



Fordypningsoppgave

VPH705 Psykisk helsearbeid

**Selvransakelsens øyeblikk i samtalen med den andre -
et dialektisk perspektiv på relasjonen.**

Sverre Magnus Myrtveit

Totalt antall sider inkludert forsiden: 22

Molde, 14.04.



Publiseringsavtale

Tittel på norsk: Selvransakelsens øyeblikk i samtale med den andre - et dialektisk perspektiv på relasjoner

Tittel på engelsk: The moment of self-reflection in conversation with the other - A dialectical perspective on relations.

Forfatter(e): Sverre Magnus Myrtveit

Fagkode: VPH705

Studiepoeng:

Årstall: 2010

Veileder: Tor-Johan Ekeland

Fullmakt til elektronisk publisering av oppgaven

Forfatter(ne) har opphavsrett til oppgaven. Det betyr blant annet enerett til å gjøre verket tilgjengelig for allmennheten (Åndsverkloven, §2).

Alle oppgaver som fyller kriteriene vil bli registrert og publisert i Brage HiM med forfatter(ne)s godkjenning.

Oppgaver som er unntatt offentlighet eller båndlagt vil ikke bli publisert.

Jeg/vi gir herved Høgskolen i Molde en vederlagsfri rett til å gjøre oppgaven tilgjengelig for elektronisk publisering:

ja nei

Er oppgaven båndlagt (konfidensiell)?

ja nei

(Båndleggingsavtale må fylles ut)

- Hvis ja:

Kan oppgaven publiseres når båndleggingsperioden er over?

ja nei

Er oppgaven unntatt offentlighet?

ja nei

(inneholder taushetsbelagt informasjon. Jfr. Offl. §13/Fvl. §13)

Dato: 14.04

Antall ord: 8135

Forord / Sammendrag

I introduksjonskapittelet ser jeg på terapeutens nødvendige relasjonelle ferdigheter som er dokumentert i forskningen. Så følger en avklaring av terapeutens tilgangsmuligheter til selvrefleksjon. Her hevder jeg at dette er en allmennyttig egenskap innenfor faget, og stiller et spørsmål som bærer ut i problemstillingen.

De teoretiske bidragene er betraktet fra et meta – perspektiv hvor dialektikken er lyset som lyser ned på et teoretisk mangfold innenfor perspektiver og tilnærminger.

Metoden er samtalen som en fortelling som et narrativ.

Diskusjonen i oppgaven er gjort stykkevis og delt under forskjellige tema. De er satt opp mot avklaringen av begrepene introduksjonsdelen og delen med teoretiske bidrag. Drøftingene er også gjort ut fra litteratur direkte uten veien om introduksjon og teoretiske bidrag.

Diskusjonen er strukturert i tema som er tenkt relevante for problemstillingen.

Konklusjonen besvarer spørsmålet som er formulert i problemstillingen og foreslår forskning på selvrefleksjonens rolle som verdi i praktisering relasjonelle ferdigheter.

Innhold

Sammendrag.....	3
Introduksjon til tema og problemstilling.....	5
Relasjonens betydning.....	5
Det relasjonelle selvet.....	5
Tilgang til selvrefleksjon.....	6
Teoretiske bidrag som verktøy.....	7
Metode.....	8
Tema fra samtalen:.....	8
Fra subjekt – objektrelasjon til relasjonen som med – subjekter til det relasjonelle selv.....	8
Objektivisering i selvrefleksjonens fravær.....	10
Ola, terapeuten og det relasjonelle selv.....	11
Terapeutens selvavgrensing.....	12
Synliggjøring av ubevisste behov ved selvrefleksivitet.....	13
Mangel på selvrefleksivitet – å stjele Ola sin frihet.....	13
Når terapeuten betrakter seg selv i forhold til den andre.....	14
Det relasjonelle bidraget - Terapeutens og dialektikkens meta – ståsted.....	15
Det relasjonelle selvet som kontekst og mening.....	17
Manglende bevegelse mellom objektperspektivet og subjektperspektivet.....	18
Konklusjon.....	19
Litteraturliste.....	21

Introduksjon til tema og problemstilling og metode.

Relasjonens betydning.

“Therapist relationship skills, such as acceptance, warmth, and empathy are absolutely fundamental in establishing a good therapist-client relationship...” (Ted P. Asay and Michael J. Lambert 2002, 43.)

Aksept, varme og empati, er terapeutiske ferdigheter som er avgjørende for klientforbedring i klinisk praksis, i følge forskning. (Asay, Lambert, 2002,43.) Her hevdes det at det er nødvendig å ha et konsekvent fokus på å inkludere disse ferdighetene inn i det terapeutiske relasjonsmessige forholdet, dersom det skal gi et positivt resultat for klienten. (Lambert og Bergin, 1994) Forskningen til Michael J. Lambert illustrerer relasjonens betydning i forhold til andre terapeutiske faktorer, der den terapeutiske relasjonen utgjør 30% av prosentvis klientforbedring. (Ted P. Asay and Michael J. Lambert 2002,33)

Det er også et poeng at egenskapene eller ferdighetene kommer til syne som nødvendige, og helt uavhengige, av terapeutens teoretiske orientering. (Ted P. Asay and Michael J. Lambert 2002,31) I tillegg sies det at et profesjonelt terapeutisk relasjonsforhold er det grunnlaget som alle andre terapeutiske ferdigheter og teknikker bygger på. Paul V. Maione og Ronald J. Chenail viser til kvalitativ forsknings undersøkelser på felles faktorer som virksomme og effektive innenfor psykoterapi. (Maione, P. V. Chenail, R. J. 2002, 57) Det er i blant disse faktorene, (klienten, relasjonen, forventninger og teknikker/modeller.) at forskningen til Lambert viser at relasjonen har så stor betydning.

Det relasjonelle selvet.

Det relasjonelle selvet, som et nettverk av relasjoner som står i et innbyrdes gjensidig avhengighetsforhold. Selvet er et forhold i dobbel forstand: både innenfor selvets grenser og mellom det avgrensede selv og andre utenfor det”. (Bae, Waastad 1992,16)

Beskrivelsen forteller at terapeuten og terapeutens selv blir berørt av den gjensidige avhengigheten til sine indre prosesser, som for eksempel selvavgrensing og som indre dialoger med seg selv. Samtidig foregår det språklige og nonverbale relasjonelle prosesser mellom klienten og terapeuten. Terapeutens prosesser er tilsvarende prosesser i klienten. Hovedprinsippet er at *”det relasjonelle selvet” må forstås som relasjonelle prosesser i to retninger.* (Shibbye 2009, 58) Prosessene går hver sin vei som dialektiske motsetninger, men er likevel i et avhengighetsforhold til hverandre som indre/ytreforhold. Avhengigheten kan sees for eksempel som en følelse av skuffelse inne klienten, på grunn av en skjør relasjon fordi den mangler varmen, aksepten og innlevelsen terapeuten. Dette er indreforholdet. Der følelsen blir satt ord på som språk i samtalen, sammen med kroppsspråket finner jeg det ytre forholdet. Gjensidigheten i prosessen forteller at det forgår en tilsvarende prosess i meg, terapeuten.

”I og med at selvet defineres som en relasjon, kan det også forstås som en modell for tenkning omkring interaksjon og relasjon.” (Bae og Waastad (1992,11)

Bae og Waastad trekker fram tenkningen omkring språket, samtalen og samhandlingen mellom aktørene som deler relasjonen. Dette er prosesser og delprosesser som er knyttet til selvets indre og ytreforhold, slik det kommer fram i beskrivelsen av det relasjonelle selvet.

Det at det ser ut til å være gjensidighet og avhengighet i forholdet mellom den terapeutiske relasjonen på den ene siden og selvrefleksjonen på den andre siden. Jeg har gjort meg tanker og sammenligninger om mine egne og andres holdninger i møtet og samtalen med klienten. Det kan være variasjoner fra ytterpunkt til ytterpunkt, som fra vilje til innlevelse og selvransakelse -til avstand og kasustenkning, eller diagnostisk sjargong.

Tilgang til selvrefleksjon.

Anne-lise Løvlie Schibbye har trukket en bred selvrefleksjons - definisjon inn i sitt dialektiske teoretiske integrasjonsarbeid.

Hun sier at modellen dreier seg om; *"tilgang til selvprosesser, til andres selvprosesser og selv – andre - prosesser."* (2009,100) Hun skiller mellom to forskjellige tilganger, til prosessene. Den ene er tilgangen gjennom kognitiv refleksivitet som er følelses- og tankearbeid. Tilgangen skaper en *"lineær endring,"* (2009,371) som for meg ligner på tankeendrings -arbeid innenfor kognitiv terapi. Den andre tilgangen er organismisk tilgang til prosesser som ikke har vært tilgjengelig tidligere. Prosessene har egenskapen *"tilgang til,"* å skape kontakt med følelses- og tankearbeidet og til affekter, stemninger som kan erfares, men er vanskelige å beskrive eller sette ord på. En del av disse igjen, kan være ubevisste, skjulte, eller ikke inntonet og derfor ikke integrert i selvet. (2009,3709) En tenker organismiske prosesser som, representasjoner som er skapt av forestillinger ut fra opplevelser i livsløpet fra barndommen. (2009, 82) Disse kalles også selvsansinger hos barnet. Poenget er at en slik representasjon kan fortsette selv om opplevelsene ikke lenger er tilstede, for eksempel som kroppslige plager eller sansninger og stemninger som "bare er der" på en ubevisst lignende måte.

Det å oppnå tilgang til denne typen prosesser i en terapeutisk relasjon gir ifølge Schibbye en annen uttelling, *"Overskridende endring,"* som noe nytt, der jeg har tolket dette å kunne bruke overføringsmekanismen som eksempel. kunne bli "tilgjengelig" for den som har det. Kontaktevnen som *"tilgangene,"* er det som gir individet muligheten til selvrefleksivitet og selvavgrensing, som igjen kan fortelle meg at jeg er under påvirkning av overføring. Bruken og forståelsen av begrepene har jeg tatt for meg i selve drøftingsdelen.

For å kunne forstå Schibbyes dialektiske modell, må jeg kunne forstå begge former for "tilgang." Den organismiske varianten krevende å bruke, fordi Schibbye forteller meg at det ikke bare er snakk om den subjektive opplevelsesverden, slik en ser i den kognitive varianten. Forskjellen først og fremst er at den organismiske varianten ikke har klare svar, slik at det er usikkert hva slags reaksjon dette kan gi hos klienten. (2009,374)

Om selvrefleksivitet sier Schibbye at refleksivitet i dialektisk forstand er det samme som selvavgrensing. (Schibbye, 2009, 84) Det er en spesifikk menneskelig egenskap, som å kunne betrakte eller forholde seg til seg selv, og seg selv utenfor dette selv- forholdet på å

ulike måter der en makter å holde fra hverandre andres og sin egen opplevelse og meninger.

Terapeutisk relasjonelt arbeid der ferdigheter som, aksept, varme og empati brukes bevisst, setter i gang prosesser i terapeuten, i klienten og mellom dem. Refleksjonen er tilgangen til disse prosessene der de er. Dette er av allmenn interesse innenfor tverrfaglig miljø, i møtet og språket mellom terapeuten og mennesker med psykiske lidelser å vite om denne kunnskapen. Derfor har jeg valgt denne problemstillingen.

Kan selvrefleksjon være en ubenyttet behandlingsressurs i samtalen med klienten, - når aksept, varme og empati er relasjonelle bidrag, i en fortelling om livserfaringer om oss selv?

Teoretiske bidrag som verktøy.

Modellen til Anne-Lise Løvlie Schibbye har som mål å forstå selvet som en "levd relasjon," som et teoretisk bidrag. Modellen har et, "meta - ståsted." (Schibbye 2009, 21) Hun bruker metaforen "utkikkstårn med lyskastere på teorien" om det metateoretiske nivået. Posisjonen kan fortelle meg om sammenhenger som kan gi meg ny mening, som en ny og høyere forståelse, som følge Schibbye som, "autonomi i forhold til teoretiske bevegelser eller syn som gjelder i tiden. (Schibbye 2009, 21)

Schibbyes modell er en modell, eller teoretisk bidrag som kan integreres sammen med andre perspektiv fra forskjellige teoretiske retninger. Den høyere forståelsen oppnås gjennom dialektikken. Dialektikk er et filosofisk begrep som vektlegger motsetningers betydninger, som høyere teser som medvirker til å skape antiteser, der motsetningene mellom disse skaper nye synteser, som stadig høyere enheter, og igjen som nye synteser/nye dialektisk prosesser. (Dialektikk Wikipedia.no 2010.)

Schibbye sier at det er en slik sammenheng mellom subjektsiden og objektsiden. Hun utdyper dette med at de to sidene kommuniserer til hverandre og om hverandre som deler i en helhet. Her kan en trekke paralleller til tesetankegangen.

Det eksistensialistiske synet, som å være synlig for seg selv, med mulighetene som ligger i det, er forenlig med selvrefleksivitet. Hun går lenger og sier at synet er en forutsetning for selvrefleksivitet. Her siterer hun Sartre, "Eksistensen kommer forut for essensen." (Sartre 1957. Schibbye 2009, 26) Hun sammenligner motsetningen mellom eksistensialismens frihet i forhold til *essensen* ufrihet og forhåndsdefinering. Essensen representerer et menneskesyn styrt av ytre definisjoner om hvordan mennesket skal være. Synet forteller at *selvet* allerede er bestemt, der eksistensialismen representerer det *ikke – ferdige*, som frihet til å velge, akkurat det metasynet og dialektikken trenger for å kunne stå i et overordnet perspektiv.

Det samsvarer med Edmund Husserls filosofi, slik jeg viser til fenomenologiske undersøkelsers oppmerksomhet på subjekt – perspektivet (Thomassen 2007,83) i Edmund Husserl's filosofi. Også Gaddamer (Thomassen 2007,6) Der Husserl kunne legge en opplevelse til en erfaring og gi den mening, sa Gaddamer at mening og forståelse er strukturert av en forforståelse. (Thomassen 2007,86)

I møtet med Ola og i møtet med et narrativ har jeg min forforståelse, - det samme har Ola. Hermeneutikken er derfor et teoretisk verktøy som jeg bruker. Jeg kan ikke unngå å bruke det, fordi jeg er fortolkeren i den hermeneutiske sirkel. Innenfor selvrefleksivitet er utfordringen å kunne erkjenne at jeg tolker i møtet med Ola. Også Heidegger endret retning, men innenfor fenomenologien der han hevdet at forståelse var en væremåte, som gav forståelse, dersom forståelsen først var blitt fortolket. Han trekker ”*fortolkeren selv*” (Thomassen 2007,163) inn i sirkelen, slik Gaddamer gjør i sin hermeneutiske sirkel.

Samtalen og fortellingen med Ola er en strukturert kontekst hvor målet er å sette oppgavens problemstilling inn i en sammenheng. Struktureringen min har utelatt mye av Ola sitt liv og sammenheng, der jeg har valgt inn hendelsene i fortellingen. Det er derfor gjort ut ifra et ”overordnet perspektiv,” (Thomassen 2007,61) Perspektivet er mitt ønske om å forstå terapeutens selvrefleksjon og hva den betyr for terapeutiske ferdigheter i relasjonen.

Hans Skjervheims filosofi tar blant annet for seg, ” *objektivismen av mennesket..* ” (Skjervheim 2002,9) Han kan viser meg, hvordan jeg endre måten jeg betrakter fenomenene på. Betragtningene mine er relatert til selvrefleksjon, terapeutiske ferdigheter, relasjon og den andre.

Metode

Dagboknotatene som jeg har notert ned, er omskrevet og anonymisert i forhold til tid, sted, alder, diagnose og problemstilling. De er satt inn i en sammenheng som tidsavgrensede samtalebruddstykker og dialoger mellom Ola og meg, der jeg drøfter problemstillingen stykkevis og delt som en diskusjon. Diskusjonen ender i en konklusjon. I oppgaven bruker jeg benevnelsen terapeut og meg selv om hverandre, der jeg alltid er i terapeutens rolle.

Dagboknotatene er hentet fra opplevelser og erfaringer jeg har gjort som student og sykepleier i arbeid med mennesker med psykiske vansker og psykiatriske diagnoser. Det har vært erfaringer i nye og mer etablerte relasjoner i 2. Linjetjenesten på institusjon og i 1. Linjetjenesten i kommunen. Jeg hadde en almanakk tilgjengelig, slik at jeg raskt kunne notere ned poeng, en aha – opplevelse og nye spørsmål, før disse ble glemt.

I Schibbys dialektiske selvmodell møter jeg Olas levde erfaringsverden, med min oppmerksomhet mot ”det levde problem” med nærhet og forsøke å forstå, gjennom ferdigheter som, empati, varme og aksept. Det dreier det seg om subjektet – Ola, og hans opplevelse, og subjektet – min, -opplevelse av subjektet Ola og hans opplevelse.

Tema fra samtalen:

Fra subjekt – objektrelasjon til relasjonen som med – subjekter til det relasjonelle selv.

I stua hjemme hos. Ola sier: ”Jeg hører stemmer hele tiden, men ikke hva de sier. Kan du fortelle meg hvorfor jeg hører stemmer? Kan du fortelle meg hvorfor akkurat jeg hører stemmer?” Jeg blir usikker på hva jeg skal svare. Skal jeg være ærlig å fortelle om min usikkerhet? Jeg svarer; ”Jeg opplever at det er et vanskelig spørsmål å svare på, fordi jeg ikke vet svaret.” Ola betrakter meg og sier med vekt på ”du synes det er vanskelig, hvordan tror du jeg opplever det?”. Samtalen forsetter.

Vi er blitt subjekter for hverandre. Først kan jeg være subjektet som skal svare, der Ola er mottaker av ”min innsikt” og blir *objektifisert*, ut fra min forklaring om at stemmehøring kan forklares med diagnosen. Schibbye (2009,34) påpeker denne ”behandlingen av objektet” fra terapeutens side og advarer. Da har jeg ikke hatt tilgang til min kognitive refleksivitet, om hva det å være empatisk betyr, for hans opplevelse av relasjonen. I tillegg objektifiserer jeg meg selv som ”en kunnskapsbase” som tar både avstand og er vitende/styrende.

Fenomenologien dreier seg jo om Ola sitt perspektiv, - subjekt – perspektivet, der dialektikken dreier seg om å forstå *selvet* som en *levd relasjon*. Begge tilnærmingene har subjektets opplevelse som fokus. Dersom jeg svarer slik jeg tenker og føler, ”vanskelig spørsmål...” oppfylles tilnæringsmåtene, fordi mitt *selv* blir en prosess i *den levde relasjonen* mellom oss som den ene retningen ut i det relasjonelle selv.

I språket skildrer jeg det jeg kan innestå for, sammen med mine nonverbale uttrykk, på tross av frustrasjonen. Dette er ytre styring. Motsetningen og den andre retningen inn i mitt selv er indrestyringen, for eksempel min følelsesmessige frustrasjon over ikke å kunne finne et ”ideelt” svar. Det at jeg kan reflektere over den indrestyrte så vel som den ytrestyrte prosessen som del - prosesser er selvavgrensingen. Dette er indre/ytreforhold som jeg kan finne igjen i det *relasjonelle selvet*. Jeg finner det i min indrestyring som kognitivt og følelsesmessig og mellom det avgrensede selv og Ola, altså i relasjonen, dit aksept, varme og empati skal tones inn.

Tilsvarende prosesser foregår hos Ola. For at min selvavgrensingsevne skal være hel, må jeg kunne avgrense denne prosessen også. Her er gynger grunnen mer, fordi min tolkning er mer sårbar, fordi jeg er i Gaddamers hermeneutiske sirkel, og utøver empati som en forestillingsevne. Begrensingen er at jeg er ikke Ola, og dermed tvinges ut i utenfra og inn perspektivet som et objektifiserende element på tross av min vilje til å holde fast i subjekt – subjekt relasjonen.

Her jeg får bruk for de relasjonelle ferdighetene som aksept, varme og empati. Et eksempel kan være at Ola møter min versjon av innsikt og kunnskap, istedenfor en her og nå holdning som er rettet mot hans opplevelse her og nå, hermeneutisk fenomenologisk. Da kan jeg forestille meg skuffelsen og følelsen av å være alene, og at han kan si; ”Du, nå kan du gå!” De relasjonelle ferdighetene glimrer med sitt fravær, fordi den språklige og kanskje også den nonverbale prosessen mellom oss ikke har inneholdt ferdigheter for relasjonens betydning som aksept – i stedet en forklaring, varme – i stedet avstand og en toleddet relasjon med faktumet mitt og saksforholdet hans adskilt fra oss og empati, - i stedet fraværende.

Det er altså min *metateoretiske spesifikke evne*, som ”slår inn” ved å gi meg tilgangen til min egen selvavgrensing. Den består i at jeg er i stand til å tenke gjennom å sortere hva som er min opplevelse i forhold til Ola sin.

Sett med fenomenologiske og hermeneutiske briller, kan jeg si at her makter ikke Ola å gi sin opplevelse som erfaring en mening til forståelse, slik Husserls og Gaddamers filosofi sier. Hva skal til? Forforståelse? Jeg tror det, og begrunner det med at han har en historie og erfaring som kanskje kan gjøre det lettere for ham å finne mening. Dette er igjen min selvrefleksivitet/selvavgrensing som sorterer, men også utfører tolkning. Sistnevnte er reflektert fra fenomenologien til hermeneutikken, nærmere bestemt Gaddamers forståelseshorisont. (Den hermeneutiske sirkel.) Samtidig har jeg begynt å tolke, som "fortolkeren", i sirkelen. Min tolkning er mot det narrative, og samtidig som en prosess i selve samtalen med Ola. Ola har sin tilsvarende rolle som, "fortolker". Da er vi begge i sirkelen som "fortolkere" med felles saksforhold, å kunne dele et slikt anliggende kan være å oppleve varme og trygghet i en relasjon. En relasjon mellom med – subjekter der, "det er vanskelig å svare på, for oss begge her og nå," - som en felles hermeneutisk fenomenologisk opplevelse og aksept til Ola.

Objektivisering i selvrefleksjonens fravær.

Hans Skjervheim (2002:37) forteller meg at det å ha forhåndskunnskap om naturfenomen må skilles fra det å ha samme kunnskap om menneskelige handlinger. For eksempel å skille de praktisk/tekniske/instrumentelle fra de praktiske. I tesetankegangen til Hegel er det Gaddamers hermeneutiske spiral, som kommer opp som den høyere forståelsen for meg, nå jeg ser Skjervheims innspill som den betydningen min forforståelsen har for Ola og meg i praktisk handling, der min forståelse er kommunikativ i stedet for instrumentell, som meningsdannende/hermeneutisk med opplevelsesfokus/ fenomenologisk tilnærming.

Det betyr at jeg møter Ola med tillit til en teori, i stedet for tillit til ham. Resultatet en opplevelse av mangel på ekthet og interesse for ham selv. "Tingliggjøringen" har gjort ham til en del av teorien, der han skulle vært hovedpersonen som et subjekt.

Samtalen med Ola viser meg at jeg kan jeg velge om jeg vil engasjere meg i saken til Ola. Saken til Ola er, " *hvorfor han hører stemmer, og akkurat ham?*" Jeg kan også velge hvilken holdning jeg skal innta, slik også Hans Skjervheim sier det, " *... saman med ham vende oppmerksomheten mot sakstilhøvet.*" *... ein treledda relasjon, mellom den andre, meg og sakstilhøvet...*" (Skjervheim 2002:20)

Her vil det være å lytte med innlevelse, varme på en aksepterende måte å forsøke å gi et svar som Ola kan oppleve som ekte. Da er relasjonen treleddet mellom Ola, meg selv og det han er opptatt av å få et svar på.

Velger jeg å nøye meg med å ikke ta stilling til spørsmålet, men bare konstatere for meg selv at det er stilt, så endrer den relasjonelle strukturen seg. Her viser Skjervheim til at det oppstår to relasjoner, som hver igjen er toleddet, " *den eine inni den andre som kinesiske øskjer....*" (Skjervheim 2002:21)

Overført til mitt eksempel er jeg nå i relasjon til mitt eget saksforhold, som er min konstatering om at spørsmålet faktisk er stilt av Ola. I tillegg til dette vil konstateringen jeg har gjort, være en relasjon til vedkommende sin relasjon til sitt anliggende om hvorfor han hører stemmer? Jeg deler ikke saksforholdet med Ola, og kan derfor ikke formidle en ekte interesse for spørsmålet som opptar ham. Skjervheim viser meg relasjonelle strukturer, der

noen får henge sammen mellom medsubjektene på en terapeutisk måte, men der andre henger sammen i subjektene som hver for oss, men altså ikke mellom oss, slik at relasjonens innhold blir magert på varme og innlevelse. Vi er begge vi blitt faktum for hverandre og hverandres verden. Vi er ikke lenger medsubjekter.

Det er nærliggende å tenke på at dette dreier seg om avstand, fremmedgjøring og faktum som ”tingliggjøring” der jeg har objektivisert brukeren fordi jeg ikke har tatt hans saksforhold på alvor.

Eller fordi jeg inntar en holdning der jeg ikke ser ham, men ser bare hans diagnose som et kasus. Her får Skjervheim ord en alvorlig betydning. Han sier; *”Ved å objektivisera den andre, går ein til åtak på den andre sin fridom.”* (Skjervheim 2002:24) Selve frihetsberøvelsen ligger i at objektet blir til i positivistisk betydning, som en ”ikke tenkende og følende mekanisme”, som ikke har retten til opplevelsen, tanken og følelsen.

Ved å dele Ola sitt saksforhold med ham, blir vi medsubjekter i et felles anliggende, der han kan oppleve det. Jeg kan forestille meg det med empatisk innlevelse. Jeg kan innrømme min usikkerhet, dersom jeg kan analysere hva jeg faktisk sier, og bruke innlevelse for å forsøke å tenke meg hvordan den andre mottar budskapet. Da kan jeg tro at vi kan oppleve likhet og oppriktighet.

Ola, terapeuten og det relasjonelle selv.

Her er det ut fra mitt syn jeg ser, hvordan mitt eget *selv* oppfattes av Ola. I følge Schibbye er det i så fall en uvurderlig evne i en terapeutisk relasjon. (Schibbye 2009,85) Oppfatningen kan for eksempel være at jeg ser, at han ser, *” at vi er like, du og jeg.”* Når jeg ser meg selv, så ser jeg Ola, samtidig som jeg ser Ola sin opplevelse av meg. Her dreier det seg om likheten. Dette kan jeg som terapeut dra nytte av, ved å dele eller ta inn over meg hans opplevelse, på en måte som gjør at han får tak i sin opplevelse som sin, i en meningsfylt forstand.

I forhold til stemmehøringen får han kanskje ikke svar, men han kan få et meningsfylt forhold til det likevel, dersom jeg forsøker å lete like ivrig som han, og han ser det! Å innta Ola sitt perspektiv, ved empatisk forståelse, *” Å prøve å observere og følelsesmessig forstå klienten fra innsiden, slik klienten opplever og forstår seg selv og andre”* (Hartmann, E. 2000,30.)

Empatisk forståelse innenfor selvpsykologien dreier seg om å prøve dette ut fra evnen en har tankemessig og følelsesmessig, sammen med begrensningene som ligger i terapeutens, følsomhet, forventninger, og utenfra og inn perspektivet en ikke kan unngå.

Hvordan kan jeg hjelpe Ola til å oppleve mening i sin opplevelse? Fra ikke å få besvart sitt spørsmål, til å oppleve likhet, er veien videre uklar for Ola. Det er en opplevelse han ikke lenger er alene om, fordi den jo ligger i relasjonen for våre begges selv, som våre relasjonelle selv. Det er et nytt, relasjonelt bidrag, som empati og kan brukes fordi selvrefleksiviteten har synliggjort det.

Tesetankegangen som ligger til grunn for dialektikken kan jeg bruke i en dypere refleksjon om hvorfor jeg er opptatt av dette med likhet. Ola sitt utsagn om, *"om at vi er like, du og jeg,"* er i dialektisk forstand hans ene relasjonelle prosess inn i relasjonen som en konstatering og akseptering av likhet, der den andre relasjonelle prosessen er hans indre dialog og selvavgrensing som forblir hos ham, Terapeuten har tilsvarende selv prosesser på den andre siden av relasjonslinjen mellom dem. Det ene indre - styrte selv, og det andre ytre - styrte selv, - altså selvet i dobbel forstand, - og så språket og aksept, varme og empati som mellom det avgrensede selv, - og til slutt, den andre utenfor det, Ola.

Terapeutens selvavgrensing.

Umiddelbart føler jeg glede over at, *"vi er like du og jeg."* I mitt selvs indreforhold skjer det noe forløsende og oppfyllende. Ola er blitt mitt selvobjekt og gitt meg noe jeg har behov for. Jeg tenker tillit og anerkjennelse som fagperson. Behovet kan også være ubevisst, noe som jeg speiler inn i relasjonen som motoverføring/mitt behov for å lykkes, eller svaret på overføringen fra Ola. Alternativene forteller om forskjeller og motsetninger. I meg foregår det en indre dialog om dette, som den ene indrestyrte relasjonelle prosessen, slik Schibbye har beskrevet den.

Det er innlevelsen, varmen og aksepteringen fra meg, forutsatt at Ola opplever den. Her kommer *selvet* til syne både innefor selvets grenser (indrestyring) og mellom meg (det avgrensede selv) og Ola (ytrestyring.) Det at jeg kunne identifisere en motoverføringsmekanisme, er et eksempel på selvavgrensing innenfor selvets grenser, - i meg. Det er fordi jeg kan erkjenne behovet langt der nede i dypet, få det fram og kunne skille det ut som mitt, - på en bevisst måte. Avgrensingen beskriver Schibbye s det slik, *"å kunne skille mellom egne opplevelser og andres."* (Shibbye 2009,85)

Et annet eksempel kan være at Ola sier til meg at, *"du duger ikke som en hjelper for meg!"* og viser det med kroppen og skjelvende stemme. Å kunne avgrense, kan være å se subjektet Ola sitt språk verbalt og nonverbalt, som et uttrykk for hans angst og utrygghet, som han altså ikke klarer å skille fra min tro på egne ferdigheter i situasjonen. Det å ikke make å avgrense egen angst fra Ola sin side, - fra ferdighetene jeg opplever at jeg har, kan redusere relasjonen vår, eller i verste fall skape mistillit.

Her skiller Schibbye (2009,100) mellom organismisk og kognitiv avgrensing i individets selv. Organismisk tilgang er en muliggjøring av tilgjengelighet til prosesser som ikke var tilgjengelige tidligere. I denne situasjonen kan det være at Ola sin angst og hans opplevelse, der han kanskje etter hvert kan klare å avgrense den som sin, i stedet for å overføre den til *"terapeuten som ikke duger,"* meg.

Artikkelforfatterne (Bae, Waastad 1992,16) tar for seg selv- og relasjonsutvikling. Jeg forstår dem slik, at individet må forholde seg til to motsetningsfylte behov ovenfor hverandre. Det er behovet for egen identitetsopplevelse og selvavgrensing og behovet for tilhørighet gjennom relasjonelle forhold. Behovenes drivkraft ligger i angsten for å miste sin identitet, ved å la seg *"oppslukke"* av relasjonen, eller miste sine grenser i selv - sammenheng i førstnevnte, og for å bli overlatt til seg selv, som alene i sistnevnte behov.

Setter jeg Ola sin angst opp mot terapeutens ferdigheter, blir de motsetninger. I dialektisk forstand har jeg vist at jeg nå tar i mot Ola sin opplevelse av angst og utrygghet/perspektivet hans. Det kan kanskje hjelpe ham til å se at hans angst er hans egen opplevelse, og hører til hos ham selv, og ikke hos meg. Ordet *tilgang* får sin betydning her, som Ola sitt tankearbeid, og Ola sitt møte med en tidligere *representasjon*, som en mulighet for at det kommer opp noe nytt som ikke har vært tilgjengelig tankemessig før nå. Her forsøker jeg å se meg selv, inkludert å se meg selv fra Ola sitt perspektiv, å slik finne ut hvordan han kan få se meg, eller mitt trygge selv, i denne situasjonen, slik at han kan se seg selv med mitt perspektiv/trygghet.

Synliggjøring av ubevisste behov ved selvrefleksivitet.

Fra Kohuts selvpsykologi, kjenner jeg kjenner jeg selvet som et dynamisk system ut fra kjerneselvet til oppdelingen til det Tripolære selvet. (Pensumlitteratur artikkelsamling VIPH juni 2008. S. Karterud 1997,22) I terapeutrollen i selvpsykologien møter jeg Ola sitt selvobjektbehov, som kan være et ønske, overføring til meg om å bli akseptert og anerkjent. Det kan være at behovet for å oppleve likhet der jeg er et alter ego selvobjekt for Ola, er tilstede. Uansett er det viktigste, at jeg ved selvrefleksivitet ”kan se det jeg ser og reflektere over det, som at, ” *det kan være..* ” For eksempel, *overføring.* ” (Røkenes, O.H. & Hanssen, 2002, 209. Artikkelsamling fagkurs Videreutdanning I Psykisk Helsearbeid Modul 3. V2007) 905 Dette er dypere relasjonsbehov som oftest er ubevisste og en del av det indrestyrte selv. Likevel kommer det fram i relasjonen som Ola sitt ”relasjonelle selv”, form av tillit over en felles opplevelse. Dersom det er *overføring*, på hvilken måte kan da denne oppdagelsen hos terapeuten være et relasjonelt bidrag? Den dialektiske modellen sidestiller selvavgrensning og selvrefleksivitet, der jeg kan skille ut mitt eget selv for å gi Ola muligheten til å skille ut sitt selv. Rent praktisk i samtalen er jeg i ferd med å strukturere ferdighetene som empati, varme og aksept på en bevisst måte, istedenfor en ubevisst måte. Den ubevisste måten kunne ha vært, eller kanskje er min, *motoverføring*, som den som ”*aksepterer og anerkjenner.*”

Her kan rollen ligne ”overføringsobjektrollen,” - en behandler/spesialistrolle, som overskygger den jeg egentlig er, - subjektet. Både overføring og motoverføring har historie på grunn av tidligere hendelser i livene våre. I og med at disse ikke bevisste, når de virker, regner jeg de til det organismiske delen av det indrestyrte selv – begrepet til de kommer opp til overflaten som kognitiv bevisst tilgang.

I samtalen med Ola vil jeg kunne møte andre behov, som bekreftelse gjennom speiling, idealisering, som å oppleve avhengighet til terapeuten og tvillingsøkende selv som å dele like opplevelser og erfaringer. Røkenes, O.H. & Hanssen, P. H. (2002, 209) Selvpsykologien forteller om disse selvobjekt – funksjonene som utspiller seg som behovet for subjektet. Det at en god relasjon kan være med å få fram en tidligere opplevelse (historiske) gjennom en organismisk tilgang til en kognitiv tilgang, kan være selvavgrensning der en kan finne andre måter å mestre eller endre sammenhengen mellom tanken og følelsen på. En ser likhetstrekk med kognitiv terapies tilnærming.

Mangel på selvrefleksivitet – å stjele Ola sin frihet.

Ola er overvektig og har fortalt meg om den gangen, under en innleggelse, da han ble bedt om å gå på vekta. Resultatet på vekta ble kommentert; *"en røslig kropp av en kar, bevare meg vel, dette må vi gjøre noe med,"* Ola fortalte han følte seg flau og skamfull i situasjonen. Miljøterapeuten sa videre; *"Du må virkelig slanke deg!"* Ola fikk ingen spørsmål om sin opplevelse. Ola fortalte til meg at terapeuten fortalte ham at de sammen skulle snakke om vektproblemet neste dag, når ukeplanen skulle utarbeides. Da fortalte han at det var en forferdelig følelse å se så tykk ut, og at han derfor oppholdt seg der det var lite folk. Han ble oppfordret til å fortelle mer om hvilke forholdsregler han tok, hvor han oppholdt seg, og hvilke steder han unngikk. Hva opplevde Ola? Etter hvert, i vår samtale fortalte han meg at det at han hele tiden ble møtt med en forventning om å fortelle mer som gjorde ham frustrert, og gav ham en ensomhetsfølelse.

Schibbye (2009, 374) tar for seg en slik lignende problemstilling, der klienten ikke får anledning til sine (organismiske) selv – prosesser, og også blir fratatt muligheten til å få sette ord på selve ubehaget og den følelsesmessig kognitive tilgangen til opplevelsen. Kan frustrasjonen til Ola skyldes at han blir fratatt denne muligheten? Jeg mener det, fordi det lineære språket og punkteringene til miljøterapeuten, har endret relasjonen fra subjekt - subjekt – relasjon til objekt – objekt – relasjon. Er ensomhetsfølelsen resultat av et relasjonelt overgrep?

Jeg spurte ham om han kunne tenke seg å dele følelsen av opplevelsen med meg, når han skulle på vekta. Da sa Ola; *"Jeg følte at hun snakket til noen andre enn meg, ja som om vi begge stod på utsiden av kroppen min og så på den som noe ekkelt."* Jeg svarte; *"Vet du..."* jeg bøyde meg framover og sa med et varmt og inderlig tonefall, og spør; *"Er det noe mer du vil dele med meg?"* Her er Ola lite avgrenset, og føler hvordan miljøarbeideren gir ham akkurat denne følelsen. Samtalen fortsetter og Ola forteller mer, *"Ja, følelsen var motbydelig."* Jeg sa med lavt tonefall, *"Du sa var...."?* *"Ja nå vet jeg at jeg ble behandlet dårlig, som om jeg ikke er verd noen ting. Det er ikke min oppfatning av meg selv lenger."* *"Det hjelper å snakke om det."* Noe har skjedd med Ola sin selvavgrensing, han er blitt avgrenset, fordi han har hatt tilgang til selvprosessen.

Miljøterapeuten har ikke fokus på opplevelsedimensjonen til Ola. Uten å vite det har hun gått til angrep på Ola sin frihet. Skjervheim (2002, 24) advarer mot dette, ved å si at slik objektivisering er å gjøre den andre til, *"et faktum i min verden,"* som i mitt eksempel kan gi terapeuten en kontroll eller herredømmesituasjon over Ola.

Jeg kan stille spørsmål om miljøarbeideren, gjorde seg til et redskap, som egen objektivering av sitt selv. Da kan redskapet hun har gjort seg til, være i stand til å ha *"klare mål og stor kontroll over verkemidla i form av kommandomakt over ønskjelege og nødvendige handlinger"* (Amdam og Amdam 2000,11) Resultatet blir en instrumentell forhåndstyrt mål/middel tankegang med klare positivistiske føringer.

Når terapeuten betrakter seg selv i forhold til den andre.

Anne-Lise Løvlie Schibbye (1998,170) sier videre, *"Vi styres av krefter vi ikke overskuer. Nettopp i en slik situasjon kan vi begå rasjonelle overgrep."*

Shibbye hevder at selvrefleksjon dreier seg om å forholde seg til seg selv, "til å være sitt eget objekt." (Shibbye 1998,164) Jeg forstår henne som at hun viser til, i dette tilfelle, min evne til å identifiser min indre følelse, for eksempel usikkerheten i møtet med Ola. Jeg ser konturene av evnen til selvavgrensning der "utenfra - perspektivet" er tatt i bruk, der jeg så vidt har nevnt i fra kybernetikken.

Jeg ser også konturene av dialektikken og sammenhengen der jeg er med mitt indre liv, men samtidig forsøker å betrakte meg selv utenfra og inn, som en slags utenforstående. Jeg er altså et opplevende objekt slik Schibbye viser til, (Schibbye 2009,39) men kan samtidig se meg som objekt, og også klienten som subjekt eller objekt.

Likevel heller jeg mer til Skjervheims poeng om at en egentlig ikke kan objektifisere seg selv. (Skjervheim 2002,22) Herifra og videre viser Skjervheim meg at å være sitt eget objekt er umulig i filosofisk forstand. Det er fordi samtidig om jeg betrakter meg selv "utenifra" som et faktum, foregår det en tilsvarende prosess i meg som er selve betraktningen jeg utfører "der ute." Denne er subjektiv i handling og tanke, rettet mot meg selv, (faktum) og objekt. Han bruker ordet "faktum," der Schibbye bruker "utenfra - perspektivet" ved å si at en nok kan betrakte seg selv som et faktum, men betraktningen er subjektiv.

For meg er det viktigste at "som om man er objekt" har refleksive elementer som kan gi "aha - opplevelser", i dialektisk forstand. Altså det å kunne reflektere om det en selv er en del av, men samtidig atskilt fra, nettopp slik dialektikken motsetninger er positive motsigelser som gir en høyere forståelse, som til selvrefleksivitet. Det er her Schibbye sier, at det dreier seg om "både og", i stedet for "enten eller", for å forstå individet i relasjonen. I mitt møte med Ola har jeg valget som for eksempler, å tingliggjøre ham til objekt, eller møte ham som et med - subjekt. Her viser modellen hennes meg positivismens *objektiverende faktorer*, og motsetningene som er, "subjekt – subjekt – relasjonens", betydning innenfor flere ulike perspektiv.

Dialektikken tillater begge deler, avstand og nærhet som deler i et hele der dette hele er selve vekselbruket. I min relasjon til Ola vil det innebære at jeg ikke er empatisk, men i stedet varierer mellom å være det av og til, fordi jeg også er opptatt av min egen refleksjon og observasjon på relasjonen mellom oss. Jeg forestiller meg jeg som terapeut må være klar over dette, spesielt der jeg forlater empatien til fordel for meg selv.

Det relasjonelle bidraget - Terapeutens og dialektikkens meta – ståsted.

Artikkelforfatterne (Bae, Waastad 1992,16) tar for seg selv- og relasjonsutvikling, der individet må forholde seg til to motsetnings - fylte behov ovenfor hverandre. Det er behovet for egen identitetsopplevelse og selvavgrensning og behovet for tilhørighet gjennom relasjonelle forhold. Behovenes drivkraft ligger i angsten for å miste sin identitet, ved å la seg "oppsluke" av relasjonen, eller miste sine grenser i selvsammenheng i førstnevnte, og for å bli overlatt til seg selv, som alene i sistnevnte behov.

Det finnes mange forskjellige varianter av en slik Ola – opplevelse. Det verst tenkelig skue, er når denne varianten har et alvorlig og sårbart følelsesmessig innhold, for eksempel i Ola sitt indre. Da kan en manglende ferdighet som å formidle empati, varme og aksept i

verste fall bli opplevd som et følelsesmessig overgrep, terapeuten er den opplevde overgriperen. Overgrepet er ikke ondskapsfullt eller drevet av kynisme i vanlig forstand. I mine øyne er det heller en form for manglende kunnskap om tilgang til selvrefleksivitet.

I samtalen med Ola kan jeg betrakte oss som subjekter ovenfor hverandre. Jeg har sagt at jeg vet at miljøterapeuten og Ola at begge har en indre opplevelse som har noe med selvrefleksivitet og behandlingsressurs å gjøre. Jeg har opplevd at Ola kan dele med meg av sitt indre, og derfor har en selvstendig indre - styring. Min holdning viser relasjonelle bidrag som innlevelse i hans opplevelse, som varme og inderlighet og aksept fra meg, til å kjenne på sitt eget selv sammen med meg.

Hans Skjervheim viser pekefingeren der jeg forstår ham som en som advarer mot at pedagogiske handlinger blir tolket etter en modell av tekniske handlinger (Hans Skjervheim 2002,130) Jeg ser likhetstrekk til mitt dilemma i dette dagboknotatet.

Likheten består i at mitt valg av tilnærming kan gi meg moralsk legitimitet, selv om min ærlighet ovenfor brukeren ikke er åpenbar. Slik jeg forstår Skjervheim, kan jeg ikke lastes moralsk, men bare intellektuelt, hver gang jeg velger en teoretisk tilnærming som ikke har sin legitime rett i den aktuelle terapeutiske situasjonen. Det er her jeg forstår ham dit hen at de ulike tilnæringsmåtene bare er legitime innenfor bestemte rammer. Jeg oppfatter det han kaller for ”det instrumentelle mistaket,” (Skjervheim. 2002,134) som en kritikk til at rasjonelle handlinger skal utgå fra mål/ middel modeller, som forhåndsstyrte handlinger. Denne pragmatiske måten å handle på er målrettet og gir måloppnåelse. I relasjonen til Ola har jeg vært inne på at miljøarbeideren praktiserer instrumentell fornuft i sine handlinger. Det er her Skjervheim forteller meg hvor viktig det er å skille mellom pragmatiske og praktiske handlinger. Dersom jeg følger resonnementet videre, ser jeg at det er lett å ta feil, ved ikke å velge den tilnærmingen som er mest hensiktsmessig, der hensiktsmessig er i betydningen av ”innenfor den riktige rammen”, hvor jeg kan finne for eksempel eksistensiell fenomenologi, eller kognitiv terapi eller sjølspsykologi innenfor rammen.

Å være ubetinget trofast mot teorien og faget er kanskje ikke moralsk feil, men i stedet en intellektuell feil. Innenfor denne problemstillingen er det viktigste for meg, at slike handlinger må kunne være allmenngyldige.

Her viser Skjervheim (2009,134) Kants utsagn, der det blir sagt at handlingene må være av en slik art at de kan brukes som grunnlag for et allment regelverk. I denne sammenhengen vil kommunikativ rasjonalitet være en motvekt til Skjervheims uttrykk, ”instrumentelle mistaket.” Dialektisk teori gir meg anledning til å sette den instrumentelle fornuft opp mot kommunikativ rasjonalitet. Dialektikken har som mål å forstå selvet som en ”levd relasjon.” I å leve ligger det kommunikativt aspekt som for eksempel opplevelsen og språket i frihet til å velge, slik eksistensialismen gir selvrefleksivitet, frihet, valg, og som noe som ennå ikke ferdig, istedenfor ”essensen.” som noe som er ufritt, forhåndsdefinert og ferdig, som for eksempel instrumentell tenkning.

Jeg spør meg selv kan en som terapeut bli forledet eller fristet til å ”å falle for slike intellektuelle feilvurderinger av komfortable hensyn. Jeg tror det, når en ser hva en møter i seg selv og i møtet med den andre. Diagnostisk sjargong og paternalisme kan være fristelser som er tilgjengelige bevisst og ubevisst. Dersom det jeg har sagt har liten terapeutisk og relasjonell verdi, og samtidig er motivert av et ønske ”om selv å komme helskinnet ut av samtalen,” da kan det være en intellektuell feilvurdering slik jeg har tolket Skjervheims legitime tilnærming legitimert i en teori. Dette kan jeg finne mer ut om

tilgangen for selvrefleksivitet er tilgjengelig i meg. Da kan jeg ikke være passiv, men begynne å stille meg selv spørsmål i en prosess for mitt *selv*, til Ola sine prosesser for *sitt selv*, og til forholdet mellom *selv og andre* – prosesser sånn som Schibbyes modell oppfordrer til.

Det relasjonelle selvet som kontekst og mening.

Jeg sitter i sofaen i stua til Ola, sier, *"i dag kjenner jeg varmen fra sola ute..."*, og ser på ham Han holder blikket mitt og svarer; *"ja."* Jeg holder fast i værtemaet, med en forsiktig tilnærming til om han har vært ute å kjent varmen. Ola svarer, *"ja jeg har vært ute."* *"Javel"*, svarer jeg og ser forventningsfullt på ham. Ola sier, *"jeg har ikke vært ute på flere måneder."* Jeg svarer; *"Åh, jeg trodde.."*, og blir avbrutt med følgende; *"Jeg er bare ute når jeg skal handle mat, ellers er det flere måneder siden jeg har vært ute på noe, sammen med andre og sånn."* Han ser alvorlig og trist ut uten noen ansiktsmimikk. Jeg sier ingenting, men forsøker å vise med blikket og kroppsholdningen at jeg interessert i det han sier. Han ser ned i gulvet og sier med nesten uhørlig stemme; *"hvis det skal være sånn, at det går bare en vei, ja da vet jeg ikke.."* Så sukker han oppgitt og legger hodet i hendene. Jeg kjenner jeg blir usikker. Jeg er i en tolkningssituasjon. Den er bygd på min forforståelse, Den er igjen avhengig av sammenhengen som er konteksten.

Konteksten er opplevelsesfellesskapet og vår subjektive opplevelse. Konteksten er altså tenkningen omkring språket, samtalen og samhandlingen mellom aktørene som deler relasjonen. Her viser konteksten seg som *"meningskontekst,"* (Røkenes & Hanssen 2002, 191) slik modellen til Schibbye tar for seg tenkning omkring interaksjon og relasjon. (Bae og Waastad (1992,11) Jeg ser at prosessene knyttet til selvets indre og ytreforhold, som det relasjonelle selvet, har store likhetsrekk med dannelsen av meningskonteksten

Jeg husker at han fortalte meg akkurat det samme litt tidligere på dagen med moren til stede, med en forskjell, - istedenfor *"hvis det skal være sånn...."* sa han; *"Ja, ja det blir vel bedre etter hvert, tenker jeg."* Jeg tenker meg dette som en annen kontekst, som at moren er til stede, som gjør at språket til Ola er endret. (Jeg forestiller meg at han tar hensyn til morens følelser, men er like deprimert som i møtet med meg.)

Samtalen med oss tre og samtalen med oss to har gitt to forskjellige meningskontekster, som sees i språket i det relasjonelle selv.

Er dilemmaet "å tørre å stå i situasjonen eller ikke." Tør jeg fortsette, bør jeg det, hva kan skje dersom jeg ikke gjør det og hva kan skje om jeg gjør det? Jeg har en følelsemessig selvopplevelse, nettopp slik Schibbye (1998) sier at affektiv opplevelse er sentral i det å være selvreflekterende. Min følelse er noe nær en maktesløshet og redsel for det som kan komme, i forhold til suicidale tanker hos Ola Her viser Schibbye (1998) til betydningen av selvavgrensing. Overført til dagboknotatet vil det si, at jeg er i stand til bevisst å velge se meg selv selv i et "utenfraperspektiv," i en bestemt hensikt, - for å kunne betrakte meg selv, der mitt selv er utskilt fra klienten. Dette åpner Ola sin mulighet til til å skille sitt selv fra meg.

Slik kan en ha som formål å skape et skille som igjen skaper muligheter for selvavgrensing for oss begge. D kan jeg se han, fordi jeg har foretatt en selvavgrensing.

Jeg kan se at det dreier seg om min følelse av maktesløshet og redsel. Å se han vil være å kunne se forbi min avmakt og lete etter hans opplevelser, lenger ut i samtalen, eller neste gang vi møtes.

Dersom Ola senere gav klarere uttrykk for suicidale tanker, og opplevelse av tomhet og tristhet, måtte jeg reflektere over det som hans opplevelser. Gjennom en slik prosess vil jeg få vite mer om hvordan Ola opplever meg, som i et reflektert forhold.

Manglende bevegelse mellom objektperspektivet og subjektperspektivet.

Alvoret ligger i at den andre er redusert til et kasus, en psykiatrisk pasient med en diagnose, hvor oppmerksomheten er rettet mot kasus isteden for Ola sin opplevelse av verden. Mangelen på oppmerksomhet og aksept for det hele mennesket Ola, reduserer hans frihet. Selve frihetsberøvelsen kan bestå i min manglende evne til å bevege meg mellom innlevende ferdigheter/relasjonelle bidrag som empati, varme og aksept og det ytre perspektivet/observatørrollen som jeg av og til inntar. Det er her dialektikken foreller meg (Schibbye, 2009,39), at jeg kan feile, for eksempel gi Ola følelsen av et relasjonelt overgrep som skader sjølsammenhengen hans. Schibbye forteller meg at det er en nødvendig sammenheng mellomterapeutens indre selvprosess og forholdet til Ola som den andre.

Dersom jeg står stille i observatørperspektivet, og ikke beveger meg fram og tilbake mellom dette perspektivet og subjekt subjektperspektivet, svinner på en måte det relasjonelle selv hen. Vedlikehold og stimulering av relasjonen er derfor avhengig av denne bevegelsen. Jeg kjenner i igjen bevegelsen som å kunne observere seg selv sammen med den andre utenfra uten å miste subjekt – subjekt relasjonen, eller holde seg i systemisk den annen orden.

Intrapsykiske prosesser står altså i et dialektisk forhold til relasjonelle prosesser. Det dialektiske elementet er sammenhengen som en helhet som binder prosessene til relasjonen der terapeuten er i bevegelse. Terapeuten er altså ikke hele tiden empatisk, eller hele tiden objektiviserende. Terapeuten skal derimot være i stand til å leve i vekselbruket mellom avstand og nærhet i en relasjonell sammenheng. Sammenhengen pluss bevegelsen er det dialektiske relasjonelle selv, og det relasjonelle selv.

Ola; *"Hvor lenge må jeg bli her, jeg håper jeg kan få reise hjem forttest mulig?"*
Miljøarbeideren; *"Kan vi snakke litt om dagen i dag, er det noe du lurer på?"* Ola; *"Jeg savner leiligheten og vennene mine, jeg vil hjem!"* Miljøarbeideren; *"Vi har arbeidsstue her. Vi reiser på turer på turdagen, er det noe du vil snakke med overlegen om?"*
Ola betrakter miljøarbeideren og sier; *"Du hører ikke etter hva jeg sier!"*

Et objekt har ingen selvrefleksivitet, noe som gjenspeiles i miljøterapeutens handling der hun bestemmer og styrer. Objektiviserer hun seg selv? Her ser jeg en toleddet relasjon slik jeg har vært inne på tidligere, der miljøarbeideren konstaterer at spørsmålet er stilt, uten å forholde seg til det, som et spørsmål som opptar Ola som et saksforhold. Ola er, *opptatt av varigheten på oppholdet og har håp om å få reise hjem forttest mulig.* I følge Skjervheims terminologi tolker jeg dette som den kinesiske esken. Dersom jeg følger jeg resonnementet videre, rommer esken en ny mindre eske, inni den andre som inneholder, *savnet av*

leiligheten og vennene. Det er denne som er toledet som en relasjon fra pasienten til pasientens saksforhold. Tilsvarende har miljø- terapeuten sin relasjon til sine saksforhold, *som er å snakke om dagen i dag,* som den kinesiske esken som rommer en mindre eske som inneholder saksforhold som, *arbeidssstue, turer og samtale med overlegen.* Tilbake til spørsmålet. Ja, hun gjør det. Resultatet er den relasjonelle strukturen (til Skjervheim) som er tre leddet mangler.

Igjen kan jeg benytte dialektikkens som en ressurs ved å velge å se å sammenligne miljøarbeiderens tilnærming med min egen, som fra en relasjonell tese, til hypotese opp mot hverandre. Da skal svaret i dialektikkens tegn være en høyere syntese av forståelse hos meg. Denne. Forståelsen er at jeg kan drøfte meg til å se forskjellene i Ola sin opplevelse av de relasjonelle strukturene som oppstod. Subjekt – objekt relasjonen gav ham en følelse av ensomhet, fordi det relasjonelle selvet ikke ble gitt plass i relasjonen, i mangel av empati, varme og aksept fra miljøarbeideren. Subjekt – subjekt relasjonen, derimot gav ham en følelse dette.

Jeg er tilskuer, til ”oss tre,” der jeg har tatt min opplevelse og dermed meg selv inn i det som jeg observerer, der annen ordens kybernetikk er min observasjon og kartet virkelig *er* som terrenget. Jeg ”ikke eksperten” som konstruerte det slik, som et ”observerende system,” (Høstmark Nielsen, von der Lippe, 2002,122) som subjekt – til subjekt.

Konklusjon.

Vi er blitt så mange som deler empowerment – tenkningen, i den forstand at det finnes en profesjon for hvert individuelt behov i individet. Personalgruppa på et DPS, kommunehelsetjenesten, koordinator, sosionom ergoterapeut, behandler, sykepleier, hjemmehjelp, fastlegen, overlegen osv. Alle har vi ulike tilnærminger og faglige ståsteder, som gir oss den relasjonen vi gjør oss fortjent til, eller er i stand til. For de som ikke har tilgangen til selvrefleksjon, er det vanskelig å formidle aksept, varme og empati som ressurser inn i relasjonsbygging.

Når forskningen viser at ferdigheter som empati, varme og empati er noe en ikke skal overse,, hvorfor er ikke kunnskapen mer allment praktisert i møtet med Ola, som felles tverrfaglig kunnskap? Dette er helt klart av allmenn interesse i det tverrfaglige fellesskapet, for å unngå objektivisering, relasjonelle overgrep og kasustenkning, som elementer av positivistisk tankegang, som sammenhenger mellom årsak og virkning. Mine erfaringer og refleksjoner fra praksis har fortalt meg at dette er en nødvendig kunnskap for meg.

Dialektikken utelukker ikke Ola som objekt, til fordel for subjekt – relasjonen. Det dreier seg ikke om, enten eller, - men det handler i stedet om,” både og”, som syntesen av en høyere forståelse. Det kan for eksempel være min egen forståelse av subjekt - subjekt, og subjekt – objekt- tankegangen der sistnevnte oppleves av Ola som mangel på innlevelse, varme og aksept for hans opplevelse. Fordi han opplevelse er sammenbundet med hans relasjonelle selv, kan han oppleve selvet som truet.

En annen måte å si det på er at saksforholdet har en sammenheng med klientens oppfatning av seg selv. Da gir jeg saksforholdet en større dimensjon. En dimensjon der forholdet er

knyttet til brukerens selvoppfatning. Derfor kan selvoppfatningen bli tuet. Jeg forestiller meg at dette skjer, fordi jeg har påført klienter denne følelsen uten å forstå hvordan. Modellen til Schibbye har gjort meg bedre rustet som terapeut. Min innrømmelse sier det samme om kollegene mine, - tross alt er vi ganske like. Derfor er mitt svar at selvrefleksjon dessverre er en ubenyttet behandlingsressurs slik problemstillingen er formulert. Det er likevel viktig å legge til at den er bruk av dyktige fagkolleger, men ikke i stort nok omfang.

Dialektikken tillater et meta – syn, der jeg kan se i et systemisk perspektiv, et kognitivt perspektiv, og i et hermeneutisk og fenomenologisk perspektiv. Dialektikken har gitt meg rom, sammen med eksistensialismen til å bevege meg mellom perspektivene i møtet med det narrative perspektiv, fortellingen.

Dialektikken fokus på motsetninger, er ment å skape en høyere forståelse. Motsetninger skaper dilemmaer, der forståelsen er å kunne utholde dilemmaet, istedenfor å flykte fra det.

Litteraturliste:

Asay, Ted P, Lambert, Michael J (2002) The empirical case for common factors in therapy: Qualitative findings. I: Hubble, Mark A, Duncan, Barry L; Miller, Scott D. *The Heart and Soul of Change*, s. 23-49. Washington. American Psychological Association.
Pensumlitteratur Artikkelsamling. VIPH juni. 2008.

Amdam, Jørgen. Amdam Roar. (2000) Kommunikativ planlegging. Regional planlegging som reiskap for organisasjons- og samfunnsutvikling. Det Norske Samlaget.

Bae, Berit, Waastad, Jan Erik. Erkjennelse og anerkjennelse: Perspektiv på relasjoner. Oslo: Universitetsforlaget 1992

<http://ask.bibsys.no/ask/action/show?pid=921079540&kid=biblio>. 20.03.10

Bråten, Stein (1998) Kommunikasjon og samspill. Fra fødsel til alderdom. Oslo: Tano Aschehoug.

Dialektikk: Dialektikk er et filosofisk begrep.. <http://no.wikipedia.org/wiki/Dialektikk>
28.03.10

Hartmann, E. (2000) Fra drift til selv: Konsekvenser for dynamisk psykoterapi. I: Holthe, Arne m.fl. (red.) *Psykoterapi og psykoterapiveiledning*, Oslo. Gyldendal Akademisk, s.17 – 44. Pensumlitteratur artikkelsamling VIPH juni 2008.

Høstmark Nielsen og Anna Louise von der Lippe (red) (2002) *Psykoterapi med voksne. Fem perspektiver på teori og praksis*. Kapittel: Odd Arne Tjersland. Familierapi. Pensumtjeneste A/S

Karterud, S (1997) Heins Kohut selvpsykologi. I: Karterud S.; Monsen, J. T. (red) *Selvpsykologi*. Oslo: ad Notam Gyldendal, s. 13 – 28. Pensumlitteratur artikkelsamling VIPH juni 2008.

Maione, P. V. Chenail, R. J. (2002) *Qualitative Inquiry in Psychotherapy. Research on the Common Factors*, I: Hubble, M. A. et al: *The hearth & Soul of Change. What Works in Therapy*. Washington DC: American Psychological Association, s.57 – 88.
Pensumlitteratur artikkelsamling VIPH juni 2008.

Schibbye, A.-L.L. (1998) Å bli kjent med seg selv og andre I: Andersen, A. J.W.. ;Karlsson, B. (red): *Psykiatri i endring – forståelse og perspektiv på klinisk arbeid*. Oslo –

ad Notam Gyldendal, s.163 – 182. s. (170.)Artikkelsamling fagkurs Videreutdanning I Psykisk Helsearbeid Modul 3. V2007

Røkenes, O.H. & Hanssen, P.H. (2002) Bære eller briste. Kommunikasjon og relasjon i arbeid med mennesker. Bergen: Fagbokforlaget. Kap. 7,s.185 – 210. Artikkelsamling fagkurs Videreutdanning I Psykisk Helsearbeid Modul 3. V2007

Schibbye, Anne-Lise Løvlie. (2009) Relasjoner. Et dialektisk perspektiv på eksistensiell og psykodynamisk psykoterapi. 2. Utgave Universitetsforlaget AS Postboks 508 Sentrum 0105 Oslo

Skjervheim, Hans *Mennesket*. Filosofisk essayistikk på nynorsk. Utvalget er redigert av Jon Hellesnes og Gunnar Skirbekk. Universitetsforlaget AS 2002. AIT Otta AS, Otta

Thomassen, Magdalene. (2007) VITENSKAP, KUNNSKAP OG PRAKSIS Innføring i vitenskapsfilosofi for helse- og sosialfag. Gyldendal Norsk Forlag AS 1. utgave. 2. opplag 2007.

