess, hvor jeg inkluderer drøfting av metodevalg opp mot rollen som forsker, rollen som deltaker og taus kunnskap. Avslutningsvis vil jeg diskutere metodevalg opp mot kvalitetsbegrep.

### **3.1 Forskningsprosessen i en Q-studie**

Thorsen og Allgood (2010) forklarer at forskningsprosessen i en Q-studie starter med et ønske om å studere et fenomen innenfor et tema. Deretter formulerer man en problemstilling som kan undersøkes ved hjelp av Q-metodologi. Som tidligere nevnt er det hensiktsmessig å undersøke subjektive meninger. Neste steg er å samle inn kommunikasjonsuniverset til det man er interessert i å undersøke. Dette handler om all mulig kommunikasjon som eksisterer rundt temaet. Når man samler inn kommunikasjonsunivers er det ikke mulig å samle inn alt, da det i teorien kan være uendelig mange oppfatninger om et tema. Målet blir derfor å samle inn et kommunikasjonsunivers som dekker de viktigste hovedområdene og synspunktene til det aktuelle fenomenet. Gjennom å blant annet intervju personer omkring temaet, søke på internett, i teorier og i bøker kan man samle inn et kommunikasjonsunivers. Når man har samlet inn kommunikasjonsuniverset som fanger bredden og dybden til temaet man undersøker, utvelges Q-utsagnene som deltakerne senere skal sortere. Q-utsagnene utgjør et Q-utvalg hentet fra kommunikasjonsuniverset som kan bestå av utsagn, bilder, påstander, ordtak og lignende. Videre vil Q-utvalget sorteres på bakgrunn av instruksjonsbetingelser man som forsker vil at deltakerne skal sortere ut ifra. I noen tilfeller sorterer også samme person flere ganger på bakgrunn av ulike instruksjonsbetingelser eller ved to forskjellige anledninger. Da vil forskeren for eksempel kunne studere forskjeller i preferanser ut ifra tid og omstendigheter. Å sortere utsagnene kalles en Q-sortering, men det er viktig å legge merke til at en Q-sortering også kan brukes om den ferdige sorteringen til deltakerne. Når man gjennomfører en Q-sortering, sorterer deltakerne utsagnene og rangerer de opp mot hverandre etter hva de er mest uenig og mest enig i. Til slutt har deltakeren en ferdig Q-sortering, hvor de har plassert utsagnene på en matrise fra -5 til +5 (bestemmes ut ifra antall utsagn). De som sorterer utsagnene kalles et P-sett (personutvalg). Når P-settet har ferdige Q-sorteringer, gjør forsker disse anonyme i henhold til gjeldende reglement. Deretter plotter forsker inn Q-sorteringene i et dataprogram (for eksempel PQMethod) som gjør det mulig å se hvor sterkt høyt/lavt hver deltaker skårer på en faktor, kalt faktorladning (korrelasjon mellom sortering og faktorgjennomsnittet). Faktorladningene blir så gjenstand for faktoranalyse. Innenfor Q-metodologi er denne prosessen som nevnt i teoridelen bygget på abduksjonsprinsippet hvor man som forsker må være bevisst på de valgene man tar (Thorsen & Allgood, 2010, s. 18-20)

Å forske på noe innenfor Q-metodologi handler derfor om hvordan man som forsker samler inn et kommunikasjonsunivers, og hva man legger til grunn, som for eksempel forståelse, for det man samler inn. Dette vil danne et utgangspunkt for de utsagnene deltakerne videre skal sortere. Hvordan deltakerne så skaper mening i de utsagnene forsker har formulert, gjør at de sorterer på en bestemt måte. Når faktorer forekommer på bakgrunn av en faktoranalyse er det videre forskeren som skal beskrive og fortolke meningen som ligger bak faktoren (Ottens et al., 1995).

### 3.1.1 Abduktiv rolle

Å ha en abduktiv rolle som forsker henger tett sammen med prosessen hvor vi skal forstå meningen bak en faktor (Ottens et al., 1995). Samtidig er målet i Q-metodologi å forholde seg abduktiv gjennom hele forskningsprosessen (Ottens et al., 1995). Når man snakker om abduksjon handler det om å oppdage hypoteser. Dette er en prosess hvor vi ikke er opptatt av å undersøke om de hypotesene vi kommer frem til stemmer overens med teorier, som for eksempel er brukt i designet. Det er en prosess hvor vi vil oppdage nye nyanser og nye meninger, og eventuelt skaper behov for nye teorier til å forklare og forstå det nye som fremkommer i faktorladningen. Etersom man ikke er opptatt av om faktorene stemmer overens med teori, har Q-metodologi en annen inngangsport enn for eksempel kvalitativ forskning, hvor man skaper mening av funnene gjennom teorien (Hanson et al., 2005). I Q-metode kan man bruke teori som grunnlag for kommunikasjonsuniverset, men når faktorer viser seg, legger Q-metoden mindre vekt på den logiske forståelsen i designteorien, som da gir mulighet til å oppdage noe helt nytt (Ottens et al., 1995).

Poenget med å forholde seg abduktiv er at våre forforståelser av tematikken ikke skal påvirke hva vi etterhvert beskriver. Samtidig har vi det Polanyi (1962) omtaler som taus og implisitt kunnskap, som ofte gjør at noe føles riktig, uten at vi helt klarer å sette fingeren på hvorfor. Dette peker også Stephenson (1977) på. Han mener subjektiviteten ikke kan stå alene, den står alltid i lys av noe, som da for eksempel kan omhandle det Polanyi omtaler som taus og implisitt kunnskap. De oppdagelsene forskeren beskriver gjennom faktorfortolkningen, må derfor forstås i lys av noe mer. Det er på bakgrunn av dette avgjørende at forskere innenfor Q-metodologi reflekterer over egne holdninger og valg de tar, da de ubevisst kan påvirke hvordan en faktor blir beskrevet og forstått. Gjennom en selvransakelsesprosess, også omtalt som den hermeneutiske selvrefleksjonen, kan man ifølge Brown (1996) bli kjent med seg selv og bli bevisst på egen rolle som forsker. Det er da snakk om å ha et metaperspektiv på seg selv og det humane systemet vi er en del av, hvor målet er å være transparent gjennom hele

forskningsprosessen (Brown, 1996). Ser vi dette i sammenheng med taus kunnskap, vil denne selvransakelsesprosessen altså bidra til å gjøre valg vi tar mer synlig.

På bakgrunn av den abduktive rollen jeg som forsker skal inneha i studien, vil jeg gjennom de ulike stegene i forskningsprosessen drøfte valg og refleksjoner. Ettersom jeg allerede har forklart hva de ulike stegene i forskningsprosessen innebærer teoretisk, vil min egen prosess nå være i fokus. Jeg vil først presentere prosessen frem mot et kommunikasjonsunivers og Q-utvalg, før jeg viser til forskningsdesign og P-sett. Deretter vil jeg presentere Q-utsagn og instruksjonsbetingelsene til studien. Under denne delen av oppgaven vil jeg drøfte om Q-utsagnene sorteres på bakgrunn av taus kunnskap, og om Q-sortering kan fungere som en bevisstgjøringsprosess hvor taus kunnskap kan bli gjort eksplisitt gjennom sorteringsprosessen. Avslutningsvis vil jeg kort presentere faktoranalysen min før jeg drøfter hvordan min rolle som forsker kan være med å påvirke hvordan jeg senere skaper mening gjennom faktorfortolkning. Når jeg har presentert de ulike stegene i forskningsprosessen vil jeg gjøre rede for kvalitet i studien min hvor blant annet validitet, reliabilitet og generaliserbarhet vil bli presentert.

### **3.2 Prosessen frem mot et kommunikasjonsunivers og Q-utvalg**

Gjennom en Q-studie hvor målet er å fange subjektivitet gjennom en operant teknikk som Q-sortering, er det å fange kommunikasjonsuniverset en viktig del av prosessen (Thorsen & Allgood, 2010). Det er her meningene, ideene, oppdagelsene og noe nytt kan skapes ifølge Svennungsen (2011, s. 159). Kommunikasjonsuniverset vil legge grunnlaget for hvordan deltakerne senere vil sortere utsagnene sine på bakgrunn av egne opplevelser knyttet til fenomenet (Stephenson, 1977). Det er de individuelle forskjellene mellom de som sorterer som igjen skaper muligheten for å oppdage noe. Fanger ikke jeg som forsker opp synspunktene til de som skal sortere, kan jeg ende opp med å få et dårlig bilde av hvordan fenomenet egentlig blir forstått. Da vil validiteten på studien være svekket ettersom validitet handler om at studiet studerer hva det faktisk er ment å studere (Kvale & Brinkmann, 2009). Får ikke jeg frem de ulike meningene til de som skal sortere gjennom Q-utvalget, får jeg ikke undersøkt hvordan personlig utvikling egentlig blir oppfattet blant deltakerne. Ifølge Kvalsund (1998) er det derfor viktig å ha et helhetlig og systematisk utvalg av utsagn som representerer hele temaet til det som skal undersøkes. For å få til det peker Kvale og Brinkmann (2009) på at det er viktig at jeg som forsker har et kritisk syn på egne tolkninger omkring temaet. Derfor er det viktig å knytte denne delen av forskningsprosessen opp mot det å være transparent. Transparent handler om at ikke noe i prosessen er skjult, alt skal være

gjennomsiktig og åpent (Brown, 1996). Det handler blant annet om valgene man tar og hvor man finner deler av kommunikasjonsuniverset. Er jeg som forsker transparent nok, vil den kunnskapen jeg har omkring temaet kanskje ikke spille en like avgjørende rolle. Jeg brukte derfor mye tid på å tenke over hvordan min kunnskap, mine tanker og meninger kunne spille inn på valg av kommunikasjonsunivers.

På bakgrunn av egeninteresse har jeg valgt å studere hvordan fenomenet personlig utvikling blir forstått. På bakgrunn av egeninteresse, har jeg også forkunnskaper omkring temaet. Det er viktig at jeg blir bevisst på disse forkunnskapene, så de ikke påvirker valg jeg tar i studien, ubevisst. Det å ha forkunnskaper trenger ikke å være noe negativt ettersom det kan være nyttig informasjon om temaet, men da de ofte kan være skjult i form av taus kunnskap, startet jeg med å skrive ned alt jeg assosierte omkring personlig utvikling. Da det jeg assosierte med temaet hadde blitt gjort synlig for meg, ble poenget videre å hente ut en større kommunikasjonsflyt og variasjon som viser hvordan kommunikasjonsuniverset er, uavhengig av hvordan jeg selv som forsker ser på det (Stephenson, 1953). Altså å finne en inngangsport til hvordan deltakerne tenker om det man vil undersøke. Som nevnt kan et kommunikasjonsunivers i realiteten omfatte alt om temaet, så det vil ikke være mulig å fange opp alle nyanser. Målet ble heller å fange opp hovedpunktene, og hente ut ulike meninger. Jeg forhørte meg derfor med andre om hva de tenkte om de ulike oppfatningene jeg hadde samlet inn, og gjennom gode uformelle diskusjoner, ble kommunikasjonsuniverset utvidet ytterligere, hvor andres holdninger, opplevelser og tanker var i fokus. Gjennom å være bevisst på andres meninger, åpnet denne prosessen opp for flere oppdagelser og ulike syn på temaet jeg tidligere ikke hadde vært oppmerksom på.

Ut ifra kommunikasjonsuniverset jeg nå har samlet inn, skal jeg videre formulere setninger som skal danne utgangspunktet for Q-utvalget mitt. For å formulere representative Q-utsagn peker Svennungsen (2011) på at det er viktig å ha i bakhodet hvem som skal sortere utsagnene når man skriver de, ettersom de skal kunne kjenne til og forstå seg selv i både tema og formuleringer.

### 3.2.1 Kommunikasjonsunivers og Q-utsagn sett i lys av taus kunnskap

Q-metodologi ligger tett opp mot det humanistisk-eksistensialistiske synet for å se på hele mennesket (Eden, Donaldson & Walker, 2005). Det er et konstruksjonistisk perspektiv gjennom at man definerer subjektivitet (Eden et al., 2005). Det handler på bakgrunn av dette om et evig kommunikasjonsunivers, der hvordan man opplever noe ikke kun står i relasjon til

seg selv, men også ytre påvirkninger (Eden et al., 2005). Å se hele mennesket handler dermed også om å se kommunikasjonsuniverset i lys av taus kunnskap som kan være implisitt og ikke bevisstgjort. Det kan omhandle taus kunnskap forskere legger til grunn når de formulerer Q-utsagn, eller taus kunnskap deltaker legger til grunn når de rangerer to utsagn opp mot hverandre. Spørsmålet blir videre hvordan denne tause kunnskapen kan bli gjort synlig?

Ifølge Stephenson (1978) kan det å bli bevisst sin egen tause kunnskap være mulig gjennom å bli bevisst sin egen subjektivitet. Stephenson (1978) peker på at all atferd innebærer menneskelig aktivitet, derfor også subjektivitet. Gjennom anerkjennelse av subjektiviteten til forskeren vil undersøkelsen på denne måten også være objektiv (Stephenson, 1978). Vi har som forskere altså en subjektiv rolle i forskningsprosessen hvor alt vi gjør, også den implisitte tause kunnskapen hver enkelt forsker har, påvirker hvordan man samler inn, forstår og velger ut meningsinnholdet i kommunikasjonsuniverset. Gjennom å anerkjenne rollen forsker har, vil den subjektive rollen dermed bli gjort objektiv, dvs. eksplisitt og transparent.

Polanyi (1962) kritiserer fokuset på det objektive i forskningen. Han mente at vi ikke kunne separere kunnskap fra personlige verdiforpliktelser og den tause dynamikken da det ikke bare gir et falskt bilde av den kognitive prosessen, men også fører med seg epistemologiske dilemmaer, som fører til at vi står på stedet hvil (Polanyi, 1962). Hans nye bidrag til objektivitet henger videre tett sammen med taus kunnskap. Ved å utvide den kognitive dimensjonen av menneskelig erfaring til å også omhandle den tause og eksplisitte delen, har han funnet ut hvordan kunnskap faktisk blir generert. Det sitter i et samspill med subsidiær bevissthet, og somatisk og/eller fantasifull deltakelse (Polanyi, 1962). Dette handler om at kroppen også spiller en viktig rolle for læring sammen med engasjement og pågangsmot (Polanyi, 1962). Taus kunnskap (kroppen) vil da fungere som noe uavhengig av den uttrykte kunnskapen, og fungerer som et anker uten at det må ligge til grunn noe mer enn den tause kunnskapen i seg selv for å handle etter noe (Polanyi, 1962).

Som nevnt i teoridelen handler operant subjektivitet om å finne strukturen i den subjektive kommunikasjonsflyten. Stephenson (1978) beskrev hvordan vitenskapen burde holdes ansvarlig for å dele verden i to, hvor den ene verden sikter til vitenskapsverden, også omtalt som den virkelige verden, og den andre omtalt som livsverden. Ser vi dette i sammenheng med Polanyi sitt begrep om taus kunnskap handler vitenskapen om den kunnskapen vi kan sette ord på og uttrykke, mens livsverden er noe mer, noe kroppslig, som taus kunnskap.



Denne livsverden har ikke vært mulig å forklare ifølge Stephenson (1978, s. 25). Den er ikke engang forsøkt forklart bort da den blir omtalt som subjektivitet (Stephenson, 1978, s. 25).

Gjennom forskning der bruk av Q-metodologi gjør seg gjeldende, vil Polanyi sitt fokus på objektivitet, hvor vi vil prøver å fange en subjektivitet, være mulig. Samtidig er denne subjektiviteten å finne i en objektivitet hvor taus kunnskap spiller en avgjørende faktor for det vi kan kalle kunnskap, meninger, holdninger og verdier (Polanyi, 1962). Når vi lager Q-utsagn ut ifra et kommunikasjonsunivers som kun har fanget deler av alle de subjektive opplevelsene knyttet til det du som forsker vil undersøke, spiller den tause kunnskapen derfor en sentral rolle. Hva som føles riktig for meg som forsker å velge ut av Q-utsagn handler ikke om noe mer enn hva jeg selv velger, i forhold til Polanyi sitt begrep *taus kunnskap*. Det trenger ikke å bety at jeg er bevisst på å ikke ha med egne forutinntattheter da dette er en mening som også bunner ned i meg selv, og taus kunnskap som vil være til stede i kroppen min og atferden jeg utfører. Å argumentere for at jeg ikke handler ut ifra taus kunnskap blir derfor vanskelig. Samtidig er Q-metoden noe bevisst på nettopp dette, da man som forsker samtidig anerkjenner denne subjektiviteten man har (Stephenson, 1986). Ansvaret ligger derfor på om jeg som forsker er klar over at jeg gjennom å samle inn kommunikasjonsuniverset også er en subjektiv part. Derfor trenger jeg å bli bevisst egne synspunkter og holdninger for å forstå hvordan den tause kunnskapen påvirker hva jeg samler inn og ubevisst ser etter. Jeg gjennomførte derfor en sortering på meg selv for å bli bevisst mine egne synspunkter hvor taus kunnskap er en aktiv aktør. Denne delen av prosessen gjorde at jeg eksplisitt kunne uttrykke også mine holdninger rundt personlig utvikling og hva slags kontroll som utøves for å motvirke en selektiv forståelse og skjev tolkning noe Kvale & Brinkmann (2009) ser på som viktig for å sikre validiteten til studien. Denne delen av forskningsprosessen min ble et vendepunkt for videre valg jeg tok. Etter jeg selv gjennomførte en prøvesortering forstod jeg at jeg hadde formulert utsagn på bakgrunn av min egen oppfattelse om hva som var negativt og positivt i forståelsen av personlig utvikling. Den holdningen jeg selv hadde, ble ofte formulert som et positivt syn. Jeg måtte derfor endre på flere av setningene mine. Å formulere Q-utsagn ble derfor en tidkrevende men interessant prosess.

### **3.3 Forskningsdesign**

For å formulere Q-utsagnene som utgjør Q-utvalget, brukte jeg Fishers balanserte blokkdesign. Presentert i tabell 1. Designet vil bidra til å balansere utsagnene slik de

representerer alle de ulike retningene, perspektivene og synspunktene temaet kan inkludere (sett i lys av kommunikasjonsuniverset) (Kvalsund & Allgood, 2010).

**Tabell 1: Forskningsdesign**

Effekt	Nivå		Celler
Emosjoner	Behagelig (a)	Ubehagelig (b)	2
Personlig utvikling	Livslangt prosjekt (c)	Avtagende utvikling (d)	2
Mål	Vekstinnstilling (e)	Innstilt på status quo (f)	2
Kontrollplassering	Indre (g)	Ytre (h)	2
Sum			16

Tabellen utgjør de fire effektene; emosjoner, personlig utvikling, mål og kontrollplassering som igjen innehar to nivåer hver. Teorien bak effektene og nivåene er presentert i kapittel 2. Dette utgjør til sammen 16 celler ( $2*2*2*2=16$ ), som tilsvarer cellekombinasjonene:

ACEG, ACEH, ACFG, ACFH, ADEG, ADEH, ADFG, ADFH, BCEG, BCEH, BCFG, BCFH, BDEG, BDEH, BDFG og BDFH.

Kvalsund og Allgood (2010) viser til viktigheten av flere utsagn per kombinasjon for å representere et godt og stimulerende utvalg. Jeg laget tre utsagn per kombinasjon som utgjør 48 utsagn i sin helhet ( $16*3=48$ ) (se vedlegg *Q-utvalg*). Jeg satt igjen med nesten 100 utsagn. Jeg fikk hjelp til å velge ut de mest passende utsagnene fra aktuelle deltakere og medstudenter for å unngå å legge noen føringer gjennom min erfaring rundt temaet. For å bli mer sikker på at jeg hadde et representativt utvalg av setninger ba jeg flere om å gjennomføre pilotsorteringer. Jeg gjennomførte også selv flere ganger for å teste ut språket og ordlyden på utsagnene, samt om sorteringsinstruksjonen var tydelig. Etter tilbakemeldinger endret jeg noen av utsagnene som lignet på hverandre. Jeg kjørte så en ny pilotsortering på to nye, men denne gangen utenfor egen omgangskrets. Etter positive tilbakemeldinger fra de, og en siste gjennomkjøring også på meg selv, ble jeg meg fornøyd med Q-utvalget.

Ifølge Watts og Stenner (2012) er det viktig å både ha negative og positive ladede setninger for å presentere et nyansert bilde på temaet. Dette viste seg å være en krevende prosess, da jeg hadde emosjonene «behagelig (A)» og «ubehagelig (B)» (se tabell 1). Balanserte jeg utsagnene i henhold til positive og negative ladede setningen så jeg at de positive uansett inneholdt nivå A og de negative inneholdt nivå B under effekten emosjoner. Jeg lagde derfor

setningene positive og negative basert på hvilket nivå setningen inneholdt, med noen unntak, og fikk på denne måten et utvalg som for meg fremstod som ryddig og oversiktlig med en god balanse.

### **3.4 P-Sett**

Personlig utvikling er noe de fleste kan relatere seg til. Da jeg rekrutterte deltakere til studien ønsket jeg derfor å rekruttere voksne med ulik bakgrunn. Samtidig var jeg avhengig av å rekruttere deltakere som var representative for den kulturen kommunikasjonsuniverset var hentet fra, slik de kunne kjenne seg igjen i formuleringer og uttrykk (Thorsen & Allgood, 2010). På bakgrunn av dette ble P-settet pragmatisk valgt da de skulle oppfylte disse kravene for å delta (McKeown & Thomas, 2013). Av P-settet trengs det en vilje til å sortere, samtidig som det er fordelaktig med en viss selvinnsikt for å kunne ta stilling til utsagnene (Kvalsund, 1998). Jeg rekrutterte videre på bakgrunn av et tilgjengelighetsutvalg, hvor bekjente henviste meg videre til andre som kunne tenke seg å være med. Slik ble det ble en naturlig variasjon i både kjønn og alder. Jeg rekrutterte 19 deltakere, 10 kvinner og 9 menn.

I en større studie med flere deltakere, ville det vært interessant og aktuelt å dele deltakerne inn i aldersgrupper for å se på eventuelle forskjeller mellom gruppene på bakgrunn av alder. På bakgrunn av få deltakere, og for å ta vare på konfidensialiteten til de ulike deltakerne, valgte jeg å utelate aldersgrupperinger.

### **3.5 Q-Sortering og instruksjonsbetingelse**

I denne studien hvor jeg er opptatt av å forstå hvordan begrepet personlig utvikling blir oppfattet, ble instruksjonsbetingelsen min: *Når du gjør sorteringen, tenk på hvordan du oppfatter din egen personlige utvikling.* For at de ferdige Q-sorteringene kan sammenlignes, er det viktig at alle deltakerne får den samme instruksjonsbetingelsen, slik de sorterer fra de samme kriteriene (Brown, 1980). Denne delen av forskningsprosessen kan vi se opp mot validiteten til studien. Et av hovedmålene for å sikre validiteten til et Q-studie, er at informantene forstår instruksjonene for hvordan de skal legge mønsteret, og forstår utsagnene, for å frem sitt syn og sine opplevelser av temaet (Kvale & Brinkmann, 2009). Et annet viktig begrep som omhandler validiteten til en Q-studie er fenomenet inkongruens (Kvalsund, 1998). Dette omhandler at deltakere kan mangle evnen til å kjenne sin egen følelsesmessige dimensjon, som gjør at de ofte kan beskrive seg selv i et mer idealistisk bilde enn hvem de egentlig er.

Jeg skrev en detaljert sorteringsinstruksjon som forklarte gangen i en Q-sortering (se vedlegg 4) samtidig som jeg muntlig informerte deltakerne om å sortere ut i fra en her-og-nå oppfattelse. Deltakerne kunne dermed følge stegene i sorteringsinstruksjon og til slutt sitte igjen med ett utsagn til hver av de 48 rutene i sorteringsmatrisen (se vedlegg 5). Jeg fikk tilbakemeldinger på at informasjonen var tydelig, og jeg mottok ingen spørsmål fra deltakerne.

Sorteringsmønsteret utgjør et instrument som tvinger frem en sortering av utsagnene gjennom en systematisk og nyansert fordeling (Ellingsen, Størksen & Stephens, 2009). Hver av de 48 utsagnene ble dermed plassert ifra mest uenig til mest enig i, hvor ytterpunktene på matrisen hadde plass til to utsagn hver. Ifølge Kvalsund og Allgood (2010) kalles disse ekstremverdier og representerer den som sorterer sine positive og negative synspunkter som har sterkest psykologisk signifikans og dermed skiller seg mest ut. I mellomområdet, særlig 0-området er det plass til flere utsagn, og de representerer utsagn som kan virke tvetydige, ikke gir mening, oppfattes som nøytrale osv. (Brown, 1980). Watts og Stenner (2010) peker på at disse utsagnene også kan bære viktig informasjon selv om signifikansen ikke er like høy. De kan blant annet gi mer informasjon om tolkningsarbeidet og er gjenstand for ubevisst og eller bakgrunnsinformasjon.

I etterkant av sorteringene fikk jeg positive tilbakemeldinger fra deltakerne som syntes det hadde vært interessant å være med i studien. Noen uttrykte en opplevelse av at de hadde gått gjennom en bevisstgjøringsprosess når de sorterte, som de mente de kom til å få bruk for i fremtiden. Flere uttrykte også ønske om tilbakemeldinger av funn etter endt studie.

Som presentert tidligere er jeg opptatt av å forstå hvordan taus kunnskap gjør seg gjeldende i Q-metodologi. Jeg har til nå vist hvordan taus kunnskap kan gjøre seg gjeldende når jeg som forsker samler inn kommunikasjonsunivers. Videre vil jeg nå diskutere hvordan de som sorterer også kan bli påvirket av sin subjektivitet, hvor taus kunnskap implisitt vil ta del i også de eksplisitte handlingene som det å sortere er, og om det kan være en bevisstgjøringsprosess å sortere også for deltakerne.

### 3.5.1 Sorteres utsagn på bakgrunn av taus kunnskap?

Stephenson (1953) avsto teorien om selvet som en enhet. Han forstod heller selvet som en referanse til personens egne subjektive synspunkter. Gjennom en Q-sortering måler personen seg selv opp mot egne synspunkter, og dermed også selvet, da selvet ikke kan bli forstått som

en kategorisk agent som handler eller «bor» inne i hodet men som en eksplisitt del av deg som viser seg gjennom handlinger (Stephenson, 1953). Gjennom hele forskningsprosessen i Q-metodologi er man ute etter mønster av forskjeller og likheter, noe som igjen utgjør faktorene. En Q-studie er opptatt av de små nyansene (Thorsen & Allgood, 2010). De små nyansene kan derfor sees i sammenheng med det selv et Stephenson (1953) refererer til. Spørsmålet blir videre om de små nyansene kan være så «små» at de som sorterer de ikke helt vet hvorfor de sorterer som de gjør? I så fall henger nyansene sammen med taus kunnskap.

Kvalsund (1998) viser til at det levde livet til individet som sorterer, spiller en viktig rolle for forståelsen av subjektiviteten. Noe som er uavhengig av om det kalles taus kunnskap eller ikke. Han viser videre at det er på grunn av at alle spontane stimuli igjen organiseres på bakgrunn av personens egen forståelse som er underliggende en bevisst forståelse. Hva som gjør at et utsagn havner på +5 og ikke +4 handler ofte om så små marginer at det ikke er sikkert de forstår hvorfor de sorterer det slik selv. Dette peker også Brown (1980) på, han mener interessen til de som sorterer bare driver de dit. Vi kan dermed argumentere for at utsagn kan sorteres på bakgrunn av taus kunnskap.

### 3.5.2 Bevisstgjøring av taus kunnskap gjennom sortering

På samme grunnlag som at det kan være viktig for forsker å bli bevisst taus kunnskap gjennom å gjennomføre en sortering av utsagnene selv, kan det være en bevisstgjøringsprosess å sortere også for deltakerne?

Brown og Robyn (2004) viser til at taus kunnskap er noe man kan bli bevisst på. Gjennom å bli bevisst på det, stopper man opp og det går fra å være en automatisk til å bli en mekanisk prosess. Kun dersom vi glemmer fokuset vil det skje som en automatisk prosess igjen. Når vi sorterer utsagn og må ta stilling til de, vil vi måtte stoppe opp for å avgjøre om noe skal være på for eksempel +5 eller på +4. Både utsagnene som plasseres på +5 og de utsagnene som plasseres på +4 kan deltaker være svært enig i. Da må deltaker stoppe opp, ta stilling til utsagnet, for så å plassere de. Da har deltaker gått bort fra automatisk prosess og over til en mekanisk. Ifølge Brown og Robyn (2004) vil det gi rom for at deltakerne kan bli bevisst sin tause kunnskap. Sortering av utsagn kan dermed føre med seg en ny bevissthet, noe også deltakere i min studie uttrykte etter sin sorteringsprosess.

Taus kunnskap vil derfor også ha betydning for deltaker i en Q-studie. Enten gjennom en bevisstgjøringsprosess hvor deltaker må ta stilling til noe gjennom et bevisst valg som en

mekanisk prosess, eller gjennom at de sorterer utsagnene uten å være bevisst på det, altså gjennom en automatisk prosess. Selv om dette peker på at taus kunnskap også gjør seg gjeldende innenfor Q-metode, vil det nødvendigvis ikke gi noen utslag på studien av den grunn. Blir man bevisst på noe gjennom å sortere utsagnene som tidligere var taus kunnskap man ikke var bevisst på, er det heller ikke dermed sagt at denne nye kunnskapen endrer noe for deltakeren, eller for utfallet av faktorene som senere kommer til syne. Gjennomfører man derimot et post-intervju kan et slikt innsyn fra deltakeren være en god mulighet for forsker til å få bekreftet eller avkreftet forståelsen av en faktor. Et post-intervju gjennomfører man etter at faktoranalysen er gjennomført, ofte på de som skårer høyt og er tilnærmet lik en faktor, for å se om den forståelsen man som forsker legger til grunn for faktoren er den samme som deltakeren legger til grunn (Thorsen & Allgood, 2010). Gjennom at den tause kunnskapen nå er gjort synlig for deltaker, kan deltaker ha innsiktsfulle syn på hvorfor dem sorterte som dem gjorde, som kan være betydningsfullt for forsker å få innsyn i.

### **3.6 Faktoranalyse og faktorfortolkning**

Når jeg har samlet inn de ferdige Q-sorteringene, skal jeg videre sammenligne deltakernes uttrykte subjektivitet ved hjelp av dataprogrammet PQMethod, utviklet av Peter Schmolck i 2014. Etter at faktoranalysen er gjennomført og statistisk beskrevet, gjenstår den viktige prosessen som omhandler faktorfortolkning. Her skal jeg som forsker forstå meningen bak de ulike faktorene og beskrive de.

Fortolkningsprosessen handler som nevnt om abduksjonsprosessen og hva man ser når man er på jakt etter ulike meningsmønstre. Hva er i fokus og hva befinner seg i bakgrunn? Når man er på jakt etter helheten, må man også forstå delene og de ulike meningskategoriene (Thorsen & Allgood, 2010). Jeg kan ikke ta for gitt at et utsagn betyr det samme for meg som forsker og for de som sorterer. Hver faktor har ulikt meningsmønster bak seg da de bygger på ulike erfaringer for hver enkelt, som også kan omhandle taus kunnskap som vist tidligere. Det er derfor viktig å gå i dybden på hver faktor. Det første man oppdager kan endre seg etter hvert som man danner seg en forståelse av de ulike faktorene. Faktoren skal tale for seg selv, uten at vi tilegner den noe mening (Thorsen & Allgood, 2010). Det at hver faktor skal tale for seg selv, vil jeg nå drøfte videre opp mot taus kunnskap. Jeg valgte derfor å gjennomføre post-intervju på de deltakerne som skåret høyest på de ulike faktorene. Brown (1980) viser til at den affektive delen i Q-sorteringen også er viktig, ettersom sorteringen fungerer som en tvungen distribusjon. Fokuset i post-intervjuet ble derfor også rettet mot hva som var

utfordrende for deltaker i selve sorteringsprosessen, da dette kunne gi meg innsynsfull informasjon om hvordan deltakeren arbeidet.

Mye av jobben til forskeren i en Q-studie ligger i tolkningen. Her skal forskeren fange opp den følelsesmessige subjektiviteten som strømmer gjennom faktoren (Stephenson, 1977). Når det kommer til hvordan man skal forstå faktorene finnes det ulike tilnærminger. Den britiske tilnærmingen har et mer sosialkonstruktivistisk perspektiv enn den amerikanske tilnærmingen (Watts & Stenner, 2012). Samtidig er begge tilnærmingene opptatt av meningsfokus, selv om det amerikanske har et mer personlig aspekt hvor det er det personlige individet som tolker deres verden ut ifra sin egen meningskonstruksjon (Watts & Stenner, 2012). Den britiske er mer opptatt av den store diskursen og det store fellessynet mer enn det personlige aspektet (Watts & Stenner, 2012). Det finnes altså ulike meninger om hvilken kunnskap man er på jakt etter innenfor Q-metodologi. Uavhengig av hvilken tilnærming man har er det uansett en kommunikativ prosess hvor informasjonen går fra de som sorterer til forskeren som skal fange opp meningen bak (Watts & Stenner, 2012).

Stephenson (1953) var som nevnt opptatt av hva individet uttrykte. Formålet er dermed å fange opp opplevelser av et fenomen, noe individer vil oppleve ulikt. Det er denne ulike opplevelsen av fenomenet forskeren er opptatt av. Det er et førstepersonsperspektiv, noe vi også kan kjenne igjen i fenomenologien (Svennungsen, 2011). Q-metodologien er også nært knyttet opp mot fenomenologien ettersom man også her er opptatt av å forstå meningen som ligger bak (Stephenson, 1953). For eksempel vil forskere være opptatt av å studere noe, og da er forskerne også opptatt av meningen som ligger bak det de vil studere. Vi måler altså subjektivitet, men det er ikke jeg som forsker som måler denne subjektiviteten, det gjør deltakerne selv. Det er mennesket som måler og ikke mennesket som blir målt. På bakgrunn av dette skiller Q-metodologi seg fra det kvantitative forskningsparadigme. Det er gjennom å klynge subjektive mønster uten å gjøre personer om til objekter som gjør dette til en personorientert tilnærming (Stephenson, 1953). Forskeren korrelerer altså sorteringene gjennom en faktoranalyse før man tolker svarene. En faktor blir dermed et gjennomsnittlig og vektet produkt, og som sådan et sosialdynamisk fenomen, som enkeltpersoner/sortererere er mer eller mindre lik og i samsvar med, proporsjonalt med faktorladningen.

På bakgrunn av dette ser vi at abduksjonsprinsippet i bunn og grunn handler om en erkjennelse om at vi er teoridrevet samtidig som vi er empiridrevet. Jeg skal ikke bekrefte noe, men jeg skal finne ut hvordan personlig utvikling oppfattes blant de som sorterer og lader

på de ulike faktorene. Selv om jeg som forsker ikke nødvendigvis finner ut noe revolusjonerende, finner jeg kanskje nye formuleringer, eller kanskje jeg kan tilegne fenomenet «personlig utvikling» en ny gyldighet på sikt, og i det minste fremføre noen nye hypoteser om personlig utvikling. For å få en interessant fortolkning er det dermed kanskje behov for å holde på en stund (Thorsen & Allgood, 2010).

Abduksjon handler som nevnt om å oppdage noe nytt i meningsmønsteret. Poenget er dermed ikke bare å tolke de resultatene som gjør seg synlig gjennom en Q-faktoranalyse, man skal også danne seg en forståelse av den subjektiviteten som finnes i faktoren. Konseptet ble først systematisert gjennom arbeidet til Peirce (gjengitt etter Ottens et al., 1995). Tanken er at hypoteser kan utarbeides direkte fra observasjoner, hvor det å begrunne selve «opplevelsen» til saken er kunsten som kalles abduksjon (Ottens et al., 1995). For å kunne oppdage noe nytt er det derfor avgjørende at man som forsker forholder seg åpen, søkende og nyskjerrig, og ikke er for rask med å trekke konklusjoner gjennom det første og «beste» man ser (Ottens et al., 1995). Selv om det er dette som i teorien er målet i en Q-studie, stiller jeg meg heller spørrende til om det i det hele tatt er realistisk å klare i virkeligheten? Det som er realistisk er å bruke alle tilgjengelige påvirkningskilder til at resultat er blitt som det er blitt, og at resultatet, altså faktoren skal være den primære autoriteten for meningen. Hvis mening tillegges som teoretisk gyldighet, men ikke kan dokumenteres i dataene, vil de vanskelig kunne argumenteres for.

Hva skjer med meg som forsker om for eksempel en faktor er motstridende til mine egne verdier som menneske? Hva skjer når jeg da skal fortolke faktoren? Vil jeg da være like ivrig etter å undersøke faktoren, eller vil jeg bare godta det første jeg ser?

Allgood (2001) viser til hvordan prosessen fra sortering til en faktor omhandler «transitive thought». *Transitive thought* er en prosess hvor man som forsker må lære seg å respektere faktorene. Stephenson (1977) viser til at selv om du mener du respekterer faktoren og subjektiviteten gjennom å være objektiv, er kunsten å ikke blande de to. Altså å kunne skille deg fra meg. James (1890) var opptatt av hva som skjer når vi kommuniserer en tanke fra oss selv til andre. En tanke består både av en følelsesorientering og en kroppslig orientering, dermed er ikke en tanke bare kognitiv (James, 1890). Når vi lager en Q-studie vil faktorene bygge på en felles forståelse, som igjen kan sees i sammenheng med en substantiv eller innholdsmessig tanke, som viser til handlingen hvor vi tenker. En slik handling i tenkende øyeblikk, er derfor også en tanke i endring, omtalt som en *transitive thought* (Allgood, 2001).



For deltakerne som sorterer utsagn er meningene de legger i utsagnene *transitive*, da man i møte med utsagnene kobler seg på følelser når man sorterer og vurderer utsagnenes verdi for seg selv. Den *transitive tanken* vil fryses og den substantiv tanken kan bli gjort om til en subjektiv mening. Det er når en tanke i kommunikasjonsuniverset blir fryst, og det kommer frem et mønster i sorteringen, en ny mening som James (1890) viser til, kan bli skapt. Det er i meningen det ligger muligheter for fortolkning. Faktorene som beveger seg fra substantiv til transitive til substantiv igjen skjer på bakgrunn av at man som forsker legger til en mening om hva som skjedde når deltakeren sorterte. Du har en mening, den blir tolket og du danner en ny mening som forsker. Derfor er det viktig med et intervju i etterkant på de som skårer høyt på de ulike faktorene, for å se om det du har forstått ut ifra faktoren er det samme som de legger i faktoren.

Når en tanke blir fryst og det kommer frem en mening i sorteringsmønsteret som fører til en ny oppdagelse, kan ikke forskerens rolle bli tatt ut av ligningen. Det er forskeren som undersøker meningen som ligger bak faktoren i forhold til hvordan de forstår deltakernes sortering og faktorenes faktorskårer som ett unikt sosialt syn. Brown og Robyn (2004) peker på hvordan, med støtte fra blant andre Peirce og Polanyi, at utfallet vi kommer frem til ikke er tilfeldig. De tenker det er et resultat av konkrete erfaringer og lærdommer man som forsker har opparbeidet seg gjennom samhandling med realiteten. Vitenskap bygger derfor på intuisjon som igjen kan finnes i det Polanyi beskrev som taus kunnskap.

På bakgrunn av dette er det viktig at man som forsker i det øyeblikket de utfører analysen er åpen for noe nytt. Det abduktive må være i fokus og man må ikke overse perspektiver. Mangler man perspektiver vil kvaliteten til forskningen bli utfordret og man har kanskje ikke sett etter synspunkter som er utenfor egen rekkevidde, og egen taus kunnskap. Det er også forskjell på å beskrive en faktor og evaluere en faktor. Det kan tenkes at det kan være lett å evaluere noe gjennom taus kunnskap uten at man egentlig er bevisst på at det skjer. Derfor er det viktig at man som forsker er bevisst på å stille seg spørsmål og evaluere valgene man tar.

At taus kunnskap gjør seg gjeldende i denne viktige prosessen, så vel som å forstå de ulike faktorene, er dermed et faktum. I hvor stor grad du som forsker lar deg bli styrt av den tause kunnskapen, er igjen avhengig av hvordan du arbeider ut ifra for eksempel abduksjonsprinsippet. Det å være klar over at taus kunnskap kan spille en rolle, og anerkjenne den rollen den spiller, vil igjen sikre deg en bedre forståelse av utfallet til studien og hvordan du selv reflekterer rundt din egen subjektivitet. Som nevnt under hvordan taus kunnskap også

gjør seg gjeldende når man som forsker samler et kommunikasjonsunivers, er det også her en idé å bli bevisst på egne tanker og forståelser rundt temaet du nå skal se de ulike faktorene i lys av. Å selv gjennomføre en sortering som forsker kan være en mulighet til å bli mer bevisst, noe jeg opplevde da jeg sorterte utsagnene.

### **3.7 Kvalitet i studien**

Kvalitet er et vidt begrep som omfatter mye i en forskning. Ringdal (2013) viser til at en forskningsstudie bør preges av nøyaktighet, systematikk, transparens og åpenhet, noe jeg bevisst har prøvd å være gjennom hele forskningsprosessen. Refleksivitet og transparens fortelle noe om hvor godt valgene i studien blir formidlet av forskeren (Tjora, 2012). Taus kunnskap kan påvirke hvordan jeg som forsker ubevisst tar valg i forskningsprosessen. Gjennom å ha drøftet tuas kunnskap er jeg bevisst på egen forforståelse og forkunnskaper og derfor oppmerksom på refleksivitet som Tjora (2012, s. 299) definerer som “forskerens evne og vilje til å undersøke eget forskningsarbeid og hvordan personlige interesser og kunnskap kan ha formet dette”.

Samtidig som dette er viktige forutsetninger for å sikre kvaliteten til studien på, finnes det også retningslinjer og andre kvalitetskriterier. Jeg har vært pålagt å søke til Norsk samfunnsvitenskapelig datatjeneste (NSD). For å få godkjent søknaden er det strenge retningslinjer for ivaretagelse av informantene (se vedlegg 11 for godkjennelse av forskningsstudien min). Gjennom å følge deres retningslinjer har jeg ivaretatt informanten noe som er helt vesentlig for utfallet av studiens kvalitet og for at den skal bli tatt alvorlig og være troverdig.

I tillegg til etiske betraktninger er det også andre aspekter som definerer kvalitet. Jeg tenker da på validitet som omhandler gyldighet, reliabilitet som omhandler pålitelighet og generaliserbarhet som i Q-metode omhandler eksistensen av synspunkter og meninger som finnes omkring et tema hvor meningsfulle konklusjoner kan bli oppdaget. Jeg vil nå presentere disse aspektene ved kvalitet opp mot min forskning.

#### **3.7.1 Validitet**

I R-metodologien blir validiteten til forskningen, også kalt gyldighet, målt opp mot tolkning av dataene og ikke målemetoden i seg selv (Brown, 1980). I Q-metodologi vil derfor ikke gyldigheten til studien omfatte validitet på samme måte (Brown, 1980). Validiteten til studien

viser om det jeg måler, også er det jeg har til hensikt å måle. Jeg er i denne studien interessert i subjektive oppfatninger av personlig utvikling. Er det den subjektive oppfatningen jeg etterhvert måler? Kvalsund (1998) peker på at det er utfordrende å måle gyldigheten til subjektive opplevelser av et fenomen, da det i teorien kun er meningen til den som sorterer som gjør seg synlig. Gyldigheten i denne studien vil derfor være basert på hvordan jeg som forsker igjen skaper mening av de faktorene som etterhvert vil vise seg. Forstår jeg disse i samsvar med hvordan personen selv forstod det da de sorterte utsagnene? For å sikre validitet vil det derfor være en fordel å gjennomføre post-intervju på personer som skårer høyt på de ulike faktorene. Gjennom denne metoden vil jeg ha mulighet for å se om jeg legger samme mening bak en faktor som de som skåret høyt på den faktoren gjorde. Dette kan gi meg mulighet til å utvide forståelsen min til faktorene. Ellingsen et al. (2009) påpeker også at det er fordelaktig å være til stede under selve sorteringen, da det kan gi rom for å oppfatte eventuelle bemerkninger deltaker har underveis i sorteringsprosessen. Jeg var til stede under 10 av de 19 sorteringene som ble gjennomført. Validiteten til studien min kan derfor sies å være noe svekket, men var likevel ivaretatt da det alltid var en som kjente til metoden tilstede. Jeg fikk også tilbakemelding på at det ikke hadde vært et problem at jeg ikke var der da prosessen var godt forklart i sorteringsinstruksjonen alle fikk utdelt. En annen dimensjon av validiteten, som er mer indirekte, er om Q-utvalget er godt balansert og representativt for kommunikasjonsuniverset. Hvis en sorterer føler det mangler et stimuli som kunne gitt et bedre bilde av subjektiviteten hans/hennes, svekker det validiteten til studien gjennom at meningen hans/hennes ikke blir representert.

### 3.7.2 Reliabilitet

Reliabilitet handler om studiets pålitelighet (Ringdal, 2013). Som i andre vitenskapelige tradisjoner er også reliabiliteten viktig i Q-metode (Svennungsen, 2011). Det omhandler i Q-metodologien at det ved gjentatt sortering med samme instruksjoner ville fått samme resultatet. For å sikre reliabiliteten til studien, informerte jeg deltakerne om at de hadde god tid på sorteringsprosessen, slik de gjorde et systematisk og godt arbeid. Alle deltakerne brukte tiden sin godt og veide setningene frem og tilbake. Tidligere studier har vist at reliabiliteten i en Q-sortering ligger på 0,80 i korrelasjon mellom to sorteringer (Kvalsund 1998, s.289). Dette viser at Q-studier også har akseptable sjanser for å oppnå det samme resultatet i samme studie, andre gangen de sorterer.

**Tabell 2: Reliabilitet**

	Faktor 1	Faktor 2	Faktor 3	Faktor 4
No. of defining variables	8	3	1	3
Average reliability coefficient	0.800	0.800	0.800	0.800
Composite reliability	0.970	0.923	0.800	0.923
Standard error of factor Z- scores	0.174	0.277	0.447	0.277

I tabellen over ser vi at reliabiliteten til de fire ulike faktorene i min studie. De varierer fra 0.8 til 0.97 som er høyt. Reliabilitet henger igjen tett sammen med faktorens standardfeil hvor høy reliabilitet viser til lavere standardfeil, som er positivt for kvaliteten. Det vil si at utsagnene involvert i de ulike faktorene med høy reliabilitet kan behandles mer sikkert og med mer gyldighet vist gjennom faktorskårene ved lavere standardfeil.

### 3.7.3 Generaliserbarhet

I motsetning til flere andre vitenskapelige tradisjoner, er poenget ikke å generalisere resultatene fra en Q-metodologi fra et representativt personutvalg i en populasjon til populasjonen, heller å kunne generalisere tilbake til kommunikasjonsuniverset (Watts & Stenner, 2012). Det er på bakgrunn av at jeg i Q-metode er opptatt av å få tak i en mening som eksisterer i det deltakeren sorterer, denne meningen kan forandre seg, men fremdeles er dette da en mening som fortsetter å eksistere i kommunikasjonsuniverset (Watts & Stenner, 2012).

I denne delen av oppgaven har jeg vist til forskningsprosessen til studien. Det har vært en interessant prosess hvor jeg har arbeidet med mine egne forutinntattheter og meninger for å få rom til andres oppfatninger og holdninger omkring begrepet personlig utvikling. Jeg har videre drøftet valg jeg har tatt opp mot taus kunnskap og sett hvordan denne implisitte kunnskapen kan gjøre seg gjeldende i store deler av forskningsprosessen, rollen min som forsker, og kvalitet i studien.

## 4 Faktorfortolkning

I denne delen av oppgaven vil jeg presentere og tolke funnene mine. Holdningen jeg har som forsker i fortolkningsprosessen styres av abduksjonsprinsippet, som ble presentert tidligere i metodekapittelet. Jeg vil derfor ha en åpen innstilling som gjør at jeg får mulighet til å

oppdage noe nytt, samtidig som jeg studerer funnene i lys av de perspektivene personlig utvikling kan forstås ut ifra. Van Exel og De Graaf (2005) forklarer at en slik holdning øker reliabiliteten i studien som videre gir mulighet til å gjenskape funnene i en tvillingstudie, ettersom forskeren ikke overfører egne tanker og forforståelser av fenomenet inn i den endelige datainnsamlingen.

I denne faktorfortolkningen presenteres funnene opp mot typiske trekk ved de ulike faktorene. Da deltakerne hadde sortert utsagnene, ble dataen analysert ved hjelp av dataprogrammet PQMethod, versjon 2.53 utviklet av Peter Schmolck i 2014. Dette er et verktøy brukt for å finne passende faktorløsninger. Jeg plottet inn alle deltakernes Q-sorteringer, deretter ved hjelp av funksjonen «principal components» kom det frem 8 uroterte faktorer, vist i tabell 3.

**Tabell 3: Uroterte faktorer**

Uroterte faktorer	1	2	3	4	5	6	7	8
Eigenverdi	8.8151	1.5866	1.1674	1.0963	0.9244	0.7992	0.7603	0.6669
Forklarende varians (%)	46	8	6	6	5	4	4	4

I tabellen presenteres hver av de 8 uroterte faktorene med en egenverdi og forklarende varians. Eigenverdi kan indikere hvor mange faktorer som er signifikante og kan brukes i en studie (Watts & Stenner, 2012). En tommelfingerregel innenfor Q-metode er at det skal være en egenverdi på over 1, fordi verdiene under ikke har den samme statistiske signifikansen (Watts & Stenner, 2012). Det er fire faktorer med egenverdi høyere enn 1 og teoretisk sett er det derfor fire av de åtte faktorene jeg videre bør vurdere. Forklarende varians viser hvor mye meningene varierer fordelt på de ulike faktorene. Som tabell 3 viser har en av de uroterte faktorene en forklarende varians på 46% som antyder at det er en faktor flere av deltakerne vil skåre høyt på. Videre brukte jeg funksjonen «varimax rotation», hvor dataprogrammet roterer faktorene for å finne den mest hensiktsmessige faktorløsningen, dvs. de faktorløsningene som korrelerer minst og fremstår som «rene» ortogonale faktorer. Jeg analyserte tre ulike faktorløsninger, en to-faktorløsning, en tre-faktorløsning og en fire-faktorløsning. Gjennom varimax-rotasjonen vil variansen bli maksimert gjennom å plassere de ulike sorteringene i ulike «grupperinger» som er ulike hverandre med lavest mulig korrelasjon, altså graden av sammenhengen mellom datasett (Watts & Stenner, 2012). Gjennom å se på de tre ulike faktorløsningene fikk jeg studert hvilken faktorløsning som fanger opp mest varians. Valget

falt på en fire-faktorløsning ettersom den forklarte variansen her også var høyest av de tre ulike faktorløsningene som ble vurdert. Fire-faktorløsningen hadde en samlet varians på 66%. Korrelasjonen mellom de fire ulike faktorene i fire-faktorløsningen vises i tabell 4.

**Tabell 4: Korrelasjon mellom de ulike faktorene**

Faktor	1	2	3	4
1	1.0000	0.4025	0.1031	0.6120
2	0.4025	1.0000	0.1576	0.2503
3	0.1031	0.1576	1.0000	-0.0462
4	0.6120	0.2503	-0.0463	1.0000

Korrelasjon mellom faktorene forklarer hvilken sammenheng det er mellom faktorene og målet er at faktorene skal ha lavest mulig korrelasjon med hverandre for å være så tydelige som mulig (Kvalsund, 1998). Jo nærmere -1 og 1 korrelasjonstallene er, jo mer henger faktorene sammen med hverandre. Selv om det var ulike korrelasjoner mellom faktorene, bemerket jeg ved å sammenligne de andre faktorløsningene at en fire-faktorløsning ga tydelige faktorer, også sett i sammenheng med forklarende varians.

I tabell 5 viser jeg en oversikt over hvordan deltakerne korrelerer med de ulike faktorenes gjennomsnittlige sortering. De tallene som har en X bak seg representerer faktoren hvor deltakeren har høyest korrelasjon til den gjennomsnittlige sorteringen til faktoren.

**Tabell 5: Ladning på faktorer**

Q-sortering	Faktor 1	Faktor 2	Faktor 3	Faktor 4
Deltaker K1	0.3695	0.6939X	-0.1228	0.1896
Deltaker M2	0.6813X	0.3614	0.0649	0.2740
Deltaker K3	0.5868	0.4842	-0.1587	0.2913
Deltaker K4	0.0878	0.5764X	0.3850	0.2760
Deltaker K5	0.6160X	0.0047	-0.0290	0.2442
Deltaker M6	0.2724	0.3453	0.0110	0.7091X
Deltaker M7	0.7756X	0.3180	0.1802	-0.0398
Deltaker M8	0.5355	0.2253	-0.0783	0.6471X
Deltaker M9	0.4319	0.4160	0.1466	0.5450
Deltaker M10	0.4611	0.1608	0.2916	0.3570

Deltaker K11	0. 6107X	0. 1847	0. 0550	0. 5392
Deltaker M12	0. 0041	0. 8226X	0. 0999	-0. 0098
Deltaker M13	0. 3998	0. 2148	0. 3027	0. 5169
Deltaker M14	0. 7529X	-0. 0086	-0. 0552	0. 1962
Deltaker K15	0. 6704X	0. 2844	0. 0338	0. 4025
Deltaker K16	0. 7474X	0. 0338	0. 1990	0. 3678
Deltaker K17	0. 1539	-0. 0852	-0. 0658	0. 8645X
Deltaker K18	0. 0318	0.0498	0. 9273X	-0. 0471
Deltaker K19	0. 5920X	0. 1552	0. 0523	0. 5389
Forklart varians i prosent (%)	27	13	7	19
Sum forklart variens				66

Som vist i tabell 4, deltok 19 personer i min studie, derav 10 kvinner (K) og 9 menn (M). Det er åtte personer som lader høyest på faktor 1, tre personer lader høyest på faktor 2, en person som lader høyest på faktor 3 og tre personer som lader høyest på faktor 4. Vist i tabellen er det også fire deltakere som korrelerer jevnt på flere av faktorene, kalt miksede sorteringer (Allgood & Kvalsund, 2010). De korrelerer ikke betydelig på noen av faktorene sett ut ifra faktoranalysen. Kvalsund (1998) forklarer at det er gunstig å trekke ut disse deltakerne, dvs. ikke ta de med i den endelige analysen, for å styrke reliabiliteten til studien gjennom å få renere faktorer, noe som også ble gjort i denne studien.

Selv om blant andre McKeown og Thomas (2013) viser til at det er hensiktsmessig å velge faktorer hvor det er flere som skårer, inkluderer jeg altså en faktor med kun én deltaker. Dette gjøres fordi jeg mener synet skiller seg fra de andre faktorene og fordi personen som lader høyt har en betydelig høy korrelasjon. Jeg er oppmerksom på at kvaliteten på studien kan bli svekket når jeg velger å inkludere denne faktoren, som kun er representert med en deltaker.

Videre vil jeg presentere de ulike faktorene ved hjelp av en fortolkningsprosess. De fire faktorene vil bli presentert hver for seg hvor jeg vil gjøre meg kjent med diskriminerende utsagn og utsagn med høy psykologisk signifikans. Diskriminerende (distinguishing) utsagn er utsagn som statistisk sett er plassert ulikt i faktoren det gjelder, sammenlignet med de andre tre faktorene (Thorsen & Allgood, 2010). Dermed kan diskriminerende utsagn gjøre det lettere å vise hva som skiller faktoren fra de andre faktorene. En fullstendig oversikt over

diskriminerende utsagn i de fire ulike faktorene vises i vedlegg 6. Utsagn med høy psykologisk signifikans representerer ekstremverdiene som finnes i ytterpunktene på matrisen (Kvalsund og Allgood, 2010). Som Watts og Stenner (2010) forklarer, finnes viktig informasjon om faktoren også i 0-området, dvs. utsagn med liten eller ingen psykologisk signifikans, da det blant annet kan gi meg som forsker verdifull informasjon om tolkningsarbeidet. Det som finnes i bakgrunnen (lav psykologisk signifikans) kan være like viktig for å forstå helheten som det som er i figur (høy psykologisk signifikans). På bakgrunn av disse tankene vil også noen utsagn som ikke er diskriminerende eller har høy psykologisk signifikans bli presentert dersom jeg føler det har betydning for forståelsen av faktoren. Avslutningsvis i denne delen av oppgaven vil jeg presentere konsensusutsagn, som er utsagn plassert relativt likt i alle faktorene. Se vedlegg 7 for en fullstendig oversikt over konsensusutsagn.

#### 4.1 Faktor 1: «Vil lære mer!»

Det er åtte personer som skårer høyest på faktor 1: M2(0.6813), K5(0.6160), M7(0.7756), K11(0.6107), M14(0.7529), K15(0.6704), K16(0.7474) og K19(0.5920). Som vist i tabell 2, har faktor 1 en forklarende varians på hele 46%. Dette er den faktoren flertallet av mine deltakere skåret høyest på. Jeg var derfor spent på hva denne faktoren omhandlet. Den korrelerer høyest med faktor 4 (0.6120) og lavest med faktor 3 (0.1031). Etter å ha studert denne faktoren, bestemte jeg meg for å kalle den «Vil lære mer!».

Nedenfor er en oversikt over Q-sorteringen som representerer faktor 1. De rutene som er markerte representerer diskriminerende utsagn.

**Tabell 6: Faktor 1**

-5	-4	-3	-2	-1	0	+1	+2	+3	+4	+5
31	22	46	2	17	24	7	28	33	45	34
35	23	6	13	5	21	9	11	25	14	37
	44	3	29	36	30	48	10	15	1	
		19	40	43	20	41	8	4		
			18	12	42	16	32			
				38	27	39				
					26					
					47					



Faktoren representerer en holdning hvor personlig utvikling blir prioritert, samtidig som det er et ønske om å forstå fenomenet i større grad. Denne forståelsen av faktoren gjorde seg synlig gjennom å studere utsagn med høy psykologisk signifikans. Det første jeg ble bevisst på var at selvutvikling blir sett på som viktig.

*37. Jeg ser absolutt hensikten med selvutvikling. (5, 3, 3, 2)*

*14. Har mye interesse for hvordan jeg selv er og blir oppfattet, og ser dette i sammenheng med personlig utvikling. (4, 1, 1, 4)*

Videre ble jeg bevisst på at personlig utvikling er et fenomen som det er ønskelig å forstå.

*4. Personlig utvikling er et fenomen jeg ønsker å forstå. (3, 2, -4, 2)*

Når jeg rettet blikket over på motsatt side av matrisen (venstre), ser jeg at utsagnene med høy psykologisk signifikans viser en holdning hvor personlig utvikling er noe som ikke andre legger til rette for, du må selv ta ansvar for det. Enten stoler de ikke på at andre kan klare å legge til rette for deres personlige utvikling, fordi det er en viktig prosess, eller så tenker de at utvikling må komme innenfra og at andre ikke har innvirkning på den prosessen.

*44. Personlig utvikling er noe som ikke må legges til rette for, det bare skjer. (-4, 2, 2, -2)*

*31. Jeg har satt min lit til at andre har lagt til rette for min utvikling, selv legger jeg ikke til rette for det. (-5, -1, -4, 0).*

#### 4.1.1 Diskriminerende utsagn faktor 1: «Vil lære mer!»

Utsagn 3, 40, 16 og 10 representerer diskriminerende utsagn for faktor 1.

Nr.	Utsagn	Faktor 1	Faktor 2	Faktor 3	Faktor 4
3	Jeg tør ikke å gå ut av komfortsonen min for å oppnå en personlig endring, det er for risikabelt og usikkert.	-3	0	2	1
40	Det er viktigere å prioritere andre ting enn selvutvikling i en travel hverdag.	-2	0	1	2
16	Jeg har tidligere brukt mye tid på selvutvikling, og ser behovet for det.	1	-3	-2	5
10	Jeg griper alle sjanser for utvikling som jeg får!	2	0	-3	0

Gjennom å fortolke plasseringens betydning på de diskriminerende utsagnene, viser faktoren et stort pågangsmot for å sette seg selv i situasjoner som bidrar til personlig utvikling.

Sammenlignet med andre faktorer, er denne faktoren svært uenig i at de ikke tør å gå ut av komfortsonen for å oppnå en personlig endring. Gjennom en uformell samtale med M14, ble jeg også oppmerksom på at selv om det er risikabelt og usikkert, er det verdt det ettersom personlig utvikling er viktig for fremtiden. Denne uttalelsen ble også videre bekreftet da jeg så hvor utsagn 15 var plassert i faktor 1.

15. *Fremtiden ser mye lysere ut om jeg har fokus på endringsprosesser. (3, 1, -1, 4)*

I starten av fortolkningsprosessen var det vanskelig for meg å forstå faktoren, ettersom faktoren representerer et syn på personlig utvikling hvor utvikling blir prioritert i høy grad, samtidig som de ønsker mer kunnskap om hva personlig utvikling innebærer. Det var først når jeg så hvor utsagn 16 var plassert, at jeg forsto at dette kunne henge sammen med at de tidligere ikke har brukt så mye tid på personlig utvikling. Kanskje dette er et fenomen de i nyere tid har blitt interessert i å prioritere? Kanskje faktoren også representerer de som ble mer bevisst på egen personlige utvikling underveis i sorteringen, og derfor vil lære mer om det, og fra nå av vil sette seg i situasjoner som kan bidra til personlig utvikling i større grad. Da jeg fikk disse tankene tok jeg en ny samtale med deltaker M14, og hadde to uformelle samtaler med henholdsvis deltaker K16 og K19. Disse samtalene resulterte i at jeg fikk bekreftet mine antakelser, at noen av de som skåret høyest på denne faktoren, ble mer bevisst egen personlige utvikling når de fikk i oppgave å sortere utsagnene. De ble nå interessert i, og ønsket å utfordre seg mer på dette området. Dette gjorde at jeg forstod faktoren på en ny måte, samtidig kunne jeg ikke være sikker på at dette synet var representativt for alle som skåret høyest på faktor 1: «Vil lære mer!». Sammenlignet med de andre faktorene er det også denne faktoren som selv mener de griper flest sjanser for personlig utvikling. Samtidig er det viktig å være bevisst på at hva som ligger i å «gripe sjanser» er individuelt for hver av deltakerne ettersom det ikke er en universell forståelse for hva det kan innebære.

#### 4.1.2 Sammendrag faktor 1: «Vil lære mer!»

Fortolkning av faktor 1 gjør meg oppmerksom på at faktoren representerer et syn på personlig utvikling som noe man må jobbe for å oppnå. Faktoren viser også at den enkeltes utvikling ikke er opp til andre, men seg selv. Videre kan det som skiller denne faktoren fra andre faktorer være den nye interessen for personlig utvikling, hvor de gjerne ønsker å forstå fenomenet i større grad. Faktoren representerer en holdning hvor sjanser for utvikling blir tatt, samtidig som det foreligger et ønske om å lære mer om hva personlig utvikling innebærer. Kanskje mer kunnskap kan åpne opp for flere muligheter for personlig utvikling hos denne faktoren?

## 4.2 Faktor 2: «Avslappet»

Det er tre personer som korrelerer høyest på faktor to: K1(0.6939), K4 (0.5764) og M12 (0.8226). Denne faktoren har en forklarende varians på 8% og har en lav korrelasjon med de andre faktorene (se tabell 4).

**Tabell 7: Faktor 2**

-5	-4	-3	-2	-1	0	+1	+2	+3	+4	+5
5	11	36	29	6	27	14	30	37	28	18
22	7	8	46	31	3	41	44	21	39	45
	13	16	43	34	48	25	26	1	33	
		23	20	12	10	17	32	9		
			47	38	19	2	4			
				42	40	15				
					24					
						35				

Faktoren har flere diskriminerende utsagn med høyeste psykologiske signifikans også i 0-området. Dette ga meg mulighet til å forstå mer av faktoren gjennom å se hva som befant seg i bakgrunnen.

#### 4.2.1 Diskriminerende utsagn faktor 2: «Avslappet»

Utsagn 5, 11, 35, 17, 39, 28 og 18 representerer diskriminerende utsagn for faktor 2.

Nr.	Utsagn	Faktor 1	<b>Faktor 2</b>	Faktor 3	Faktor 4
5	Alle erfaringene jeg har gjort meg rundt personlig utvikling blir mindre gjeldende når man er eldre. Da vil ikke andre forvente at du skal utvikle deg i like stor grad.	-1	<b>-5</b>	3	-2
11	Unge har mulighet til å utvikle seg i større grad ettersom samfunnet legger til rette for det på en bedre måte enn når man blir eldre.	2	<b>-4</b>	3	-1
35	Jeg har aldri møtt på utfordringer knyttet til utvikling.	-5	<b>0</b>	-5	-4
17	Aldringsprosessen legger mer enn nok til rette for min personlige utvikling, uten at jeg selv må ta stilling til den.	-1	<b>1</b>	5	-3
39	Utvikling er behagelig. Skulle ønske jeg kunne prioritert det i mye større grad.	1	<b>4</b>	1	0
28	Jeg tar andres meninger på alvor, men syntes det er viktig å understreke at man når et metningspunkt også når det kommer til endringsprosesser.	2	<b>4</b>	0	1
18	Jeg tenker aldri på personlig utvikling som et mål i seg selv.	-2	<b>5</b>	-1	-1

Det første jeg la merke til når jeg begynte å arbeide med denne faktoren var at plasseringen av utsagn nummer 18 og 5 representerer et avslappet forhold til personlig utvikling. På bakgrunn av disse tankene, ble også navnet på faktoren laget. Faktoren representerer et syn på personlig utvikling hvor de ikke tenker at personlig utvikling er et mål i seg selv. Altså er det handlingen i seg selv som styrer hva faktoren representerer, ikke utfallet handlingen kan få. Videre ser jeg at utsagn 35 blir plassert i 0-området, som forteller meg at de ikke har tenkt over konsekvensene handlingen kan ha i forhold til personlig utvikling. Det som gjorde at jeg kalte denne faktoren «avslappet» og ikke for eksempel «uinteressert» er at den samtidig representerer et syn på personlig utvikling hvor de også skulle ønske seg å prioritere utviklingen i større grad, basert på hvor utsagn 39 og utsagn 5 er plassert.

*45. På bakgrunn av tidligere erfaringer vet jeg at utvikling er mulig for meg om jeg arbeider for det. (4, 5, 3, 5)*

Samtidig som faktoren ikke aktivt arbeider for personlig utvikling, vet den på bakgrunn av tidligere erfaringer at det er mulig å oppnå om det arbeides for. Dette kan virke tvedydig, men etter en samtale med deltaker M12, ble jeg mer bevisst på at dette kunne sees i sammenheng med utsagn nummer 28. Faktoren representerer et syn på personlig utvikling hvor utviklingen ikke er et mål i seg selv, samtidig som faktoren vet det kan arbeides for å oppnå utvikling. Samtidig tyder plasseringen på at det kan bli for mye fokus på personlig utvikling. For mye oppmerksomhet rundt den virker frastøtende. Dette var noe deltaker M12 understreket da vi snakket sammen. Det er også viktig å vise til at M12 kun var en av de som skåret høyest på faktoren, så denne personens syn vil ikke nødvendigvis representere de andre deltakernes syn. Jeg lar derfor plasseringen av utsagnene i henhold til faktoren være gjeldende i faktoranalysen, samtidig som det deltakerne forteller meg er med å supplere forståelsen. Det er faktoren jeg fortolker og ikke de nyansene som den enkelte bringer inn.

Plasseringen av utsagn 5, 11 og 17 viser at faktoren videre representerer et syn hvor aldringsprosessen må sees i sammenheng med personlig utvikling. Videre er faktoren svært uenig i at erfaringer gjort rundt personlig utvikling blir mindre gjeldende når man er eldre, og mener andre fremdeles vil forvente at du skal utvikle deg selv når du blir eldre. Faktoren mener heller ikke at for eksempel unge har større muligheter til å utvikle seg enn eldre. Samtidig plasseres utsagn 17 i 0-området, som kan tyde på at de ikke nødvendigvis er uenig i at aldringsprosessen også bidrar til personlig utvikling. Plassering av utsagn nummer 1, fører videre til en interessant bemerkning.

1. *Når man blir eldre blir man tryggere på seg selv, derfor tør jeg også å sette meg i situasjoner som fører til utviklingsutfordringer i større grad. (4, 3, 4, 3)*

Ser vi plasseringen av de ulike utsagnene i sammenheng med hverandre, kan faktoren representere et syn hvor utvikling er mulig å oppnå uavhengig av alder, og at andre forventer du skal utvikle deg både som ung og gammel. Det å bli eldre kan føre med seg en trygghet som gjør at man har mer mot til å angripe utfordrende situasjoner, som igjen kan bidra til personlig utvikling i større grad.

#### 4.2.2 Sammendrag faktor 2: «Avslappet»

Dette er en faktor som representerer et syn på personlig utvikling som virker avslappet. Selv om faktoren er innstilt på personlig utvikling, er ikke utviklingen et mål i seg selv. De har heller ikke sterke oppfatninger om utfordringer knyttet til personlig utvikling, og tenker samtidig at aldring kan gjøre at man har mer mot til å sette seg selv i situasjoner som bidrar til vekst i større grad når man blir eldre ettersom man er tryggere på seg selv. Samtidig har faktoren en tanke om at personlig utvikling er like gjeldende når man er ung som når man er eldre, og det er derfor viktig å ta vare på de erfaringene man gjør seg rundt personlig utvikling. Selv om de tar andres meninger på alvor, kan man nå et metningspunkt når det kommer til personlig utvikling. Kanskje kan høyt press om utvikling resultere i at denne faktoren trekker seg litt unna?

#### 4.3 **Faktor 3: «Ikke selv-ansvarlig»**

Det er kun en person som korrelerer høyest på faktor 3, deltaker K18 (0.9273). Det er flere interessante perspektiver som spiller inn for at jeg likevel velger å inkludere denne faktoren. Det var blant annet flere diskriminerende utsagn som skiller faktoren fra de tre andre faktorene. Faktoren korrelerer også lavt med de andre tre faktorene (se tabell 4), noe som gjorde at jeg kunne danne meg verdifull innsikt gjennom å forstå hvilke forskjeller som lå bak ulikhetene.

**Tabell 8: Faktor 3**

-5	-4	-3	-2	-1	0	+1	+2	+3	+4	+5
35	4	8	16	20	30	19	3	5	38	29
12	46	13	27	6	36	40	24	11	21	17
	31	9	2	42	22	14	44	45	1	
		10	41	15	33	39	23	37		
			34	18	32	25	26			
				7	28	43				
					47					
					48					

Faktoren 3 var spennende å arbeide med. Den oppfatningen av personlig utvikling som etter hvert ble synlig gjennom arbeidet med faktoren, var et syn jeg på forhånd ikke trodde ville dukke opp. Gjennom å utfordre meg selv som forsker ble jeg bevisst på hvordan faktoren i seg selv snakket til meg. Jeg måtte legge forutinntattheter bak meg og arbeide for å forstå faktoren i sin helhet. Klarer ikke forsker det, vil det ha betydning på hvordan de forstår og beskriver faktoren. Da kan man kritisere oppgaven for å være deduktiv. På bakgrunn av abduksjonsprinsippet var jeg åpen for å se nye sammenhenger.

For å la faktoren tale for seg selv, brukte jeg først mye tid på å lære meg hvor de ulike utsagnene var plassert, for så å distansere meg selv fra faktoren, før jeg på nytt arbeidet med den. Jeg fikk også innspill av andre om hva faktoren representerte for dem. Etter hvert hadde jeg også en uformell samtale med deltaker K18.

Det første jeg ble oppmerksom på når jeg arbeidet med faktoren var at den representerer et syn hvor den ikke har satt sin lit til at andre legger til rette for utvikling sin

*31. Jeg har satt min lit til at andre har lagt til rette for min utvikling, selv legger jeg ikke til rette for det. (-5, -1, -4, 0)*

Faktor 1 «Vil lære mer!» plasserte også dette utsagnet langt til venstre. Det som gjør at de to faktorene igjen skiller seg fra hverandre, er at faktor 3 heller ikke mener at de selv skal legge til rette for utviklingen sin. Faktoren representerer et syn hvor personlig utvikling blir styrt uten de selv vil ha kontroll over den. Dette ble tydelig gjennom å studere de diskriminerende utsagnene i faktoren, som også hadde høy psykologisk signifikans.

### 4.3.1 Diskriminerende utsagn faktor 3: «Ikke selv-ansvarlig»

Utsagn 12, 4, 33, 22, 23, 5, 38, 29 og 17 representerer diskriminerende utsagn for faktor 3.

Nr.	Utsagn	Faktor	Faktor	<b>Faktor</b>	Faktor
		1	2	3	4
12	Kun når ytre omstendigheter krever det av meg, utvikler jeg meg.	-1	-1	<b>-5</b>	0
4	Personlig utvikling er et fenomen jeg ønsker å forstå.	3	2	<b>-4</b>	2
33	Jeg er veldig innstilt på å utvikle meg som person.	3	4	<b>0</b>	4
22	Det er så ubehagelig å utvikle seg, derfor unngår jeg det til enhver pris.	-4	-5	<b>0</b>	-3
23	Jeg er det vi kan kalle lykkelig uvitende.	-4	-3	<b>2</b>	-5
5	Alle erfaringene jeg har gjort meg rundt personlig utvikling blir mindre gjeldende når man er eldre. Da vil ikke andre forvente at du skal utvikle deg i like stor grad.	-1	-5	<b>3</b>	-2
38	Jeg forstår at selvutvikling kan oppstå uavhengig av alder, men jeg er bare ikke helt innstilt på det.	-1	-1	<b>4</b>	-4
29	Det er skummelt å tenke på hvordan utviklingen min blir styrt helt uten jeg selv har kontroll over den.	-2	-2	<b>5</b>	0
17	Aldringsprosessen legger mer enn nok til rette for min personlige utvikling, uten at jeg selv må ta stilling til den.	-1	1	<b>5</b>	-3

Når jeg så hvor utsagn 29 og 17 var plassert, ble det videre tydelig for meg at faktoren representerer et syn hvor alder har stor betydning for personlig utvikling. Det er ikke opp til andre, eller seg selv å legge til rette for personlig utvikling, dette skjer synkront med en aldringsprosess. Samtidig som dette synet tidlig viste seg, ble jeg oppmerksom på noe motsettende når jeg studerte faktoren nærmere. Om det så er tilfelle at aldringsprosessen styrer utviklingen uten man selv kan legge til rette for den, så forstår jeg ikke plasseringen på utsagn nummer 38. En uformell samtale med K18 ble avholdt for å forhåpentligvis kunne gi en forklaring på dette. Det som kom frem i samtalen var at aldringsprosessen legger nok til rette for personlig utvikling uten man selv må ta stilling til at det skjer. Det er heller ikke mulig å ta kontroll over den personlige utvikling om det er ønskelig. Det er aldringsprosessen som et biologisk og til dels psykologisk fenomen som legger til rette for det på en naturlig måte. Det er derfor ikke kun en aldringsprosess som legger til rette for personlig utvikling. Andre ukontrollerbare faktorer kan også ha avgjørende rolle for utvikling. At man ikke selv kan styre over egen utvikling er skummelt og kan oppfattes som ubehagelig i henhold til faktoren, noe også K18 bekreftet.

Plasseringen av utsagn nummer 33 ble videre en viktig brikke i forståelsen av faktoren. I motsetning til de andre faktorene er ikke utsagnet plassert på høyresiden av matrisen, den er plassert i 0-området. Det er derfor ikke noen sterke føringer for om de er innstilt eller ikke innstilt på personlig utvikling.

#### 4.3.2 Sammendrag faktor 3: «Ikke selv-ansvarlig»

Denne faktoren representerer et syn på personlig utvikling hvor det er noe som skjer uten du selv må gjøre noe for å oppnå det. Det er omstendigheter rundt, som aldringsprosesser og hendelser som ikke kan kontrolleres, som påvirker personlig utvikling. At du selv ikke skal styre din egen utvikling kan være ubehagelig å tenke på for faktoren. Faktoren representerer derfor et syn på personlig utvikling, hvor det er viktig å akseptere utviklingsprosessen, anerkjenne den er skummel, og for deg selv upåvirkelig. Personlig utvikling er heller ikke et fenomen som er ønskelig å forstå.

#### 4.4 Faktor 4: «Kan og vil»

Det er tre personer som skårer høyest på faktor 4. Deltaker M6 (0.7091), deltaker M8 (0.6471), og deltaker K17 (0.8645). Denne faktoren er den som er mest lik faktor 1 og minst lik faktor 3 (se tabell 4). Faktor 1 og 4 skårer 0.6120 som tyder på at jeg kan finne flere likheter mellom dem. Motsatt skårer den bare -0.0462 mot faktor 3, som kan bety store forskjeller i de ulike synene på personlig utvikling mellom faktorene.

**Tabell 9: Faktor 4**

-5	-4	-3	-2	-1	0	+1	+2	+3	+4	+5
46	32	22	9	6	21	28	4	30	33	45
23	35	17	24	43	10	27	40	7	14	16
	38	25	44	41	31	2	36	1	15	
		13	5	19	29	3	47	34		
			20	11	26	8	37			
				18	39	42				
					48					
					12					



I arbeidet med faktor 4 kommer det tydelig frem at faktoren representerer et syn på personlig utvikling som en viktig prosess det er mye kunnskaper om. På bakgrunn av dette fikk faktoren navnet «Kan og vil».

#### 4.4.1 Diskriminerende utsagn faktor 4: «Kan og vil»

Utsagn 32, 38, 25, 11 og 16 representerer diskriminerende utsagn for faktor 4.

Nr.	Utsagn	Faktor 1	Faktor 2	Faktor 3	<b>Faktor 4</b>
32	Jeg føler mangelen min på kunnskap om endringsprosesser gjør det krevende for meg. Jeg prøver uansett å utvikle meg gjennom å sette meg selv i utfordrende situasjoner.	2	2	0	<b>-4</b>
38	Jeg forstår at selvutvikling kan oppstå uavhengig av alder, men jeg er bare ikke helt innstilt på det.	-1	-1	4	<b>-4</b>
25	Jeg tenker på selvutvikling som mindre synlig jo mer voksen man blir. Samtidig har jeg vekstinnstilling og liker å sette meg selv i situasjoner som kan bidra til at jeg utvikler meg personlig.	3	1	1	<b>-3</b>
11	Unge har mulighet til å utvikle seg i større grad ettersom samfunnet legger til rette for det på en bedre måte enn når man blir eldre.	2	-4	3	<b>-1</b>
16	Jeg har tidligere brukt mye tid på selvutvikling, og ser behovet for det.	1	-3	-2	<b>5</b>

45. På bakgrunn av tidligere erfaringer vet jeg at utvikling er mulig for meg om jeg arbeider for det. (4, 5, 3, 5)

De utsagnene «Kan og vil» var mest enig i, og som også er bakgrunn for faktornavnet jeg har valgt, er plasseringen på utsagn nummer 45 og 16. På bakgrunn av tidligere erfaringer vet de at personlig utvikling er mulig om de arbeider for det. Det som videre skiller denne faktoren fra faktor 1: «Vil lære mer!», er at de tidligere har brukt mye tid på selvutvikling. Noe som også understrekes ved plasseringen av utsagn nummer 32. De har mye kunnskaper omkring personlig utvikling, og det er derfor ikke mangel på kunnskap som stopper de fra å oppnå utvikling.

46. *Hvorfor skal jeg utvikle meg? Jeg har allerede oppnådd det jeg vil!* (-3, -2, -4, -5)

23. *Jeg er det vi kan kalle lykkelig uvitende.* (-4, -3, 2, -5)

Helt til venstre i matrisen finner vi utsagn nummer 46 og 23. Dette viser at faktor 4 videre representerer et syn der de har mye kunnskap om temaet, men likevel ikke har oppnådd alt de

vil. Selv om man har mye kunnskap vil det derfor ikke si at man kan utvikle seg i den hastigheten man selv kunne ønske, det er fremdeles en gradvis prosess sett i lys av faktor 4.

#### 4.4.2 Sammendrag faktor 4: «Kan og vil»

Denne faktoren skiller seg fra de andre faktorene gjennom at den representerer et syn hvor personlig utvikling er et kjent fenomen. Faktoren representerer videre et syn på utvikling som noe det må arbeides hardt for, og erfaringer har gitt opplevelsen av at personlig utvikling er nyttig. Faktoren er spesielt sammenfallende med faktor 1, forskjellen ligger i at «Kan og vil» har mer erfaring rundt personlig utvikling og kanskje mer kunnskap om utviklingsprosesser enn faktor 1. Samtidig er begge faktorene opptatt av personlig utvikling. Ser vi faktor 4 opp mot faktor 3 er disse to synene svært forskjellige fra hverandre. De kan tenkes å være de største motsetningene av de faktorene jeg nå har presentert. Samtidig er det viktig å understreke at selv om jeg nå har presentert forskjellene mellom faktorene for å forstå hva som ligger til grunn i de ulike, er det også flere likhetstrekk mellom dem. Jeg skal nå ta for meg konsensusutsagnene til faktorene.

### 4.5 **Konsensusutsagn**

Konsensusutsagn er som forklart tidligere de utsagnene som statistisk sett er plassert relativt likt i alle de fire faktorene. Jeg vil her fokusere på de utsagnene som gjennom drøftingen min vil gjøre seg mest aktuelle.

*46. Hvorfor skal jeg utvikle meg? Jeg har allerede oppnådd det jeg vil! (-3,-2,-4,-5)*

Alle de fire faktorene er relativt uenig i at de har oppnådd det de vil, enten så ser de behovet for å utvikle seg selv om de har oppnådd det de vil, eller så ser de poenget med å utvikle seg siden de ikke har oppnådd det de vil. Under alle faktorene er det dermed en viss motivasjon for at utvikling skal forekomme. Det samme gjelder faktor 3, selv om de ikke kan kontrollere den personlige utviklingen selv, ser de behovet for at utviklingen skal forekomme.

*1. Når man blir eldre blir man tryggere på seg selv, derfor tør jeg også å sette meg i situasjoner som fører til utviklingsutfordringer i større grad. (+4,+3,+4,+3)*

Alle faktorene har en oppfattelse av at jo eldre man blir, jo tryggere blir en på seg selv, noe som gjør at man har mot til å stå i situasjoner som bidrar til utviklingsmuligheter i større grad. For faktor 3 som skiller seg fra de andre faktorene ved å ikke ha kontroll over utviklingen sin, kan det forstås i at den biologiske prosessen da aldri fører med seg en trygghet de ikke kan kontrollere, som fører til at de kan stå i situasjoner som bidrar til utvikling i større grad.

48. *Det er trist at utvikling avtar, spesielt siden jeg har mye motivasjon for å vokse som person. (+1,0,0,0)*

De fire faktorene plasserte dette utsagnet midt i matrisen, de var verken enig eller uenig, eller utsagnet kunne være tvetydig. I den uformelle samtalen med deltakerne, kom det frem at de opplevde utsagnet som vanskelig å sortere, de forstod ikke helt hva utsagnet representerte. Grunnen kan ligge i at personene som sorterte, enten ikke hadde nok kjennskap til seg selv, eller at de ikke erfarte sin verden som beskrevet i utsagnet, og derfor ikke kunne ta stilling til det.

I dette kapittelet i oppgaven har jeg tolket fire ulike syn på personlig utvikling. Selv om de har flere likheter, er det også mye som skiller dem fra hverandre. Jeg mener hvert syn representerer en viktig oppfatning av hva personlig utvikling kan bety for de som har sortert utsagnene i denne Q-studien. Videre vil disse synene nå bli diskutert opp mot relevant teori i kapittel 5.

## 5 Diskusjon

I dette kapittelet vil jeg drøfte oppfatninger av begrepet personlig utvikling basert på funnene jeg nå har gjort rede for. Problemstillingen min omhandler hvordan oppfattelser av personlig utvikling viser seg gjennom en Q-sortering, og videre hvilken rolle taust kunnskap har. Til nå har jeg presentert teori om personlig utvikling og i metodedelene har jeg drøftet hvordan taust kunnskap kan gjøre seg gjeldende når man forsker innenfor Q-metodologi, og hvordan deltakere sorterer på bakgrunn av en slik kunnskap. Gjennom faktorfortolkningen i kapittel 4, presenterer jeg fire ulike faktorer som kom til syne på bakgrunn av faktoranalyse og faktorfortolkning. De vil videre representere fire distinkte oppfattelser av personlig utvikling. Faktor 1: «Vil lære mer!», faktor 2: «Avslappet», faktor 3: «Ikke selv-ansvarlig» og faktor 4: «Kan og vil».

I denne diskusjonsdelen vil jeg gå dypere inn i forskjellene og likhetene hos de ulike faktorene, og knytte de opp mot temaer som jeg mener var fremtredende i faktorfortolkningen. Selv om faktorene har flere likhetstrekk, er det fremdeles en del som skiller de fra hverandre og åpner opp for en interessant drøfting. Jeg vil først drøfte stabilitet og selvaktualisering, før jeg videre drøfter hva det vil si å åpne opp for personlig utvikling innenfor de ulike faktorene. Deretter vil jeg drøfte hva som skjer om det ikke er du selv som

ønsker du skal gå gjennom personlig utvikling, før jeg avslutningsvis vil drøfte de ulike faktorene opp mot dagens samfunn og rådgivningsvitenskap. Studiens funn har åpnet opp for nye interessante synspunkter, og jeg vil derfor ha behov for å inkludere ny teori i drøftingen sammen med teorien som allerede er presentert. Å trekke inn ny teori i drøftingsdelen av oppgaven er i tråd med abduksjonsprosessen i fortolkningsdelen av oppgaven. De nye teoriene vil presenteres kort der det er naturlig å introdusere de, og vil sammen med tidligere presentert teori være utgangspunkt for drøftingen. Målet med dette kapittelet er å få en større forståelse for hvordan personer opplever egen personlig utvikling, hvor jeg som rådgiver, men også som medmenneske mener å kunne dra nytte av en slik kunnskap. Jeg vil derfor gjennomgående diskutere temaet fra et rådgivningsperspektiv.

## **5.1 Stabilitet eller selvaktualisering?**

Hva er mest fremtredende, er det stabilitet eller selvaktualisering? Som vist i teoridelen er dette to motsetninger, og den av de som blir mest fremtredende i en situasjon kan avgjøre hva du opplever av personlig utvikling. Alle faktorene representerer et syn hvor de ser hensikten med personlig utvikling, men da i ulik grad. Faktor 1: «Vil lære mer!» er den faktoren som er mest enig i utsagn nummer 37 («Jeg ser absolutt hensikten med selvutvikling»). Det kan tyde på at det også er synet til faktor 1, som i størst grad vil velge selvaktualisering over stabilitet. Samtidig representerer faktor 1 et syn på de to motsatte behovene som kompliserte, ettersom de på den andre siden ikke har nok kunnskaper om hva som må til for å kunne utvikle seg. Mangel på kunnskap gjør kanskje at de ikke vet hvordan de skal velge selvaktualisering i ulike situasjoner, selv om de har et ønske om det. Samtidig er personlig utvikling noe de ønsker å prioritere og på bakgrunn av tidligere erfaringer vet de at det er mulig å oppnå så lenge de arbeider for det. Derfor har nok behovet for selvaktualisering i flere tilfeller vært større enn behovet for stabilitet. Faktor 1 representerer derfor en oppfatning av personlig utvikling hvor behovet for selvaktualisering er fremtredende, og hvor behov for kunnskap om personlig utvikling kan være avgjørende for den videre utviklingen personen ønsker å oppnå. Kunnskap er noe som kan sees i sammenheng med erfaring og alder i denne faktoren, og derfor kan alder føre med seg en trygghet som gjør at de tør å sette behovet for selvaktualisering over behovet for stabilitet.

Faktor 2: «Avslappet» tenker ikke på personlig utvikling som et mål i seg selv. Hva som blir mest fremtredende i situasjoner av selvaktualisering og stabilitet styres derfor ikke av et ønske om utvikling. Dette er i stor kontrast med faktor 1, hvor det målrettet blir jobbet for utvikling. Ser vi disse to faktorene i sammenheng med faktor 3: «Ikke selv-ansvarlig» er nok faktor 2 og

3 mer lik hverandre enn faktor 1 og 3. Faktor 3 vil ikke gå inn i situasjoner og prøve å bestemme utfallet gjennom å velge behovet for selvaktualisering over behovet for stabilitet. Faktor 3 representerer på sin side et syn hvor de kan ønske å utvikle seg, samtidig kan de ikke gjøre noe med det, utviklingen skjer, men ikke på bakgrunn av noe som kan styres. Hos faktor 2: «Avslappet» kan behovet for selvaktualisering og behovet for stabilitet påvirkes på bakgrunn av kontekst hvor personen selv er en medvirkende aktør. Hos faktor 3: «Ikke selv-ansvarlig» vil ikke det være mulig å velge den ene motsetningen over den andre, der vil det skje naturlig på bakgrunn av for eksempel biologisk alder. For de som har et «Ikke selv-ansvarlig» syn på personlig utvikling, er det på sin side mye redsel knyttet til at dette ikke er noe de selv kan kontrollere. På samme måte kan det være redselsfullt å oppsøke situasjoner hvor selvaktualisering er mer fremtredende for faktor 1 og 2, da de selv vet de må plassere seg selv i situasjonen. Samtidig kan det virke som faktor 2 syntes det ikke er noe problematisk å gjøre nettopp dette sammenlignet med for eksempel faktor 1. Det kan tyde på at de har enten et mer avslappet forhold til personlig utvikling, eller ikke har opplevd den som like krevende å mestre som faktor 1.

Faktor 4: «Kan og vil» har på sin side et spesielt godt utgangspunkt når det kommer til å lese situasjoner hvor personlig utvikling er mulig. De har mye kunnskaper knyttet til personlig utvikling, de har skaffet seg verktøy gjennom erfaringer. Dermed har de et bedre utgangspunkt for å forstå når situasjoner krever at behovet for selvaktualisering bør være mer fremtredende enn behovet for stabilitet, og for å på denne måten oppnå personlig utvikling. De fire faktorsynene har alle ulike oppfatninger, og kan derfor operere ulikt når det kommer til hvordan de møter situasjoner som kan bidra til personlig utvikling, men hva betyr egentlig dette?

Det viser seg å være et skille mellom de som ønsker stabilitet og de som ønsker selvaktualisering og personlig utvikling. Sistnevnte ønsker å sette seg i mer utfordrende situasjoner som i større grad kan bidra til selvaktualisering og personlig utvikling. Selv om dette skillet i teorien kan virke stort, kan det i hverdagen hvikes ut på bakgrunn av at læring forekommer uavhengig av hvilken motsetning som er mest fremtredende (Moxnes, 2000). Etersom vi ofte blir vurdert gjennom teoretisk læring, blir kanskje ikke den personlige utvikling vi utsetter oss for like synlig. Personlig utvikling vil ikke nødvendigvis handle om noe målbart, så hvordan skal det argumenteres for at dette er like viktig å fokusere på som for eksempel kunnskaper i et fag?

Forskjellen ligger i hva læringen bidrar med. Om behovet for stabilitet er mest fremtredende, forklarer Moxnes (2000) at læring i større grad vil handle om ferdighetstrening og øving, enn om personlig utvikling og vekst. Et lignende skille gjør også Eigel og Kuhnert (2016) når de viser til *leteral utvikling* som omhandler kunnskaper, ferdigheter og evner, og *vertikal utvikling* som omhandler modning. Når man gjennom vertikal utvikling vil gå gjennom personlig utvikling, vil man gjennom *leteral utvikling* kun gå fremover, men ikke utvikle seg til et høyere nivå. De som søker *leteral utvikling* kan sees i sammenheng med de som søker ferdighetstrening og øving. De har ofte et behov for mer trygghet og hvor det uforutsigbare har liten plass (Moxnes, 2000). Det er hvor det uforutsigbare har størst plass de vanskelige valgene må tas, ubehagelige opplevelser forekommer, men også personlig utvikling vil skje ifølge Moxnes (2000). Samtidig er mennesker forskjellig og opplevelsen av dette vil variere (Moxnes, 2000). Noen kan synes at det forløper størst trussel i det stabile da dette miljøet ikke tillater like stor utfoldelse, mens motsatt kan det virke for skummelt og fremmed for andre (Moxnes, 2000).

De ulike meningene viser altså at det kan forekomme store forskjeller i hvordan personer møter og gjør seg opp meninger om situasjoner. Det som er viktig å legge merke til er at dette videre kan ha konsekvenser for hva de får ut av situasjonen. Hva er mest fremtredende og hvorfor? «Kan og vil» har for eksempel andre verktøy som kan bidra til at de har større valgmuligheter i situasjoner, mens «Ikke selv-ansvarlig» kan ønske å utvikle seg, men sitter på sidelinjen og venter på at det skal skje. I motsetning til «Vil lære mer» som vil jakte på utviklingsmuligheter, vil «Avslappet» se an situasjonene og gjøre seg opp en mening der og da.

## 5.2 Åpne opp for personlig utvikling?

Som nevnt i faktorfortolkningen har alle faktorene et ønske om personlig utvikling, de ser alle behovet for det, men det som til slutt skiller de er hvor åpen de er for personlig utvikling. Mens faktor 1: «Vil lære mer!» er svært åpen for personlig utvikling og vil legge til rette for det i stor grad, vil faktor 2: «Avslappet» rett og slett ha en mer avslappet holdning til det. Det som skiller faktorene fra hverandre er hva de tenker åpner opp for personlig utvikling. Gjennom faktorfortolkningen ser jeg ulike tendenser i de ulike faktorene og vil nå presentere det jeg mener er avgjørende for å åpne opp for personlig utvikling hos de ulike faktorene.

Faktor 1: «Vil lære mer!» representerer et syn hvor kunnskap kan være en avgjørende faktor som kan åpne opp for personlig utvikling. Faktor 2: «Avslappet» representerer en oppfatning

hvor det å åpne opp for personlig utvikling styres av interesse. Er det spennende nok, og passer det seg slik i situasjonen de har havnet i, kan de godt åpne opp for selvaktualisering. Faktor 3: «Ikke selv-ansvarlig» tenker ikke kontrollerbare faktorer som alder kan åpne opp for personlig utvikling, mens faktor 4: «Kan og vil» viser til at tidligere erfaringer gjør dem rustet til å åpne opp for personlig utvikling.

Faktor «Kan og vil» og faktor «Vil lære mer!» er de faktorene som åpner mest opp for personlig utvikling etterfulgt av «Avslappet» deretter «Ikke selv-ansvarlig». «Kan og vil» og «Vil lære mer!» er på jakt etter utviklingsmuligheter og er derfor også åpne for dem når de skulle forekomme. Dette kan danne et godt utgangspunkt for å sette seg selv i situasjoner som kan føre til personlig utvikling i større grad enn de som ikke er like åpne for det. Det vil ikke si at personlig utvikling ikke kan skje om man ikke er åpen for det. Utvikling er ofte en ubevisst prosess, for eksempel gjennom ytre påvirkninger. Hva skjer for eksempel når et ønske om utvikling ikke kommer fra en selv, men er et ytre press? Noen kan oppleve et press til å endre seg i en jobbsammenheng, på skolen eller blant venner. Dette kan utspille seg gjennom at kollegaer eller sjefen er misfornøyd med hvordan du fungerer på jobben, eller at partneren din gir signaler om noe som ikke er gjort bra nok. Personlig utvikling er individuelt og utviklingen må derfor også komme innenfra (Moxnes, 2000). Det er ditt eget valg om du vil utvikle deg slik omgivelsene ønsker det. Uavhengig av om det er deg selv eller andre som påvirker til utvikling, må det skje autentisk innenfra og ut. Samtidig kan det være ubevisste prosesser som gjør at du utvikler deg. Dette viser seg blant annet gjennom faktor 3: «Ikke selv-ansvarlig» som har utviklet seg, selv om personen også er lykkelig uvitende. Å være åpen for personlig utvikling kan man være selv om man ikke legger til rette for at det skal skje. Dette gjennom å ubevisst gå inn i situasjoner hvor behovet for selvaktualisering er mest fremtredende. Utviklingen kan forekomme selv om det ikke blir lagt til rette for. Dette kan igjen sees i sammenheng med prosessen hvor deltakerne sorterer utsagn som omhandler personlig utvikling. Alle deltakerne sorterte utsagnene, selv om personlig utvikling for noen var en mer bevisst prosess enn hos andre. Deltakeren som skåret høyt på faktor 3, klarte tross hun ikke selv var ansvarlig for egen personlige utvikling, å sortere seg fram til hva hun var mest og minst enig i. I form av taus og implisitt kunnskap var det noe som gjorde at ett utsagn havnet på -5 og ikke på for eksempel +5. Dette kunne for eksempel være følelser som ble aktivert til å vurdere seg selv, eller en ubevisst kunnskap som lå til grunn for at noe bare føltes rett i sorteringsprosessen.

De ulike faktorene hadde også ulike meninger om hvordan andre kunne påvirke den personlige utviklingen. «Avslappet» er på sin side bevisst på viktigheten i å ta andres meninger om utvikling på alvor, samtidig som for mye snakk om temaet kan sette en stopper for utviklingen og dermed gjøre vedkommende uinteressert. «Ikke selv-ansvarlig» er den faktoren som legger mest føringer for at ytre omstendigheter påvirker de i stor grad, noe som står i sterk kontrast til faktor «Kan og vil». Denne faktoren vil med mer sikkerhet forstå når de blir presset av andre, og hvordan de ønsker å reagere på et slikt press på bakgrunn av tidligere erfaringer.

Selv om ønsket om å endre seg kommer innenfra, peker Kegan og Lahey (2001) på at noen personer rett og slett ikke klarer å endre seg. Det handler ikke om at de ikke ønsker å endre atferd, men at de ubevisst tilfører en produktiv energi mot et skjult konkurrerende engasjement (Kegan og Lahey, 2001). Det kan for eksempel bety at du får et ytre press om å være mer effektiv, du føler selv også et engasjement for å bli det, men dette kolliderer med ditt indre jeg som har et enda større engasjement for å være nøye og ta seg god tid til å utføre en oppgave perfekt. Noen ganger kan dette engasjementet være skjult og man ser ikke at det kan være motstridende mot ønsket du har for utvikling. Dermed opplever du å ha et ønske om å endre deg, samtidig som du jobber ubevisst mot deg selv gjennom andre engasjementer du også har. Dette kan sees i sammenheng med faktor 3, som på den ene siden har et ønske om å utvikle seg og ser behovet for det, men på den andre siden sitter på gjerdet og venter på at det skal skje noe. Istedenfor å bevisst gå inn å manipulere situasjoner for å oppnå personlig utvikling, er faktoren av den oppfatningen av at ingen styrer over sin personlige utvikling, det bare skjer, for eksempel, i sammenheng med aldring. Derfor er det viktig å være åpen for utviklingen, samtidig som en er bevisst på at atferden og motstridende engasjement kan være skjulte. For å bli mer bevisst på egen atferd, eller hjelpe andre til å bli mer bevisst, kan det være viktig å få og gi tilbakemeldinger (Skau, 2017).

Faktor 4: «Kan og vil» plasserer utsagn nummer 7 «Hadde det vært mer kunnskap i samfunnet om selvutviklingsprosesser, ville jeg oppnådd mye mer» på +3. Det kan tyde på at de kan tenke seg å få tilbakemeldinger om personlig utvikling fra andre, noe som kan bidra til å gjøre skjulte engasjement synligere. Gjennom de uformelle samtalene med dem som skåret høyt på denne faktoren, ble jeg også oppmerksom på at det var de som også ønsket tilbakemelding på Q-sorteringen sin. Kanskje er de bevisst på at det kan være skjulte engasjement ettersom de kan relativt mye om personlig utvikling, i følge dem selv. Å få tilbakemelding på Q-studien etterspurte ikke faktor 1: «Vil lære mer». Det kan derfor tenkes



at de ubevisst har flere skjulte konkurrerende engasjement de ikke er bevisst på, da de har mindre kunnskaper og erfaringer knyttet til personlig utvikling.

Hva som blir mest fremtredende av stabilitet og selvaktualisering kan forstås opp mot de ulike faktorene som gjorde seg synlige ved hjelp av faktoranalyse og faktorfortolkning. Det er flere faktorer som er med å påvirke hvordan personlig utvikling blir oppfattet. Blant annet gjennom bevissthet i utviklingsprosesser, hvor både faktor 1 og 4 har mer kunnskaper og erfaringer de vil bruke, enn faktor 2 og da spesielt faktor 3. Det å være åpen for personlig utvikling kan også bidra til at personlig utvikling skjer i større grad. Her viser faktorene en større likhet gjennom at det ikke blir lagt så mange føringer for hvordan personlig utvikling må oppstå. Aldring, kunnskap eller erfaringer kan alle være prosesser som kan føre til personlig utvikling. Samtidig ser vi, for eksempel, at faktor 1, 2 og 4 mener de selv kan kontrollere utviklingen i større grad enn faktor 3. Faktor 1, 2 og 4 har derfor en mer aktiv rolle i utviklingen sin sammenlignet med faktor 3. Ser vi de ulike oppfattelsene av personlig utvikling opp mot Q-sorteringsprosessen og taus kunnskap, oppdaget jeg etter uformelle samtaler med flere av deltakerne at de ble mer oppmerksomme på hvordan de oppfattet personlig utvikling etter sorteringen. Spesielt de uformelle samtalene med dem som skåret høyt på faktor 1, gjorde meg oppmerksom på at noen av deltakerne ikke var bevisste på egen personlig utvikling før de ble med i studien. Noen av deltakerne ga uttrykk for at de gjennom sorteringen ble bevisst på at de ønsket å bruke mer tid på sin egen personlige utvikling.

### **5.3 Dagsaktuelt tema: «Generasjon perfekt»**

Som tidligere nevnt har min interesse for personlig utvikling oppstått fordi jeg tenker det omfatter så mye i livet. Innledningsvis beskrev jeg at jeg selv har vokst opp i en generasjon hvor man kan føle på et enormt press fra flere kanter, samtidig som det er små marginer for å gjøre feil. Etter denne drøftingen av de ulike oppfattelsene av personlig utvikling sett i lys av teorier og funn i forskningen, har jeg tilegnet meg mer kunnskap om hva personlig utvikling kan innebære, forutsetninger for at det oppstå og hvordan det igjen kan påvirke den personlige utviklingen. Med andre ord oppfatter jeg det som et komplekst tema med mange ulike forgreninger der noen spesielt kan sees i sammenheng med dagens unge.

Hvordan skal samfunnet legge til rette for at unge som vokser opp i dag skal få utfolde seg og utvikle seg personlig gjennom selvaktualisering, når vi samtidig forventer at alt skal gå smertefritt etter første forsøk? Når vi tilsynelatende presser dagens unge gjennom blant annet skole, der de forventer ungdom skal memorere svar isteden for å forstå dem, og hvor

medelever måler hverandre opp og ned av utseende og klær og ikke av personlige refleksjoner og omtanker for andre. Maslow (gjengitt etter Moxnes, 2000) hevder at grunnen til at noen velger det ene miljøet fremfor det andre stammer fra et behovshierarki. Kun de som har innfridd sine behov som trygghet, stabilitet, en plass å bo og sikker inntekt, vil kunne unne seg den luksusen med å tilfredsstille de «høyere» behovene, som da for eksempel er behovet for selvaktualisering. Samtidig blir det understreket at det som er viktig for den enkelte og som må ligge til grunn for all læring (og da også personlig utvikling), er at hver enkelt finner et læringsmiljø som er naturlig for seg selv, hvor behov og miljø går hånd i hånd ettersom dette er byggesteinene for optimal læring (Moxnes, 2000).

Så hva betyr egentlig dette? For å oppnå personlig utvikling må vi være privilegerte? Vil det si at personlig utvikling kun er forbeholdt noen få? For å komme til en dypere forståelse av dette, tenker jeg det er viktig å definere hva som inngår i personlig utvikling. Som nevnt viste Morris (1994) til at det kognitive aspektet ved mennesket omfatter evnen til selvbevissthet og refleksjon. Det er denne delen av selvet som må være i arbeid når en utvikling skal forekomme (Morris, 1994).

Vår tids «generasjon perfekt» lever i et paradoks hvor de føler idealene samfunnet har, krever en skal søke seg mot selvaktualisering i situasjoner. Dette samtidig som de har en oppfattelse av at de lever i et samfunn hvor de bare har en sjanse til å lykkes. Går ikke det på første forsøk har man alt mislykkes. De blir dermed underlagt et press om å ikke gjøre feil. Så egentlig blir de også presset mot det stabile og forutsigbare hvor mennesker lettere vil kunne håndtere situasjoner rett første gang. Det er altså på en side et behov for stabilitet når alt må gjøres rett, og på en annen side et behov for selvaktualisering for å kunne danne seg erfaringer som vil føre til personlig utvikling for å nå opp til et ideal samfunnet har. Spørsmålet videre blir dermed hvilken av disse føringene vinner frem? Og hvordan skal rådgivere jobbe forebyggende for at ungdom vil takle dette motstridende presset fra samfunnet?

En forutsetning for personlig utvikling er dermed læring. Læring skjer i det som oppleves som et naturlig miljø, noe som kan variere for hvert enkelt menneske sett i lys av de ulike faktorene. Skal man legge til rette for personlig utvikling er det derfor helt avgjørende at man først og fremst legger til rette for hva dette vil si for den personen som søker utvikling. Uansett om det er seg selv, eller noen andre man skal hjelpe med utvikling, vil refleksjon rundt hva et naturlig læringsmiljø omhandler, være viktig. Hva som er naturlig for en klient kan være noe helt annet enn hva som er naturlig for seg selv.

## 6 Avslutning og implikasjoner for praksis

Jeg har i denne oppgaven drøftet:

*«Hvordan viser oppfattelser av personlig utvikling seg gjennom en Q-sortering, og hvilken rolle spiller taus kunnskap? En studie hvor subjektive meninger kommer til uttrykk gjennom Q-metodologi.»*

Jeg startet innledningsvis med å presentere hvorfor jeg ønsket å forske på personlig utvikling. Videre presenterte jeg menneskesynet som ble gjennomgående i hele oppgaven, et eksistensialistisk-humanistisk menneskesyn hvor det å se hele mennesket er avgjørende for å forstå hvordan personlig utvikling blir oppfattet. Jeg presenterte videre teori om emosjoner, personlig utvikling, målorientering og kontrollplassering som dannet grunnlaget for forskningsdesignet i studien. Q-metode ble så presentert som forskningsmetode og etiske vurderinger, så samt som en drøfting av taus kunnskap. Gjennom faktoranalysen og faktorfortolkningen viste jeg til beslutninger som ble avgjørende for at valget havnet på en fire-faktorløsning. De fire ulike faktorene ble så presentert hver for seg, før jeg i diskusjonsdelen brukte de til å belyse aktuelle temaer som gjorde seg synlig gjennom arbeidet med oppgaven og videre opp mot det dagsaktuelle temaet, hvor presset på dagens unge blir drøftet opp mot de ulike faktorsynene knyttet til personlig utvikling.

Den voksende interessen min for personlig utvikling omhandler et ønske om å forstå hvordan oppfattelser av begrepet kommer til syne gjennom en Q-sortering, og hvordan taus kunnskap kan spille inn for sin egen forståelse. Jeg tror en slik kunnskap kan være et godt utgangspunkt for å møte klienter, bekjente og seg selv. Som vist innledningsvis i diktet Charlie Chaplin angivelig leste opp i sin 70 års dag, omhandler personlig utvikling langt mer enn kunnskaper, det omhandler erfaringer og en dypere forståelse. Å bli bevisst sin egen personlige utvikling i lys av faktorene presentert i oppgaven, kan bidra til å forstå hvordan du vil møte ulike situasjoner, og hvordan du tenker om situasjoner som kan bidra til vekst. Nå som jeg snart er ferdig med masterstudiet i rådgivningsvitenskap har jeg blitt mer bevisst på hvordan jeg selv opplever personlig utvikling, samtidig har jeg vekket en nysgjerrighet på hva som driver eller ikke driver andre til å reflektere eller ikke reflektere over seg selv og egen personlige utvikling. Etter å ha gjennomført Q-studien min, har jeg sett fire ulike tendenser som er fremtredende i synet på hvordan personlig utvikling blir oppfattet. Dette kan videre hjelpe meg i møte med medmennesker som har en annen grunnleggende forståelse av personlig

utvikling enn meg selv. Gjennom å bli gjort oppmerksom på at ikke alle ønsker å møte hver situasjon med et ønske om personlig utvikling, mener jeg selv nå å være bedre rustet til å møte ulike mennesker. I min vei ut i arbeidslivet og i møte med et mangfold av klienter, har denne oppgaven gitt meg verdifull kunnskap som jeg gleder meg til å ta i bruk. Det er ikke alltid et mål for alle å utvikle seg, det er ikke alltid en selvfølge at vi selv bestemmer over deler av utviklingen vår, det er ikke alltid en selvfølge at personer vil yte sitt beste i hver situasjon. Dette er viktig å være bevisst på som rådgiver. Noen er lykkeligere helt uvitende, - og det er også noe en fagperson må respektere. Jeg håper videre at denne forskningen vil bidra til at andre kan bli gjort oppmerksom på at det er mye mer enn en oppfattelse som ligger til grunn når man står overfor situasjoner. De erfaringene du har gjort deg, den kunnskapen du har og den viljen du besitter er alle faktorer som kan påvirke hva du velger å gjøre i ulike situasjoner. Taus kunnskap kan også omhandle en forståelse av at noe føles riktig, og for faktor 1: «Vil lære mer!» var kanskje en Q-sortering knyttet til personlig utvikling akkurat hva de trengte for å forstå mer av den implisitte kunnskapen de hadde knyttet til personlig utvikling, mens for faktor 3: «Ikke selv-ansvarlig» kunne det å sortere de ulike utsagnene kanskje føles som et overtramp.

## **6.1 Videre forskning og kritikk av studien**

Personlig utvikling er et bredt tema som omhandler mennesket. Forslag til videre forskning kan være å se på hvordan personlig utvikling ikke bare oppfattes, men mer konkret oppleves i det øyeblikket en endring skjer. Et annet tema som kunne vært interessant å forske videre på er hvordan personlig utvikling kontrolleres av de som er i prosessen; hvor mye styrer de egen utvikling?

Jeg har så vidt beveget meg på overflaten til et vidt, bredt og for meg spennende tema. Det var utfordrende men interessant å finne en problemstilling som jeg konkret kunne bruke for å forske på det jeg ønsket. Jeg var opptatt av å forstå oppfatninger av et bredt tema, noe jeg nå ser kunne blitt problematisk for diskusjonsdelen til oppgaven min. Studien min ble avgrenset gjennom designet og utsagnene jeg laget, og diskutert opp mot generell teori om personlig utvikling. Hadde jeg avgrenset oppgaven til å omhandle en mer spesifikk del av en oppfattelse av personlig utvikling ville jeg kanskje kunne diskutere spesifikke funn opp mot mer spesifikk teori. Jeg valgte likevel bevisst et større område av fenomenet og diskuterte det opp mot et mangfold av ulike funn og opplevelser knyttet til personlig utvikling.

Underveis i denne forskningsprosessen har jeg også tatt valg og beslutninger som har fått konsekvenser for funnene mine. For eksempel ble noen av utsagnene like og noen mindre konkrete og tvetydige. Jeg ser nå i ettertid at jeg burde undersøkt forskningsdesignet mitt dypere for å danne meg en bedre forståelse om balansen i utsagnene. Noen av setningene var også vanskelig formulert da de kunne inneholde flere deler eller motsetninger som gjorde at jeg som forsker ble usikker på hvilken del av setningen deltaker sorterte ut ifra. Samtidig er hva et utsagn representerer, subjektivistisk orientert, hva som for noen kan være tvetydig kan for andre være lineært og entydig. Mennesker uttrykker seg paradoksalt.

At jeg også valgte å inkludere taus kunnskap i problemstillingen min resulterte i at jeg ved noen tilfeller følte meg låst til å se på dette som et eksisterende fenomen, selv om jeg tydeliggjorde i teoridelen og metodedelen at dette nødvendigvis ikke var tilfelle. Et annet avgjørende valg, var om jeg skulle inkludere faktor 3 som kun en deltaker skåret høyest på. Jeg kunne med fordel inkludert flere deltakere i studien, for å se om det da var flere som skåret høyest på den faktoren. Studien min har derfor som de fleste andre studier et forbedringspotensial. Jeg håper på bakgrunn av dette at forskere vil finne det interessant å studere lignende teori knyttet til personlig utvikling for å føre med seg en enda videre forståelse av hvordan fenomenet oppfattes. Jeg tror dette er et fenomen vi aldri kan bli utlært i, fordi det tar for seg så mange menneskelige prosesser som også kan bunne ut i taus kunnskap hos hver enkelt. Desto viktigere er det derfor å problematisere og utfordre de nåværende oppfattelsene knyttet til personlig utvikling, noe mer forskning på området nettopp kan bidra med.

## Referanser

- Aglen, T. S. (2015). Gåten «generasjon perfekt»: Nedslående tall om ungdommens psykiske helse etterlater et viktig spørsmål- er det mennesket som er sykt eller er det samfunnet som er sykt? *Tidsskriftet den norsk legeforening*, 135(300). doi: 10.4045/tidsskr.14.1350
- Allgood, E. (2001). Attention in counseling and education: A q-methodological study. *Operant subjectivity*, 24(1). Hentet fra <http://www.operantsubjectivity.org>
- Axelrod, S. D. (2012). "Self-awareness": At the interface of executive development and psychoanalytic therapy. *Psychoanalytic Inquiry*, 32(4), 340-357. doi:10.1080/07351690.2011.609364
- Bachkirova, T., & Borrington, S. (2018). Old wine in new bottles: Exploring pragmatism as a philosophical framework for the discipline of coaching. *Academy of Management Learning & Education*. doi: 10.5465/amle.2017.0268
- Baltes, P., Staudinger, U., & Lindenberger, U. (1999). Lifespan psychology: Theory and application to intellectual functioning. *Annual Review of Psychology*, 50(1), 471-507. doi: 10.1146/annurev.psych.50.1.471
- Beisser, A. (1970). The paradoxical theory of change. *Gestalt therapy now*, 77-80. Hentet fra [http://www.cipog.com/en/articoli/paradoxical\\_theory\\_of\\_change.pdf](http://www.cipog.com/en/articoli/paradoxical_theory_of_change.pdf)
- Brown, S. R. (1980). *Political subjectivity: Applications of Q methodology in political science*. CT: Yale university press.
- Brown, S. R. (1996). Q methodology and qualitative research. *Qualitative health research*, 6(4), 561-567. Hentet fra <http://schmolck.org/qmethod/srbqhc.htm>
- Brown, S. R., & Robyn, R. (2004). Reserving a key place for reality: Philosophical foundations of theoretical rotation. *Operant subjectivity*, 27(3), 104-124. doi: 10.15133/j.os.2004.004
- Chaplin, C. (overs. 2018). *Da jeg begynte å elske meg selv*. Hentet fra <https://utforsksinnet.no/da-jeg-begynte-a-elske-meg-selv-dikt-charlie-chaplin/>
- Cooper, M. (2016). The fully functioning society: A humanistic-existential vision of an actualizing, socially-just future. *Journal of humanistic psychology*, 56(6), 581-584. doi: 10.1177/0022167816659755
- Eden, S., Donaldson, A., & Walker, G. (2005). Structuring subjectivities? Using q-methodology in human geography. *Area*, 37(4), 413-422. doi: 10.1111/j.1475-4762.2005.00641.x

- Eigel, K. M., & Kuhnert, K. W. (2016). *The map: Finding your path to effectiveness in leadership, life and legacy*. TX: Baxter Press
- Ellingsen, I. T., Størksen, I., & Stephens, P. (2009). Q methodology in social work research. *International Journal of Social Research Methodology*, 13(5), 395-409. doi: 10.1080/13645570903368286.
- Exel, J. & de Graaf, G. (2005). Q- methodology: a sneak preview. Hentet fra [https://www.researchgate.net/publication/228574836\\_Q\\_Methodology\\_A\\_Sneak\\_Preview](https://www.researchgate.net/publication/228574836_Q_Methodology_A_Sneak_Preview)
- Hanson, W. E., Creswell, J. W., Plano Clark, V. L., Petska, K. S., Creswell, J. D., Hansen, J.-I. C., ... Ponterotto, J. G. (2005). Mixed methods research designs in counseling psychology. *Journal of counseling psychology*, 52(2), 224-235. doi: 10.1037/0022-0167.52.2.224
- Ioana (2009, 21. april). Charlie Chaplin – A Sahaj Declaration about Life on his 70th Birthday [Blogginnlegg]. Hentet fra <http://www.free-meditation.ca/archives/482>
- Ivey, A.E., D' Andrea, M., Ivey, M.B. (2012). *Theories of counseling and psychotherapy*. London: SAGE.
- James, W. (1890). The principles of psychology. *Classics in the history of psychology*. Hentet fra <https://psychclassics.yorku.ca/James/Principles/prin9.htm>
- Kegan, R., & Lahey, L. (2001). The real reason people won't change. *Harvard Business Review*, 79(10), 77-85. Hentet fra <http://ceewl.ca/12599-PDF-ENG.PDF#page=78>
- Kvale, S. & Brinkmann, S. (2009). *Det kvalitative forskningsintervju*. Oslo: Gyldendal Norsk Forlag.
- Kvalsund, R. (1998). *A theory of the Person. A discourse on personal reality and explication of personal knowledge through q-methodology - with implications for counseling and education* (Doktorgradavhandling, NTNU). Trondheim: NTNU.
- Kvalsund, R. (2003). *Growth as self-actualization: A critical approach to the organismic metaphor in carl rogers' counseling theory*. Trondheim: Tapir akademisk forlag.
- Kvalsund, R. (2005). *Coaching: metode, prosess, relasjon*. Synergy Publishing.
- Kvam, M. (2016) Selvtillit og selvbilde. *Norsk elektronisk legehåndbok*. Hentet fra <https://nhi.no/familie/barn/selvtillit-og-selvbilde/>
- Lefcourt, H. M. (1973) The function of the illusions of control and freedom. *American Psychologist*, 417-425.
- McKeown, B. & Thomas, D. B. (2013). Q methodology. USA: Sage Publications.
- Mathisen, A. (2007). *Den 'tause' misforståelsen: Om michael polanyis kunnskapsteori*. Hentet fra [http://www.arvema.com/tekster/Michael\\_Polanyi.pdf](http://www.arvema.com/tekster/Michael_Polanyi.pdf)

- Morris, B. (1994). *Anthropology of the self: The individual in cultural perspective*. London: Pluto Press.
- Moxnes, E. (2000). *Læring og ressursutvikling i arbeidsmiljøet* (7. utg). Oslo: Paul Moxnes. NTNU (udatert). Master I rådgivningsvitenskap. Hentet 1. april 2019 fra <https://www.ntnu.no/studier/mraadg>
- Nygård, R. (2007). *Aktør eller brikke: Søkelys på menneskets selvforståelse*. Oslo: Cappelen Forlag AS.
- Ottens, A. J., Shank, G. D., & Long, R. J. (1995). The role of abductive logic in understanding and using advanced empathy. *Counselor education and supervision*, 34(3), 199-211. doi: 10.1002/j.1556-6978.1995.tb00242.x
- Perls, F. S. (1969). *Gestalt therapy verbatim*. Chicago: Real people press
- Polanyi, M. (1962). *Personal knowledge: Towards a post-critical philosophy* (2. utg.). Chicago: The University of Chicago Routledge & Kegan Paul.
- Ringdal, K. (2013). *Enhhet og mangfold*. Bergen: Fagbokforlaget.
- Rogers, C. (1951). *Client- Centered Therapy*. London: Constable and Company Ltd.
- Rooke, D. & Torbert, B. (2005). Seven transformations of leadership. *Harvard Business Review*, 66-76. Hentet fra <https://www.researchgate.net>
- Schneider, K. J., & Krug, O. T. (2010). *Existential-humanistic therapy*. Washington, DC: American Psychological Association.
- Skau, G. M. (2017). *Gode fagfolk vokser: Personlig kompetanse i arbeid med mennesker* (5. utg). Oslo: Cappelen Damm akademisk.
- Solomon, R. E (1993). *The Passions: Emotions and the meaning of life*. Indianapolis: Hackett.
- Stephenson, W. (1953). *The study of behavior: Q-technique and its methodology*. Chicago: University of Chicago Press.
- Stephenson, W. (1977). Factors as operant subjectivity. *International society for the scientific study of subjectivity*, 1(1), 3-16. doi: org/10.15133/j.os.1977.001
- Stephenson, W. (1978). The shame of science. *Ethics in science and medicine*, (5), 25-38.
- Stephenson, W. (1986). Protoconcurus: The concourse theory of communication. *Operant subjectivity*, 9(2), 37-58. doi: 10.15133/j.os.1985.002
- Steinsholt, K., & Løvlie, L. (2004). *Pedagogikkens mange ansikter: Pedagogikkens idéhistorie fra antikken til det postmoderne*. Oslo: Universitetsforl.
- Svennungsen, H. O. (2011). *Making meaningful career choices: A theoretical and q-methodological inquiry* (Doktorgradsavhandling). Hentet fra <https://brage.bibsys.no/xmlui/handle/11250/269499>
- Tetzchner, S. (2012). *Utviklingspsykologi*. Oslo: Gyldendal.



- Thorsen, A. A. & Allgood, E. (red.). (2010). *Q-metodologi: En velegnet måte å utforske subjektivitet*. Trondheim: Tapir Akademisk Forlag.
- Tillich, P., & Gomes, P. J. (2000). *The courage to be* (2. utg). London: Yale University Press.
- Tjora, A. (2012). *Kvalitative forskningsmetoder i praksis*. Oslo: Gyldendal.
- Watts, S. & Stenner, P. (2012). *Doing q-methodological research: Theory, method and interpretation*. London: SAGE.
- Young, G. (2011). *Development and causality: Neo-piagetian perspectives*. NY: Springer Nature.
- Øiestad, G. (2009). *Selvfølelsen*. Oslo: Gyldendal.

# Vedlegg

## Oversikt over vedlegg

1. Forskningsdesign og Q-utvalg
2. Randomisert Q-utvalg
3. Sorteringskjema
4. Instruksjonsbetingelser
5. Faktorskårer
6. Diskriminerende utsagn (distinguishing statements)
7. Konsensusutsagn (consensus statements)
8. Informasjonsskriv
9. Samtykkeerklæring
10. Godkjenning fra NSD

## Vedlegg 1: Forskningsdesign og Q-utvalg

Effekt	Nivå		Celler
Emosjoner	Behagelig (a)	Ubehagelig (b)	2
Personlig utvikling	Livslangt prosjekt (c)	Avtagende utvikling (d)	2
Mål	Vekstinnstilling (e)	Innstilt på status quo (f)	2
Kontrollplassering	Indre (g)	Ytre (h)	2
Sum			16

### ACEG (positiv følelser, livslangt prosjekt, vekstinnstilling, indre kontrollplassering)

1. Jeg elsker å bruke tid på utviklingen min, det er jo så givende å vokse som person!  
Derfor skal jeg fortsette med det resten av livet.
2. Selvutvikling er noe jeg er ansvarlig for, det skjer gjennom hele livet og jeg vier gladelig mye av tiden min til det.
3. Når man blir eldre blir man tryggere på seg selv, derfor tør jeg også å sette meg i situasjoner som fører til utviklingsutfordringer i større grad.

### ACEH (positiv følelser, livslangt prosjekt, vekstinnstilling, ytre kontrollplassering)

4. Jeg griper alle sjanser for utvikling som jeg får!
5. Det er helt tilfeldig når jeg går gjennom en selvutvikling, men det kjennes godt når det skjer.
6. Det er på grunn av andre jeg er så heldig at jeg kan utvikle meg.

### ACFG (positiv følelser, livslangt prosjekt, innstilt på status quo, indre kontrollplassering)

7. Personlig utvikling er et fenomen jeg ønsker å forstå.
8. Jeg er den som alltid ser positivt på utvikling, helt til jeg skjønner det må jobbes for å oppnå det.
9. Hvorfor skal jeg utvikle meg? Jeg har allerede oppnådd det jeg vil!

### ACFH (positiv følelser, livslangt prosjekt, innstilt på status quo, ytre kontrollplassering)

10. Jeg er fornøyd med hvordan jeg har det, men omstendighetene «pusher» meg videre i min personlige utvikling.
11. Jeg er det vi kan kalle lykkelig uvitende.
12. Jeg har kunnskap til å utvikle meg, men ser ikke poenget ettersom jeg har det helt fint.

### ADEG (positiv følelser, avtagende utvikling, vekstinnstilling, indre kontrollplassering)

13. Jeg er veldig innstilt på å utvikle meg som person.
14. Kun når ytre omstendigheter krever det av meg, utvikler jeg meg.
15. Jeg har tidligere brukt mye tid på selvutvikling, og ser behovet for det.

**ADEH (positiv følelser, avtagende utvikling, vekstinnstilling, ytre kontrollplassering)**

16. Jeg har satt min lit til at andre har lagt til rette for min utvikling, selv legger jeg ikke til rette for det.
17. Unge har mulighet til å utvikle seg i større grad ettersom samfunnet legger til rette for det på en bedre måte enn når man blir eldre.
18. Jeg tenker på selvutvikling som mindre synlig jo mer voksen man blir. Samtidig har jeg vekstinnstilling og liker å sette meg selv i situasjoner som kan bidra til at jeg utvikler meg personlig.

**ADFG (positiv følelser, avtagende utvikling, innstilt på status quo, indre kontrollplassering)**

19. Det er viktigere å prioritere andre ting enn selvutvikling i en travel hverdag.
20. Har mye interesse for hvordan jeg selv er og blir oppfattet, og ser dette i sammenheng med personlig utvikling.
21. Fremtiden ser mye lysere ut om jeg har fokus på endringsprosesser.

**ADFH (positiv følelser, avtagende utvikling, innstilt på status quo, ytre kontrollplassering)**

22. Jeg tar andres meninger på alvor, men syntes det er viktig å understreke at man når et metningspunkt også når det kommer til endringsprosesser.
23. Fokuset mitt blir gledelig rettet mot noe annet enn selvutvikling, spesielt siden ingen jeg kjenner bruker noe tid på det.
24. Aldringsprosessen legger mer enn nok til rette for min personlige utvikling, uten at jeg selv må ta stilling til den.

**BCEG (negative følelser, livslangt prosjekt, vekstinnstilling, indre kontrollplassering)**

25. Jeg føler mangelen min på kunnskap om endringsprosesser gjør det krevende for meg. Jeg prøver uansett å utvikle meg gjennom å sette meg selv i utfordrende situasjoner.
26. Jeg har aldri møtt på utfordringer knyttet til utvikling.
27. Jeg bruker jo å sette meg selv i situasjoner som kan føre til vekst, men får ofte klump i magen da slike situasjoner ofte er svært krevende for meg psykisk.

**BCEH (negative følelser, livslangt prosjekt, vekstinnstilling, ytre kontrollplassering)**

28. Det er lett å sette seg i situasjoner som fører til selvutvikling.
29. Jeg legger ikke til rette for selvutvikling.
30. Hadde det vært mer kunnskap i samfunnet om selvutviklingsprosesser, ville jeg oppnådd mye mer.

**BCFG (negative følelser, livslangt prosjekt, innstilt på status quo, indre kontrollplassering)**

31. Jeg tør ikke å gå ut av komfortsonen min for å oppnå en personlig endring, det er for risikabelt og usikkert.
32. Utvikling er behagelig. Skulle ønske jeg kunne prioritert det i mye større grad.

33. Jeg forstår at selvutvikling kan oppstå uavhengig av alder, men jeg er bare ikke helt innstilt på det.

**BCFH (negative følelser, livslangt prosjekt, innstilt på status quo, ytre kontrollplassering)**

34. Jeg har både kunnskap og tid til endringsprosesser. Samtidig har jeg ikke den rette innstillingen til å tørre å stå i de situasjonene som vil bidra til størst selvutvikling.

35. Jeg bruker verken tid eller har interesse til å tenke på selvutvikling, men jeg tenker den er der uansett.

36. Det er så ubehagelig å utvikle seg, derfor unngår jeg det til enhver pris.

**BDEG (negative følelser, avtagende utvikling, vekstinnstilling, indre kontrollplassering)**

37. Det er irriterende å observere hvordan utviklingsmuligheter bare flyver forbi, jeg fanger derfor alle jeg kan.

38. Det er trist at utvikling avtar, spesielt siden jeg har mye motivasjon for å vokse som person.

39. Personlig utvikling er noe som ikke må legges til rette for, det bare skjer.

**BDEH (negative følelser, avtagende utvikling, vekstinnstilling, ytre kontrollplassering)**

40. Alle erfaringene jeg har gjort meg rundt personlig utvikling blir mindre gjeldende når man er eldre. Da vil ikke andre forvente at du skal utvikle deg i like stor grad.

41. På bakgrunn av tidligere erfaringer vet jeg at utvikling er mulig for meg om jeg arbeider for det.

42. Jeg er så motivert for å endre meg, uheldigvis får jeg ikke nok «inputs» fra andre, så derfor skjer det ikke noe.

**BDFG (negative følelser, avtagende utvikling, innstilt på status quo, indre kontrollplassering)**

43. Jeg ser absolutt hensikten med selvutvikling.

44. Jeg tenker aldri på personlig utvikling som et mål i seg selv.

45. Jeg bestemmer når utviklingen min skal stoppe opp! Det er jo ikke nødvendig å hele tiden strebe etter å være en bedre versjon av seg selv.

**BDFH (negative følelser, avtagende utvikling, innstilt på status quo, ytre kontrollplassering)**

46. Det er skummelt å tenke på hvordan utviklingen min blir styrt helt uten jeg selv har kontroll over den.

47. Jeg tenker ikke mye over utvikling, men den skjer i mye mindre grad enn tidligere.

48. Jeg har ikke kunnskap til eller interesse for å bruke tid på selvutvikling, spesielt ikke nå lenger.

## Vedlegg 2: Randomisert Q-utvalg

30. Jeg elsker å bruke tid på utviklingen min, det er jo så givende å vokse som person! Derfor skal jeg fortsette med det resten av livet.

34. Selvutvikling er noe jeg er ansvarlig for, det skjer gjennom hele livet og jeg vier gladelig mye av tiden min til det.

1. Når man blir eldre blir man tryggere på seg selv, derfor tør jeg også å sette meg i situasjoner som fører til utviklingsutfordringer i større grad.

10. Jeg griper alle sjanser for utvikling som jeg får!

26. Det er helt tilfeldig når jeg går gjennom en selvutvikling, men det kjennes godt når det skjer.

41. Det er på grunn av andre jeg er så heldig at jeg kan utvikle meg.

4. Personlig utvikling er et fenomen jeg ønsker å forstå.

42. Jeg er den som alltid ser positivt på utvikling, helt til jeg skjønner det må jobbes for å oppnå det.

46. Hvorfor skal jeg utvikle meg? Jeg har allerede oppnådd det jeg vil!

21. Jeg er fornøyd med hvordan jeg har det, men omstendighetene «pusher» meg videre i min personlige utvikling.

23. Jeg er det vi kan kalle lykkelig uvitende.

24. Jeg har kunnskap til å utvikle meg, men ser ikke poenget ettersom jeg har det helt fint.

33. Jeg er veldig innstilt på å utvikle meg som person.

12. Kun når ytre omstendigheter krever det av meg, utvikler jeg meg.

16. Jeg har tidligere brukt mye tid på selvutvikling, og ser behovet for det.

31. Jeg har satt min lit til at andre har lagt til rette for min utvikling, selv legger jeg ikke til rette for det.

11. Unge har mulighet til å utvikle seg i større grad ettersom samfunnet legger til rette for det på en bedre måte enn når man blir eldre.

25. Jeg tenker på selvutvikling som mindre synlig jo mer voksen man blir. Samtidig har jeg vekstinnstilling og liker å sette meg selv i situasjoner som kan bidra til at jeg utvikler meg personlig.

40. Det er viktigere å prioritere andre ting enn selvutvikling i en travel hverdag.

14. Har mye interesse for hvordan jeg selv er og blir oppfattet, og ser dette i sammenheng med personlig utvikling.

15. Fremtiden ser mye lysere ut om jeg har fokus på endringsprosesser.

28. Jeg tar andres meninger på alvor, men syntes det er viktig å understreke at man når et metningspunkt også når det kommer til endringsprosesser.
43. Fokuset mitt blir gledelig rettet mot noe annet enn selvutvikling, spesielt siden ingen jeg kjenner bruker noe tid på det.
17. Aldringsprosessen legger mer enn nok til rette for min personlige utvikling, uten at jeg selv må ta stilling til den.
32. Jeg føler mangelen min på kunnskap om endringsprosesser gjør det krevende for meg. Jeg prøver uansett å utvikle meg gjennom å sette meg selv i utfordrende situasjoner.
35. Jeg har aldri møtt på utfordringer knyttet til utvikling.
36. Jeg bruker jo å sette meg selv i situasjoner som kan føre til vekst, men får ofte klump i magen da slike situasjoner ofte er svært krevende for meg psykisk.
9. Det er lett å sette seg i situasjoner som fører til selvutvikling.
6. Jeg legger ikke til rette for selvutvikling.
7. Hadde det vært mer kunnskap i samfunnet om selvutviklingsprosesser, ville jeg oppnådd mye mer.
3. Jeg tør ikke å gå ut av komfortsonen min for å oppnå en personlig endring, det er for risikabelt og usikkert.
39. Utvikling er behagelig. Skulle ønske jeg kunne prioritert det i mye større grad.
38. Jeg forstår at selvutvikling kan oppstå uavhengig av alder, men jeg er bare ikke helt innstilt på det.
2. Jeg har både kunnskap og tid til endringsprosesser. Samtidig har jeg ikke den rette innstillingen til å tørre å stå i de situasjonene som vil bidra til størst selvutvikling.
19. Jeg bruker verken tid eller har interesse til å tenke på selvutvikling, men jeg tenker den er der uansett.
22. Det er så ubehagelig å utvikle seg, derfor unngår jeg det til enhver pris.
8. Det er irriterende å observere hvordan utviklingsmuligheter bare flyver forbi, jeg fanger derfor alle jeg kan.
48. Det er trist at utvikling avtar, spesielt siden jeg har mye motivasjon for å vokse som person.
44. Personlig utvikling er noe som ikke må legges til rette for, det bare skjer.
5. Alle erfaringene jeg har gjort meg rundt personlig utvikling blir mindre gjeldende når man er eldre. Da vil ikke andre forvente at du skal utvikle deg i like stor grad.
45. På bakgrunn av tidligere erfaringer vet jeg at utvikling er mulig for meg om jeg arbeider for det.

47. Jeg er så motivert for å endre meg, uheldigvis får jeg ikke nok «inputs» fra andre, så derfor skjer det ikke noe.

37. Jeg ser absolutt hensikten med selvutvikling.

18. Jeg tenker aldri på personlig utvikling som et mål i seg selv.

27. Jeg bestemmer når utviklingen min skal stoppe opp! Det er jo ikke nødvendig å hele tiden strebe etter å være en bedre versjon av seg selv.

29. Det er skummelt å tenke på hvordan utviklingen min blir styrt helt uten jeg selv har kontroll over den.

20. Jeg tenker ikke mye over utvikling, men den skjer i mye mindre grad enn tidligere.

13. Jeg har ikke kunnskap til eller interesse for å bruke tid på selvutvikling, spesielt ikke nå lenger.



**Vedlegg 3: Sorteringsskjema**

**Sorteringsskjema:** *Skriv kun ett tall i hver rute.*

Helt uenig					Helt enig					
-5	-4	-3	-2	-1	0	+1	+2	+3	+4	+5

## Vedlegg 4: Instruksjonsbetingelse

### Sorteringsinstruksjon

Instruksjonsbetingelse: Når du gjør sorteringen, tenk på hvordan *du* oppfatter din egen personlige utvikling.

Når du sorterer utsagn i en Q-studie, vil du gjennom å følge instruksjonsbetingelsene under, til slutt sitte igjen med ett utsagn i hver av de 48 rutene i sorteringsskjemaet du har fått utdelt. For å gjøre denne prosessen enklest mulig, lager du din egen matrise på et bord, i samsvar med mønsteret på sorteringsskjemaet. Når du har sortert alle utsagnene i mønsteret, og ikke vil gjøre flere korreksjoner- skriver du *kun* inn tallene på utsagnene inn skjemaet du skal gi til meg.

Spør meg dersom noe i sorteringsprosessen er uklart.

1. Les alle de 48 utsagnene for å få en oversikt over innholdet. Når du leser utsagnene, ta stilling til de gjennom å tenke over din egen subjektive mening.
2. Når du har gjort det, sorterer du alle utsagnene i tre ulike grupperinger hvor du har omtrent like mange utsagn i hver gruppe.  
Gruppe a) de utsagnene som beskriver deg eller som du er enig i, legges i en bunke.  
Gruppe b) de utsagnene som ikke beskriver deg eller som du er uenig i, legges i en bunke.  
Gruppe c) de utsagnene som er mer nøytrale, som ikke gir så mye mening, virker tvetydige, tvilsomme, uklare eller motsigende i en bunke.

Nå som du har tre ulike grupperinger skal du gjøre en mer detaljerte fordeling, hvor du til slutt skal ha sortert alle utsagnene på en skala fra +5 (mest likt deg/enig i) til -5 (minst likt deg/uenig i).

3. Nå ser du gjennom alle utsagnene i gruppe a) (de som er mest lik deg/enig i) slik du har god oversikt over dem.

Velg så ut to utsagn som er mest lik deg/mest enig i, og plasser de utsagnene lengst til høyre i matrisen, i samsvar med skjemaets mønster vist på bildet under.

4. Deretter gjør det samme med gruppe b) de utsagnene som er mest ulik deg/mest uenig i, og plasser deretter de to utsagnene som er mest ulik deg/mest uenig i lengst til venstre, -5 i henhold til skjemaets mønster.
5. Gå så tilbake til de utsagnene som er mest lik deg og velg nå tre som fortsatt er svært lik deg og plasser dem under + 4, ved siden av utsagnet som er du er mest enig i, i henhold til skjemaets mønster.
6. Gjør nå tilsvarende for den andre gruppen b) velg tre utsagn og plasser dem under -4, ved siden av utsagnet som du plasserte lengst til venstre.
7. Når du kommer til +3 kolonnen, plasser fire utsagn først under +3, deretter plasserer du fire utsagn fra gruppering b under -3. Velg så fem utsagn og plasser dem på +2 og så fem utsagn på -2.

Nå som du har sortert utsagn fra gruppe a og b, skal du begynne å sortere utsagn fra gruppe c, altså de som du stiller deg mer nøytral til. Her er det små nyanser, det er derfor viktig å ta seg god tid for å avgjøre hvilken kolonne du plasserer utsagnene i. Pass på at du sorterer riktig antall utsagn i hver rubrikk.

8. Plasser seks utsagn i henholdsvis +1 kolonnen og deretter i -1 kolonnen, plasser så åtte utsagn i 0 kolonnen.

Når du nå har fullført fordelingen for plasseringen, se over den på nytt og avgjør om du er enig med deg selv. Hvis det fortsatt er noe du er misfornøyd med, juster plasseringene slik at du blir fornøyd.

9. Plasser utsagnenes nummer på skjemaet ved å skrive tallene inn i rubrikkene og lever så skjemaet med navn, avkrysset alder, telefonnummer og e-post i konvolutten.

Lykke til!

## Vedlegg 5: Faktorskårer

Nr.	Utsagn	Faktor	Faktor	Faktor	Faktor
		1	2	3	4
1	Når man blir eldre blir man tryggere på seg selv, derfor tør jeg også å sette meg i situasjoner som fører til utviklingsutfordringer i større grad.	4	3	4	3
2	Jeg har både kunnskap og tid til endringsprosesser. Samtidig har jeg ikke den rette innstillingen til å tørre å stå i de situasjonene som vil bidra til størst selvutvikling.	-2	1	-2	1
3	Jeg tør ikke å gå ut av komfortsonen min for å oppnå en personlig endring, det er for risikabelt og usikkert.	-3	0	2	1
4	Personlig utvikling er et fenomen jeg ønsker å forstå.	3	2	-4	2
5	Alle erfaringene jeg har gjort meg rundt personlig utvikling blir mindre gjeldende når man er eldre. Da vil ikke andre forvente at du skal utvikle deg i like stor grad.	-1	-5	3	-2
6	Jeg legger ikke til rette for selvutvikling.	-3	-1	-1	-1
7	Hadde det vært mer kunnskap i samfunnet om selvutviklingsprosesser, ville jeg oppnådd mye mer.	1	-4	-1	3
8	Det er irriterende å observere hvordan utviklingsmuligheter bare flyver forbi, jeg fanger derfor alle jeg kan.	2	-3	-3	1
9	Det er lett å sette seg i situasjoner som fører til selvutvikling.	1	3	-3	-2
10	Jeg griper alle sjanser for utvikling som jeg får!	2	0	-3	0
11	Unge har mulighet til å utvikle seg i større grad ettersom samfunnet legger til rette for det på en bedre måte enn når man blir eldre.	2	-4	3	-1
12	Kun når ytre omstendigheter krever det av meg, utvikler jeg meg.	-1	-1	-5	0
13	Jeg har ikke kunnskap til eller interesse for å bruke tid på selvutvikling, spesielt ikke nå lenger.	-2	-4	-3	-3
14	Har mye interesse for hvordan jeg selv er og blir oppfattet, og ser dette i sammenheng med personlig utvikling.	4	1	1	4
15	Fremtiden ser mye lysere ut om jeg har fokus på endringsprosesser.	3	1	-1	4
16	Jeg har tidligere brukt mye tid på selvutvikling, og ser behovet for det.	1	-3	-2	5
17	Aldringsprosessen legger mer enn nok til rette for min personlige utvikling, uten at jeg selv må ta stilling til den.	-1	1	5	-3
18	Jeg tenker aldri på personlig utvikling som et mål i seg selv.	-2	5	-1	-1

19	Jeg bruker verken tid eller har interesse til å tenke på selvutvikling, men jeg tenker den er der uansett.	-3	0	1	-1
20	Jeg tenker ikke mye over utvikling, men den skjer i mye mindre grad enn tidligere.	0	-2	-1	-2
21	Jeg er fornøyd med hvordan jeg har det, men omstendighetene «pusher» meg videre i min personlige utvikling.	0	3	4	0
22	Det er så ubehagelig å utvikle seg, derfor unngår jeg det til enhver pris.	-4	-5	0	-3
23	. Jeg er det vi kan kalle lykkelig uvitende.	-4	-3	2	-5
24	Jeg har kunnskap til å utvikle meg, men ser ikke poenget ettersom jeg har det helt fint.	0	0	2	-2
25	Jeg tenker på selvutvikling som mindre synlig jo mer voksen man blir. Samtidig har jeg vekstinnstilling og liker å sette meg selv i situasjoner som kan bidra til at jeg utvikler meg personlig.	3	1	1	-3
26	Det er helt tilfeldig når jeg går gjennom en selvutvikling, men det kjennes godt når det skjer.	0	2	2	0
27	Jeg bestemmer når utviklingen min skal stoppe opp! Det er jo ikke nødvendig å hele tiden strebe etter å være en bedre versjon av seg selv.	0	0	-2	1
28	Jeg tar andres meninger på alvor, men syntes det er viktig å understreke at man når et metningspunkt også når det kommer til endringsprosesser.	2	4	0	1
29	Det er skummelt å tenke på hvordan utviklingen min blir styrt helt uten jeg selv har kontroll over den.	-2	-2	5	0
30	Jeg elsker å bruke tid på utviklingen min, det er jo så givende å vokse som person! Derfor skal jeg fortsette med det resten av livet.	0	2	0	3
31	Jeg har satt min lit til at andre har lagt til rette for min utvikling, selv legger jeg ikke til rette for det.	-5	-1	-4	0
32	Jeg føler mangelen min på kunnskap om endringsprosesser gjør det krevende for meg. Jeg prøver uansett å utvikle meg gjennom å sette meg selv i utfordrende situasjoner.	2	2	0	-4
33	Jeg er veldig innstilt på å utvikle meg som person.	3	4	0	4
34	Selvutvikling er noe jeg er ansvarlig for, det skjer gjennom hele livet og jeg vier gladelig mye av tiden min til det.	5	-1	-2	3
35	Jeg har aldri møtt på utfordringer knyttet til utvikling.	-5	0	-5	-4

36	Jeg bruker jo å sette meg selv i situasjoner som kan føre til vekst, men får ofte klump i magen da slike situasjoner ofte er svært krevende for meg psykisk.	-1	-3	0	2
37	Jeg ser absolutt hensikten med selvutvikling.	5	3	3	2
38	Jeg forstår at selvutvikling kan oppstå uavhengig av alder, men jeg er bare ikke helt innstilt på det.	-1	-1	4	-4
39	Utvikling er behagelig. Skulle ønske jeg kunne prioritert det i mye større grad.	1	4	1	0
40	Det er viktigere å prioritere andre ting enn selvutvikling i en travel hverdag.	-2	0	1	2
41	Det er på grunn av andre jeg er så heldig at jeg kan utvikle meg.	1	1	-2	-1
42	Jeg er den som alltid ser positivt på utvikling, helt til jeg skjønner det må jobbes for å oppnå det.	0	-1	-1	1
43	Fokuset mitt blir gledelig rettet mot noe annet enn selvutvikling, spesielt siden ingen jeg kjenner bruker noe tid på det.	-1	-2	1	-1
44	Personlig utvikling er noe som ikke må legges til rette for, det bare skjer.	-4	2	2	-2
45	På bakgrunn av tidligere erfaringer vet jeg at utvikling er mulig for meg om jeg arbeider for det.	4	5	3	5
46	Hvorfor skal jeg utvikle meg? Jeg har allerede oppnådd det jeg vil!	-3	-2	-4	-5
47	Jeg er så motivert for å endre meg, uheldigvis får jeg ikke nok «inputs» fra andre, så derfor skjer det ikke noe.	0	-2	0	2
48	Det er trist at utvikling avtar, spesielt siden jeg har mye motivasjon for å vokse som person.	1	0	0	0

## Vedlegg 6: Diskriminerende utsagn

### Faktor 1

Nr.	Utsagn	Faktor	Faktor	Faktor	Faktor
		1	2	3	4
3	Jeg tør ikke å gå ut av komfortsonen min for å oppnå en personlig endring, det er for risikabelt og usikkert.	-3	0	2	1
40	Det er viktigere å prioritere andre ting enn selvutvikling i en travel hverdag.	-2	0	1	2
16	Jeg har tidligere brukt mye tid på selvutvikling, og ser behovet for det.	1	-3	-2	5
10	Jeg griper alle sjanser for utvikling som jeg får!	2	0	-3	0

### Faktor 2

Nr.	Utsagn	Faktor	Faktor	Faktor	Faktor
		1	2	3	4
5	Alle erfaringene jeg har gjort meg rundt personlig utvikling blir mindre gjeldende når man er eldre. Da vil ikke andre forvente at du skal utvikle deg i like stor grad.	-1	-5	3	-2
11	Unge har mulighet til å utvikle seg i større grad ettersom samfunnet legger til rette for det på en bedre måte enn når man blir eldre.	2	-4	3	-1
35	Jeg har aldri møtt på utfordringer knyttet til utvikling.	-5	0	-5	-4
17	Aldringsprosessen legger mer enn nok til rette for min personlige utvikling, uten at jeg selv må ta stilling til den.	-1	1	5	-3
39	Utvikling er behagelig. Skulle ønske jeg kunne prioritert det i mye større grad.	1	4	1	0
28	Jeg tar andres meninger på alvor, men syntes det er viktig å understreke at man når et metningspunkt også når det kommer til endringsprosesser.	2	4	0	1
18	Jeg tenker aldri på personlig utvikling som et mål i seg selv.	-2	5	-1	-1

### Faktor 3

Nr.	Utsagn	Faktor	Faktor	Faktor	Faktor
		1	2	3	4
12	Kun når ytre omstendigheter krever det av meg, utvikler jeg meg.	-1	-1	-5	0
4	Personlig utvikling er et fenomen jeg ønsker å forstå.	3	2	-4	2
33	Jeg er veldig innstilt på å utvikle meg som person.	3	4	0	4

22	Det er så ubehagelig å utvikle seg, derfor unngår jeg det til enhver pris.	-4	-5	0	-3
23	. Jeg er det vi kan kalle lykkelig uvitende.	-4	-3	2	-5
5	Alle erfaringene jeg har gjort meg rundt personlig utvikling blir mindre gjeldende når man er eldre. Da vil ikke andre forvente at du skal utvikle deg i like stor grad.	-1	-5	3	-2
38	Jeg forstår at selvutvikling kan oppstå uavhengig av alder, men jeg er bare ikke helt innstilt på det.	-1	-1	4	-4
29	Det er skummelt å tenke på hvordan utviklingen min blir styrt helt uten jeg selv har kontroll over den.	-2	-2	5	0
17	Aldringsprosessen legger mer enn nok til rette for min personlige utvikling, uten at jeg selv må ta stilling til den.	-1	1	5	-3

#### Faktor 4

Nr.	Utsagn	Faktor	Faktor	Faktor	Faktor
		1	2	3	4
32	Jeg føler mangelen min på kunnskap om endringsprosesser gjør det krevende for meg. Jeg prøver uansett å utvikle meg gjennom å sette meg selv i utfordrende situasjoner.	2	2	0	-4
38	Jeg forstår at selvutvikling kan oppstå uavhengig av alder, men jeg er bare ikke helt innstilt på det.	-1	-1	4	-4
25	Jeg tenker på selvutvikling som mindre synlig jo mer voksen man blir. Samtidig har jeg vekstinnstilling og liker å sette meg selv i situasjoner som kan bidra til at jeg utvikler meg personlig.	3	1	1	-3
11	Unge har mulighet til å utvikle seg i større grad ettersom samfunnet legger til rette for det på en bedre måte enn når man blir eldre.	2	-4	3	-1
16	Jeg har tidligere brukt mye tid på selvutvikling, og ser behovet for det.	1	-3	-2	5



## Vedlegg 7: Konsensusutsagn

Nr.	Utsagn	Faktor	Faktor	Faktor	Faktor
		1	2	3	4
1	Når man blir eldre blir man tryggere på seg selv, derfor tør jeg også å sette meg i situasjoner som fører til utviklingsutfordringer i større grad.	4	3	4	3
6	Jeg legger ikke til rette for selvutvikling.	-3	-1	-1	-1
13	Jeg har ikke kunnskap til eller interesse for å bruke tid på selvutvikling, spesielt ikke nå lenger.	-2	-4	-3	-3
20	Jeg tenker ikke mye over utvikling, men den skjer i mye mindre grad enn tidligere.	0	-2	-1	-2
26	Det er helt tilfeldig når jeg går gjennom en selvutvikling, men det kjennes godt når det skjer.	0	2	2	0
27	Jeg bestemmer når utviklingen min skal stoppe opp! Det er jo ikke nødvendig å hele tiden strebe etter å være en bedre versjon av seg selv.	0	0	-2	1
43	Fokuset mitt blir gledelig rettet mot noe annet enn selvutvikling, spesielt siden ingen jeg kjenner bruker noe tid på det.	-1	-2	1	-1
45	På bakgrunn av tidligere erfaringer vet jeg at utvikling er mulig for meg om jeg arbeider for det.	4	5	3	5
46	Hvorfor skal jeg utvikle meg? Jeg har allerede oppnådd det jeg vil!	-3	-2	-4	-5
48	Det er trist at utvikling avtar, spesielt siden jeg har mye motivasjon for å vokse som person.	1	0	0	0

## Vedlegg 8: Informasjonsskriv

### INFORMASJONSSKRIV

#### Bakgrunn og formål

Jeg vil gjerne invitere deg til å delta i mitt forskningsprosjekt hvor jeg har som hensikt å undersøke hvordan oppfattelser av personlig utvikling viser seg gjennom en Q-sortering, og hvilken rolle taust kunnskap spiller. Det er en studie hvor subjektive meninger kommer til uttrykk gjennom Q-metodologi.

#### Bakgrunn for prosjektet

Jeg studerer rådgivningsvitenskap ved NTNU i Trondheim, og skriver denne våren avsluttende masteroppgave. I denne forbindelse søker jeg mellom 20 og 30 deltakere som vil utføre en Q-sortering.

#### Hva innebærer det å være deltaker?

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 umiddelbart. Som forskningsdeltager i denne studien vil du bli bedt om å sortere ulike utsagn etter hva du opplever som mest og minst likt deg. Utsagnene vil inneholde setninger om hvordan du opplever personlig utvikling. Q-sorteringen vil ta i underkant av en time, og det vil være anledning til å stille meg spørsmål underveis om noe skulle være uklart.

#### Konfidensialitet og personvern

I tillegg til å samle inn den ferdige Q-sorteringen deres, vil jeg også be dere krysse av for alder, skrive e-postadresse og mobilnummer. Dette gjør jeg for å danne meg en oversikt over ulike aldersgrupper, og for å kunne komme i kontakt med dere etter endt undersøkelse. Jeg vil be noen få deltakere om å stille opp i et utformet postintervju (et intervju etter at dataanalysen er gjort). I fremstillingen av resultatene vil datamaterialet være anonymisert. Samtidig vil alle personopplysninger som for eksempel navn være erstattet med en kode som lagres på en egen navneliste adskilt fra øvrige data. Deltakerne vil kunne kjenne igjen faktorer og i hvilken av faktorene de selv befinner seg basert på hvordan de selv husker de har sortert utsagnene. Personopplysninger vil de ikke finne igjen og heller ikke noe annet som kan gjøre at andre kan vite hvem de er. Det er bare meg og min veileder som vil kunne identifisere sorteringen til hver enkelt under arbeidet med datamaterialet, og vi er begge underlagt taushetsplikt.

På oppdrag fra *Institutt for pedagogikk og livslang læring* har NSD – Norsk senter for forskningsdata AS vurdert at behandlingen av personopplysninger i dette prosjektet er i samsvar med personvernregelverket.

Prosjektet skal etter planen avsluttes i juni 2019, når jeg leverer masteroppgaven. Etter prosjektslutt vil alle personopplysninger slettes og ødelegges.

### Dine rettigheter

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

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

### Hvor kan jeg finne ut mer?

- Hvis du har spørsmål til studien, eller ønsker å benytte deg av dine rettigheter, ta kontakt med:
  - o Institutt for pedagogikk og livslang læring, NTNU
  - o Prosjektansvarlig: Hennie-Sofie Hofseth, student, e-post: hennie-sofie@hotmail.com, mobil 41567966
  - o Veileder: Ragnvald Kvalsund, Professor i rådgivningspedagogikk, e-post: ragnvald.kvalsund@ntnu.no, mobil 90730009
  - o NSD – Norsk senter for forskningsdata AS, på epost (personvernombudet@nsd.no) eller telefon: 55 58 21 17.

På forhånd takk for din deltakelse!

Med vennlig hilsen

Prosjektansvarlig  
(Forsker/veileder)

## Vedlegg 9: Samtykkeerklæring

---

### Samtykkeerklæring

Jeg har mottatt og forstått informasjon om prosjektet: «*Hvordan oppfattelser av personlig utvikling viser seg gjennom en Q-sortering, og hvilken rolle taus kunnskap spiller inn*» og har fått anledning til å stille spørsmål. Jeg samtykker til:

- å delta i Q-studien
- å delta i post-intervju

Jeg samtykker til at mine opplysninger behandles frem til prosjektet er avsluttet, ca. Juni 2019

---

(Signert av prosjektdeltaker, dato)

## Vedlegg 10: Godkjenning fra NSD

# NSD NORSK SENTER FOR FORSKNINGSDATA

### NSD sin vurdering Prosjekttittel

Hvordan viser oppfattelser av personlig utvikling seg gjennom en Q-sortering, og hvilken rolle spiller taus kunnskap? En studie hvor subjektive meninger kommer til uttrykk gjennom Q-metodologi.

**Referansenummer** 766537

### Registrert

13.12.2018 av Hennie-Sofie Hofseth - henniesh@stud.ntnu.no

### Behandlingsansvarlig institusjon

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

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

Ragnvald Kvalsund, ragnvald.kvalsund@ntnu.no, tlf: 90730009

### Type prosjekt

Studentprosjekt, masterstudium

### Kontaktinformasjon, student

Hennie-Sofie Hofseth, hennie-sofie@hotmail.com, tlf: 41567966

### Prosjektperiode

07.01.2019 - 10.06.2019

### Status

21.01.2019 - Vurdert

### Vurdering (1)

**21.01.2019 - Vurdert**

Det er vår vurdering at behandlingen av personopplysninger i prosjektet vil være i samsvar med personvernlovgivningen så fremt den gjennomføres i tråd med det som er dokumentert i meldeskjemaet med vedlegg den 21.01.2019. Behandlingen kan starte.

## MELD ENDRINGER

Dersom behandlingen av personopplysninger endrer seg, kan det være nødvendig å melde dette til NSD ved å oppdatere meldeskjemaet. På våre nettsider informerer vi om hvilke endringer som må meldes. Vent på svar før endringer gjennomføres.

## TYPE OPPLYSNINGER OG VARIGHET

Prosjektet vil behandle alminnelige kategorier av personopplysninger frem til 10.06.2019.

## LOVLIG GRUNNLAG

Prosjektet vil innhente samtykke fra de registrerte til behandlingen av personopplysninger. Vår vurdering er at prosjektet legger opp til et samtykke i samsvar med kravene i art. 4 og 7, ved at det er en frivillig, spesifikk, informert og utvetydig bekreftelse som kan dokumenteres, og som den registrerte kan trekke tilbake. Lovlig grunnlag for behandlingen vil dermed være den registrertes samtykke, jf. personvernforordningen art. 6 nr. 1 bokstav a.

## PERSONVERNPRINSIPPER

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

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

## DE REGISTRERTES RETTIGHETER

Så lenge de registrerte kan identifiseres i datamaterialet vil de ha følgende rettigheter: åpenhet (art. 12), informasjon (art. 13), innsyn (art. 15), retting (art. 16), sletting (art. 17), begrensning (art. 18), underretning (art. 19), dataportabilitet (art. 20).

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

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

## FØLG DIN INSTITUSJONS RETNINGSLINJER

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

Dersom du benytter en databehandler i prosjektet må behandlingen oppfylle kravene til bruk av databehandler, jf. art 28 og 29.

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

## OPPFØLGING AV PROSJEKTET

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

Lykke til med prosjektet!

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

