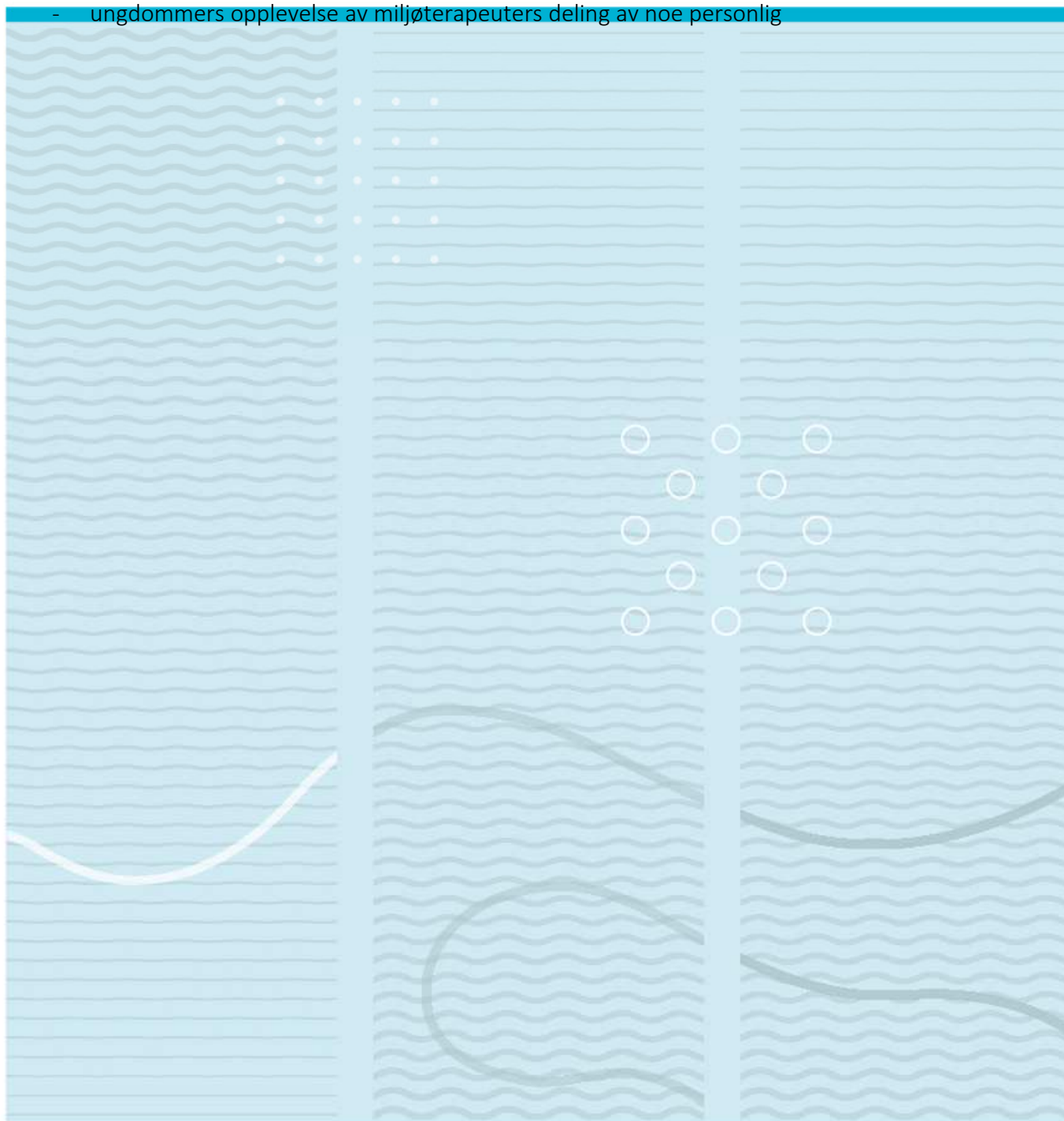


Benedicte Engøy

Den personlige miljøterapeut

- ungdommers opplevelse av miljøterapeuters deling av noe personlig



Universitetet i Sørøst-Norge
Fakultet for helse- og sosialvitenskap
Institutt for helse-, sosial- og velferdsfag
Postboks 235
3603 Kongsberg

<http://www.usn.no>

© 2021 Benedicte Engøy

Denne avhandlingen representerer 30 studiepoeng.

Forord

Det er gøy å skrive om noe man synes er gøy. Men det er også slitsomt. Tusen takk til de fantastiske ungdommene som har gitt meg mange nye og nyttige perspektiver, med betydning både for denne oppgaven og for min egen praksis. Takk også til de utekontaktene som satte meg i kontakt med dem. Det hadde ikke blitt noen oppgave uten dere.

For å begynne på den personlige siden: Det sies at «it takes a village to raise a child». Og det føles nesten som om jeg har en liten landsby å takke for at denne oppgaven har blitt ferdig. Den største takken må jeg rette til min lille, tålmodige og fine familie. Uten dere hadde ikke dette gått. I tillegg skylder jeg en stor takk til gode venner, kollegaer og familie for pass av tobeint og firbeint, gjennomlesning med tilbakemelding på utkast og engasjerende fagdiskusjoner som inspirerer meg videre med oppgaven.

Takk også til medstudenter og gruppeveiledere, og ikke minst til Rolf Sundet for god veiledning og faglige samtaler om temaer som tidvis strekker seg utover oppgavens problemstilling.

Jeg håper oppgaven kan være til nytte for både nye og erfarne, sosialarbeidere, miljøterapeuter og andre terapeuter innenfor mange ulike kontekster. Noe vil være felles, og noe vil være forskjellig. Akkurat som vi alle er forskjellige, trenger vi forskjellige ting.

Og med dette avslutter jeg de personlige formuleringene og leder leseren videre til den profesjonelle (og litt personlige) oppgaven. God lesning!

Oslo mai 2021

Benedicte Engøy

Sammendrag

Denne studien handler om ungdommers erfaringer med at miljøterapeuter deler noe personlig i en kontekst innenfor oppsøkende sosialt arbeid. Innenfor faglitteraturen beskrives dette både som en avsløring og som en invitasjon, og det handler om utsagn om seg selv som den profesjonelle deler med klienten/pasienten. Til tross for et økt fokus på terapeuten som person innenfor flere fagområder, har fenomenet blitt sett på som noe kontroversielt og forbundet med noe uprofesjonelt.

Innenfor oppsøkende sosialt arbeid vil man inneha en uformell rolle, der personen som faktor er av stor betydning. Dette fagfeltet vil derfor kunne la seg inspirere av ulike terapeutiske retninger som miljøterapi, barnevern, psykoterapi og sosiologi. I denne oppgaven har jeg sett på hvordan den personlige siden av utekontakt-rollen kan forstås i lys av utviklingen innenfor psykisk helsearbeid, sosialt arbeid og psykoterapi.

Forskningen på fenomenet *deling av noe personlig* er svært begrenset, og det er i liten grad beskrevet hvordan man kan gjøre dette i praksis. Brukerperspektivet på dette fenomenet er i enda mindre grad omtalt eller forsket på. Denne studien ønsker derfor å bidra til en utvidelse av forståelsen av fenomenet, sett fra et ungdomsperspektiv. Jeg har intervjuet fire ungdommer om deres erfaringer med dette, og også hvilken betydning de tillegger det. Gjennom disse intervjuene fikk jeg dermed fram brukerkunnskap om hvordan en slik deling kan gjøres og hvilken betydning det kan ha.

Jeg ser at informantenes svar gir en pekepinn på hva de ser på som god, og dermed også gyldig, profesjonell praksis, og plasserer den personlige delingen innenfor det profesjonelle landskapet. Sånn sett ufarliggjør de noe av det kontroversielle ved fenomenet, til også å omhandle vanlige og dagligdagse ting. Ved å erkjenne denne betydningen av fenomenet kan det gi noen valgmuligheter for terapeuters bruk av det innenfor ulike kontekster. Dette vil kunne føre til at man gjør det på en måte som kan være både spontan og planlagt, samtidig som det oppleves som autentisk og profesjonelt.

Abstract

This study is about youths' experiences with milieu therapists sharing something personal in the context of social outreach work. In literature this is described both as a disclosure and an invitation and is about statements about the therapist that the professional shares with the client. Even though there has been an increased focus on the therapist as a person in several areas within mental health work, the phenomenon has been characterized as something controversial and unprofessional.

A milieu therapist in social outreach work, often called outreach workers, is defined by its informal role where the personal factor is of great significance. This work field will be inspired by many different theoretical directions such as milieu therapy, child welfare, psychotherapy and sociology. In this study I have seen how the personal side of the professional role of the outreach worker can be understood in connection to the development of mental health work, social work and psychotherapy.

The research on *sharing something personal* is quite limited, and one can rarely find descriptions on how the therapist can do it in therapy. The user perspectives on this has been even less investigated. This study aims to contribute to an expansion of the understanding of the subject, from a youth's perspective. I have interviewed 4 youths about their experiences with this and what it has meant to them. Based on these interviews I achieved user knowledge about how this sharing can be done and also the possible effects of it.

The results of this study indicate what youths think is good and valid professional practice, and places the personal sharing within the professional landscape. In doing so, they reduce some of the controversial aspects of the phenomenon, by the emphasizing of the reciprocity and relating to one another in the therapeutic relation. This includes the sharing of more personal themes, but also regular everyday things. An acknowledgement of the broader understanding of the phenomenon can give the therapist different options on how to use it in different contexts. Furthermore, this can lead to the flexible use of it as both spontaneous and planned in a way that is authentic and professional.

INNHALDSFORTEGNELSE

Forord	iii
Sammendrag	iv
Abstract	v
Innholdsfortegnelse	vi
Kapittel 1. Innledning	1
1.1. Bakgrunn for valg av tema	1
1.2. Formål og problemstilling	2
1.3. Litteratursøk	3
1.4. Innledende begrepsavklaringer	3
1.5. Oppgavens oppbygning	4
Kapittel 2. Teori og forskning	5
2.1. Oppsøkende sosialt arbeid	5
2.2. Begrepsavklaring: Deling av noe personlig	9
2.3. Den profesjonelle relasjonen	13
2.4. Betydningen av å dele noe personlig	17
2.5. Anbefalinger om deling og grenser	19
2.6. Profesjonalitet i et spenningsfelt	22
2.7. Oppsummering av teori og forskning	24
Kapittel 3. Metode	25
3.1. Kontekst for oppgaven	25
3.2. Valg av forskningsmetode	26
3.3. Utvalg av informanter	28
3.4. Etske hensyn	29
3.5. Reliabilitet, validitet og generaliserbarhet	30
3.6. Analyseprosessen	31
Kapittel 4. Resultater	33
4.1. Hovedtema 1: Forståelsen av å dele noe personlig	33
4.2. Hovedtema 2: Ungdommenes behov i den profesjonelle relasjon	36
4.3. Hovedtema 3: Betydningen av å dele noe personlig	41

4.4.	Hovedtema 4: Vurderinger rundt bruken av å dele noe personlig	45
4.5.	Hovedtema 5: Forståelsen av å være personlig og profesjonell	48
4.6.	Oppsummering av resultatene i lys av problemstillingen	52
	Kapittel 5. Diskusjon	53
5.1.	Å dele noe personlig i en profesjonell relasjon	53
5.2.	Betydning og anbefalinger	55
5.3.	Profesjonalitet – kombinasjonen av det personlige og profesjonelle	58
	Kapittel 6. Avsluttende refleksjoner	59
6.1.	Studiens begrensninger	60
6.2.	Betydning for praksis	61
6.3.	Behovet for videre forskning	62
	Litteraturliste	63
	Vedlegg 1 – Litteratursøk	
	Vedlegg 2 – Meldeskjema NSD	
	Vedlegg 3 – Intervjuguide	
	Vedlegg 4 – Informasjonsskriv og samtykke	
	Vedlegg 5 – Tabell med oversikt over funnene	

1. Innledning

Hvilke erfaringer har ungdommer med at miljøterapeuter deler noe personlig om seg selv? Forskning viser at over 90 % prosent av psykoterapeuter oppgir at de deler noe personlig i terapien (Henretty & Levitt, 2010), og i miljøterapien og oppsøkende sosialt arbeid er det stor enighet om at den personlige siden av miljøterapeuten er av stor betydning (Larsen, 2018; Strømfors, 2006). Allikevel er det i liten grad beskrevet hvordan dette skal gjøres, og delingen fortsetter å være et kontroversielt tema som mange opplever som tabu og ikke-profesjonelt (Berg et al., 2020; Hill et al., 2018; Pinto-Coelho et al., 2016). Kontroversene er blant annet knyttet til forståelsen av den profesjonelle relasjonen og hva som oppfattes som profesjonelt. For er det profesjonelt for hjelperne å dele noe om seg selv? Hva slags betydning har delingen i så tilfelle for ungdommer? Vurderingene rundt delingen av noe personlig beveger seg inn på store faglige diskusjoner om profesjonsetikk, teknikk og metode, samt introspektive og relasjonelle faktorer (Berg et al., 2017).

I denne masteroppgaven har jeg utforsket fenomenet *deling av noe personlig* gjennom å intervju 4 ungdommer om deres erfaringer med miljøterapeuters deling av noe personlig i konteksten oppsøkende sosialt ungdomsarbeid.

1.1. Bakgrunn for valg av tema

Temaet personlig-profesjonell har vært av stor interesse for meg siden jeg begynte å studere og jobbe innenfor barnevernfeltet. Fra jeg begynte på utdannelsen som barnevernspedagog ved Høgskolen i Oslo, nå OsloMet, har jeg alltid vært opptatt av det spesielle som skiller en hjelperelasjon fra andre relasjoner, blant annet den skjevheten i maktbalansen når det gjelder hvor mye hjelperne får vite om klientene sine. Derfor var det til stor inspirasjon for meg å få kjennskap til Alicja Olkowskas masteroppgave (2012) på videreutdanningen i Miljøterapeutisk og ambulant arbeid med barn og unge. Hun beskrev terapeutens egne erfaringer som en X-faktor i møte med klienter i en familierapeutisk kontekst. Oppgaven bidro til en videreutvikling av min interesse og gjorde at jeg skrev om dette i fordypningsoppgaven i studiet. Denne oppgaven ble senere utgangspunktet for et bokkapittel med tittel «*Hvem er du?*» Å bli utfordret som miljøterapeut og person i boka «Miljøterapi – Prinsipper, perspektiver og praksis» (Engøy, 2016).

Når jeg lufter temaet med kolleger og samarbeidspartnere innenfor eget og andre fagfelt, opplever jeg at det er et tema som skaper stort engasjement. Det kan være enighet eller

uenighet knyttet til hva man opplever som betydningsfullt, eller potensielt skadelig, i relasjonene. Man har også ulikt syn på hva man ser på som gyldig eller lov å gjøre innenfor de profesjonelle rammene, og man er ulike på hva man selv er komfortabel med å dele. Uansett er det noe alle har en eller annen mening om.

Gjennom denne oppgaven skal det redegjøres for at inkluderingen av brukernes perspektiv på hva som oppleves som virksomt i terapi og psykisk helsevern har gjort seg mer og mer gjeldende de siste årene. Dette ser man blant annet ved at brukerorganisasjoner som Forandringsfabrikken har fått mer politisk innflytelse ved lovendringer og utvikling av nye lover, i tillegg til at det er ansatt erfaringskonsulenter i flere norske kommuner, spesielt innenfor rus- og psykisk helsefeltet, inkludert hos utekontakter. Forskingen har også inkludert brukeres kompetanse¹. I utforskningen av fenomenet deling av noe personlig er dette relevant av to årsaker: det ene er at det gir en erkjennelse av at personers erfaring er noe som skal vektlegges i utviklingen av teori- og praksisfeltet, og at dette kan inkludere både brukeres og hjelperes erfaringer. Erfaringskompetanse blir dermed forstått som en egen kompetanse som har en nytteeffekt i hjelperelasjoner. For det andre vil erkjennelsen av dette tydeliggjøre et behov for at kunnskap om bruken av denne kompetansen må utvikles og reflekteres rundt i praksisfeltet².

1.2. Formål og problemstilling

Formålet med denne studien er å utforske terapeuters deling av noe personlig i møte med ungdommer. Dette ønsker jeg å gjøre gjennom å høre om ungdommers egne erfaringer med dette i oppsøkende sosialt arbeid. Problemstillingen min er som følger:

Hva er ungdommers opplevelse av miljøterapeuters deling av noe personlig i oppsøkende sosialt ungdomsarbeid?

Med tilhørende forskningsspørsmål:

1. Hvilken erfaring har ungdommer med miljøterapeuters deling?
2. Hvilken betydning tillegger ungdommene delingen?

¹ For eksempel ved Universitetet i Sørøst-Norge der man i flere doktorgradsavhandlinger har benyttet personer med brukererfaring som medforskere (se for eksempel Krane, V., 2017 og Soggiu, A-S. L., 2020).

² Erfaringskompetanse er ikke et eksplisitt fokus for denne studien, men vil aktualiseres gjennom terapeutens erfaringer kun i kraft av å være et medmenneske og et menneske med livserfaringer.

For å besvare problemstillingen har jeg intervjuet ungdommer som har hatt en god relasjon til en utekontakt³.

Erkjennelsen av betydningen av terapeuters erfaringer, og dermed terapeuten som person, kan utfordre den tradisjonelle oppfattelsen av hva det vil si å være profesjonell i møte med mennesker vi skal hjelpe. Karlsson og Borg (2013) trekker frem det de kaller en personlig faglighet, og oppfordrer blant annet til at man skal vise seg selv og være høflig og vennlig overfor de man møter. Denne studien er et forsøk på å beskrive hvordan man kan forstå det å vise seg selv, gjennom å utforske fenomenet deling av noe personlig. Et formål for denne studien er derfor å gi fagpersoner en bredere forståelse av hvordan de kan bruke seg selv som en egen kompetanse i møte med de de skal hjelpe. Ved å anerkjenne ungdommers synspunkt på dette vil denne kompetansen få en betydning for hvordan man utøver sin rolle.

1.3. Litteratursøk

Som en del av arbeidet med å utforske eksisterende teori og forskning om fenomenet, foretok jeg et litteratursøk i fem søkemotorer⁴. Her fant jeg at det er skrevet noen masteroppgaver om det i en miljøterapeutisk og familierapeutisk kontekst, og at det er forsket noe på det innenfor psykoterapien. Blant annet blir selvavsløring kategorisert av Norcross og Wampold (2018) som et terapeutisk element som viser lovende effekt, men som det ikke er tilstrekkelig forskning på. Denne studien kan være et bidrag til forskningen om fenomenet selvavsløring, ved at den kan være med på å beskrive innholdet i hva som defineres som selvavsløring. I tillegg er det mangelfull forskning på klienters synspunkter på det, spesielt ungdomsperspektivet. Dette kommer jeg tilbake til i kapittel 2 der jeg presenterer teori og forskning.

1.4. Innledende begrepsavklaringer

For å tydeliggjøre begrepsbruken videre i oppgaven, skal jeg her foreta en avklaring av sentrale begreper:

Ungdommer - Denne studien omhandler ungdommers opplevelse med miljøterapeuters deling av noe personlig. Ungdomsperioden er den siste tiden blitt utvidet til å ikke bare dreie seg om at man juridisk sett er voksen når man er 18 år (Tønnesson & Svartdal, 2021). FN regner

³ En utekontakt er en miljøterapeut som jobber med ungdommer gjennom oppsøkende sosialt arbeid. Utekontaktarbeidet vil utdypes i del 2.1.

⁴ Se Vedlegg 1 for oversikt over søkeord og sammensetning.

personer mellom 15 og 24 år som ungdommer, fordi overgangen til voksenlivet ofte forbindes med en overgang fra vanlig skolegang til sin første jobb, noe som vanligvis skjer i midten av 20-årene (United Nations Department of Economic and Social Affairs, 2013). Jeg definerer her ungdommer som personer mellom 15 og 25 år, blant annet fordi flere utekontakter gjør det og fordi informantene i studien snakker om sine erfaringer som ungdommer.

Miljøterapeut – Miljøterapeut er som regel stillingsbeskrivelsen til utekontakter eller ungdomskontakter, som er fokus for denne studien. Nærmere beskrivelse av denne rollen og dette fagfeltet blir presentert i kapittel 2. Jeg ønsker å vektlegge utekontaktrollen samtidig som jeg tenker at dette er relevant for flere terapeuter innenfor andre kontekster. I forskningen og teorien jeg benytter meg av brukes også ordene (psyko)terapeut, profesjonell eller hjelper utfra hvilken kontekst de er nevnt i. Videre i oppgaven vil derfor ordene brukes litt om hverandre, men vil i all hovedsak dreie seg om en profesjonell hjelper definert som «en som yter hjelp i form av lønnet arbeid og på bakgrunn av en viss formell kompetanse» (Skau, 2013, s. 41).

Deling av noe personlig – Dette begrepet er det mest sentrale i studien, og vil derfor bli avklart i en egen del i teori- og forskningskapittelet. Det er hovedsakelig snakk om miljøterapeuters deling av noe personlig, men vil forkortes til *deling av noe personlig*. Gjennomgående i oppgaven vil jeg også bruke *fenomenet* som en betegnelse som henviser til delingen.

1.5. Oppgavens oppbygning

Oppgaven er delt inn i seks kapitler. Innledningen etterfølges av presentasjon av oppsøkende sosialt arbeid, samt aktuell teori for denne metoden, før det blir redegjort for teori og forskning om deling av noe personlig. I metodekapittelet blir forskningsprosessen beskrevet i sin helhet før resultatene av studien blir gjennomgått i kapittel fire. Disse funnene diskuteres dermed i lys av aktuell teori og forskning før avslutningen oppsummerer de viktigste funnene, implikasjoner for praksis, begrensninger ved studien samt behov for videre forskning.

2. Teori og forskning

I dette kapittelet vil teori og forskning presenteres, og jeg ser det som hensiktsmessig å gjøre dette tematisk. Jeg vil presisere når det er snakk om teori og når det er snakk om forskning. Etter en presentasjon av konteksten for oppgaven; oppsøkende sosialt arbeid, skal jeg redegjøre for to ulike forståelser av fenomenet som behandler fenomenet *deling av noe personlig* eksplisitt. De to forståelsesmåtene handler om hvorvidt man ser delingen som en avsløring eller en invitasjon, og dette har også sammenheng med hvordan man forstår den profesjonelle relasjonen. Videre skal jeg se på betydningen av å dele noe personlig, og deretter kommer jeg inn på anbefalinger teori og forskning har til delingen. Som jeg redegjorde for i innledningen, ser jeg fenomenet i sammenheng med forståelse av profesjonalitet, og jeg vil derfor omtale dette i kapittelets siste del.

2.1. Oppsøkende sosialt arbeid

Oppsøkende sosialt arbeid er et eget praksisfelt innen sosialt arbeid der hovedformålet for miljøterapeutene, kalt utekontakter, er å oppsøke ungdommer der de er, komme i kontakt med dem, og gi de god hjelp så tidlig som mulig. Innsatsen foregår på individ-, gruppe- og systemnivå, og det gjør at rollen som utekontakt er svært sammensatt og beveger seg i ulike spenningsfelt, som deltaker og observatør, hjelper og kontrollør. Kartleggings-, dokumentasjons- og formidlingsarbeidet er viktige oppgaver i det oppsøkende arbeidet, men relasjonsarbeidet kan sies å være den viktigste tilnærmingen (Erdal, 2006). Dette gjøres blant annet gjennom kontaktetablering, langvarig relasjonsbygging, oppfølgingsarbeid og formidling til riktig instans. I denne oppgaven er det relasjonsarbeidet i oppfølgingsarbeidet jeg konsentrerer meg om.

Oppsøkende sosialt arbeid som en del av psykisk helsearbeid

Oppsøkende sosialt arbeid faller inn under det store praksisområdet til psykisk helsearbeid da det kan karakteriseres som en tjeneste som «har som mål å bedre pasientens psykiske helse og er sammensatt av ulike fagprofesjoner» (Karlsson & Borg, 2013, s. 21). Gjennom det oppsøkende arbeidet vil utekontaktene møte ungdommer som kan ha utfordringer på ulike nivåer, men man har et spesielt fokus på risikoutsatte ungdommer med sammensatte utfordringer (Erdal, 2006). Andersson (2013) peker på at sosialt arbeid i sin natur var oppsøkende, gjennom for eksempel Frelsesarmeens arbeid, der man jobbet i «felten» og ga hjelp til de som trengte det. I sin masterstudie ser Lilleng og Ask (2018) oppsøkende sosialt

arbeid som en del av det helsefremmende arbeidet gjennom en styrking av ungdommenes ressurser.

Det kan sies at behandling av psykisk helse tradisjonelt har tatt utgangspunkt i en sykdomsmodell med et behandlingshierarki med legen eller psykiateren på toppen og pasienten i bunn (Karlsson & Borg, 2013). Fra slutten av 90-tallet var det en annen forståelsesmodell som ble rådende i psykisk helsearbeid som utfordret fagprofesjonenes kunnskaps- og maktposisjoner. I denne forståelsesmodellen ble pasientens eller brukerens egen kompetanse løftet frem som en svært viktig faktor for å få til endring⁵. Karlsson og Borg (2013) løfter fram tre grunnsteiner innenfor psykisk helsearbeid sånn det ser ut i dag: likeverd, samarbeid og anerkjennelse. Disse grunnverdiene er tett knyttet sammen med begreper som relasjon og omsorg, og handler om å finne ut av ting sammen sånn at man gir hjelp som også oppleves som hjelp av personen som mottar det. Anerkjennelse handler om det å føle at man blir forstått, og at dette påvirker måten man forstår seg selv. Dette er også relatert til opplevelsen av gjensidighet i relasjonen (Schibbye, 2012), noe som blir et sentralt tema i behandlingen av temaet *deling av noe personlig* senere i oppgaven.

Utekontakter jobber i et annet spenningsfelt, mellom det formelle og uformelle. Selve oppdraget er formelt og består i kraft av at man er en kommunal tjeneste, men man er også avhengig av en uformell fremtoning overfor ungdommene. Dette har sammenheng med historien til oppsøkende sosialt arbeid i Norge på 60-tallet som en slags motvekt til det hierarkiske systemet som var preget av høy grad av formell ekspertise og profesjonell avstand mellom hjelper og klient (Strømfors, 2006). Innenfor ungdomsarbeid generelt er relasjonene ofte beskrevet som uformelle (Hart, 2017), og dette gjelder også for relasjonene i sosialt arbeid. Disse foregår utenfor de institusjonelle rammene, og dette kan karakteriseres på engelsk som «fuzzy relationships» (Grant & Mandell, 2016). I oppsøkende sosialt arbeid er denne uformelle tilnærmingen til ungdommer et mål i seg selv (Erdal, 2006), og vil kunne ses gjennom stor grad av tilsynelatende uvirksom prat om stort og smått. Dette henger sammen med å gjøre terskelen lav slik at ungdommer som ikke nås av andre instanser i hjelpeapparatet skal få den hjelpen de trenger så tidlig som mulig.

⁵ Se blant annet de to opptrappingsplanene for psykisk helse; Helse- og omsorgsdepartementet (1998 og 2019).

Faglige og teoretiske perspektiver i oppsøkende sosialt arbeid

I likhet med miljøterapi og ambulant arbeid vil oppsøkende sosialt arbeid kunne la seg inspirere av ulike terapeutiske retninger. Oppsøkende sosialt arbeid har vært inspirert av antropologiske og sosiologiske praksisformer, i tillegg til at hjelpe- og omsorgsarbeidet er preget av andre terapeutiske retninger (Erdal, 2006). Fleksibilitet og utekontaktenes personlige engasjement er viktige bestanddeler i det oppsøkende sosiale arbeidet. Dette stiller høye krav til refleksjon og kunnskap hos utekontakten, noe som aktualiserer behovet for en metodikk og teoretisk referanseramme (Andersson, 2013). I denne oppgaven skal jeg presentere noen teoretiske retninger og fagfelt som oppsøkende sosialt arbeid er påvirket av, eller har likhetstrekk med.

En utekontakt møter ungdommer på mange ulike arenaer, og vil dermed ha likhetstrekk med arbeidsmåten i ambulant arbeid med barn og unge. I ambulant arbeid vil man ha den samme nomadiske tankegangen rundt hvordan man beveger seg mellom ulike arenaer, både fysisk og faglig (Sundet, 2016). De fysiske arenaene vil dreie seg om hvor man møter ungdommene hen. Det kan for eksempel være på gata, på en ungdomsklubb, i et samtalerom i utekontaktens lokaler, på skolen eller på et kjøpesenter. Denne arenafleksibiliteten påvirker relasjonene som inngås mellom ungdom og utekontakt i det at utekontaktene må kvalifisere seg til kontakt (Erdal, 2006), det vil si at det som regel er frivillig for ungdommene å snakke med utekontaktene⁶. De faglige arenaene man beveger seg mellom vil for eksempel være barnevern, NAV, skole og politi. Dette kan gjøre rollen til utekontakten uklar, og relasjonen mellom ungdommen og utekontakten kan påvirkes utfra hvor man møter ungdommen. Med dette menes at det kan være annerledes å møtes ute på gata enn i utekontaktens lokaler, noe som kan spille inn på maktforholdet og kommunikasjonen i situasjonen.

Utekontaktens personlige og profesjonelle egenskaper

Profesjonelle personligheter er blitt brukt for å karakterisere sosialarbeidere, også innenfor oppsøkende sosialt arbeid (Strømfors, 2006). I dette ligger det en kombinerings av den formelle fagkunnskapen med fokus på refleksjon og systematikk og den personlige kompetansen der engasjement og respekt er ansett som viktige verdier (Andersson, 2013). Den personlige profesjonelle kompetansen går videre ut på å balansere nærhet og distanse i

⁶ Unntak fra dette kan være når ungdommene må snakke med utekontaktene som en del av en ungdomsstraff. Dette kan medføre utfordringer rundt utekontaktenes rolle, som skal være basert på frivillig kontakt. Se blant annet Huse, M. B. (2015).

relasjonen, og ha en bevissthet om forskjellen på private og personlige relasjoner og grensene forbundet med dette. Kolstad (2010) har sett på relasjonen mellom vanskeligstilt ungdom og miljøarbeidere som blant annet bedriver oppsøkende ungdomsarbeid. Resultatene hun fant tyder på at rollen som oppsøkende miljøarbeider kan representere noe annet enn en annen hjelper i systemet, og at de ikke har like tydelige skiller på personlig og privat, noe som oppleves som positivt blant ungdommene. Selv om den personlige tilnærmingen vektlegges i oppsøkende sosialt arbeid, er det i liten grad beskrevet hvordan dette kan gjøres.

Synet på utekontaktens personlige egenskaper vil også påvirkes av strømningene og utviklingen i andre nærliggende fagfelt, som barnevernfeltet og miljøterapeutisk praksis. Innenfor barnevern er det et fokus på den mer personlige siden av de profesjonelle hjelperne. Dette ser man for eksempel i Barnevernpanelets vektlegging av omsorg og kjærlighet i barnevernet (Barnevernpanelet, 2011), noe som også har blitt forsket på (Thrana, 2013, 2016). Kjærlighet blir her sett på som en del av den personlige og mellommenneskelige dimensjonen ved den profesjonelle personen, innenfor både barnevern og sosialt arbeid. Dette kan man se som et uttrykk for en endring av praksis til et nærere og mer relasjonspreget psykisk helsearbeid med barn og unge, som også er i tråd med det omtalte brukerfokuset i feltet generelt.

Mye av forskningen på den gode relasjonen er hentet fra en psykoterapeutisk kontekst, men den gode relasjonen er også sentral innenfor sosialt arbeid (Grant & Mandell, 2016; Vatne, 2006). I litteratur om miljøterapi har systematikk, aktiviteter og tilrettelegging blitt vektlagt, men relasjonen mellom klient og miljøterapeut er det som har blitt understreket som det mest avgjørende for miljøterapiens effekt (Olkowska & Landmark, 2016; Vatne, 2006). Også her blir den personlige miljøterapeuten trukket frem som en viktig faktor av ungdommene selv, og det å fortelle noe om seg selv nevnes som et eksempel på dette (Olkowska & Landmark i Olkowska & Landmark, 2016, s. 120). Miljøterapeuten som person har blitt trukket fram som en viktig faktor i miljøterapien, og har da blitt koblet til egenskaper som autentisitet, engasjement, samt at man må kunne representere noe som ungdommen kan identifisere seg med (Larsen, 2018). Den relasjonsbyggende betydningen av å være personlig eller dele noe personlig med ungdommer på institusjon har blant annet blitt studert gjennom flere masteroppgaver (se for eksempel Bø, 2019; Kristiansen, 2020; Simonsen, 2012), og selvavsløring har blitt beskrevet som en terapeutisk faktor og et nyttig verktøy innenfor mentaliseringsbasert miljøterapi (Skårderud & Sommerfeldt, 2013).

Innenfor psykisk helsearbeid generelt, og også innenfor barnevern, er det også et stort krav til å jobbe etter evidensbaserte metoder. Dette kan stå i motsetning til en mer personlig rolle, da man i større grad etterstreber å jobbe etter faste metoder og faste roller. Borg og Topor (2014) hevder at evidensbaserte metoder også kan stå i motsetning til brukernes medvirkning (Borg & Topor, 2014), og det argumenteres for at disse metodene også må inkludere brukere og profesjonelles egne erfaringer om hva brukere opplever som virksomt i deres bedringsprosess (Topor & Denhov, 2015).

Ungdommer i relasjonsarbeid

Innledningsvis definerte jeg ungdommer som personer mellom 15 og 25 år. Det er noen forskjeller mellom relasjonsarbeid med voksne og relasjonsarbeid med ungdommer (Gaines, 2003; Hart, 2017; Johnsen & Ding, 2021), blant annet at ungdommer i større grad kan se på den profesjonelle hjelperen som en rollemodell. I dette ligger sentrale temaer som utvikling av egen identitet og selvstendighet, som videre kan omhandle relasjoner til venner og familie, uttesting av rus og gjennomføring av skole og jobb (Andersson, 2006). Ungdommer som utekontakter møter gjennom oppsøkende sosialt arbeid har ofte dårlige erfaringer til hjelpeapparatet og/eller en mistillit til systemet. Dette stiller utekontaktene overfor flere personlige og faglige utfordringer (Strømfors, 2006).

Sammenlignet med kommunikasjon med voksne, poengteres det at kommunikasjonen med barn og unge må være mer konkret (Gaines, 2003). Det vil si at de ikke nødvendigvis har et forhold til de formelle grensene og forventningene til rollen, men at de heller ser på relasjonen som virkelig (i motsetning til profesjonell). Innenfor arbeid med ungdommer er ofte ungdommer interessert i å vite noe personlig om hjelperen, noe som kan oppleves som utfordrende for den profesjonelle (Engøy, 2016; Johnsen & Ding, 2021).

2.2. Begrepsavklaring: Deling av noe personlig

Utforskningen av fenomenet *miljøterapeuters deling av noe personlig* er hovedfokuset for denne studien. Derfor er det nødvendig å se nærmere på den teoretiske forståelsen av dette fenomenet. Jeg har valgt ut to forståelser av fenomenet som er forbundet med to ulike teoretiske retninger. Jeg vurderer at disse tilnærmingene er relevante for oppgaven fordi de eksplisitt beskriver fenomenet *deling av noe personlig*. Den ene forståelsen av fenomenet er som en teknikk eller intervensjon kalt *self-disclosure*, eller *selvavsløring* på norsk. Denne tilnærmingen er først og fremst knyttet til psykoterapeutisk kontekst og forskning, hvor den

defineres som «utsagn fra terapeuten som avslører noe personlig om terapeuten» (Hill et al., 2018). En annen måte å forstå det på er som en invitasjon til å komme til terapeutens «back stage» (Skatvedt, 2020; Topor et al., 2018). Denne forståelsen er omtalt innenfor recoveryperspektivet. Her ses fenomenet som en del av en hverdagslig samhandling, og omtales som *å dele, eller fortelle, noe personlig om seg selv* (Topor, 2021).

Poenget i denne oppgaven er ikke å rangere de ulike retningene over eller under den andre, men heller trekke frem det jeg anser som relevante perspektiv og eventuelt kombinere dem for å gi et bedre bilde av helheten.

Deling som en avsløring av noe personlig

Definisjonen av selvavsløring innebærer at terapeuten bevisst deler dette verbalt selv, og at innholdet i utsagnet omhandler terapeutens liv utenfor det aktuelle møtet med klienten (Hill et al., 2018)⁷. Psykoterapi kan regnes som en samlebetegnelse for mange ulike retninger som arbeider med mennesker som har psykiske plager (Olkowska & Landmark, 2016), og forskning viser at det er stor variasjon i hvor mye man bruker selvavsløring avhengig av terapeutens teoretiske ståsted (Gibson, 2012; Hill et al., 2018). For eksempel bruker de mer humanistisk og relasjonsorienterte terapeutene det oftere enn de som er mer psykodynamisk orientert. Videre i oppgaven vil jeg ikke utdype skillet mellom retninger innenfor psykoterapien, da det meste av forskningen behandler fenomenet som en fellesfaktor i terapien uavhengig av terapeutisk retning, og det er først og fremst forskningen på selvavsløring innenfor psykoterapien jeg er opptatt av.

Selvavsløring har vært et kontroversielt fenomen som man har vært usikker på effekten av (Berg et al., 2020; Hill et al., 2018; Pinto-Coelho et al., 2016), og som flere terapeuter beskriver som noe tabu og en «slippery slope» (Bloomgarden & Mennuti, 2009). Det er verdt å nevne at forskning på fenomenet er relativt mangelfull (Berg et al., 2020; Gibson, 2012; Hill et al., 2018; Pinto-Coelho et al., 2016), noe mitt litteratursøk også viste⁸. Forskingen er også vanskelig å sammenlikne, blant annet fordi ulike terapeutiske retninger har ulik forståelse av fenomenet, noe som gjør at definisjonene og fremgangsmåtene for å forske på dette er forskjellig (Berg et al., 2020; Gibson, 2012).

⁷ Selvavsløring blir ofte omtalt i sammenheng med «immediacy», kalt selvinvolverende selvavsløringer, som dreier seg om terapeutens tanker og følelser om klienten eller det som skjer i terapien (Hill et al., 2018). Dette blir ikke inkludert i denne oppgaven, da jeg ønsker å utforske terapeutens utsagn som noe som refererer til eget liv utenfor terapien.

⁸ Dette omtaler jeg i Metode-kapittelet.

I et forsøk på å kategorisere innholdet i selvavsløringen, har man kommet fram til fire kategorier (Pinto-Coelho et al., 2016). Den ene kategorien er *fakta*, som for eksempel utdanning, bosted, sivil status osv. *Følelser* er den andre kategorien. I slike tilfeller kan man dele hvordan man kan forestille seg at man selv ville ha reagert i en liknende situasjon som det klienten forteller om, eller så kan man dele følelser man hadde i en faktisk liknende situasjon. *Innsikt* er den tredje kategorien som også handler om noe man har lært om egen situasjon i lys av den situasjonen klienten befinner seg i. Den fjerde kategorien dreier seg om *strategier*, det vil si løsningsforslag til klientens situasjon ut fra hva man opplever at fungerer for en selv.

Forskning graderer utsagnene etter kvalitet og intimitet, der hverdagslige temaer tillegges lav kvalitet og intimitet, mens mer private temaer anses som å ha høyere kvalitet og intimitet. I relasjonene der klienten opplevde å ha en god relasjon økte forekomsten av selvavsløring (Pinto-Coelho et al., 2016).

Forskning på selvavsløring har hovedsakelig fokusert på relasjonen mellom voksne, mens selvavsløring mellom voksne og ungdommer har i liten grad blitt utforsket (Dutton, 2018). Det hevdes at selvavsløring er mye mer aktuelt som et terapeutisk verktøy overfor barn og unge, og det snakkes da om som en uunngåelig del av terapien (Johnsen & Ding, 2021).

Begrepet selvavsløring er direkte oversatt fra engelsk, og er til en viss grad tatt i bruk som et norsk fagbegrep: Innenfor mentaliseringsbasert miljøterapi brukes begrepet, og det blir trukket frem som et verktøy terapeutene kan bruke bevisst og selektivt (Skårderud & Sommerfeldt, 2013). Skårderud og Sommerfeldt (2013, s. 135) kaller dette for «oppdatert psykoterapi» og setter det i sammenheng med endringen av den terapeutiske kontekstens krav og forventninger til brukermedvirkning og åpenhet.

Deling som en invitasjon back stage

Den alternative måten å forstå dette fenomenet på, er som en invitasjon til å komme back stage. Uttrykket «back stage» er hentet fra den amerikanske sosiologen Goffman, omtalt i Skatvedt (2020). Denne forståelsesmåten er tatt fra recoveryorienterte og sosiologiske perspektiv. Recovery har et perspektiv på menneskers psykiske utfordringer som noe man kan leve med og/eller bli kvitt, og som kan bedres ved personens egen prosess og innsats, med støtte og veiledning fra fagpersoner (Karlsson & Borg, 2013). Jeg vil, i tråd med Skatvedt (2020) behandle recovery hovedsakelig som en teoretisk forankret samhandlingsteori om

bedringsprosesser i tråd med et sosiologisk og interaksjonistisk perspektiv, fremfor å forstå det som en mer personlig prosess.

Goffman benyttet seg av flere symboler og metaforer for å beskrive sosial samhandling (Skatvedt, 2020). Han var blant annet opptatt av hvordan situasjonen vi befinner oss i er preget av et manus for hvordan vi skal oppføre oss, noe som skjer mer eller mindre automatisk. Å bli tatt med back stage handler om å bli inkludert i den mer uformelle personlige samhandlingen, og står i motsetning til front stage, som representerer det mer formelle og upersonlige. Front stage har dermed et strengere manus for hvordan vi samhandler. Gjennom delingen av noe personlig blir man innviet i et annet type fellesskap preget av nærhet i øyeblikket. Ved å bli tatt med back stage, vil klienten kunne oppleve nærhet og likhet med terapeuten, i tillegg til å bli likt. Dette kaller Skatvedt (2020) for en emosjonell energi, som er koblet til autentisitet og det umiddelbare og spontane. Autentisitet kjennetegnes av at den profesjonelle blir preget, noe brukeren kan se på blant annet kroppsspråket. Det er også noe som må oppleves som at det ikke gjøres av en yrkesetisk plikt. Dette kan man forstå som at det ikke er noe innøvd og teknisk, men noe som oppstår spontant i øyeblikket (Skatvedt, 2020).

Topor (2021) beskriver at en slik deling kan handle om både hverdagslige ting og om opplysninger om familiesituasjon eller egen bakgrunn. Dette kan være ting fra eget liv, men som ikke trenger å være noe «personlig» (Skatvedt, 2020). I tillegg kan det handle om egne opplevelser som er liknende de utfordringene brukerne står i. Denne tilnærmingen er ikke opptatt av nyanseringene rundt detaljer for hva man kan dele og ikke, og hvilken effekt en deling av noe bestemt har sammenlignet med deling av noe annet. Innenfor disse perspektivene er fenomenet et eksempel på en «small thing» (Topor et al., 2018), som en del av en hverdagsresponsivitet (Skatvedt, 2020). Dette skal jeg gå mer inn på i kapittel 2.

Gyldigheten av de to forståelsesmåtene

De to tilnærmingene kan sies å representere ulike syn på gyldigheten av å dele noe personlig i terapi utfra hvilke ord som brukes for å betegne fenomenet. Olkowska (2012) reflekterer i sin masteroppgave rundt betydningen av ordet «disclosure» som en avsløring av noe hemmelig, altså noe man blottet og røper. «Disclosure» blir i den engelske ordboken forklart som «something that was not previously known, or the act of giving such information to the public» (Cambridge Academic Content Dictionary, 2021), det vil si noe som ikke er kjent og som gjøres offentlig kjent. Synonymer til «disclose» er «expose» og «discover», det vil si

«eksponere» og «oppdage». Av og til er det også noe som er nødvendig at blir kjent, som i økonomiske eller politiske kontekster. Videre forbindes dette begrepet med ord som «confide», «relate» og «share», altså «tiltro», «relatere» og nettopp «dele» (mine oversettelser funnet i Merriam Webster (2021)). Dette kan tyde på at ordets betydning også innebærer en nødvendig åpenhet og transparens, i tillegg til at det indikerer at det skjer innenfor en relasjon som er basert på tillit. Allikevel er betydningen av ordet, verken på norsk eller engelsk, ikke verdinøytral og forbindes først og fremst med noe forbudt og en ikke-legitim praksis.

Begge forståelsesmåter beskriver deling av noe personlig som et fenomen som kan ha betydning for klienten, men vektlegger denne betydningen på ulik måte. Man kan forstå det som et teknisk fenomen som er retningsgivende for hvordan terapeuten utøver sin rolle, eller som noe som skjer spontant og som man bør fremheve som en viktig del av profesjonaliteten.

Ved å bruke *deling av noe personlig* åpner man opp for alternative tolkninger, og det vil være mer nøytralt. Det peker på en aktiv handling fra terapeuten og kan således forbindes med en del av en legitim praksis. Deling av noe personlig kan handle om å dele personlige historier og erfaringer, men det kan også handle om mer hverdagslige ting som middagslaging eller terapeuten tanker om brukernes opplevelser. Dette er ikke nødvendigvis noe man forbinder med en historie eller erfaring, og jeg hadde antagelser om at en formulering som «deling av personlige erfaringer» kunne legge begrensninger på ungdommenes forståelse av begrepet. I studien kommer jeg til å benytte meg av *deling av noe personlig* i betydningen noe som terapeuten har delt selv, og som omhandler noe fra terapeuten liv, eller som ungdommen har hatt interesse for og derfor spurt terapeuten om. Disse ulike måtene å forstå fenomenet på, viser seg å ha sammenheng med hvordan man forstår den profesjonelle relasjonen. Videre skal jeg derfor redegjøre for hvordan dette samsvarer med to ulike forståelser av den profesjonelle relasjonen.

2.3. Den profesjonelle relasjonen

Innenfor ulike former for terapi og sosialt arbeid har relasjonen stor betydning, og det argumenteres på ulike måter for at den gode relasjonen i seg selv har en terapeutisk funksjon (Vatne, 2006; Wampold & Imel, 2015). Dette innebærer at kvaliteten på relasjonen mellom hjelper og den som mottar hjelpen blir trukket fram som den viktigste faktoren for utfallet av terapi (Berg et al., 2020; Ljungberg et al., 2017). Den profesjonelle relasjonen skiller seg fra andre nære relasjoner, som familie og venner, blant annet fordi maktbalansen er annerledes i en relasjon mellom den som mottar hjelp og den som er ansatt for å gi den hjelpen (Skau,

2013). Den skiller seg også gjennom at den profesjonelle har det som en jobb man mottar penger for (Borg & Topor, 2014; Skau, 2013). Når man er en klient eller bruker, vil dette defineres av at man er i kontakt med det offentlige hjelpeapparatet (Skau, 2013). I oppsøkende sosialt arbeid, vil dette kunne forstås litt annerledes, i og med at utekontaktene snakker med mange ungdommer som de ikke nødvendigvis kommer i en hjelperelasjon til. Man vil heller betegne de man snakker med som ungdommer, men den profesjonelle rollen man har overfor de man møter, vil uansett antas å kunne spille inn på kommunikasjonen.

Forventningene til relasjonen preger hvordan man oppfører seg overfor hverandre, og dette kan også avhenge av innholdet i relasjonen, det vil si hva man gjør sammen. I tillegg kan relasjonen variere utfra hvilken kontekst man befinner seg i. Dette kan ses i sammenheng med den tidligere nevnte utviklingen fra behandlingshierarki til brukerorientering innenfor psykisk helsearbeid, som også samsvarer med utviklingen av synet på terapeuten innenfor psykoterapien. Den nøytrale terapeuten blir ofte forbundet med tradisjonell psykodynamisk tenkning, og stammer fra Freuds ideal om terapeuten som et slags speil som ikke skulle dele eller røpe noe om seg selv, men heller reflektere pasienten og komme med tolkninger (Berg et al., 2020; Gelso, 2009). Dette tradisjonelle synet på den profesjonelle rollen innebærer en forventning om nøytralitet og distanse, og dette har også blitt forstått som at man ikke skal være følelsesmessig engasjert i arbeidet man gjør (Borg & Topor, 2014). Jeg skal videre se på hvordan man forstår den profesjonelle relasjonen.

Terapeutisk relasjon gjennom intervensjon

Innenfor det psykoterapeutiske perspektivet kobles selvavsløring til forståelsen av den profesjonelle relasjonen som en terapeutisk relasjon der man ønsker å måle en effekt eller virkning av ulike metodiske tilnærminger, intervensjoner og liknende.

Det er mange måter å forstå og definere den profesjonelle relasjonen innenfor psykoterapeutisk teori og forskning. Jeg velger å benytte meg av forståelsen av den profesjonelle relasjonen mellom terapeut og klient som en terapeutisk relasjon (Norcross & Wampold, 2018; Wampold & Imel, 2015), som har blitt definert som «følelser og holdninger som klient og terapeut har for hverandre og måten disse er uttrykt på (Norcross, 2002, s. 7). Denne definisjonen vektlegger det følelsesmessige båndet preget av tillit og gjensidighet mellom terapeut og klient, og fremhever terapeuten bidrag til terapien i større grad enn tidligere. Allikevel har dette knapt blitt forsket på, da forskningen har konsentrert seg om å måle effekten av ulike terapeutiske metoder og intervensjoner. Nyere forskning på

psykoterapeutiske metoder viser at det også er andre viktige faktorer enn metode og terapeutisk retning som påvirker utfallet av terapi, såkalte *fellesfaktorer* (Wampold & Imel, 2015)⁹.

Fokuset på fellesfaktorene innebærer at man skreddersyr tilnærmingen til hver enkelt pasient ved hjelp av ulike terapeutiske verktøy eller elementer, og selvavsløring er altså nevnt som ett slikt element (Norcross & Wampold, 2018). Den terapeutiske alliansen, kalt arbeidsalliansen innenfor psykodynamisk teori, er en annen faktor som har stor betydning. Dette handler om en eller flere oppgaver man skal løse sammen og innebærer at man setter seg mål for behandlingen som man er enige om (Wampold & Imel, 2015). Videre i oppgaven vil den terapeutiske relasjonen, alliansen eller arbeidsalliansen brukes litt om hverandre, i tråd med litteraturen jeg benytter meg av.

For å kartlegge fellesfaktorene, samt gradere effekten av dem, forsker man på ulike sider av den profesjonelle relasjonen. Dette gjøres både gjennom å måle klientens opplevelse av alliansen og ved å måle klientens opplevelse av «the real relationship», altså *den virkelige relasjonen*. Den virkelige relasjonen handler om det personlige aspektet ved den terapeutiske relasjonen, og den blir relatert til andre faktorer som ekthet, autentisitet og noe ikke-profesjonelt (Gelso, 2009). Denne forståelsen av den terapeutiske relasjonen går utover det man kan kalle det saklige innholdet, som handler om å få en jobb gjort, og er knyttet til nærhet og det menneskelige ved relasjonen.

I tråd med dette har selvavsløring og den virkelige relasjonen blitt drøftet opp mot tilnærmingen *shared decision making* (SDM) (Berg et al., 2020). Her har utfordringene med å ta opp dette med klienter blitt diskutert. Det antas at det vil føles kunstig for både pasient og terapeut om terapeuten spør pasienten om vedkommende ønsker at terapeuten skal dele noe om seg selv, i motsetning til om klienten for eksempel ble spurt om foretrukket metode for å tilnærme seg klientens utfordring. Berg et al. (2017) kobler deling av noe personlig til å innebære noe mer enn en teknikk, men at det heller er en måte å humanisere psykoterapien på. I denne forståelsen blir fenomenet beskrevet som en del av den såkalte «virkelige relasjonen», i motsetning til arbeidsalliansen. De ser at selvavsløring kan være en måte å integrere den virkelige relasjonen i den profesjonelle relasjonen.

⁹ Det er en stor diskusjon innenfor psykoterapeutisk forskning på betydningen av fellesfaktorene, og det er utenfor denne oppgavens formål å gå videre inn på denne diskusjonen, men det er viktig å påpeke at et fokus på fellesfaktorene ikke innebærer en avvisning av spesifikke prosedyrer og teknikker (se for eksempel Nissen-Lie, H.A., Oddli, H.W. & Wampold, B.E., 2013).

Bedringsprosesser gjennom sosial samhandling

I fortsettelsen av dette kommer et annet perspektiv på relasjonen. Dette perspektivet tar også utgangspunkt i fellesfaktorene i terapien, men ser dette som en del av et større bilde av hvordan mennesker får det bedre. Det innebærer en anerkjennelse av støtten fra de profesjonelle som én faktor, men understreker i større grad egenskaper ved brukeren selv og vektleggingen av den hverdagslige samhandlingen (Karlsson & Borg, 2013; Topor, 2021). Dette perspektivet henger sammen med forståelsen av delingen av noe personlig som en invitasjon back stage og er hentet fra et sosiologisk recoveryperspektiv (Skatvedt, 2020).

Ovenfor har jeg knyttet det å dele noe personlig til å bli invitert back stage. Fokuset er på den hverdagslige samhandlingen, det vil si hvordan fellesfaktorene gjøres. Dette blir knyttet til uttrykk som *å gjøre menneskelighet*, eller *å gjøre sosial responsivitet* (Skatvedt, 2020). I dette perspektivet er det et større fokus på situasjonen, eller rettere sagt, hvordan vi samhandler i situasjonen, fremfor relasjonen. Dette betyr ikke at relasjonen ikke blir sett på som viktig, men man ser relasjonene som et resultat av samhandlingssituasjonene. På denne måten blir situasjonene byggesteinene i relasjonsarbeidet. Øyeblikket og spontaniteten blir derfor tillagt et stort potensial for å kunne skape endring. Ved å respondere på hverandre i kraft av å være mennesker, såkalt hverdagsresponsivitet, vil man kunne utvikle en god relasjon. I oppsøkende sosialt arbeid kan vi se en slik hverdagslighet komme til uttrykk for eksempel gjennom småpratene om vær og vind.

Delingen av noe personlig som en «small thing» blir forstått som en del av den hverdagslige samhandlingen som foregår i den profesjonelle yrkesutøvelsen, spesielt innenfor rus- og psykisk helsearbeid (Skatvedt, 2020). Denne måten å utøve sin profesjonelle rolle på er i liten grad beskrevet og uttalt, og sånn sett også tradisjonelt lite forsket på. Det argumenteres allikevel for at dette er noe terapeuter gjør allerede, og at det heller handler om å anerkjenne denne måten å jobbe på. Dette kan forstås som at man ønsker å «få det fram i lyset». «Big things» presenteres av Topor et al. (2018) som motsetningen til «small things». De store tingene omhandler situasjoner med behandling av psykiatriske diagnoser, som vektlegger behandlingsmetoden og opprettholdelsen av den profesjonelle avstanden.

De små tingene er knyttet til to kontekster, der den ene er knyttet til personens små handlinger som gir mestringsopplevelser, som for eksempel å kunne skru en radio på og av. Den andre konteksten, som er av interesse for denne studien, dreier seg om interaksjonen mellom en person og den profesjonelle hjelperen. På tross av at de er små, kan de små tingene ha en stor

betydning for at en person opplever å bli bedre, både med seg selv på lengre sikt og i situasjonen. Dette kommer jeg inn på i teori- og forskningskapittelet. De karakteriseres av sin hverdagslighet, det vil si at de oppstår i situasjoner som ikke nødvendigvis ses på som en del av formell terapeutisk verdi (Skatvedt, 2020). Små ting kan oppstå både spontant og planlagt, men innen forskning på de små tingene blir det spontane og genuine i handlingen vektlagt. Disse handlingene kan allikevel beskrives som rasjonelle handlinger utfra den konteksten de oppstod i (Topor & Denhov, 2015), og dette vil stå i motsetning til idealet om en planlagt og gjennomtenkt bruk av verktøy og intervensjoner i terapi (Topor et al., 2018). Små ting blir fremstilt som en motvekt til den dehumaniserende behandlingen mange kan oppleve i møte med psykiatrien, men Skatvedt (2020) argumenterer for at de små tingene heller er store ting i sine konsekvenser. Dette kan forstås som at både store og små ting kan forstås som noe som kan ha en positiv betydning for en persons bedringsprosess.

Forskning beskriver relasjonen mellom terapeut og klient som et vennelignende forhold, og som noe som går utover den tradisjonelle forståelsen av hva denne relasjonen skal inneholde (Borg & Topor, 2014; Ljungberg et al., 2017; Soggiu et al., 2020). Dette forbindes ofte med at de profesjonelle er åpne om seg selv. Hart (2017) hevder at denne beskrivelsen av relasjonen er spesielt aktuell for å betegne ungdommers relasjoner til ungdomsarbeidere. Han viser til at noen mener at betydningen av et venneforhold er med på å utjevne maktforskjellen, mens andre fremhever betydningen av tillit uten at det nødvendigvis trenger å innebære et vennskap. Videre påpekes det at problemene med å kunne kvantifisere innholdet i relasjonen, gjør at det ikke står nevnt i politiske dokumenter for fagfeltet, men at det allikevel oppleves som virkningsfullt for de profesjonelle yrkesutøverne å jobbe på den måten (Hart, 2017). På denne måten er det mye av verdien i relasjonen som ikke snakkes om eller fremheves.

2.4. Betydningen av å dele noe personlig

Jeg har presentert ulike måter å forstå deling av noe personlig på, samt ulike måter å forstå den profesjonelle relasjonen på. Videre skal jeg redegjøre for forskning på virkningen dette har i relasjonen og kommer til å se de to perspektivene samlet.

Hill et al. (2018) har i sin metaanalyse gått gjennom psykoterapeutisk forskning på selvavsløring. Denne forskningen peker både på umiddelbare effekter i terapisisuasjonen og en langvarig betydning (Hill et al., 2018; Pinto-Coelho et al., 2016). Den positive betydningen av å dele noe personlig har blitt rapportert av klienter til å forbedre den terapeutiske relasjonen. Dette ble relatert til opplevelsen av en gjensidighet i relasjonen ved at klientene så

terapeuten som en ekte person, noe som igjen gjorde at det følte lettere å prate med terapeuten (Hill et al., 2018). Overfor ungdommer blir gjensidigheten som en styrkende faktor i gode relasjoner særlig trukket fram (Gaines, 2003). Dette kan dreie seg om hjelperens engasjement i liknende opplevelser eller interesser som ungdom og den profesjonelle har til felles. På denne måten kan hjelperen også fungere som en person ungdommen identifiserer seg med og kan bruke som rollemodell for sitt eget liv. Dette kan gjøre at ungdommen stiller spørsmål til terapeutene, noe som kan være vanskelig å forholde seg til (Engøy, 2016; Johnsen & Ding, 2021).

Deling av noe personlig kan oppleves som et brudd på forventningen til den profesjonelle rollen, og det å krysse eller bryte grenser blir trukket fram som en viktig faktor i relasjonsarbeid (Topor & Denhov, 2015). Disse bruddene med den profesjonelle rammen kan utviske asymmetrien i maktrelasjonen og dermed føre til en gjensidighet i relasjonen. Dette innebærer at klienten opplever det som at den profesjonelle bryter med forventningene til rollen, og at dette gjør at den profesjonelle også blir sett som en person, ikke bare en profesjonell (Skatvedt, 2020). I dette ligger det en mulighet for en gjensidig relasjon, basert på den profesjonelles initiativ og interesse, i tillegg til klientens opplevelse av å bli likt, verdsatt og karakterisert som en slags venn. Dette vil si at deling kan ha en positiv betydning, men det er også noe som kan oppleves som en byrde for pasienten. I tillegg indikeres det at det kan innebære å ta en risiko for den profesjonelle (Topor & Denhov, 2015), noe som peker på den kontroversielle delen av fenomenet. Det er derfor forsket videre på utfordringer rundt grenser og kommunikasjonen rundt dette, noe jeg kommer inn på i delen om *Anbefalinger om deling og grenser*.

Forskning viser at terapeuten kan oppleves som mer helhetlig, eller kongruent, gjennom å dele noe personlig (Berg et al., 2017). Dette går ut på at deling av noe personlig bidrar til at det er sammenheng mellom det terapeuten sier og gjør, eller mellom terapeuten som profesjonell og terapeuten som personlig. Studier viser at pasienter setter pris på å oppleve terapeutene som både menneskelige og profesjonelle. Funnene til Berg et al. (2017) kan tyde på at delingen er en måte for terapeutene å senke den profesjonelle guard'en på¹⁰, og gjennom dette vise en tillit og genuin omsorg. Imidlertid har en analyse på selvavsløring i psykoterapi som Henretty og Levitt (2010) har foretatt indikert at selvavsløring ikke øker empati og kongruens, men

¹⁰ Det engelske ordet «guard» kan også brukes på norsk som betegnelse for en beskyttelse eller et hinder, forbundet med idrettsuttrykk innenfor basket og curling (Det norske akademis ordbok, 2021). I oppgaven bruker jeg den dagligdagse betydningen av det som skjold eller beskyttelse.

Berg et al. (2017) påpeker muligheten for at dette kan skyldes de store forskjellene i hvordan man forsker på fenomenet.

Klienter har også trukket fram betydningen av å få en validering av sine egne følelser, og at det hjalp dem med å få en innsikt i egen situasjon (Gaines, 2003). Deling vil således kunne føre til en opplevelse av å bli inkludert i noe felles, som vil kunne fungere identitetskonstruerende (Skatvedt, 2020). Det vil si at man blir sett på som en alminnelig, på lik linje med den andre, og sånn sett reduseres eventuelle stigmaer ved klientrollen. Man blir menneskeligjort. Deling av noe personlig vil kunne påvirke maktposisjonene og de hierarkiske forskjellene mellom terapeut og klient, som man vanligvis forbinder med noe negativt.

Imidlertid har man innenfor psykoterapeutisk forskning også funnet at selvavsløring kan ha negativ betydning for den terapeutiske allianse. Dette dreier seg først og fremst om tilfeller der terapeuten avslører for mye av sine egne personlige konflikter, noe som kan true de terapeutiske grensene og svekke den terapeutiske alliansen (Ackerman & Hilsenroth, 2001). Terapeutene peker på at denne delingen kan ha liten terapeutisk effekt, og at det kan gjøre at man mister fokus på pasienten. Videre kan dette føre til en utydeliggjøring av de profesjonelle grensene, noe som kan skade relasjonen (Berg et al., 2017). I sin gjennomgang konkluderer Hill et al. (2018) også med at det er negative effekter registrert i flere av undersøkelsene de har gjennomgått. Dette har dreid seg om klientenes reaksjoner, eller at terapeutene føler seg sårbare og inkompetente.

2.5. Anbefalinger om deling og grenser

I forskning og teori pekes det på flere positive og negative virkninger av deling av noe personlig, og det aktualiserer en drøfting rundt grenser for bruken av det (Bloomgarden & Mennuti, 2009; Hart, 2017; Hill et al., 2018; Ljungberg et al., 2017; Pinto-Coelho et al., 2016; Topor & Denhov, 2015).

På bakgrunn av sin gjennomgang av forskning kommer Hill et al. (2018) og Pinto-Coelho et al. (2016) med noen anbefalinger til bruk av selvavsløring i terapi. Anbefalingene er blant annet at man skal ha klienten i fokus når man deler, det vil si at man skal se etter relevans for klienten. Ofte vil dette innebære at det er fokus på likhet mellom klientens situasjon og terapeutens deling. Det anbefales også at man alltid vender oppmerksomheten tilbake til klienten etter at man har delt noe personlig (Pinto-Coelho et al., 2016). Videre anbefalinger

handler om å oppfordre terapeuter til å dele noe personlig, men at dette alltid skal gjøres på måter som er «terapeutisk meningsfullt for klienten» (min oversettelse) (Audet & Everall, 2010 henvist til i Pinto-Coelho et al., 2016, s. 48). Før man deler noe personlig bør man ta en vurdering av konteksten, kvaliteten på relasjonen, timing og hvordan klienten vil motta det terapeuter deler. Det kan her innvendes at et av de uforutsigbare elementene ved selvvavsløring er at man ikke kan vite på forhånd hvorvidt en slik deling er ønskelig av mottakeren, og heller ikke hvilken effekt det kan få (Gibson, 2012). Sett i lys av dette kan man forstå det som at delingen av noe personlig alltid er et fenomen som man må prøve og feile på.

Det er i denne sammenhengen interessant å introdusere et nært tilhørende fenomen til selvvavsløring; selvavgrensning. Selvavgrensning defineres som en persons evne til å skille sitt perspektiv fra en annens perspektiv og kan kobles til et behov eller en rett til å ikke dele (Engøy, 2016). Dette fenomenet er også en nødvendig del av å bygge en relasjon da det er viktig å se klientens og terapeutens opplevelse fra hverandre (Schibbye, 2012). Schibbye (2012) vektlegger at dette gjøres gjennom en anerkjennende holdning hos terapeuten, og at denne holdningen gjør at relasjonen blir personlig og nær, men ikke privat. Ifølge henne innebærer dette også at terapeutens privatliv aldri skal bli inkludert i det terapeutiske forholdet fordi det vil kunne fungere som en distraksjon for klienten.

Forskning støtter også denne anbefalingen om at deling ikke bør være for intim og privat (Pinto-Coelho et al., 2016). Det kan bemerkes at delingen sjelden blir opplevd som for intim eller grenseoverskridende, det vil si at terapeutene i forskningen ikke deler for mye. Man ser at graden av intimitet i delingen har sammenheng med hvor god relasjonen er, der en økt grad av intimitet henger sammen med en god og sterk terapeutisk allianse. Videre tyder denne forskningen på at det er lettere å dele det som er rene fakta om seg selv, noe som kan oppleves som mindre risikabelt, spesielt i svakere arbeidsallianser. Deling av fakta er imidlertid forbundet med klientens opplevelse av relasjonen som svakere, og Pinto-Coelho et al. (2016) anbefaler at man heller kan dele følelser og innsikt med en moderat grad av intimitet, da det er disse utsagnene som gir best utslag på relasjonen. Dette kan samsvare med Skatvedt (2020) som mener at delingen kan være personlig og nær uten å være sterkt følelsesladet og intim.

Skatvedt (2020) mener også at delingen bør være av en sånn karakter at det ikke oppleves som belastende for klienten, og det skal heller ikke være noe klienten skal ha noe ansvar for. Det er de profesjonelle sitt ansvar å gjøre denne endringen i hvordan man forstår hverandre som klient eller medmenneske. Dette er en mulig risiko ved å dele noe personlig, fordi den da

kan mistolkes til å handle om terapeutens behov, noe som gjør at klienten kan føle et behov for å ta vare på terapeuten (Berg et al., 2020).

Innenfor forskning på sosialt arbeid er det uenighet rundt opplevelsen av hvor hjelpsomme grenser er (Hart, 2017), og terapeutens grensesetting overfor klienten kan oppleves som vanskelig å kommunisere rundt (Engøy, 2016; Grant & Mandell, 2016; Johnsen & Ding, 2021). De profesjonelle hjelperne kan være redde for at man gjennom å sette grenser, for eksempel at man ikke ønsker å dele noe, kan oppleves som avvisende. Dette kan igjen føre til en avstand som er forbundet med høy grad av profesjonalisme, men som gjør at man kan oppfattes som rigid og ikke fleksibel. Både hjelperne og klientene vektlegger på den annen side at grenser er viktig og gir dem en trygghet, særlig med tanke på konfidensialiteten som forbindes med den profesjonelle relasjonen. Dette vil si at klientene har tillit til at taushetsplikten blir overholdt.

Ljungberg et al. (2017) har utforsket balansegangen mellom å være personlig og å opprettholde en viss avstand og definere disse grensene. Dette innebærer å dele noe personlig om seg selv, i tillegg til for eksempel å gjøre personlige tjenester for brukerne eller å være tilgjengelig utenfor arbeidstid. I funnene ble det pekt på en viss fleksibilitet i etterlevelsen av disse grensene, og en tydelig grense mellom hva som var å være personlig nok og å være for personlig ble ikke identifisert. Grenser i relasjonene ble gjenstand for subjektive vurderinger utfra bruker og kontekst for øvrig. Det ble også pekt på at grensene er lettere å opprettholde i de kontekstene som er forbundet med tradisjonelle strenge rammer, som for eksempel et psykiatrisk sykehus. En grense de beskrev var å være personlig, men ikke privat. Grensegangen ble således forstått til å dreie seg om risikoen for å være *for* personlig, *for* vennlig eller *for* nær. Forfatterne poengterer her at forskning den senere tiden har vist til en stor risiko for å være *for* upersonlig, i forståelsen å ikke være personlig nok. Dette er grenser som ikke ble like mye drøftet av de profesjonelle i studien.

Berg et al. (2017) argumenterer for at tidligere forskning på fenomenet kan ha oversett betydningen av kontekst når det gjelder deling av noe personlig. Frekvens og effekt har ikke en lineær sammenheng, det vil si at det ikke er bedre jo mer man deler. De konkluderer med at det å dele litt er bedre enn å dele veldig ofte eller ikke i det hele tatt. Når man tidligere har sammenlignet terapeuter som selvavslører med de som ikke selvavslører, er det terapeutene som deler som blir foretrukket, og det er de klientene selv ønsker å dele noe med (Hill et al., 2018). Dette samsvarer med empirien til Skatvedt (2020) som viser at det er bedre å gjøre litt enn å gjøre ingenting, forstått her som å gi en respons ved å dele noe enn å ikke dele noe.

I tråd med dette hevder Hart (2017) det at det ikke er hensiktsmessig å snakke om *hvor* grensa går, som om det er et kvantitativt fenomen som skal si noe om hvor mye eller hvor ofte man skal dele, men heller å se det som et kvalitativt fenomen der refleksjonene og vurderingene bør dreie seg om betydningen det kan få for den enkelte person i den gitte situasjonen. I dette ligger det at man ikke trenger å ha absolutte grenser for hva som kan deles og ikke, men at hva som er riktig eller passende kan variere. Hvis man kun er opptatt av de kvantifiserbare grensene, for eksempel *for mye* eller *for lite*, vil dette kunne virke begrensende på kvaliteten av arbeidet. Han er derfor ingen tilhenger av spesifikke regler for hva som skal tillates, men mener at graden av sensitivitet, for eksempel temaet sex, bør vurderes utfra mer komplekse sider ved den aktuelle relasjonen. I stedet for å stille spørsmålet om hvorvidt en deling er passende eller ikke, vil det være nyttigere å vurdere om dette er relevant for den unges behov i situasjonen og om dette er på terapeutens eller ungdommens initiativ. Dette er vurderinger rundt faktorer som makt og autoritet og viser til refleksjon over motivet for delingen og ikke bare rundt handlingen i seg selv. Ved å anerkjenne de profesjonelles etiske og faglige vurderinger rundt bruken av deling mener Hart (2017) at det er noen generelle regler som vil gjelde i noen gitte situasjoner, sånn at ikke hver situasjon oppleves som ny.

2.6. Profesjonalitet i et spenningsfelt

Jeg har nå presentert flere anbefalinger knyttet til delingen av noe personlig som handler om vurderingene for hva som skal deles, med hvem og når. Videre skal jeg se på hvordan delingen av noe personlig kan sies å være i et spenningsfelt mellom ulike forståelser av profesjonalitet.

Topor (2021) kobler forståelsen av deling av noe personlig til hvordan man forstår profesjonalitet. Han er svært kritisk til å bruke begreper som «self-disclosure» og «boundary violation», altså *overtramp*, og mener at dette bidrar til at fenomenet forbindes med at man gjør noe uprofesjonelt. En slik fremstilling av fenomenet reproducerer en naturvitenskapelig tilnærming til en type profesjonalitet som vektlegger avstand og nøytralitet. Han poengterer at det kan være kontekstuelle ulikheter som gjør at synet på profesjonalitet kan variere, og trekker frem at mange hjelpere som møter brukerne over lengre tid og på ulike arenaer, kan oppleve den type profesjonalitet som motstridende med de rammene de jobber under. Således kan man si at fenomenet befinner seg i et spenningsfelt mellom den tekniske og hverdagslige måten å forholde seg til det på. Topor et al. (2018) argumenterer for at man ikke kan transformere den emosjonelle faktoren til en intervensjon som følger en plan. Jeg forstår dette

som at man da vil redusere det spontane og dermed også det ekte og autentiske ved handlingen.

I likhet med Topor setter Olkowska (2012) deling av personlige historier og erfaringer i sammenheng med diskurser om terapi, det vil si hva som er lov å gjøre og ikke, som en profesjonell. Hun undrer seg over om selvavsløring ikke regnes som en del av denne diskursen. I tråd med dette har Soggiu et al. (2020) gjennom intervjuer med mottakere av psykisk helsetjenester avdekket et paradoks mellom forståelsen av hva som er profesjonelt og hva som oppleves som god hjelp. Den personlige relasjonen mellom hjelpemottaker og hjelpetilbyder trekkes frem som svært betydningsfull i menneskenes bedringsprosess, men den blir samtidig forbundet med å være uprofesjonell. Når denne mer personlige måten å jobbe på ikke blir anerkjent i fagfeltet, får man heller ikke jobbet med å forbedre denne siden av arbeidet, og den forblir noe som er gjemt og forbudt, som man ikke har et språk for. Forskning på brukeres egne erfaringer tyder på at det er ulike måter å være profesjonell på, og dette kan representere en annen type profesjonalitet enn profesjonaliteten innenfor den klassiske psykoanalytiske holdningen om at behandleren skulle være nøytral.

Dette spenningsfeltet kan også gjelde sosialt arbeid generelt. Grant og Mandell (2016) beskriver hvordan sosialt arbeid i sin streben etter å bli akseptert som en vitenskap, både teoretisk og som en profesjon, kan fremheve verdier som objektivitet og distanse fremfor nærhet og relasjon. Det kan således bli et slags motsetningsforhold mellom det å forholde seg til grenser og å bygge relasjoner. De ønsker å endre forståelsen av grenser som distanserende begrensninger til å heller handle om støttende strukturer som en nødvendig del av den profesjonelle relasjon. Et viktig grep for den profesjonelle hjelperen blir å øve seg på å kommunisere rundt grenser. Sånn jeg forstår dette bidrar de også til et bredere perspektiv på den profesjonelle rollen, som en som både innehar evnen til å være nær, varm og personlig, samtidig som man evner å kommunisere rundt grensene i den profesjonelle relasjonen.

Topor (2021) argumenterer for at man ikke kan finne én tilnærming som vil være den beste for alle personer. Noen «experts by experience», altså personer med egenerfaring, vil foretrekke å påvirke hva slags hjelp de mottar, noe de kan få mulighet til gjennom «shared decision making». Andre igjen ønsker å overlate den avgjørelsen til andre «experts by profession». Dette er noe som kan variere mellom ulike tidspunkter i livet, ulike situasjoner og i ulike relasjoner. På bakgrunn av dette mener han at det ikke er konstruktivt å forske på hva som er mer effektivt enn noe annet. Han mener allikevel at det er en viss enighet i

forskningen på at erfaringene fra brukere og profesjonelle må inngå i utviklingen av evidensbaserte metoder.

Mol et al. (2010) har i sine studier av omsorgsarbeid innenfor ulike kontekster funnet at man må forstå omsorg som et samarbeid mellom pasient og profesjonell i tillegg til de kroppslige, tekniske og materielle elementene, og at praksisen for hva man vektlegger alltid er lokal og spesifikk. De prøver således å utviske dikotomien mellom den aktive og den passive pasient, og snakker heller om at pasientens deltagelse er en faktor som kan variere i mer eller mindre grad utfra behov. Dette gjelder også synet på den profesjonelle som en ekspert, veileder eller tilrettelegger: Det er snakk om ulike grader av involvering utfra konteksten de befinner seg i. Man kan forstå dette som at «riktig» omsorg alltid vil variere og derfor må tilpasses hver enkelt kontekst og hver pasient, klient eller bruker.

2.7. Oppsummering av teori og forskning

Før jeg går videre til å presentere metoden for studien og deretter beskrive funnene, kan jeg oppsummere kapittelet. Det teoretiske grunnlaget for oppsøkende sosialt arbeid har blitt introdusert som en del av psykisk helsearbeid. Selv om den personlige tilnærmingen vektlegges i oppsøkende sosialt arbeid, er det i liten grad beskrevet hvordan dette kan gjøres.

De omtalte psykoterapeutiske og sosiologiske forståelsene av relasjonen har flere likheter i anerkjennelsen av fellesfaktorer ved terapeutens bidrag som autentisitet, åpenhet og transparens. Allikevel kan man si at de har ulik forståelse av hvordan dette skal gjøres og hvor gyldig dette er i terapi. Forståelsen av dette spiller inn på hvordan man som hjelper forholder seg til det å dele noe personlig. Deling av noe personlig befinner seg dermed i et spenningsfelt på flere måter. Blant annet dreier dette seg om ulike måter å forstå selve fenomenet på, som en avsløring eller en invitasjon. I tillegg går forskjellene i de to tilnærmingene ut på hvorvidt fenomenet skal plasseres innenfor en planlagt og gjennomtenkt terapeutisk intervensjon, såkalt «big things» eller som en mer eller mindre spontan del av menneskelig samhandling, kalt «small things».

Oppsummert kan man si at teori og forskning peker på flere positive terapeutiske effekter ved å dele noe personlig, men delingen er også noe som kan ha negativ betydning for klienten. Det er flere anbefalinger knyttet til delingen av noe personlig som handler om hva som skal deles, med hvem og når. Noen av disse går detaljert inn på nyansene på hva som skal deles når, mens andre ser det som et fenomen som det ikke fins en fasit på, men som må vurderes

utfra ulike faktorer. Disse faktorene kan være avhengig av klienten, terapeuten eller relasjonen. Det bør være en grense, men det er uenighet rundt om dette bør være mer eller mindre absolutte grenser, eller om grensene må vurderes fra gang til gang. Gjennom en kvalitativ tilnærming til slike grenser vil man ikke snakke om hva som er for mye eller for lite, men heller hva som er riktig eller galt, i forståelsen mer eller mindre virksomt, der og da.

Deling av noe personlig befinner seg i et spenningsfelt rundt hvordan man forholder seg til det å være profesjonell. Det kan virke som om det mangler et fagspråk for en viktig del av den profesjonelle relasjonen, den personlige siden. Det argumenteres for en anerkjennelse av denne delen som en viktig bestanddel i den profesjonelle relasjonen, og en samtidig opprettholdelse av balansegangen mellom det planlagte og det spontane og følelsesmessige.

3. Metode

I dette kapittelet skal jeg beskrive metoden for denne studien og beskrive prosessen med gjennomføring og analysing av det kvalitative forskningsintervjuet.

3.1. Kontekst for oppgaven

Kontekst kan handle om en observerbar størrelse eller en fysisk sammenheng, men det kan også brukes for å betegne en psykologisk forståelsesramme som man forstår fenomener innenfor, og som påvirker hvordan man tolker det (Jensen & Ulleberg, 2019). Karlsson og Borg (2013) argumenterer for viktigheten av å beskrive og reflektere rundt sin forforståelse i psykisk helsearbeid, derunder sine perspektiver og perspektivvalg.

En del av min forforståelse er preget av min tidligere kjennskap til temaet. Dette masterprosjektet begynte jeg med våren 2019¹¹, men som nevnt innledningsvis har min interesse for temaet vart mye lenger enn det. Jeg kunne således ikke nullstille meg ved for eksempel å ikke oppsøke litteratur på temaet før jeg gikk inn i intervju- og analyseprosessen. Dette kan ha påvirket retningen på studien, men kan også ha gitt et godt utgangspunkt for utforskning av det fra ungdommers perspektiv, et perspektiv som er relativt lite forsket på. Refleksjon rundt min forforståelse har gjennomsyret hele forskningsprosessen, noe jeg kommer inn på i flere av delene i metodekapittelet.

¹¹ Masterstudiet ble påbegynt høsten 2017, mens forskningsprosjektet ble utviklet våren 2020, og godkjenningen fra Norsk Samfunnsvitenskapelig Datatjeneste (NSD) kom i juli 2020. Se vedlegg 2.

Konteksten for oppgaven vil også kunne innebære det vitenskapsteoretiske perspektivet man har som forsker fordi det vil påvirke resultatet av forskningen (Kvale & Brinkmann, 2015). Denne studiens teoretiske ståsted vil befinne seg innenfor kvalitativ forskning, og i all hovedsak bygges på sosialkonstruktivistiske, hermeneutiske og fenomenologiske perspektiv. Hermeneutikken og fenomenologien er sentrale perspektiver når det kommer til forskningsmetoden jeg har valgt da det er en kombinasjon av disse to tilnærmingene. Dette skal jeg redegjøre for på neste side. Fenomenologien har sine røtter i filosofien, knyttet til blant annet Edmund Husserl som er opptatt av hvilken *mening* personer tillegger sine erfaringer med fenomener (Thomassen, 2020). Den anerkjenner subjektive forståelser og er opptatt av å se etter fellestrekk ved erfaringene informantene har, og på bakgrunn av dette utvikle en forståelse av *essensen* av fenomenet. Hermeneutikkens perspektiv bidrar med fortolkning av meningen. Dette innebærer at det ikke finnes en egentlig sannhet, men at det vil fortolkes på flere nivåer. Et viktig prinsipp er at «mening bare kan forstås i lys av den sammenhengen det vi studerer, er en del av» (Thagaard, 2018, s. 41).

I teori- og forskningskapittelet ble det beskrevet to ulike måter å forstå deling av noe personlig på. I fremstillingen av det psykoterapeutiske perspektivet vil det kunne kobles til en positivistisk tilnærming. Denne tilnærmingen er som oftest benyttet innenfor naturvitenskapen og kvantitativ forskning. Den ønsker å forklare årsaker og tar utgangspunkt i at det finnes en objektiv sannhet. Sosialkonstruktivismen kan sies å representere et brudd med dette tradisjonelle positivistiske synet (Thagaard, 2018) og vil i denne oppgaven komme til uttrykk gjennom det sosiologiske perspektivet. Dette perspektivet er opptatt av kvalitative beskrivelser som sier hvordan det sosiale livet gjøres og hvordan identiteter og relasjoner konstrueres, utvikles og endres (Skatvedt, 2020). Den teoretiske konteksten kan derfor også sies å befinne seg i spenningsfeltet mellom det positivistiske og konstruktivistiske.

3.2. Valg av forskningsmetode

For å besvare problemstillingen valgte jeg å benytte en kvalitativ forskningsmetode gjennom kvalitative intervjuer. Kvalitative intervjuer er en god metode for å få fram kunnskap om fenomener, gjennom menneskers beskrivelser av livserfaringer, opplevelser og hendelser (Kvale & Brinkmann, 2015). Tilnærmingen er hermeneutisk fenomenologisk, og designet er fortolkende fenomenologisk analyse, eller på engelsk *interpretative phenomenological analysis*, forkortet til IPA. Dette er en tilnærming som har som formål å utforske meningen

mennesker tillegger sine livserfaringer (Smith et al., 2009), i dette tilfellet fenomenet miljøterapeuters deling av noe personlig.

Jacobsen (2015) understreker at den fysiske konteksten for hvor intervjuet foregår kan påvirke innholdet i intervjuet. Det kan for eksempel dreie seg om en naturlig setting, der den som intervjues føler seg hjemme, eller et kunstig sted, som for eksempel undersøkerens kontor eller i et laboratorium. Jeg ønsket å få gjennomført dette på et sted der ungdommene kunne slappe av, og hvor vi ble minst mulig forstyrret. Av praktiske årsaker ble det gjennomført både i utekontaktens egne lokaler, i en offentlig bygning, og ett av intervjuene ble gjennomført digitalt på grunn av at informanten studerte i en annen by. Dette var ikke helt optimalt, men jeg er allikevel usikker på hvorvidt dette påvirket intervjuets kvalitet, da jeg opplevde å få gode og utfyllende svar fra alle informantene uavhengig av dette.

Jeg benyttet meg av en semistrukturert intervjuguide¹². Intervjuguiden fungerte som et utgangspunkt for hva jeg skulle spørre informantene om ved å sirkle inn temaer og forslag til spørsmål. Jeg ønsket å få til en naturlig samtale om temaet, og lot derfor informantene i stor grad bestemme hvor de ønsket å lede samtalen. Formålet med denne måten å gjennomføre intervjuet på er å få frem hvilken mening informantene tillegger fenomener. Dette vil si at man er opptatt av informantenes opplevelser, følelser og handlinger gjennom både faktaspørsmål og meningsspørsmål (Kvale & Brinkmann, 2015). Intervjuguiden hadde jeg i nærheten om jeg glemte hva jeg skulle spørre om underveis, og jeg brukte den også som en slags sjekkliste mot slutten av intervjuet for å sikre at jeg hadde vært innom de temaene jeg hadde planlagt.

Jeg gjennomførte et pilotintervju på egen arbeidsplass for å teste ut intervjuguiden. Da jeg opplevde at intervjuguiden fungerte bra, og at innholdet i intervjuet var svært beskrivende for fenomenet jeg ønsket å utforske, valgte jeg å inkludere informantene og intervjuet i min studie. Dette var en ungdom jeg hadde litt relasjon til fra før, og det kan antas at en kjent relasjon kan påvirke informasjonen som kommer frem (Kvale & Brinkmann, 2015). Jeg opplevde at informantene var avslappet og trygge i intervjusituasjonen fra begynnelsen, og at dette gjorde at vi kanskje kom raskere inn på en dypere forståelse av fenomenet med denne informantene sammenlignet med de andre.

¹² Se vedlegg 3.

Intervjuene varte mellom 55 minutter og 1 time og 25 minutter. Jeg benyttet meg av lydopptaker under intervjuene. For å ivareta personvernet ble hvert intervju umiddelbart overført til en minnepinne som jeg krypterte og lagret på et sikkert sted.

3.3. Utvalg av informanter

Jeg har intervjuet 4 ungdommer som har, eller har hatt, en relasjon til en utekontakt. I rekrutteringsprosessen la jeg vekt på at ungdommene skulle ha en god relasjon til først og fremst én utekontakt som hadde hatt en spesiell betydning for vedkommende. Bakgrunnen for dette var at jeg hadde en formening om at det var enklere å snakke om fenomenet utfra relasjonen til en person man kjenner godt, og som man opplever å ha fått god hjelp fra.

I utgangspunktet hadde jeg en forestilling om at det var ideelt med et utvalg på 6 personer, men jeg så at jeg hadde fått gode beskrivelser av fenomenet etter at jeg hadde intervjuet 4 personer. Jeg vurderte at jeg hadde et godt grunnlag for å jobbe analytisk med resultatene og valgte derfor å ikke rekruttere flere. I kvalitativ forskning er det ikke kvantiteten som skal være styrende for utvalgets størrelse, men det er formålet med undersøkelsen som skal være det avgjørende (Kvale & Brinkmann, 2015). Formålet i denne studien var å få en god nok beskrivelse av fenomenet med forskjeller og likheter, nyanser og variasjon. Analysemetoden jeg har benyttet meg av, IPA, argumenterer i tråd med dette at undersøkelser som følger denne metoden vil være best med et lavt antall caser utfra hvor komplekse menneskelige fenomener er (Smith et al., 2009).

Informantene ble rekruttert ved at jeg sendte ut informasjonsskriv¹³ til 6 arbeidsteder for oppsøkende sosialt arbeid på Østlandet. Fra noen av de som responderte fikk jeg tilbud om å intervju flere ungdommer de har hatt oppfølging med, men jeg valgte å intervju én ungdom fra hvert sted, fordi jeg vurderte at fokuset på fenomenet i den spesifikke relasjonen var et større tema for denne oppgaven enn fokuset en spesifikk utekontakt. Siden kjønn ikke har vært et tema for oppgaven var jeg ikke opptatt av om informantene skulle være menn eller kvinner når det gjelder sammensetningen av utvalget, ei heller om det skulle være mannlige eller kvinnelige utekontakter de hadde en relasjon til. Jeg endte opp med 3 kvinner og 1 mann, som alle pratet om sin relasjon til en kvinnelig utekontakt. Intervjuene ble foretatt i tidsrommet september-november 2020.

¹³ Se vedlegg 4.

Videre i oppgaven vil disse bli omtalt som ungdommer, eller informanter der jeg vurderer at det er et behov for å presisere at det er disse ungdommene jeg omtaler.

3.4. Etiske hensyn

Det er flere etiske overveielser man kan og bør foreta når man skal gjennomføre et kvalitativt forskningsprosjekt. Én av disse dreier seg om at informanten skal få informasjon om studien og samtykke til å bli intervjuet. I forkant av undersøkelsen ble deltakerne tilsendt informasjonsskrivet som jeg også gikk gjennom med dem rett før intervjuet. De signerte i tillegg på et skjema om at de hadde fått informasjon om overordnede mål og om hovedtrekk i undersøkelsen¹⁴. Formålet med et slikt samtykke er blant annet å sikre at informantene deltar frivillig, og at de vet at de kan trekke seg fra undersøkelsen når som helst (Kvale & Brinkmann, 2015).

Et annet etisk aspekt omhandler forskerens rolle. Dette dreier seg om forskeren som person, forskerens integritet, og hvordan dette kan påvirke kvaliteten på undersøkelsen (Kvale & Brinkmann, 2015). Det sentrale temaet for oppgaven, forholdet mellom personlig og profesjonell, blir også problematisert innenfor forskningsetikk. Her er det også vektlagt en fare for at man ikke greier å opprettholde en profesjonell avstand ved at man for eksempel blir oppfattet som en venn og fortolker alt utfra deltakernes perspektiver. Også i denne relasjonen blir maktforholdet på denne måten relevant. Jeg har hele tiden vært bevisst min kjennskap til fagfeltet og mitt engasjement for temaet, men har jobbet aktivt for å sørge for at det er informantenes synspunkt som skal være det styrende i intervjuet. Dette temaet blir utdypet under neste del om validitet.

I prosessen med å få godkjent prosjektet hos NSD måtte jeg vurdere hvorvidt intervjuet kunne komme til å omhandle tredjepartsopplysninger, i og med at ungdommene skulle snakke om en utekontakt. Det kunne derfor være aktuelt med et informasjonsskriv eller et samtykke fra utekontakten. I samarbeid med NSD ble det besluttet at jeg kunne unngå dette ved å informere ungdommene på forhånd om at de måtte unngå å bruke utekontaktens navn og ikke fortelle noe andre identifiserende personopplysninger om vedkommende.

¹⁴ Både informasjonsskriv og samtykke er Vedlegg 4.

3.5. Reliabilitet, validitet og generaliserbarhet

I forbindelse med kvalitativ forskning vil det være tre aktuelle begreper som er aktuelle for å unngå at man havner i en ekstrem posisjon hva gjelder forskningens resultat, og dette er reliabilitet, validitet og generaliserbarhet (Kvale & Brinkmann, 2015). Ved hjelp av disse begrepene kan man finne balansen mellom en subjektiv relativisme der alt kan bety alt, og en absolutistisk søken etter objektiv mening.

Reliabilitet handler om resultatenes troverdighet, og hvorvidt andre forskere hadde fått samme resultat på andre tidspunkt (Kvale & Brinkmann, 2015). Gjennom de ulike forskningsstadiene kan man påvirke reliabiliteten på ulike måter, for eksempel gjennom hvordan man stiller spørsmål og hvordan man transkriberer intervjuene. Det er et mål at forskningen skal unngå vilkårlig subjektivitet, mens et for strengt fokus på reliabilitet kan motvirke kreativitet og variasjon (Kvale & Brinkmann, 2015). Ved å følge egen intervjustil og improvisere underveis, vil denne kreativiteten styrkes.

Validitet dreier seg om i hvilken grad en metode undersøker det den er ment å undersøke, og er noe som bør gjennomsyre hele forskningsprosessen (Kvale & Brinkmann, 2015). Dette kan gjøres gjennom ulike grep i de ulike stegene i prosessen, i tillegg til å ha en refleksiv tilnærming til forskningen. For å styrke validiteten har jeg blant annet hatt et kritisk blikk på mine fortolkninger, og gjennom presentasjonen av dette i oppgaven tydeliggjort hva som er mine tolkninger, og poengtert at det er flere måter å tolke det på. Gjennom hele forskningsarbeidet har jeg også vært opptatt av hvordan konteksten, derunder min forforståelse, kunne påvirke de ulike stegene i prosessen. I slutten av oppgaven vil jeg oppsummere dette når jeg ser på begrensningene ved studien.

Noen mener at validitet også kan ses som en oppfordring til en samtale om eksisterende praksis (Kvale & Brinkmann, 2015), og dette er relatert til generaliserbarheten av en studie. Generaliserbarheten kan dreie seg om hvorvidt man kan overføre funnene fra denne studien til andre kontekster (Kvale & Brinkmann, 2015). Dette er ikke alene formålet for verken kvalitative studier eller for denne oppgaven. Det blir således ikke en søken etter en universell eller individuell kunnskap, men en vektlegging av ulike typer kunnskap i ulike kontekster. Formålet er derfor å utforske fenomenet og komme med beskrivelser av det for å gi en bedre forståelse. Det vil antas at denne kunnskapen kan få implikasjoner for praksis, noe jeg behandler i delen om *Betydning for praksis*.

3.6. Analyseprosessen

Jeg opplevde denne delen av studien som en svært interessant, men krevende prosess, blant annet fordi jeg ønsket å behandle informantenes utsagn på en respektfull måte. I dette legger jeg også at jeg ville være sikker på at jeg ikke mistolket noe av det de sa, og at jeg fikk med deres hovedbudskap. I et kvalitativt intervju vil man alltid være preget av sin forforståelse, og dette er også noe av poenget med en fortolkende metode, men det er derfor også viktig at man er bevisst dette (Kvale & Brinkmann, 2015). Etter hvert gjennomførte intervju noterte jeg ned umiddelbare refleksjoner som jeg hadde, og jeg ser at dette har imøtekommet noe av denne utfordringen. Dette kunne for eksempel være nøkkelord, hovedtemaer, nye perspektiver jeg hadde fått, eller andre ting jeg tenkte var relevant. Disse refleksjonene brukte jeg som en kvalitetssjekk på at jeg hadde fått med meg det viktigste i fremstillingen av funnene, ved en gjennomlesning av det før, under og etter analyseprosessen.

Jeg transkriberte hvert intervju fortløpende og analyserte dernest hvert intervju for seg selv før jeg gikk videre til neste. Smith et. al. (2009) vektlegger at det viktigste i denne tilnærmingen er dets analytiske fokus, ved å se analysemetoden som en induktiv sirkel der man kan ha en fleksibel tilnærming. Dette innebærer at man fastholder noen bestemte strategier som dreier seg om en nøye linje-for-linje-analyse og oppdagelse av mønstre i teksten som videre blir formulert til temaer.

Som nevnt ovenfor har jeg benyttet meg av analysemetoden IPA. Denne metoden legger opp til seks steg i analyseprosessen. Disse seks stegene er:

1. gjennomlesning flere ganger (reading and re-reading)
2. utforskende kommentarer (initial noting)
3. utvikling av begynnende temaer (developing emergent themes)
4. se etter sammenhenger mellom de begynnende temaene (searching for connections across emergent themes)
5. begynne på neste intervju (moving to the next case)
6. se etter mønstre på tvers av intervjuene (looking for patterns across cases)

(Smith et al., 2009, s. 82-101)

Etter transkriberingen flyttet jeg hele teksten inn i en tabell og begynte med de utforskende kommentarene. De utforskende kommentarene kan være rent *beskrivende* med fokus på innholdet i det informanten sier. De kan også være *språklige* som har fokus på å utforske

hvordan språket til informanten er, eller så kan de utforskende kommentarene være *konseptuelle*, som er på et mer spørrende og konseptuelt nivå (Smith et al., 2009). Jeg opplever at min tolkning av teksten beveget seg mellom disse ulike nivåene, og disse kommentarene ble utgangspunktet for utviklingen av temaer.

Når det gjaldt grupperingen av temaer, delte jeg først inn i fem hovedkategorier: ungdommen, relasjonen, praksisformer, hjelperrollen og annet. Der jeg så at et tema kunne passe innunder flere hovedkategorier, plasserte jeg dem under begge. Da jeg hadde fordelt alle temaene for hvert intervju, fargekodet jeg hvert intervju og samlet alle temaene for hver foreløpige hovedkategori. Jeg skrev deretter ut hver kategori og så etter sammenhenger mellom de ulike temaene. Dette førte til at jeg slo sammen flere temaer og flyttet på temaer der jeg vurderte at det passet bedre inn under en annen hovedkategori. Dette innebar også en elimineringsprosess der jeg tok bort de temaene som jeg vurderte at ikke var relatert til problemstillingen. Til slutt endte jeg opp med fem nye hovedtemaer, med tilhørende undertemaer:

Tabell 1 – Tabellen viser oversikt over hovedtemaene med tilhørende undertemaer:

<p>Hovedtema 1: Forståelsen av å dele noe personlig</p> <ul style="list-style-type: none"> • Personlig erfaring, historie og egenskaper • Kompiserfaringer • En naturlig del av samtalen
<p>Hovedtema 2: Ungdommenes behov i den profesjonelle relasjon</p> <ul style="list-style-type: none"> • Behov for trygghet • Relatering til hverandre – det man har til felles • Gjensidighet – det å gi noe og få noe tilbake
<p>Hovedtema 3: Betydningen av å dele noe personlig</p> <ul style="list-style-type: none"> • Bekreftelse og normalisering • Utvide forståelseshorisonen • Relasjonsbygging • Usikkerhet og ustabilitet
<p>Hovedtema 4: Vurderinger rundt bruken av å dele noe personlig</p> <ul style="list-style-type: none"> • Tematikk • Fokus på ungdommen • Hjelperens sårbarhet
<p>Hovedtema 5: Forståelsen av å være personlig og profesjonell</p> <ul style="list-style-type: none"> • Personlig relasjon, lik venne- og familierelasjoner • Personlig og profesjonell – to forskjellige ting • Å være personlig er å være profesjonell

4. Resultater

Jeg har nå introdusert konteksten for denne oppgaven gjennom å beskrive både det teoretiske og forskningsmessige grunnlaget for å forstå fenomenet *deling av noe personlig*. I tillegg har jeg presentert forskningsprosessen. Videre skal jeg presentere mine funn med utsagn fra ungdommene jeg har intervjuet.

4.1. Hovedtema 1: Forståelsen av å dele noe personlig

Når jeg spør direkte om hva ungdommene forstår som å dele noe personlig, er det noen av de som forstår dette som å gjelde ungdommers deling, eller det blir forstått som et fagspørsmål, altså noe som ikke er så relevant for dem. Alle har erfaringer med at utekontaktene har delt noe personlig, men noen har hatt utfordringer med å huske konkrete situasjoner der dette har skjedd. Ungdommene gir mange eksempler på hva utekontaktene har delt med dem. Én av ungdommene har i tillegg erfaring med å ha delt noe personlig med ungdommer etter at hun selv har begynt å jobbe med ungdommer.

Personlige historier, erfaringer og egenskaper

Erfaringene alle ungdommene forteller om tyder på at de forstår hjelperens deling først og fremst som en verbal deling av noe utekontakten selv har opplevd eller erfart:

Ungdom 2: Dele noe personlig. Det er rett og slett det å kunne dele sine personlige erfaringer. Gjerne de som man helst ikke forteller til hvem som helst.

Dette tyder også på at utsagnene karakteriseres av en viss fortrolighet. Ungdommene gir eksempler på erfaringer med hva utekontaktene har delt med dem. Ofte er det relatert til de utfordringene ungdommene står i. Det kan være ulik grad av hvor private temaene er, og omhandler skoleskulking, vennerelasjoner, identitet, forhold til egne følelser, sex, flytte til ny by, rus, psykiske utfordringer og utfordringer på jobb.

Ungdom 4: Og da..sa hu at hu også hadde hatt tilpasningsvansker når hu begynte å studere.

Ungdom 3: Atte ja, hun skulka også, ikke sant.

Ungdom 2: Hu også har hatt noen venninner som sliter som da har pleid å hver høst gå til en sånn privat psykiater.

Ungdom 3: De har sagt at de har prøvd, selvfølgelig.. (hasj)

Ungdom 4: *Og da fortalte hu meg om..litt opplevelser hu hadde hatt med arbeidsgivere også.*

Ungdom 3: *Så mye som..sex. Det også deler man.*

Én av ungdommene forteller også om utekontaktens deling av forhold til egne følelser, som kom til uttrykk som en forskjell mellom de to:

Ungdom 4: *Altså..det skjedde..hu snakka om det ganske fort. Hu har vært veldig tydelig på det. At vi er veldig forskjellige. Sånn at jeg ikke måtte, liksom..ikke måtte tenke at hu ikke bryr seg bare fordi hu ikke begynner å grine. Fordi..det er ikke sånn hu er.*

Innholdet i denne delingen kan kalles en personlig egenskap fremfor en personlig erfaring eller historie, og vil sånn sett representere en bred måte å forstå deling av noe personlig på. Denne delingen er også relatert til ungdommen fordi det er en forskjell mellom de to, og utekontakten deler for å unngå misforståelser.

Tematikk som ikke nødvendigvis er relatert til ungdommen direkte, er hverdagshistorier, som eksplisitt dukker opp hos én av ungdommene:

Ungdom 1: *Men mer sånn..stories, hu også, og mer om hverdagen sin og hvordan livet hennes er og hvordan hu har hatt det..og hvordan hu føler seg. (...) Trengte ikke å være noe spennende en gang. Om det var, liksom, på jobb, om hun hadde jobba lenge, hva hun hadde tenkt å gjøre i fritiden..og..sånne type ting, liksom..*

Dette er også lik et eksempel med fortelling om en ferie som blir presentert under Hovedtema 3. Denne måten å bruke hverdagserfaringer på kan gjøre at ungdommen lettere kan relatere til utekontakten, og det kan virke som om det finnes uendelige med muligheter for temaer som kan være aktuelle.

Kompiserfaringer

Flere av ungdommene har erfaringer med utekontaktens deling av andres erfaringer.

Ungdom 2: *Ja, fortelle mye om andres opplevelser, får aldri vite hvem det er, for det er jo aldri viktig, egentlig, men det også vite det at det finnes løsninger, det finnes metoder, det finnes noe du kan gjøre med dette problemet i hvert fall, da, som kanskje forhåpentligvis gjør det litt bedre.*

Ungdom 4: *Men assa, hu sier ikke, hu sier ikke navn, da. Hu sier ikke navn, hu bare..hu...sier at det..at en av døtrene mine, liksom..eller..noen jeg kjenner, eller venninna mi..var sånn..*

Ungdom 3: *Jeg tror det er mer kompiserfaring. Det kan hende..henne, eller ikke, men..kompiserfaring, ikke sant.*

Disse utsagnene illustrerer at delingen av andres erfaringer kan ha samme betydning som når man deler sin egen erfaring. Man trenger ikke å nevne navn ved deling av andres erfaringer for at de skal ha en betydning. Dette kan tyde på at det er historien i seg selv som blir relevant, og at historien gjør at du viser en forståelse og kan relatere til ungdommenes opplevelse.

Den ene ungdommen som har erfaring med å være hjelper selv og bruke sine egne erfaringer, har også brukt såkalt kompiserfaring for å relatere til ungdommer og veilede dem på hvilke valg de gjør i livet:

Ungdom 3: Jeg bare: ja, vet du hva, jeg har hatt kompiser som har skulka så mye for å gjøre ditten og datten, selge på siden eller hva enn, og til slutt, hva endte de med? Ingenting. Vil du virkelig det? Nei, du vil jo ikke det. Og de blir sånn: hæ? Okei, greit.

Kompiserfaring kan også brukes på dine egne erfaringer dersom du ikke er komfortabel med å dele en privat erfaring som har vært vond for deg, i dette tilfellet med en hypotetisk erfaring med å bli voldtatt:

Ungdom 3: Si: du kjenner noen som har gått gjennom det. Bestevenninna mi, på den tiden. Bruk heller det eksempelet, ikke si jeg. (...) Gjør det på den måten. Så du trenger ikke alltid nødvendigvis gi eksempler med deg selv. Det er bare at du kan relatere på en eller annen spor, ikke sant.

En naturlig del av samtalen

Ingen av ungdommene kommer på den første gangen utekontaktene delte noe personlig med dem.

Ungdom 4: Nei, absolutt ikke. Sikkert sånn...sikkert første gangen vi snakket sammen eller noe, jeg vet ikke. Nei, kanskje ikke akkurat det. Men i hvert fall tidlig. I vår relasjon, da. Jeg husker ikke første gangen.

Ungdom 2: Jeg har aldri spurt direkte om det, fordi hun har på en måte mata det inn i samtalen fra før av i så fall. Så dermed så blir det på en måte mer naturlig del av samtalen enn at man spurte om det direkte, fordi i stedet for at man må drive å fiske om informasjonen, så hu veit på en måte, okei, informasjonen man ønsker, man kommer med den tidligere, være litt på forskudd, at det er veldig behjelpelig.

Ungdom 3: Mmmm...det er mer sånn som jeg forteller deg om mine ting nå. Atte det blir en liten samtale.

Dette kan tolkes som at delingen av noe personlig blir en naturlig del av samtalen som utekontakten bruker der det passer. Det kan oppfattes som at det er en ekstra kompetanse man kan bruke i relasjonen. Kun én av ungdommene har en erfaring med en som hun merker deler

svært bevisst for å kunne bygge relasjon til ungdommen. Dette er omtalt under punktet *Relasjonsbygging* i delen om *Betydningen av å dele noe personlig*.

4.2. Hovedtema 2: Ungdommenes behov i den profesjonelle relasjon

I utforskningen av fenomenet *deling av noe personlig* blir ungdommenes opplevelse av å være i en profesjonell relasjon sentral. Ungdommene beskriver hvordan de opplever å motta hjelp og hvordan en deling kan påvirke dette.

Behov for trygghet

Når ungdommene forteller om sitt første møte med utekontaktene, beskriver de at de allerede er preget av noen rammer og forventninger til hva de skal møte, noe som videre påvirker hvordan ungdommene oppfører seg. Det er ikke alltid de tenker at de trenger noe fra utekontaktene, og ungdommene kan bruke litt tid på å bli trygge nok til å motta hjelp eller å be om hjelp.

Ungdom 3: Så vi dro dit og jeg husker jeg var veldig sjenert, så jeg pratet ikke med noen, jeg var mer sånn..nei..hva er det her for noe, jeg skal ikke ha hjelp fra noen..selv om jeg vil..så jeg var veldig sånn viste at jeg ikke bryr meg, var veldig kald.. så det tok under en måned, kanskje en måned, litt usikker, før jeg begynte å snakke.

Spesielt i begynnelsen av en relasjon kan det virke som om ungdommen føler seg fram for å finne ut hva slags folk utekontaktene er, hva de kan brukes til, og om de er til å stole på. Det virker også som om ungdommene holder avstand fram til de er trygge nok. En annen ungdom beskriver også hvordan denne avstanden preger holdningen til ungdommen i begynnelsen av en relasjon:

Ungdom 1: Så tingen er, da, når jeg snakker med nye folk, så prøver jeg å snakke profesjonelt. Så prøver jeg liksom å passe på språket (...).og ikke være for komfortabel..

Utsagnet om å ikke være for komfortabel kan tolkes som at man ikke føler seg trygg nok. Man kan således ikke slappe helt av og være helt åpen om hvordan man har det. Denne måten å presentere seg på blir en slags profesjonell fremstilling av ungdommens situasjon, og ikke minst av ungdommen som person:

Intervjuer: Du..ja, så du er deg selv mere når du kan være..

Ungdom 1: Når jeg ikke trenger å være rett i ryggen og saklig hele tiden.

Det å kunne være trygg nok i en relasjon henger her sammen med det å kunne være seg selv. Senere i oppgaven skal vi se at den profesjonelle siden av hjelperen blir knyttet til å være saklig og å ha avstand, på liknende måte som ungdommen her snakker om seg selv. Sånn sett kan man tolke det som at profesjonaliteten blir forstått på lik måte uavhengig av om det er snakk om ungdommen eller utekontakten.

Relatering til hverandre – det man har felles

Flere av ungdommene snakker om viktigheten av å relatere til noe felles som et utgangspunkt for en god relasjon. To av ungdommene trekker frem det å kunne relatere til noe felles som en forutsetning for relasjonsbygging.

Ungdom 3: Eneste måten du kan faktisk bygge relasjon til en ungdom, det er å relatere til noe.

Ungdom 2: Du føler ikke at du kan ta også snakke med noen som ikke kan relatere seg til deg på noen måte. Det går ikke.

En av ungdommene kobler relatering til det å ha en erfaring som er lik, og at det gjør at man kan få en forståelse for hverandre. Om utekontaktene beskriver hun det sånn:

Ungdom 3: Men de har hatt en fortid. Så det er mennesker som kan relatere.

På den samme måten vil mangel på felles erfaringer føre til at man ikke kan relatere til hverandre. Her beskriver hun at en hjelper kan ha gått gjennom noe som ungdommen ikke har gått gjennom:

Ungdom 3: Jeg har ikke gått gjennom det. Så jeg kan ikke. Og ho kan ikke relatere til meg.

Det å relatere til hverandre beskrives her også som en gjensidig kommunikasjon som utveksles i relasjonen. Den andre ungdommen snakker også om det å finne noe felles, men hun omtaler det på en litt annen måte:

Ungdom 1: Ofte når to ulike personer skal ha en tilknytning..så må de finne felles ting i sånne småtterier..og for oss..så er det det som gjorde vårt forhold spesielt. Synes jeg, da. Og det er da vi begynte å finne felles ting i andre ting også.

Det som i hennes tilfelle er felles ting er snakk om et fellesskap rundt det å skape felles ord og uttrykk, noe hun kaller «småtterier». Dette utsagnet peker på betydningen av å dele noe som ikke nødvendigvis er en lik opplevelse, men noe som de skaper seg imellom, et slags internt språk. Dette får ringvirkninger for å utforske flere ting de har til felles, eller som de kan dele.

En annen ungdom peker også på at relateringen ikke trenger å være noe personlig eller av privat, intim karakter. Det meste kan brukes for å skape en opplevelse av fellesskap:

*Ungdom 3: Og, relater. Om det er noe du har sett på tv, her og nå, bruk det. Bare så lenge du har noe å si om det. I stedet for å bare: Jaaaaa, jeg skjønner det. (...)
Assa..herregud..hva hjelper du med da? For..jeg er ikke her for å høre: jaa, kanskje det. Jeg vil jo snakke med noen, med noen som kan hjelpe meg, men samtidig forstå meg, for du kan jo ikke snakke nødvendigvis med en venninne om ting når du er på lik alder.*

Dette utsagnet peker også på muligheten den profesjonelle har til å skape relasjon og fellesskap med ungdommen gjennom felles temaer. Det kan antydes at forståelsen som hun beskriver at ungdommen får går utover betydningen av anerkjennelse i sin vanlige form.

Gjensidighet – det å gi noe og få noe tilbake

Alle ungdommene har et behov for gjensidighet i relasjonen, men de uttrykker på ulike måter deres behov for at utekontaktene gir noe tilbake. Når det gjelder hva ungdommene ønsker å vite om utekontaktene, eller kanskje tenker er riktig å spørre dem om, varierer det fra de som tenker at det er helt selvsagt, til de som er mer tydelige på at det er ungdommens situasjon og erfaringer som skal være i fokus.

Én av ungdommene svarer bekreftende på spørsmålet om hvorvidt hun stiller personlige spørsmål til utekontaktene:

Ungdom 3: Ja. Jaja. Alltid. Du vil jo vite, siden du forteller..

Dette vitner om et behov for en gjensidighet i relasjonen. Det kan nesten oppfattes som en forventning til utekontakten om at man skal dele siden ungdommen deler så mye om seg selv.

To av ungdommene beskriver det litt annerledes:

Ungdom 4: Hu kjenner jo kriker og kroker av mitt liv, kan man si. Fordi vi har snakket om det og sånt. Men..det har jo aldri vært noe formål på en måte for meg å hjelpe hu, liksom, for det er jo jobben hennes..å hjelpe meg.. Men..assa, jeg veit jo noenting om hu, liksom.

Ungdom 2: Og i rollen dems da, er det sånn: de skal få personen de snakker med til å åpne seg, og ikke motsatt. Og da må de fortelle nok til at personen vil kunne åpne seg.

De er tydeligere på at formålet med deres relasjon er at utekontakten skal vite mye om ungdommen for å kunne gi en bedre hjelp. Samtidig anerkjenner begge to at det at utekontakten forteller noe er en naturlig del av relasjonen, og at en åpenhet fra utekontakten også bidrar til at ungdommen kan åpne seg.

Den siste ungdommen beskriver gjensidigheten som avhengig av hva utekontakten åpner opp for:

Ungdom 1: Og det ga meg et inntrykk av at, åja, da er det greit for meg at jeg spør henne: hvordan går det med deg, liksom. Og da begynte jeg å gjøre det, hvordan går det med deg, hvordan går det på jobb..har du jobba lenge? Ikke sant..å begynne å stille sånne spørsmål som du vanligvis ville stilt en venn, eller noen du er nære..så..ja..

På spørsmål om hun har opplevd at hjelperen har delt for mye, svarer hun:

Ungdom 1: M, nei, jeg har ikke opplevd det. Jeg har..det har vært motsatt. Jeg har følt at det har vært for mye oppmerksomhet på meg. Og det har gjort meg ukomfortabel. (...) For når hu åpner seg og forteller hvordan hu føler seg, så er det lettere for meg å åpne meg også, ikke sant, at jeg begynner å fortelle hvordan jeg føler meg..og det føles bare mer trygt, da..i stedet for at du bare sitter og bare..ja, jeg føler meg..he-he..har du følelser også, egentlig? Bare sånn..ikke sant?

Denne gjensidigheten er altså forbundet med å føle seg trygg og blir omtalt som en forutsetning for å bli trygg nok.

En annen måte å forstå behovet om gjensidighet dreier seg om at ungdommen trenger å få en respons fra hjelperne:

Ungdom 4: Og hu satt bare og gravde og gravde etter hvordan vi følte oss og.. Eee..det var liksom ingen rådgivning å få, da. Og hu satt sånn (stivt uttrykk i ansiktet) hele tida. Det var liksom ingen mimikk, ingen sånn..ingen gestikulering, det var sånn. Hu bare observert oss.. Ja, nei, og det var ingen deling, det var ingen samtale der. Det var som et avhør.

Deling kan her også forstås som å dele noe av seg selv i form av en kroppslig eller verbal reaksjon. Kommunikasjonen beskrives som enveis og med stor avstand mellom terapeuten og ungdommen, noe som fører til usikkerhet hos ungdommen:

Ungdom 4: Jeg gir så mye ut. Jeg er ganske mye. Mange ganger. Og da trenger jeg å få litt..få aksept for at jeg gir ut ting. Hvis ikke så føler jeg meg bare helt teit..

Ved at ungdommen deler sin historie og sine følelser trenger hun en reaksjon fra hjelperen som kan fungere som en slags bekreftelse på egen opplevelse. Respons blir her forstått som å få en aksept for hvordan man er selv. Denne reaksjonen vil også kunne fungere som et bidrag til å gjøre relasjonen mer gjensidig, og det kan vise til sårbarheten man kan føle på når man forteller noe personlig.

Noe av den samme type sårbarheten blir beskrevet av en annen ungdom:

Ungdom 1: *..det er sånn..den type..ee..åpe..åpenheten, da..jeg fikk fra henne også, det var ikke bare at jeg satt og fortalte og fortalte og følte at jeg ble..intervjua hele tiden..eller liksom..eksperimentert på, eller at det bare var jeg som snakket og følte at alle mine personlige opplysninger og alt sammen ligger der ute, uten at den andre personen deler noe også, liksom, det var ikke noe sånt. Så hu..bidro til bordet, hu også, da..*

«Å bidra til bordet» kommer fra det engelske «bring to the table», som handler om å tilføre noe som kan være til nytte for fellesskapet, for eksempel en jobb (Cambridge Dictionary, 2021). Dette tydeliggjør behovet for en gjensidig deling, men også hjelperens ansvar for å delta aktivt i relasjonen. Delingen av noe personlig blir her trukket frem som én måte å gjøre det på.

At ungdommen gir noe tilbake til utekontaktene er også en form for gjensidighet som ungdommene gir flere eksempler på. Dette kan for eksempel være å lære dem ord og uttrykk som de bruker, å kjempe for at tjenesten ikke skal bli lagt ned, å vise omsorg for hjelperen og å komme med egen kunnskap og erfaringer:

Ungdom 2: *Og jeg kunne snakke med henne om mine innspill og erfaring mot hennes da informasjon hu hadde på en måte, da. Så jeg kunne på en måte bekrefte eller avkrefte ting, gi henne litt dypere innsikt, var på en måte litt tosidig, for jeg kunne stille henne spørsmål, og hu kunne stille meg spørsmål.*

Ungdommen beskriver et slags vekselspill der ungdommen bidrar med kunnskap utfra sin erfaring, og utekontakten kan både lære noe og komme med innspill og spørsmål. Det kan virke som om dette har en stor betydning i kommunikasjonen mellom de to og kan relateres til ungdommens egenverd og posisjon i relasjonen.

Ungdom 1: *(...) eller det å ha en hand shake..off..jeg må si..den hand shaken hjalp SÅ mye, for hu fikk den bare absolutt ikke til på begynnelsen, det tok henne så lang tid å lære den, men på grunn av det tok henne så lang tid, så puttet jeg så mye innsats i det, og da ble det, da ble det en sånn special greie mellom oss.*

Det at ungdommen kan lære noe bort til utekontakten, se at hun ikke får det til, for så at hun til slutt lærer seg det, beskriver både hvordan ungdommen selv investerer i relasjonen, og at det gjorde at det ble noe spesielt mellom dem. Ungdommen omtaler det som en hjelp, og dette kan tolkes som at hun ble tryggere på utekontakten og at det styrket relasjonen. Dette kan skyldes at det ble en mer gjensidig relasjon som utjevnet noe av underlegenheten ungdommen kan føle på i den profesjonelle relasjonen. De fikk delt noe personlig mellom seg.

4.3. Hovedtema 3: Betydningen av å dele noe personlig

Ungdommene trekker frem flere positive effekter utekontaktens deling har hatt for dem. Erfaringene ungdommene har peker på at delingen kan ha positive og negative betydninger, både for ungdommene selv og for relasjonen.

Bekreftelse og normalisering av egen situasjon

Ungdommene beskriver hvordan utekontaktens deling fører til at de ikke føler seg så alene om å ha det sånn som de har det. Dette er temaer knyttet til selvforståelse og egen identitet, noe som er sentrale temaer gjennom hele livet, og kanskje spesielt i en ungdomstid.

Ungdom 3: Det hjalp meg med å forstå at okei, ingenting er galt med meg...

Ungdom 3: Ja. Forstå. Du skal forstå at okei, hør, jeg var også ungdom. Jeg prøvde å røyke, jeg prøvde å gjøre ting. For eksempel, jeg likte det ikke. Så jeg slutta.

Ungdom 2: For jeg kan stille spørsmål og komme med ting jeg føler og mener, og så er det ofte hu også kan dele ting hu også kjenner..sier at hu har fått før og også kjenner igjen og..komme litt med sine erfaringer også, da, fra gjennom livet. Og det er veldig behjelpelig å kunne høre det også fra noen som har levd en del lenger, om..atte..jeg har også vært igjennom det. Det hjelper veldig mye.

Ungdom 2: Ja, og dem kan ta også bekrefte det og på en måte fortelle at det er vanlig, det er veldig godt å kunne høre det at det er flere jeg sliter med, eller det er ting jeg sliter med også, da vet du at jeg er ikke alene med å føle den følelsen. Og det er behjelpelig å vite at jeg er ikke den eneste av de saker her nå som har sliti med det, så føler du at dem har en viss relasjon til deg, da. Atte, ja, vi har begge to sliti med det samme, da er det lettere å kunne åpne seg om det man sliter med også.

Det kan virke som om utekontaktens deling av en liknende erfaring som ungdommen i seg selv har en bekreftende funksjon. Dette peker både på en gjensidighet i relasjonen og en relatering gjennom en følelse av at man har noe til felles.

Utvide forståelseshorisonen

Ungdommene beskriver hvordan terapeutenes deling kan gi dem ny forståelse av sin situasjon. Når man har det vondt, er det ikke alltid lett å se en utvei på situasjonen. Historiene utekontaktene deler kan bidra ved å gi ungdommene håp og motivasjon for at man kan komme seg gjennom en vanskelig periode i livet:

Ungdom 2: Så akkurat den er sånn, gøy å vite, eller ikke gøy, men beroligende å vite at hu som også er eldre har også følt på det. Det gir meg litt sånn tro til at det..forhåpentligvis, som hu har sagt selv, hu har også opplevd det, men hu går ikke

gjennom det nå. Det gir meg litt sånn håp for at, ja, forhåpentligvis går det her over til slutt også.

Ungdom 4: Og det førte jo til at jeg kanskje fikk litt sånn..litt mer sånn..eller, pågangsmot, da. At jeg fikk..tanken om at noen andre har klart det, da greier jeg det også. Om jeg er litt lei meg og litt sliten akkurat nå. Ja.

Denne måten å bruke sine personlige erfaringer på kan også inneholde konkrete forslag til hvordan man kan komme seg gjennom det som er utfordrende.

Ungdom 2: Det også vite det at det finnes løsninger, det finnes metoder, det finnes noe du kan gjøre med dette problemet i hvert fall, da, som kanskje forhåpentligvis gjør det litt bedre. Det er litt sånn..godt å vite, sånn at de i hvert fall prøver å berolige, da, sånn at når man først sliter, så kan man først roe seg litt ned, da er det i hvert fall behjelpelig å vite at hva som faktisk fikk ho til å roe seg ned, da.

Det kan virke som om det at utekontakten deler sin egen erfaring fungerer betryggende samtidig som det gir en tyngde til tipsene utekontakten gir i og med at hun faktisk har opplevd det som nyttig selv. På denne måten vet ungdommen at det har hjulpet for den andre, og at det derfor kan være verdt å prøve ut for seg selv.

Å se sitt liv i et nytt perspektiv trenger ikke bare å være relatert til ungdommens opplevelse av å ha det vanskelig, men det kan også dreie seg om å komme med forslag til hva man kan fylle livet med av opplevelser.

Ungdom 3: Og..ville høre..ja, det interessante og begynte å fortelle, og bare: å, vi burde også gjøre det, sånn la oss også dra på ferie. Litt mer sånn begynte å se ting fra et annet synspunkt. For det handla mer om at vi ikke gjør så mye, vi drar ingen steder eller noe sånt på en måte, så ho sa..ho utforska litt, ikke sant, dere har tid på dere. Lev livet, lev livet på en sunn måte. (...). Hun oppfordrer ikke til noe dumt, men til å gå litt utenfor komfortsonen, ikke sant. Fordi vi, ungdommene, er mer sånn låst sånn der, da.

Dette kan være et eksempel på hverdagslige historier, som ungdom 1 også beskrev.

Relasjonsbygging

Ungdommene peker på at delingen har en positiv betydning for dem i relasjonen til utekontakten.

Ungdom 1: Ofte når du møter en person, så setter de på en måte allerede en grense. De viser deg hvor de..hvor de har har deg. Og hu viste meg hvor hu hadde meg..på begynnelsen også. Og så når hun begynte da å åpne seg, eller hu begynte å fortelle disse tingene, og hu inviterte seg selv over til meg. Da var det sånn «åja, okei, så det er der du har meg, ja..» (...). Så, og hu var..e..hu åpna seg opp sjøl også, det var ikke bare at det var jeg som åpna meg opp. Hu ga meg rom til å åpne meg opp, da. Og jeg tror det er det som fikk meg til å føle meg veldig trygg med henne. Og fikk meg til å stole veldig mye på henne.

Dette kan forstås som at ungdommen har en innebygd respekt for hva utekontakten ønsker å dele, og at dette gjenspeiles i hvordan ungdommen oppfører seg. Utekontakten innbyr til en trygghet i situasjonen som gjør at ungdommen får tillit til henne. Å skape et rom for tillit mellom utekontakten og ungdommen er en viktig faktor for relasjonsbygging, og ungdommen peker her på utekontaktens ansvar for at denne tilliten blir skapt. Den samme ungdommen har en liknende positiv erfaring med en annen hjelper, og på spørsmål om hun følte at delingen ble gjort for tidlig, svarer hun:

Ungdom 1: Nei, jeg følte at hu var kjempegod, jeg følte hu visste nøyaktig hva hun gjorde. Hu bare krydra på den samtalen med den story'n, og atte..hu visste atte..ja, at jeg er sårbar. Og at jeg er i en veldig sårbar situasjon. Og at jeg trenger en sånn story for å gi meg håp, da. Så..hu ga meg den. Og jeg ble overbevist. Med én gang. (...) Hun fortalte en veldig personlig story..det fikk meg ikke..og jeg kjente henne ikke så altfor godt den tiden heller, men det fikk meg ikke til å holde mere avstand fra henne eller føle meg ukomfortabel, det fikk meg bare til å relatere enda mer til henne. Og at jeg følte at jeg kunne stole enda mer på henne. Når hu åpna seg på den måten.

Denne delingen kan tolkes som en svært relasjonsbyggende faktor, også helt i starten av en relasjon.

Ungdom 3: Og du føler deg så mye mer velkommen. Du føler deg så mye mer inkludert. Når en person deler sin erfaring.

Den ene ungdommen hadde også egenerfaring som hjelper for ungdommer. Hun hadde selv brukt erfaringer fra sitt liv i kontakten med en ungdom som hadde vært veldig frekk mot henne, og sett at det hadde en betydning for deres relasjon:

Ungdom 3: Og så begynte jeg å snakke mer og mer med henne. Og så sa jeg, liksom, fortalte litt om meg selv. Og så fortalte ho ting. Og jeg bare: ja, det samme faktisk har jeg opplevd på din alder. Og sånt, ikke sant, og jeg begynte å relatere litt. Etter den dagen, ho kommer med et smil. Jeg kan tulle med henne, og hun kan tulle med meg. Og vi er som..vi er venner nå..

Ungdommen forteller også om hvordan deling kan endre det etablerte synet på utekontakten:

Ungdom 3: Og så tenker du: shiiiiiiiit. Sverger du gjorde det der? Fordi, nå er ho jo voksen, ho er jo, ikke sant, ti år eldre enn meg, du ser ikke for deg at wow, har ho gjort det der? Ikke sant, du har et bilde av noen. (...) At du var sånn dritheftig. Og da får jeg et sånt wow, sjokk. Jeg tror det er det beste. Når du ser en sånn..person, voksen og rolig og sånn skikkelig..Okei..som har livet på stell. Og så plutselig forteller den personen deg at vet du hva, å herregud, ferien i Dubai..e..så mye skjedde. Og da bare tenker du, hæ, var du på ferie i Dubai? Til og med det blir et sjokk. Skjønner du, at du var på ferie i Dubai, fordi..hvordan?

Dette kan tolkes som at ungdommen har en slags innebygd oppfatning av utekontaktene som noen som har «livet på stell», og at et brudd med dette inntrykket kommer overraskende på ungdommen. Hun fortsetter:

Ungdom 3: Okei, å shit, hu også har gjort det. Du føler deg litt sånn: wooow..damn.. Du er litt der..du blir nesten glad, kan man si. At en voksen person, liksom..seriøst, du? Det blir på den måten.

Jeg tolker dette utsagnet som at det både oppleves som en tillitserklæring og som en trygghet for ungdommen om at utekontakten også gjør ting som kan bryte med ungdommenes etablerte syn på både hjelperen og hvordan man selv kan være som voksen. I tillegg hadde denne delingen en påvirkning på hele stemningen i situasjonen. Det å kunne bruke seg selv for å lette på en anspent stemning og ta bort alvoret i en situasjon er også noe som kan ha en betydning i relasjonen til ungdommene:

Ungdom 3: Og meg og typen min var der, vi krangla. Så ho prøvde å roe ned situasjonen, med å bare bare: ja, meg og venninna mi vi bare sånn og sånn og sånn. Så begynte ho å fortelle. Og vi alle bare lo. For historiene var syke. (...) Alle lo, alle ble venner igjen, og alle ble sånn: okei, greit, glem det på en måte.

Denne måten å dele på fungerer som en slags distraksjon i situasjonen. Man kan si at fokuset flyttes fra ungdommene og deres krangling over til utekontakten og en morsom situasjon hun har vært i. Selv om delingen tar fokuset bort fra ungdommen, kan det samtidig begrunnes i at det har en nytte for ungdommen.

Usikkerhet og ustabilitet

Ungdommene vektlegger det positive som deling kan føre til, men de har også noen erfaringer med, eller synspunkter på, at delingen kan få en negativ betydning. Dette har ført til usikkerhet hos ungdommen og ustabilitet i relasjonen.

Én av ungdommene forteller om en episode der en annen hjelper delte misnøye med egen kropp foran en del jenter, noe ungdommen opplevde som upassende:

Ungdom 1: Hvordan skal disse jentene føle seg da..når du som allerede er så perfekt ikke føler deg bra, liksom..og du putter det..du bare forsterker dems usikkerhet..og..men som sagt..jeg sier ikke at..du får ikke lov til å være uperfekt, det er ikke det jeg sier..men..det var bare..en veldig unødvendig ting å si..ovenfor disse jentene..tenkte jeg, da..

Betydningen denne delingen fikk i denne situasjonen var at ungdommene ble enda mer usikker på egen kropp. Dette peker også på funksjonen man har som rollemodell overfor ungdommer, og at dette medfører et ansvar som må forvaltes på en god måte.

Ungdommen som har egenerfaring med selv å dele med ungdommer har også en erfaring med å dele for mye. Hun opplevde da å miste respekten fra de hun delte det personlige med:

Ungdom 3: Og jeg så at de var litt sånn gangstere, da. Og jeg har jo gått gjennom ting. Så jeg tenkte..men jeg fortalte for mye.. Jeg ble litt for personlig. (...) Det ble sånn for lite respekt til slutt. De snakket til meg som..jeg..bare er venninna dems, på en måte. Så det ble veldig fort noe helt annet.

Her beskriver hun hvordan hele relasjonen endret seg ved at hun delte for mye av sin egen historie, og hun opplevde at hun ble for personlig. Det kan virke som om delingen bidro til en utydighet rundt hennes egen rolle som helper.

Én av ungdommene er tydelig på hva det ville ført til dersom utekontakten hadde delt noe om egne psykiske problemer. Hun knytter dette opp til hvilken funksjon utekontakten har for henne.

Ungdom 4: Ja, og så har hu på en måte vært en slags..en slags..fast.. Hvis du ser på livet som..jeg vet ikke, jeg, et fjell, da. Så har på en måte hu vært en av de..en av de blokkene, steinblokkene, som har vært det fasteste i livet mitt. Og...hvis plutselig den hadde..hvis hu plutselig hadde vært lei seg og sånn, så hadde jo det også påvirket meg på en måte. (...) Så hvis det hadde blitt..hadde blitt en liten sånn shaky greie der, da hadde nok det vært vanskelig for meg.

Dette utsagnet vektlegger ungdommens behov for at helperen er den som er stabil i relasjonen og tydeliggjør således terapeutens ansvar i den profesjonelle relasjonen.

4.4. Hovedtema 4: Vurderinger rundt bruken av å dele noe personlig

Når det kommer til hva som ville vært å dele for mye, er det varierende svar blant informantene. Alle ungdommene trekker frem ulike faktorer helperen bør vurdere rundt bruken av å dele noe personlig. Mange av disse refleksjonene dreier seg rundt temaet om hvorvidt det finnes en grense for hva og når det er riktig å dele noe personlig med ungdommene.

Grenser for hva som deles – med hvem

Under *Hovedtema 1 – Forståelsen av å dele noe personlig* ble det ramset opp en del eksempler på temaer som utekontaktene har delt med ungdommene. Det inkluderer livserfaringer som spenner fra det alvorlige og private, som psykisk helse og sex, til mer hverdagslige temaer som hva man skal ha til middag. Det virker som om alle er bevisste på at det er en grense for hva utekontaktene skal kunne dele:

Ungdom 1: *Ja, ja, hun forteller jo ikke mine, sine mørke hemmeligheter til meg, liksom. Det er..hu har jo de grensene der. Så..men ja, ellers så følte det fortsatt personlig..men ikke til DEN grad.*

Allikevel kan det også virke som om det ikke er noen grenser for hva som kan deles. To av ungdommene sier dette på spørsmål om hva som eventuelt hadde opplevdes som å dele for mye:

Ungdom 1: *Mmmm..nå føler jeg meg veldig biased her, for jeg liker henne så godt, så..hvis hu hadde delt, jeg hadde tatt henne imot med åpne armer, jeg hadde støtta henne og, jeg hadde likt så mye (ler)..Menne..for min del, kanskje noen andre ville følt seg ukomfortabel, men..for min del, jeg ville ikke følt meg ukomfortabel.*

Ungdom 3: *Det er ikke alle du har den kontakten, men du må jo bygge det båndet. Og siden vi har vært de ungdommene som er virkelig virkelig fast, og vi er få, ikke sant, veldig tett gruppe, så er det veldig sann, at mye mer kan bli sagt..*

Det som er felles for disse to utsagnene er at de kommer på bakgrunn av en god relasjon som har utviklet seg over tid. Man kan forstå disse utsagnene som at den gode relasjonen åpner for å utforske mange ulike temaer, og at ungdommen sann sett ikke har en grense for hva som kan deles og ikke. Utsagnene illustrerer også bevisstheten rundt hva som er riktig for den enkelte ungdom, og at dette kan variere fra person til person. Det er dermed ikke selvsagt at noe som passer for én ungdom er passende for en annen.

Ungdom 1: *Hu på en måte visste sånne ting, og hu kunne skille mellom hva som var greit å si og hva som ikke var greit å si i hvilke situasjoner.*

For det første tyder denne uttalelsen på at det fins en slags fasit på gode vurderinger rundt hva som kan deles. Uttalelsen peker også på at vurderingene er avhengig av situasjonen. Til sist kan uttalelsen tolkes som at ungdommen har en opplevelse av at utekontakten gjør de rette vurderingene rundt delingen av det personlige.

Én av ungdommene skiller mellom å dele en erfaring utekontakten er midt oppi eller som er et tilbakelagt kapittel. Dette er ikke uttalelser basert på en egen erfaring, men et hypotetisk tilfelle:

Ungdom 4: *Da ville jeg kanskje tenkt at..at det var bra hu hadde kommet seg ut av det (depresjon). Jeg hadde nok ikke tenkt at det var teit å si. Men hvis det var da, hvis det var liksom når vi snakka, da ville jeg kanskje reagert litt.. Da ville jeg nok tenkt at: Åj, det var en rar ting å si. Det var ikke helt sann oppmuntrende og..det var ikke helt i den..det jeg ville høre. (ler)*

Ungdommen uttrykker her at hun ikke hadde opplevd det som passende om terapeuten hadde delt at hun selv sleit psykisk da. Dette kan tyde på at ungdommen er åpen for deling om dette

temaet generelt, men at det kan bli belastende for ungdommen om det er noe utekontakten ikke er ferdig med. Videre kan dette gjøre rollene og relasjonen utydeligere, og det kan oppleves som at ungdommen får et ansvar som ungdommen ikke skal ha.

Fokus på ungdommen

Når det gjelder vurderingene for hva som skal deles, trekkes det frem at det er viktig at utekontakten ikke får det til å handle om seg selv. Som beskrevet under Hovedtema 2 er det et viktig poeng med gjensidighet i relasjonen, men det skal ikke misforstås til en utydelighet rundt hvem som er hovedpersonen i samtalen eller relasjonen:

Ungdom 3: Men det er ikke sånn, ho gjør det ikke om seg selv. Så det er et veldig godt poeng, faktisk, også. Du kan ikke gjøre samtalen om til deg selv. Ikke sant. (...) Når du møter på ungdommen, du skal være der for ungdommen.

Dette innebærer at utekontakten må være bevisst på når hun tar fokus bort fra ungdommen på en lite hensiktsmessig måte. Under Hovedtema 3 ble det beskrevet et eksempel med en deling som tok fokus bort fra ungdommen, men som allikevel var til nytte for ungdommen. Dette viser at vurderinger rundt bruken av fenomenet kan variere fra kontekst til kontekst. Én av ungdommene har en tidligere erfaring før hun møtte utekontakten, med en deling som ble feil i konteksten:

Ungdom 1: Ja-ja..det ble veldig feil..og det var sånn..jeg ville også sagt..det hadde veldig mye med måten hu sa det på å gjøre også..for, som sagt, det kom ut av det blå, og det var en veldig merkelig situasjon, og jeg mener det var hensynsløst gjort..spesielt fordi..du hadde de mest usikre jentene på bordet, liksom..og så..ja..måten hu sa det på..det var det..jeg ville sagt gjorde folk mest ukomfortable..det vakke sånn..emm..det virka ikke genuint, da..det virka mer sånn..stakkars meg..hvis det gir mening..det virka mer sånn..okei, la oss snakke om meg og mine problemer nå..og..men igjen..hun var veldig selvopptatt type..så..det er derfor jeg tror folk tok det dårlig, da..fordi det ikke virka genuint, som sagt..og..det virka bare som at hu var selvopptatt.

Flere faktorer bidro til at denne delingen ble oppfattet som dårlig av ungdommen. Det blir beskrevet at det ikke var relatert til den konteksten de var i, noe som bidro til å gjøre dem usikre, som nevnt under *Betydningen av å dele noe personlig*. Videre peker ungdommen på egenskaper ved hjelperen, og at hun ikke ble opplevd som genuin. Selvopptattheten, og det at hun tok fokuset bort fra ungdommen og over på seg selv er også faktorer som påvirket negativt.

Hjelperens sårbarhet

En annen vurdering ungdommene vektlegger vedrørende utekontaktenes deling av noe personlig er hvor sårbar man kan bli som hjelper. Dette er en liknende type sårbarhet som ungdommene selv beskriver når de deler informasjon om seg selv, beskrevet under *Hovedtema 2: Ungdommenes behov i den profesjonelle relasjon.*

Ungdom 2: Dom skal ikke kunne fortelle alt, men dom skal kunne fortelle nok, men dom skal heller ikke kunne ta også eksponere seg selv heller, da. Fordi dem er jo også en utsatt rolle, da, hvis de plutselig forteller for mye.

Ungdom 3: Men, ikke sant, for noen andre, de har kanskje noe virkelig..annet på et helt annet nivå, så de tør ikke å snakke om det, de vil ikke, for de vil ikke at det skal bli brukt. De vil ikke at ungdommen skal si...(hviske hviske) han har gjort det..

Det understrekes at utekontaktene som hjelpere og profesjonelle ikke selv er beskyttet av den samme taushetsplikten som ungdommene er når de deler noe, og at dette er grunn til å være ekstra varsom når de deler noe. Dette gjelder spesielt i tilfeller der man deler noe som er privat. Det å fortelle nok kan forstås som at det er det som vurderes som tilstrekkelig for at det skal kunne ha en betydning for ungdommen, samtidig som det også peker på at man må være komfortabel med sin egen opplevelse, i tilfelle ungdommen forteller det videre.

Ungdom 3: Du må vite selv hvor grensene dine går, hva du vil fortelle. (...) Du må vite hva du er komfortabel med, ikke sant. Det er det viktigste. At du ikke går utover komfortsonen din også samtidig.

Grensen for hva som kan deles vurderes sånn sett både utfra hensynet til ungdommen, men også utfra hensynet til en selv som hjelper.

Flere av ungdommene trekker frem sin erfaring som noe som har vært betydningsfullt for dem, og som kanskje ikke andre hadde vært komfortable med. Noe som kan være riktig for én, trenger ikke å være riktig for en annen.

Én av ungdommene gir følgende tips:

Ungdom 3: Du må sakte og sikkert starte et sted, ha oppfølging, samt se hvor tett du jobber med en person, se hvordan, om den personen er interessert.

4.5. Hovedtema 5: Forståelsen av å være personlig og profesjonell

Under dette hovedtemaet skal jeg se på hva ungdommene forstår som å være personlig og profesjonell. Dette temaet er sentralt i behandlingen av det å dele noe personlig da det spiller

inn på gyldigheten ungdommene tillegger det i en profesjonell relasjon. Ungdommene beskriver hvordan relasjonen har både profesjonelle og personlige aspekter.

Personlig relasjon, lik venne- og familierelasjoner

Når ungdommene ble bedt om å beskrive hvilken rolle hjelperne hadde hatt for dem, betegnet alle det som et venne- og/eller familieforhold:

Ungdom 1: *Det høres litt teit ut, men storesøster..(ler).*

Ungdom 2: *Selv om hun er eldre, så får du ikke følelsen av en autoritær person eller en foreldreskikkelse, men det er på en måte en eldre venn.*

Ungdom 3: *Det er familie. (...) De blir familie til slutt. Det er derfor, som..nå som jeg er eldre, selv om jeg ikke bruker dem like ofte, det er derfor vi har den..vennineskapende..aktig..du blir nesten venninne.*

Ungdom 4: *Assa vi er..på en måte litt venner..(ler)..kan man si det?*

Disse utsagnene kan tyde på flere ting. De viser at ungdommene opplever det som en relativt likestilt relasjon og vitner også om et nært og betydningsfullt bånd mellom ungdom og utekontakt. I tillegg kan formuleringene «på en måte», «nesten», «-aktig», sammen med «høres litt teit ut» og spørsmålet «kan man si det?» også tyde på at det er noe spesielt med at man beskriver disse relasjonene som har oppstått i den profesjonelle sfæren med roller fra den private sfære. Kanskje har ikke dette vært et tema mellom ungdommen og utekontakten, og ungdommene kan derfor være usikre på om dette er helt «innafor».

Ungdommen beskriver hvordan det er deres egne behov som er styrende for hva slags rolle utekontaktene får for dem:

Ungdom 1: *Men for meg..så var det storesøsterrollen hun fikk. Det var det jeg valgte å sette på henne, for det var det jeg hadde behov for.*

Ungdom 3: *Så jeg trengte og en venninne jeg kunne prate med, men én som kunne forstå meg samtidig. Utekontakten var den personen som kunne forstå meg. Fordi ho blant annet gikk gjennom det her også.*

Ungdom 4: *Det å ha en sånn..kvinnelig..vet ikke jeg..foregangsfigur, nesten. Det har vært et..en mangel i mitt liv, da.*

Disse utsagnene illustrerer at utekontaktene har fått en rolle utfra ungdommenes behov. Det er altså ungdommene selv som har gitt utekontaktene denne rollen. Dette viser til en rolle og betydning som kan sies å gå utover den tradisjonelle forståelsen av den profesjonelle hjelperrollen som mer avgrenset.

Personlig og profesjonell – to forskjellige ting

Gjennom intervjuene blir det tydelig at ungdommene har en forståelse av at det å være profesjonell og personlig er to forskjellige ting:

Ungdom 1: Og at jeg også fikk..den type..ikke bare sånn work relationship, men også at jeg fikk sånn personal relationship med henne.

Jobbrelasjonen og den personlige relasjonen blir omtalt som to forskjellige ting. Det profesjonelle blir av én ungdom beskrevet som en trygghet, og dette blir først og fremst koblet til taushetsplikten man har i kraft av sin profesjonelle rolle.

Ungdom 2: Jeg føler at hun er en, hva skal jeg si, jeg føler at man kan stole på henne. Og, det hjelper veldig mye å vite at dom også, siden dom er i den stillingen som dom er, så har dem taushetsplikt. Så du veit at det som blir sagt, det er ikke noe som plutselig kommer tilbake som et rykte, eller som noe som kan påvirke deg. Så..det er en veldig behjelpelig faktor å vite det at det er jobben hennes.

Å være profesjonell knyttes også til det å være saklig, seriøs, praktisk og å gjøre de formelle tingene riktig.

Ungdom 1: Såå..og..det jeg la merke til var at jeg ofte også var veldig saklig hvis hjelperen min var veldig saklig. Og veldig profesjonell. Fordi da følte jeg, okei, hu eller han har satt en barriere og jeg må ikke gå forbi den. Holde meg unna den, og holde meg bak den..e..for ellers så gjør jeg no feil. Det var sånn jeg tenkte.

Det profesjonelle blir forbundet med en grense eller en barriere. Dette har innvirkning på hvordan ungdommen også oppfører seg. Man kan si at profesjonaliteten smitter over på ungdommen og kan sette seg som en kommunikasjonsform i relasjonen.

Ungdom 4: Syns jo det er veldig hyggelig at vi har et sånn..godt bånd, da.. Men det er ikke alltid liksom..eller, hu er veldig sånn profesjonell når hu legger det, ting fram og..veldig sånn..seriøs.. Hun har jo på en måte alltid gjort de formelle tinga..ja...skrivd journal, ikke sant, så..og hu har jo alltid oppført seg som en profesjonell på en måte, bare at..bare at jeg vet ikke, jeg..at vi fikk et ganske personlig forhold etter hvert, da..siden..ja..

Dette utsagnet er beskrivende for noe av ambivalensen knyttet til det personlige og profesjonelle. Det kan tolkes som at det oppleves som et slags motsetningsforhold eller noe man ikke helt får til å passe overens.

En annen ungdom beskriver det på lignende måte:

Ungdom 2: For hu har den der litt mer profesjonelle følelsen over seg, samtidig. For hu er jo en ungdomskontakt, hva skal jeg si, du ser på noen som en venn, men det er

ikke 100% egentlig en venn, på en måte heller. Det kunne sikkert fint ha vært vennskapelig, men det blir jo på en måte aldri det.

Det kan virke som om ungdommene ikke helt har et språk for å beskrive denne kombinasjonen av det personlige og profesjonelle.

En annen ungdom beskriver hvordan hun opplevde det som et tydelig skille hos utekontakten, og forteller om hvordan utekontakten byttet mellom den profesjonelle og den personlige holdningen:

Ungdom 1: Men selv i rommet også, så switcha hu, liksom. Da, med det, så mener jeg liksom at hvis jeg..først så snakket vi alltid om jobb..det som måtte gjøres..det var sånn, okei, hva kan jeg hjelpe deg med i dag. Hva må gjøres, liksom. I dag, hvem er punktene vi må krysse av, liksom. Så gjorde vi det. Og hu var veldig flink til det, fiksa ting sånn kjapt kjapt kjapt. Og så switcha hu over til «Hvordan går det med deg? Hvordan har du ellers hatt det?» Hvordan har det gått, liksom..

Beskrivelsen av en «switch» mellom det personlige og profesjonelle kan illustrere to forskjellige holdninger hos hjelperen som man bevisst kan bytte mellom, som en slags av og på-knapp. Dette kan tyde på at ungdommene har en forståelse av at profesjonaliteten er noe forbundet med avstand og saklighet. Hjelpen de får er også til nytte og dreier seg kanskje mer om ungdommens *sak* og ikke om ungdommen som person.

Dette skillet kan også være avhengig av innholdet i relasjonen:

Ungdom 3: Ja, nå er det mer som venn. Nå har jeg ikke oppfølging nesten i det hele tatt. (...) For det er det jeg alltid skiller fra, det er, ikke sant, når jeg går spesifikt på oppfølging eller når jeg går dit bare for å snakke med noen fordi jeg ikke har noe annet å gjøre.

Det kan tolkes som at når relasjonen er preget av at det er et tydelig formål med hvorfor de møtes, at ungdommen trenger hjelp til noe spesielt, er det et mer profesjonelt preg over det. Når ungdommen derimot har et mer uforpliktende forhold til dem, blir det definert mer personlig ved at hun drar dit som en venn.

Å være personlig er å være profesjonell

Selv om ungdommene kan oppleve en forskjell mellom det å være personlig og profesjonell, beskrives det også som at det å være personlig, eller det å ha den personlige rollen, ikke står i veien for å oppleves som profesjonell:

Intervjuer: M-m. Og du tenker ikke at det står i motsetning til det å være profesjonell?

Ungdom 1: *Nei..det var bare en sånn..veldig sånn..betryggende faktor, syns jeg. Jeg vet ikke hvordan jeg skal forklare det.. Det var ikke..i veien for noe profesjonelt. Det var bare enda en ekstra herlig ting, liksom. Det var sånn..wow, bonus.*

Den personlige relasjonen beskrives som et tillegg til den profesjonelle relasjonen. Dette kan forstås som at det å få en personlig relasjon med noen ikke er en selvfølge i en profesjonell relasjon, men som noe som oppfattes betryggende og som en bonus.

Flere av ungdommene beskriver at det går an å kombinere de to, men én av ungdommene forklarer det tydeligst. Han kombinerer det å være profesjonell til den personlige rollen ved å sammenligne ulike bransjer, for eksempel en salgsjobb:

Ungdom 2: *Mens da profesjonelt i doms jobb, det er ikke det samme i det hele tatt. Her skal du være mest mulig kompis, her skal du være en venn. I min jobb så skal du helst være et ansikt for et firma. Så på en måte to veldig forskjellige definisjoner.*

Dette kan forstås som at hans opplevelse av profesjonalitet som utekontakt er nettopp det å bruke seg selv for å oppnå en god relasjon. Sånn sett kan man tolke delingen av noe personlig som en egen kompetanse som man ikke bare *kan* bruke, men som man *bør* bruke i relasjonen til de man skal hjelpe.

4.6. Oppsummering av resultatene i lys av problemstillingen

I dette kapittelet har jeg gått gjennom funnene av intervjuene med ungdommene om deres opplevelse med utekontaktens deling av noe personlig. Jeg har valgt å samle disse funnene i en tabell¹⁵.

Gjennom denne studien ønsket jeg å besvare en problemstilling som dreide seg om ungdommers opplevelse av miljøterapeuters deling av noe personlig i oppsøkende sosialt ungdomsarbeid. Under denne problemstillingen formulerte jeg to forskningsspørsmål: *Hvilken erfaring har ungdommer med miljøterapeuters deling, og hvilken betydning tillegger ungdommene delingen?* I analyseringen av intervjuene lot jeg funnene styre utviklingen av temaene. Jeg ser at de ulike temaene glir over i hverandre, og at forskningsspørsmålene derfor blir besvart i flere enn ett tema.

Oppsummert har alle ungdommene erfaringer med utekontaktens deling av noe personlig, men i ulik grad og på ulik måte. De definerer det også noe ulikt med fokus på både personlige opplevelser av mer privat karakter, samt det mer mellommenneskelige som handler om

¹⁵ Se vedlegg 5.

hverdagen eller vanlige livsopplevelser. Hver enkelt ungdoms behov for relatering og gjensidighet i relasjonen blir sentrale temaer fordi deling av noe personlig bidrar til dette.

Når det gjelder betydning og anbefalinger rundt deling og grensegangen, kan det virke som om det er en forskjell mellom hva de tenker er riktig på et generelt nivå, og hva de ser som virkningsfullt utfra egne erfaringer. Dette blir drøftet nærmere i diskusjonskapittelet.

5. Diskusjon

Videre i diskusjonsdelen har jeg valgt å behandle temaene utfra fellestrekk ved teori/forskning og resultatene og endte derfor opp med følgende drøftingstemaer: *Å dele noe personlig i en profesjonell relasjon* omhandler teori, forskning og resultater om hva deling av noe personlig er og hvilken sammenheng det har med opplevelsen av å være i den profesjonelle relasjonen. *Betydning og anbefalinger* dreier seg om hva teori, forskning og resultater sier om bruken av delingen, og til slutt kommer delen om *Profesjonalitet – kombinasjonen av det personlige og profesjonelle* til å dreie seg om hvordan fenomenet er relatert til diskusjonen rundt det personlige og profesjonelle.

5.1. Å dele noe personlig i en profesjonell relasjon

Funnene mine understøtter i all hovedsak definisjonen av deling av noe personlig som «utsagn fra terapeuten som sier noe personlig om terapeuten» (Hill et al., 2018) og «å dele, eller fortelle, noe personlig om seg selv» (Topor, 2021). Ingen av ungdommene kaller det selvavsløring eller avsløring, men bruker ord som å dele eller fortelle. Dette kan tyde på at de først og fremst ser det som en invitasjon. Dette dreier seg om personlige historier, erfaringer og egenskaper ved utekontakten. Delingen vil dermed inkludere både uttalelser som «jeg har opplevd at..» i tillegg til «jeg er en sånn person som..». Ungdommene utvider også forståelsen noe til også å omhandle andres erfaringer, såkalte kompiserfaringer. Denne delingen trekkes frem som noe som kan være like betydningsfullt, og som ungdommene antar kan være lettere for utekontaktene å dele. Dette er det få beskrivelser av i teori og forskning om fenomenet.

Ungdommene beskriver delingen som et verktøy utekontaktene kan bruke i relasjonen med ungdommene. Dette kommer først og fremst til uttrykk når ungdommene kommer med anbefalinger til hva utekontaktene kan dele og begrunnes utfra relatering til ungdommene og de utfordringene de står i. Dette kan tolkes som om ungdommene forbinder delingen med en intervensjon. I lys av teorien om «big things» og «small things» (Topor et al., 2018) kan man derfor på den ene siden si at ungdommene forstår det som en «big thing».

På den annen side kommer det fram at ungdommene stort sett ikke har tenkt på delingen som en bevisst handling fra utekontaktene, noe som kan tyde på at det også oppleves som en «small thing» (Topor et al., 2018). De husker ikke selv første gangen utekontakten delte noe personlig, og vektlegger at de har opplevd det som en naturlig del av relasjonen dem imellom. Dette ser man først og fremst i forbindelse med de konkrete situasjonene der utekontakten har delt noe personlig. Dette støtter teorien om at denne delingen er preget av vanlig hverdagslig samhandling (Skatvedt, 2020).

Det er imidlertid også funn i denne studien som utvider forståelsen av hva som er nyttig i terapi, det vil si hva som skal forstås som små eller store ting: For det første kan resultatene tyde på at ungdommene først og fremst ser delingen mer som en nødvendighet enn som noe forbudt eller tabu. Dette understøttes også av de uttalte behovene for relatering til hverandre og gjensidighet i relasjonen. Jeg tolker det som at de fleste ungdommene er opptatt av å se deling av noe personlig som en big thing forstått som at det kan ha en ikke bare stor, men avgjørende betydning for dem. De små tingene vil således kunne være store ting i sine konsekvenser, som Skatvedt (2020) beskrev det. Det blir dermed ikke tydelige grenser mellom kategoriene, og de vil heller gli over i hverandre og ha positive betydninger på hver sin måte.

For det andre kan funnene utfordre forståelsen av hva som kan oppleves som ekte.

Autentisitet er nevnt som en fellesfaktor som forskes på i den profesjonelle relasjonen (Gelso, 2009), men Topor et al. (2018) mener at en planlagt intervensjon kan stå i veien for det emosjonelle aspektet. Erfaringen til den ene ungdommen indikerer imidlertid at en deling som oppleves som bevisst ikke står i veien for å oppleve handlingen som genuin og betydningsfull. Dette kan tyde på at forståelsen av delingen som en bevisst handling ikke trenger å bety at det forbindes med en profesjonell avstand. Det kan virke som om det er andre faktorer som bidrar til at det allikevel oppleves som ekte. Kanskje er det den opplevde motivasjonen for å dele som er viktig. Dette samsvarer med vektleggingen av refleksjonen rundt motivasjonen for å dele til Hart (2017). Formulert på en annen måte; hvis delingen oppleves av ungdommen som å komme fra et ønske om å være til nytte for ungdommen, er det ikke relevant om det oppleves som en intervensjon. Sånn jeg tolker dette, plasserer ungdommene fenomenet både i en teknisk tilnærming terapeuten kan benytte seg av og i en menneskeligjøring av både ungdommen og utekontakten.

Ungdommenes utsagn tyder også på at de i stor grad opplever å tre inn i bestemte roller i den profesjonelle relasjonen, i tråd med Goffmans teorier om front stage og back stage (Skatvedt,

2020). Selv om relasjonen mellom ungdommen og den relativt uformelle rollen som utekontakten har kan være annerledes enn andre hjelperelasjoner, skjer dette, og det kan tyde på at all kontakt med hjelpeapparatet medfører en slik maktforskjell i forventningene til rollene. Ungdommenes beskrivelser av hvordan de bruker tid på å bygge opp tillit og å bli trygge nok, understreker også opplevelsen av å være front stage. Måten de beskriver seg selv i den profesjonelle relasjonen, eller det man kan kalle *den profesjonelle ungdommen*, samsvarer med hvordan de beskriver hjelperne i møte med ungdommer, spesielt i starten av en relasjon.

5.2. Betydning og anbefalinger

Ungdommene nevner mange av de samme betydningene av deling som teori og forskning trekker frem. Ungdommene fokuserer mest på den positive betydningen det kan ha, både i tråd med psykoterapeutisk forskning på forbedring av den profesjonelle relasjonen, oppsummert av Hill et al. (2018), og med særlig vekt på menneskeliggjøringen av både ungdom og hjelper, som Topor (2021); Topor et al. (2018) og Skatvedt (2020) beskriver. Denne menneskeliggjøringen omhandler både en endring i synet på ungdommen og en endring i synet på hjelperen, noe som virker inn på den profesjonelle relasjonen, og vil først og fremst dreie seg om deling som en invitasjon til et fellesskap.

Menneskeliggjøringen av ungdommen handler om å normalisere og bekrefte den opplevelsen de har, samt bidra med nye perspektiver på deres situasjon. Dette kan kobles med temaet om relatering til hverandre, med utgangspunkt i det man har til felles. Ved at utekontakten deler noe personlig som har en likhet med ungdommens utfordringer opplever ungdommen en aksept og forståelse for sin situasjon. Denne relateringen trekkes fram av noen av ungdommene som en forutsetning for å kunne danne en relasjon, og det kan gjøres på ulike måter. Man kan lete etter felles temaer, dele andres erfaringer eller skape noe felles seg imellom. Uansett hvordan delingen gjøres kan det bidra til håp og motivasjon gjennom å vite at man ikke er alene og at andre har gått gjennom det samme tidligere. Dette samstemmer med forskning på voksne klienter (Hill et al., 2018) og også på ungdommer spesielt (Gaines, 2003; Johnsen & Ding, 2021). Det å relatere til hverandre beskrives som en gjensidig handling som er avhengig av både ungdommen og utekontakten, men det er utekontaktens ansvar å kunne bidra med en invitasjon til dette fellesskapet.

Når det gjelder menneskeliggjøringen av utekontakten, kan dette handle om at delingen bryter med det etablerte synet på hjelperen. Dette kan omhandle at utekontakten har delt en opplevelse som gjør at utekontakten oppleves som mindre «ordentlig» enn det man tenker at

en profesjonell hjelper skal være, i tråd med forskningen som beskriver hvordan brudd med forventningen til den profesjonelle rollen er en viktig faktor i relasjonsarbeid (Topor & Denhov, 2015). Dette gjør at terapeuten blir sett på som en ekte person (Hill et al., 2018), som både menneskelig og profesjonell (Berg et al., 2017). Det kan også være at utekontakten har delt noe om seg selv som gjør at det oppfattes som en invitasjon til at ungdommen kan slappe av, være seg selv og eventuelt dele mer. Ungdommene beskriver det som at barrieren brytes, og at åpenheten «smitter» over på ungdommen. Dette kan også samsvare med hvordan terapeuter beskriver det som at de senker den profesjonelle guard'en (Berg et al., 2017).

Når det gjelder betydningen det kan ha for relasjonen, blir denne satt i sammenheng med behovet for gjensidigheten i relasjonen. Denne gjensidigheten uttrykkes på ulike måter der deling ses på som en nødvendig del av denne gjensidigheten, samtidig som hjelperen ikke skal dele for å ivareta egne behov. Dersom utekontakten åpner for en åpenhet, vil ungdommen kunne følge dette. Dette kan tolkes som at utekontakten «legger lista» for hvordan samarbeidsklimaet skal være, det vil si hvordan ungdommen og utekontakten skal oppføre seg overfor hverandre.

Betydningen ungdommene tillegger delingen er stort sett positive, men noen trekker også frem negative virkninger det har hatt, eller kan ha. Dette knyttes til risiko for at delingen kan gjøre ungdommen mer selvbevisst og usikker, i tillegg til at en opplevelse av utekontakten som ustabil kan gjøre at selve relasjonen blir ustabil. Dette har likheter med forskningen til Ackerman og Hilsenroth (2001) om negative betydninger for den terapeutiske allianse.

Anbefalingene og vurderingene rundt deling har sammenheng med betydningen det kan ha. Som nevnt ovenfor kan funnene tyde på at ungdommene ser på delingen som en nødvendig del av relasjonen, i tråd med den recoveryorienterte tilnærmingen (Skatvedt, 2020). På én måte kan man si at dette representerer en motsatt holdning til den psykoterapeutiske forskningens anbefalinger om bruken av det der man ofte anbefaler at dette er en intervensjon som må brukes med varsomhet (Hill et al., 2018; Pinto-Coelho et al., 2016). Ungdommene fokuserer på at man må dele noe av seg selv på en eller annen måte, og at det viktige er at man har en bevissthet rundt hva man kan dele og hvordan dette kan gjøres.

På den annen side snakker også ungdommene om at det går flere grenser for hva man kan dele. Her er ikke ungdommene helt enige, verken med hverandre eller seg selv. De snakker både om at det finnes en grense for hva som er *for* personlig innenfor den profesjonelle relasjonen, samtidig som de åpner for at alt kan deles dersom relasjonen er god nok, eller det

vrderes som riktig utfra situasjonen. Her er det også en forskjell mellom anbefalingene og de konkrete erfaringene de har. Anbefalingene de har kan sies å være strengere og mer i tråd med tradisjonelle oppfatninger av den profesjonelle relasjonen, og vil også samsvare med anbefalinger fra teori og forskning om at delingen ikke bør være for intim og privat (Pinto-Coelho et al., 2016; Schibbye, 2012). De konkrete erfaringene de har åpner for høyere grad av fleksibilitet rundt private temaer og kan tyde på at «alt» kan deles om det er riktig i situasjonen. Ingen av ungdommene hadde erfaringer med at utekontaktene hadde delt for mye, men viste heller til noen eksempler der faktorer som egenskaper ved ungdommene, hjelperen, relasjonen eller ved situasjonen det blir delt i blir avgjørende for hvorvidt det oppleves som nyttig eller uheldig. Dette gir støtte til teorien og forskningen som mener at deling heller bør ses på som et kvalitativt fremfor et kvantitativt fenomen og understreker kontekstens betydning (Hart, 2017; Skatvedt, 2020; Topor, 2021). Dette stemmer overens med teorien og forskningen som anbefaler en konkret vurdering i hver enkelt sak, i tillegg til å se på det som noe spontant som kan oppstå i en situasjon og begrunnes i at det var riktig der og da (Skatvedt, 2020; Topor, 2021). Sagt på en annen måte, fleksibilitet og balansegangen blir nøkkelord for hvordan man forholder seg til grenser, i tråd med Ljungberg et al. (2017) sine anbefalinger.

En annen grense dreier seg om hva utekontakten er komfortabel med å dele om seg selv. Ungdommene advarer mot å bli for sårbar som hjelper, og at en deling kan innebære en uønsket risiko for utekontakten. Dette samsvarer med anbefalingene fra teori og forskning om bevisstheten rundt risiko ved deling (Hill et al., 2018; Topor & Denhov, 2015). Dette kan handle om vanskelige ting utekontakten har opplevd og vil avhenge av om de syns det er greit at flere ungdommer vet om det. Dette tyder på at ungdommene erkjenner ulikheten i relasjonen og respekterer at hjelperen beskytter seg selv fordi de ikke er «beskyttet» av taushetsplikten sånn som ungdommene er. I tillegg samsvarer funnene med teori og forskning om at det er hjelperen som har ansvaret for at delingen ikke gjør at relasjonen blir ustabil (Gaines, 2003), og at klienten ikke skal føle et ansvar for å ivareta hjelperen (Skatvedt, 2020).

Den psykoterapeutiske forskningen på dette fenomenet argumenterer for at deling av noe personlig skal være begrunnet i klientens behov i situasjonen, altså at det skal ha en relevans for den aktuelle klienten (Hill et al., 2018; Pinto-Coelho et al., 2016). Funnene i denne studien understøtter dette i noen grad, men de snakker også om at det også kan være noe som er løsrevet fra situasjonen, for eksempel å dele hva man skal gjøre etter jobb eller en morsom historie fra en ferie man har vært på. Dette er en type hverdagsdeling som også kan ha en

positiv effekt i relasjonen med ungdommer. Ungdommene utvider på mange måter forståelsen av hva som er relevant og som oppfattes som nyttig, spesielt den som er omtalt innenfor psykoterapeutisk forskning på fenomenet. Relateringen til det man har felles er én type relevans, men i tillegg kommer det hverdagslige, vanlige og rent mellommenneskelige, i tråd med den recoveryorienterte tilnærmingen (Skatvedt, 2020; Topor & Denhov, 2015).

5.3. Profesjonalitet – kombinasjonen av det personlige og profesjonelle

Ingen av ungdommene forstår erfaringene de har med deling av noe personlig som å være noe uprofesjonelt, men omtaler det som noe som kan være nyttig eller ikke. De påpeker hvordan innholdet i relasjonen også preger innholdet i det som deles. Det kan tolkes som at de ikke er like preget av den samme diskursen som fagfeltet om hvorvidt delingen er noe forbudt eller en legitim praksis (Olkowska, 2012; Topor, 2021).

Allikevel mener ungdommene at det er et skille mellom å være personlig og profesjonell, på samme måte som de snakker om grensa for hva man kan dele. I tråd med diskursen rundt profesjonalitet kan det virke som om ungdommene er preget av en tradisjonell oppfatning av den profesjonelle rollen som forbundet med en viss grad av avstand. Utfordringen kommer når dette ikke stemmer overens med måten de opplever sin egen relasjon til utekontakten som noe innenfor den mer personlige, private sfæren. Den profesjonelle rollen, som de også kan tillegge seg selv, er preget av en type saklighet og kan ha likhetstrekk med definisjonen av den terapeutiske alliansen som er beskrevet innenfor teori og forskning som noe som er samarbeidspreget og målrettet (Norcross & Wampold, 2018; Wampold & Imel, 2015).

I tillegg peker de på at det profesjonelle også kan representere en avstand og en barriere for å kunne danne en god relasjon. Delingen av noe personlig er en viktig handling som kan redusere denne avstanden og legge grunnlaget for relasjonen. Dette understøtter poenget til Ljungberg et al. (2017) om nødvendigheten av å diskutere grensegangen for hvor upersonlig man kan være før det oppleves som skadelig for relasjonen. Det kan se ut som om ungdommene mener at man kan kombinere det å være personlig og profesjonell uten at det gjør at man blir uprofesjonell, men heller at det kan ses på som en nødvendig del av å være profesjonell i dette yrket. Sett opp mot teori og forskning kan det virke som om både ungdommene og fagfeltet mangler et språk for å integrere den personlige siden i den profesjonelle rollen. Funnene gir således støtte til de som etterlyser et språk for dette og også en anerkjennelse av viktigheten av dette i relasjonsarbeid (Soggiu et al., 2020).

Funnene mine viser at selv innenfor samme kontekst, forstått som praksisfeltet oppsøkende sosialt arbeid, har ungdommene til dels ulike syn på og behov til den profesjonelle. Dette illustrerer betydningen av kontekst som faktor når det gjelder gyldigheten av å dele noe personlig. Kanskje kan man heller ikke snakke om én form for profesjonalitet innenfor hjelperelasjoner, men må se etter hva som er likt og hva som er forskjellig innenfor ulike fagprofesjoner. Å være profesjonell innenfor et salgssyrke vil ikke være det samme i sosialt arbeid, og profesjonaliteten i sosialt arbeid eller psykisk helsearbeid er ikke nødvendigvis lik som profesjonalitet innenfor andre deler av psykoterapeutisk arbeid. Dette vil blant annet påvirkes av rammene rundt, for eksempel om dette foregår på et kontor eller på gata.

I teorikapittelet presenterte jeg forståelsen av at synet på god omsorg er noe som varierer fra kontekst til kontekst, forstått som fag- eller praksisområder (Mol et al., 2010). Funnene gir støtte til et differensiert syn på profesjonalitet fremfor å finne en fasit på hva som er profesjonelt. I tillegg viser funnene fra praksiskonteksten oppsøkende sosialt arbeid at behovene og forventningene også vil variere fra ungdom til ungdom. Dette kan forstås som at den profesjonelles vurderinger og brukernes behov varierer, ikke bare fra kontekst til kontekst, men også fra klient til klient, eller ungdom til ungdom. Videre bør dette gjøre at man foretar vurderinger om deling på bakgrunn av kontekstuelle og individuelle faktorer.

6. Avsluttende refleksjoner

I denne oppgaven jeg har utforsket fenomenet *miljøterapeuters deling av noe personlig* ved å intervju 4 ungdommer om deres erfaringer med dette innenfor konteksten oppsøkende sosialt ungdomsarbeid. Jeg har fokusert på hvilken betydning de tillegger delingen.

Ungdommenes fortellinger har gitt nyttige perspektiver på hvordan de opplever å være i den profesjonelle relasjonen, og at det på mange måter er hjelperen som har ansvaret for hvor åpen og nær relasjonen blir. Dette er avhengig av hva hjelperen inviterer til, og deling av noe personlig blir én måte å være personlig på.

Funnene mine blir generelt understøttet av allerede eksisterende teori og forskning på temaet, men de bidrar også til en utvidelse av forståelsen av fenomenet ved å inkludere kompiserfaringer og tydeliggjøre at man ikke kan plassere fenomenet i én kategori. Et hovedfunn i denne studien kan derfor sies å være at fenomenet både ses på som et verktøy man kan ta i bruk bevisst og som noe spontant som skjer som en naturlig del av samhandlingen. Fenomenet blir derfor forstått som en del av begge de to omtalte

forståelsesmåtene, og ikke som utelukkende tilhørende det ene eller det andre perspektivet. Ungdommene plasserer fenomenet i spenningsfeltet mellom det personlige og profesjonelle, og utvider forståelsen av profesjonalitet ved å integrere det personlige som en del av den profesjonelle kompetansen.

Kontekstualitet og individualitet handler om å vurdere hva den enkelte ungdom trenger der og da og hva man selv er komfortabel med. Generaliseringer må derfor ikke forstås som en oppskrift på hvordan man skal gjøre noe, men forslag til hva som kan deles, hvordan dette kan gjøres og hvilken betydning det kan få for den enkelte. Det vil ofte innebære en grad av spontanitet, og beslutningen om å dele eller ikke dele blir tatt ut fra terapeutens samlede erfaringsbaserte kunnskap.

6.1. Studiens begrensninger

I metodekapittelet redegjorde jeg for konteksten for oppgaven og hvordan den er preget av min forforståelse. Selv om jeg har vært bevisst min forforståelse, ser jeg at den allikevel har preget studien på ulike måter. Reliabiliteten og validiteten er også blitt preget av metodevalget og intervjusituasjonen. Ved bruk av den semistrukturerte intervjuguiden hadde jeg på forhånd valgt meg ut noen fokusområder som var med og styrte retningen på intervjuet, selv om jeg også ønsket å bli styrt av det informantene var opptatt av. Dette er også et tema jeg i utgangspunktet var veldig engasjert i, og det er naturlig å anta at mine holdninger påvirket hvordan jeg stilte spørsmålene, hva jeg fulgte opp og hvordan jeg reagerte på det. I tillegg kan det være en begrensning at jeg ikke er en dreven forsker. Jeg opplevde intervjusituasjonen som en krevende øvelse i å være aktivt lyttende og lede samtalen inn på de temaene jeg skulle utforske, samtidig som jeg måtte følge opp det de sa gjennom en grundig utspørring.

Det kan også settes spørsmålstegn ved hvor åpne ungdommene har vært. Som intervjuer satt jeg med en opplevelse av at ungdommene ville hjelpe meg ved å gi det svaret de tenkte at jeg ønsket å høre. De visste alle at jeg selv jobbet innenfor dette feltet, og det ene intervjuet var også på egen arbeidsplass. Det er grunn til å tro at de derfor ikke ville fornærme meg ved å komme med kritiske uttalelser om oppsøkende sosialt arbeid, temaet generelt eller den enkelte utekontakt. I tillegg kan det hende at de var usikre på min behandling av deres uttalelser som konfidensielle, og at de ikke ville sette utekontaktene i et dårlig lys.

I ett av intervjuene oppdaget jeg at informanten trodde at det var snakk om ungdommens egen deling, og dette gjorde meg flere ganger usikker på om ungdommen snakket om sin egen eller utekontaktens deling. Jeg oppdaget også at jeg hadde en forforståelse om at alle ungdommer

kom til å være opptatt av terapeuten som person, men informantene mine viste at ikke alle er det, i hvert fall ikke i like stor grad eller på den måten jeg trodde. Det gjorde at jeg måtte omstille meg i intervju situasjonene, og det ga meg også nye perspektiv på fenomenet. For å kvalitetssikre funnene kunne jeg ha bedt om en tilbakemelding på både transkribering av intervjuene og analysen av det. Det hadde vært interessant å ha ungdommene med som aktive deltagere gjennom større deler av prosessen.

I tråd med formålet for kvalitativ metode, kan ikke funnene generaliseres, men kontekstualiseres (Kvale & Brinkmann, 2015). En begrensning ved denne studien er således at man ikke kan forstå den som en fasit på verken hvordan man skal forstå fenomenet eller hvordan man bør utøve praksis. Erfaringene og opplevelsen av fenomenet blant de fire informantene viser stor variasjon rundt for eksempel behov i relasjonen og forståelse av delingen. Dette kan ikke overføres til å si noe om behovene og forståelsen blant ungdommer generelt.

6.2. Betydning for praksis

Som jeg redegjorde for i metodekapittelet handler validiteten og generaliserbarheten også om å se funnene som utgangspunkt for refleksjon over egen praksis (Kvale & Brinkmann, 2015). Denne studien har vært et bidrag til å utvide den vanlige forståelsen av «reglene» for hva som kan deles med ungdommer og hvordan dette kan gjøres innenfor psykisk helsearbeid. Ved bruk av begreper som selvdeling, dele av seg selv og være personlig profesjonell vil man kunne reflektere rundt hvordan man selv ønsker å gjøre dette. Hvor har man sine begrensninger og muligheter på dette området? Hva har man av ulike erfaringer, historier og egenskaper kan man bruke? Egenrefleksjon over dette vil kunne avdekke hver enkelt sine forbedringsområder, og man kan finne ut hva man kan jobbe med for å bli bedre.

Jeg vurderer at denne studien kan være med på å anerkjenne kunnskapen om den personlige delen av den profesjonelle relasjonen, og dermed bidra til en utvidelse av den etablerte forståelsen av hva det vil si å være profesjonell innenfor psykisk helsearbeid. Denne studien har således et ønske om å være et bidrag til en profesjonalitet som kan fremheve de positive betydningene av å kunne bruke seg selv og sin egen erfaring, og således ufarliggjøre dette. Det er et mål at dette er noe som kan tas opp i personalmøter, og at man da kan snakke om hva som kan deles og hvordan man kan gjøre dette, fremfor at det blir noe man ikke snakker om og dermed ikke noe man kan forbedre kvaliteten på.

6.3. Behovet for videre forskning

Det er et behov for å fortsette å forske på dette fenomenet for å få frem de ulike nyansene innenfor ulike kontekster. Mye av teori og forskning er opptatt av et skille mellom privat, personlig og profesjonell, og å være forsiktig med å dele for mye, men denne studien har vist at det er vanskelig å ha en fasit på hvordan man skal benytte dette fenomenet. Jeg vurderer derfor at det er viktig med forskning på hvordan dette kan brukes og om utfordringene med kommunikasjon rundt grenser. Dette gjelder også behovet for forskning som utforsker hva det vil si å være *for* upersonlig i relasjonsarbeid.

Det er også et behov for mer forskning på utekontaktens rolle og det oppsøkende sosiale arbeidet. De fleste ungdommene i denne studien snakker på bakgrunn av en relasjon som for det meste har foregått i utekontaktens lokaler. Det kunne vært interessant å se på opplevelsen av utekontaktens rolle fra en kontekst utelukkende ute på gata og hva det har å si for opplevelsen av relasjon. Man kan anta at rollene kanskje har et annet uttrykk her, og at betydningen av å kunne relatere til hverandre vil være betydningsfull på en annen måte.

Studien min viser at alle mennesker innehar en erfaringsbasert kunnskap i kraft av levd liv, og at dette er noe som kan og bør benyttes i psykisk helsearbeid. Det er de siste årene satset mer på egenerfaring som en egen form for kompetanse både innenfor forskning og i praksisfeltet. Det er viktig å utvikle denne kompetansen videre for å bedre kvaliteten og bevisstheten rundt hva denne kompetansen består av. Det er derfor et behov for mer kunnskap fra brukernes perspektiv på fenomenet og videre på den profesjonelle rollen.

Litteraturliste

- Ackerman, S. J. & Hilsenroth, M. J. (2001). A review of therapist characteristics and techniques negatively impacting the therapeutic alliance. *Psychotherapy: Theory, Research, Practice, Training*, 38(2), 171-185. <https://doi.org/10.1037/0033-3204.38.2.171>
- Andersson, B. (2006). Ungdomar och offentligt liv. I B. Erdal (Red.), *Ute - Inne - Oppsøkende sosialt arbeid med ungdom* (s. 46-70). Gyldendal akademisk.
- Andersson, B. (2013). Finding ways to the hard to reach-considerations on the content and concept of outreach work. *European journal of social work*, 16(2), 171-186. <https://doi.org/10.1080/13691457.2011.618118>
- Audet, C. T. & Everall, R. D. (2010). Therapist self-disclosure and the therapeutic relationship: a phenomenological study from the client perspective. *British journal of guidance & counselling*, 38(3), 327-342. <https://doi.org/10.1080/03069885.2010.482450>
- Barnevernpanelet. (2011). *Barnevernpanelets rapport*. Barne-, likestillings- og inkluderingsdepartementet. https://www.regjeringen.no/globalassets/upload/bld/barnevern/2011/barnevernpanelets_rapport.pdf
- Berg, H., Antonsen, P. & Binder, P.-E. (2017). Sincerely speaking: Why do psychotherapists self-disclose in therapy? - A qualitative hermeneutic phenomenological study. *Nordic psychology*, 69(3), 143-159. <https://doi.org/10.1080/19012276.2016.1198272>
- Berg, H., Bjørnstad, J., Våpenstad, E. V., Davidson, L. & Binder, P. E. (2020). Therapist self-disclosure and the problem of shared-decision making. *J Eval Clin Pract*, 26(2), 397-402. <https://doi.org/10.1111/jep.13289>
- Bloomgarden, A. & Mennuti, R. B. (2009). *Psychotherapist revealed : therapists speak about self-disclosure in psychotherapy*. Brunner-Routledge.
- Borg, M. & Topor, A. (2014). *Virkosomme relasjoner : om bedringsprosesser ved alvorlige psykiske lidelser* (3. rev. utg.). Kommuneforl.
- Bø, B. T. (2019). *Risky Conversations» - miljøterapeuter blir personlig involvert : En narrativ analyse av 6 miljøterapeuters erfaring med bevisst selvavsløring i møte med ungdom i omsorgsinstitusjoner*. Universitetet i Agder.
- Cambridge Academic Content Dictionary. (2021). Disclosure. I *Disclosure*. <https://dictionary.cambridge.org/dictionary/english/disclosure>
- Cambridge Dictionary. (2021). bring something to the table. I *Cambridge Dictionary*. <https://dictionary.cambridge.org/dictionary/english/bring-something-to-the-table>
- Det norske Akademis ordbok. (2021). guard. I. <https://naob.no/ordbok/guard>
- Dutton, H. (2018). Mentor Self-Disclosure in Youth Mentoring Relationships: A Review of the Literature About Adults Disclosing to Non-Familial Adolescents in Intervention Settings. *Adolescent research review*, 3(1), 57-66. <https://doi.org/10.1007/s40894-017-0065-0>
- Engøy, B. (2016). "Hvem er du?" - Å bli utfordret som miljøterapeut og person. I A. Olkowska, Landmark, Berit (Red.), *Miljøterapi : prinsipper, perspektiver og praksis*. Fagbokforlaget.
- Erdal, B. (2006). Rollen som oppsøkende sosialarbeider. I B. Erdal (Red.), *Ute - Inne - Oppsøkende sosialt arbeid med ungdom* (s. 116-136). Gyldendal akademisk.
- Gaines, R. (2003). Therapist self-disclosure with children, adolescents, and their parents. *J Clin Psychol*, 59(5), 569-580. <https://doi.org/10.1002/jclp.10163>
- Gelso, C. J. (2009). The real relationship in a postmodern world: Theoretical and empirical explorations. *Psychother Res*, 19(3), 253-264. <https://doi.org/10.1080/10503300802389242>
- Gibson, M. F. (2012). Opening Up: Therapist Self-Disclosure in Theory, Research, and Practice. *Clinical social work journal*, 40(3), 287-296. <https://doi.org/10.1007/s10615-012-0391-4>

- Grant, J. G. & Mandell, D. (2016). Boundaries and relationships between service users and service providers in community mental health services. *Social work in mental health*, 14(6), 696-713. <https://doi.org/10.1080/15332985.2015.1137258>
- Hart, P. (2017). The reality of relationships with young people in caring professions: A qualitative approach to professional boundaries rooted in virtue ethics. *Children and youth services review*, 83, 248-254. <https://doi.org/10.1016/j.childyouth.2017.11.006>
- Helse- og omsorgsdepartementet (Prop. 121 S (2018-2019)). (2019). *Opptappingsplan for barn og unges psykiske helse (2019–2024)*. H.-o. omsorgsdepartementet. <https://www.regjeringen.no/no/dokumenter/prop.-121-s-20182019/id2652917/>
- Helse- og omsorgsdepartementet (St.prp. nr. 63 (1997-1998)). (1998). *Om opptappingsplan for psykisk helse 1999 - 2006*. Helse- og omsorgsdepartementet. <https://www.regjeringen.no/no/dokumenter/stprp-nr-63-1997-98-/id201915/?ch=1>
- Henretty, J. R. & Levitt, H. M. (2010). The role of therapist self-disclosure in psychotherapy: A qualitative review. *Clin Psychol Rev*, 30(1), 63-77. <https://doi.org/10.1016/j.cpr.2009.09.004>
- Hill, C. E., Knox, S. & Pinto-Coelho, K. G. (2018). Therapist self-disclosure and immediacy: A qualitative meta-analysis. *Psychotherapy*, 55(4), 445-460. <https://doi.org/10.1037/pst0000182>
- Jacobsen, D. I. (2015). *Hvordan gjennomføre undersøkelser? : innføring i samfunnsvitenskapelig metode* (3. utg.). Cappelen Damm Akademisk.
- Jensen, P. & Ulleberg, I. (2019). *Mellom ordene : kommunikasjon i profesjonell praksis* (2. utg.). Gyldendal.
- Johnsen, C. & Ding, H. T. (2021). Therapist self-disclosure: Let's tackle the elephant in the room. *Clin Child Psychol Psychiatry*, 26(2), 443-450. <https://doi.org/10.1177/1359104521994178>
- Karlsson, B. & Borg, M. (2013). *Psykisk helsearbeid : humane og sosiale perspektiver og praksiser*. Gyldendal akademisk.
- Kolstad, A.-E. F. (2010). *En kvalitativ studie av relasjon mellom vanskeligstilt ungdom og miljøarbeidere*. A.F. Kolstad. <http://hdl.handle.net/11250/2438616>
- Kristiansen, M. V. (2020). Relasjonsbyggende prosesser i norske barnevernsinstitusjoner. <https://hdl.handle.net/1956/22877>
- Kvale, S. & Brinkmann, S. (2015). *Det kvalitative forskningsintervju* (3. utg.). Gyldendal akademisk.
- Larsen, E. (2018). *Miljøterapi med barn og unge : organisasjonen som terapeut* (3. utg.). Universitetsforlaget.
- Lilleng, M. J. S. & Ask, K. (2018). *Unge sitt møte med Utekontakten i Bergen - et salutogent perspektiv på ungdom i risiko*. The University of Bergen. <https://hdl.handle.net/1956/18480>
- Ljungberg, A., Denhov, A. & Topor, A. (2017). A Balancing Act—How Mental Health Professionals Experience Being Personal in Their Relationships with Service Users. *Issues in Mental Health Nursing*, 38(7), 578-583. <https://doi.org/10.1080/01612840.2017.1301603>
- Merriam Webster. (2021, 22.03.21). Disclose. I. Merriam Webster Incorporated. <https://www.merriam-webster.com/dictionary/disclose>
- Mol, A., Moser, I. & Pols, J. (2010). *Care in practice : on tinkering in clinics, homes and farms* (Bd. vol. 8). Transcript Verlag.
- Norcross, J. & Wampold, B. (2018). A new therapy for each patient: Evidence-based relationships and responsiveness. *Journal of Clinical Psychology*, 74. <https://doi.org/10.1002/jclp.22678>
- Norcross, J. C. (2002). *Psychotherapy Relationships That Work: Therapist Contributions and Responsiveness to Patients*. Cary: Oxford University Press.
- Olkowska, A. (2012). *Familieterapeutens personlige historier og erfaringer i familieterapi : på jakten etter X-files*. Høgskolen i Oslo og Akershus, Institutt for sosialfag.
- Olkowska, A. & Landmark, B. (2016). *Miljøterapi : prinsipper, perspektiver og praksis*. Fagbokforlaget.
- Pinto-Coelho, K. G., Hill, C. E. & Kivlighan, D. M. (2016). Therapist self-disclosure in psychodynamic psychotherapy: A mixed methods investigation. *Counselling psychology quarterly*, 29(1), 29-52. <https://doi.org/10.1080/09515070.2015.1072496>
- Schibbye, A.-L. L. (2012). *Relasjoner : et dialektisk perspektiv på eksistensiell og psykodynamisk psykoterapi* (2. utg., 2. oppl. [i.e. ny utg.]. utg.). Universitetsforl.

- Simonsen, M. (2012). *Å by på seg selv : Hvilken betydning vektlegger miljøterapeuter som jobber med ungdom i psykiatri sine personlige erfaringer i utøvelse av miljøterapi?* Høgskolen i Lillehammer. <http://hdl.handle.net/11250/145131>
- Skatvedt, A. (2020). *Bedringens sosiologi : om potensialet i hverdagslig samhandling* (1. utg.). Fagbokforlaget.
- Skau, G. M. (2013). *Mellom makt og hjelp : om det flertydige forholdet mellom klient og hjelper* (4. utg.). Universitetsforl.
- Skårderud, F. & Sommerfeldt, B. (2013). *Miljøterapi boken : mentalisering som holdning og handling*. Gyldendal akademisk.
- Smith, J. A., Larkin, M. & Flowers, P. (2009). *Interpretative phenomenological analysis : theory, method and research*. SAGE.
- Soggiu, A.-S. L., Klevan, T., Davidson, L. & Karlsson, B. (2020). A sort of friend: narratives from young people and parents about collaboration with a mental health outreach team. *Social work in mental health*, 18(4), 383-397. <https://doi.org/10.1080/15332985.2020.1761932>
- Strømfors, G. (2006). Oppsøkere som profesjonelle personligheter. I B. Erdal (Red.), *Ute - Inne - Oppsøkende sosialt arbeid med ungdom* (s. 169-191). Gyldendal akademisk.
- Sundet, R. (2016). Forskning på en lokal praksis i psykisk helsevern for barn og unge - Del 2: Den nomadiske tenkemåten og ambulant arbeid. *Fokus på familien*, (2), 113-131.
- Thagaard, T. (2018). *Systematikk og innlevelse : en innføring i kvalitative metoder* (5. utg.). Fagbokforlaget.
- Thomassen, M. (2020). Fenomenologiens mange ansikter. I D. Jossen, M. Kjørstad, S. Seim & P. A. Tuft (Red.), *Vitenskapsteori for sosial- og helsefag* (1. utg.). Gyldendal.
- Thrana, H. M. (2013). Kjærlighet: en kjernekompetanse i profesjonelt barnevernsarbeid? *Tidsskriftet Norges barnevern*, 90(1), 5-17.
- Thrana, H. M. (2016). Kjærlighetens inntreden i barnevernet - en utfordring for den profesjonelle relasjon? *Tidsskriftet Norges barnevern*, (2), 96-109.
- Topor, A. (2021). Hverdagens hjelpsomme praksis - hvordan kan professionelle bidrage til recovery-prosessen for mennesker med alvorlige psykiske problemer? I J. Oute & K. Jørgensen (Red.), *Recovery-orienterede praksisser* (s. 145-165). Samfundslitteratur.
- Topor, A., Bøe, T. D. & Larsen, I. B. (2018). Small Things, Micro-Affirmations and Helpful Professionals Everyday Recovery-Orientated Practices According to Persons with Mental Health Problems. *Community Ment Health J*, 54(8), 1212-1220. <https://doi.org/10.1007/s10597-018-0245-9>
- Topor, A. & Denhov, A. (2015). Going beyond: Users' experiences of helping professionals. *Psychosis*, 7(3), 228-236. <https://doi.org/10.1080/17522439.2014.956784>
- Tønnesson, Ø. & Svartdal, F. (2021). ungdom. I E. Bolstad (Red.). Store norske leksikon. <https://sml.snl.no/ungdom>
- United Nations Department of Economic and Social Affairs. (2013). *Definition of youth*. Hentet 05.04.21 fra <https://www.un.org/esa/socdev/documents/youth/fact-sheets/youth-definition.pdf>
- Vatne, S. (2006). *Korrigere og anerkjenne : relasjonens betydning i miljøterapi*. Gyldendal akademisk.
- Wampold, B. E. & Imel, Z. E. (2015). *The great psychotherapy debate : the evidence for what makes psychotherapy work* (Second edition. utg.). Routledge.

Vedlegg 1

Litteratursøk

Litteratursøket har vært gjennomført i Cinahl, PsychInfo, MedLine, Google Scholar og Oria. Søkene er gjennomført med søkeord i ulike kombinasjoner, både på norsk og på engelsk.

Søkeordene jeg har brukt på norsk er: profesjonell, personlig, relasjon, selvavsløring, miljøterapi, oppsøkende sosialt arbeid, ungdom, ungdomsarbeid

Søkeordene jeg har brukt på engelsk er: professional client relations/professional-patient relations, Self-disclosure/therapist self-disclosure, Social work/Mental health services/ Social Welfare/Milieu therapy/Socioenvironmental therapy/Outreach work/Psychotherapy, Adolescents/adolescence

NSD NORSK SENTER FOR FORSKNINGSDATA

NSD sin vurdering

Prosjekttittel

Den personlige miljøterapeut - ungdommers opplevelse av miljøterapeuters deling av noe personlig

Referansenummer

361617

Registrert

24.06.2020 av Benedicte Dorothea Lindemark Engøy - 213996@student.usn.no

Behandlingsansvarlig institusjon

Universitetet i Sørøst-Norge / Fakultet for helse- og sosialvitenskap / Institutt for helse-, sosial- og velferdsfag

Prosjektansvarlig (vitenskapelig ansatt/veileder eller stipendiat)

Rolf Sundet, rolf.sundet@usn.no, tlf:

Type prosjekt

Studentprosjekt, masterstudium

Kontaktinformasjon, student

Benedicte Engøy, benedicte.engoy@gmail.com, tlf:

Prosjektperiode

01.06.2020 - 15.05.2021

Status

07.08.2020 - Vurdert

Vurdering (1)

07.08.2020 - 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 07.08.2020 med vedlegg, samt i meldingsdialogen mellom innmelder og NSD. Behandlingen kan starte.

MELD VESENTLIGE ENDRINGER

Dersom det skjer vesentlige endringer i behandlingen av personopplysninger, kan det være nødvendig å melde dette til NSD ved å oppdatere meldeskjemaet. Før du melder inn en endring, oppfordrer vi deg til å lese om hvilke type endringer det er nødvendig å melde:

https://nsd.no/personvernombud/meld_prosjekt/meld_endringer.html

Du må vente på svar fra NSD før endringen gjennomføres.

TYPE OPPLYSNINGER OG VARIGHET

Prosjektet vil behandle særlige kategorier av personopplysninger om helse og alminnelige kategorier av personopplysninger frem til 15.05.2021.

LOVLIG GRUNNLAG

Prosjektet vil innhente samtykke fra de registrerte til behandlingen av personopplysninger. Vår vurdering er at prosjektet legger opp til et samtykke i samsvar med kravene i art. 4 nr. 11 og art. 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 uttrykkelige samtykke, jf. personvernforordningen art. 6 nr. 1 bokstav a, jf. art. 9 nr. 2 bokstav a, jf. personopplysningsloven § 10, jf. § 9 (2).

PERSONVERNPRINSIPPER

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

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

DE REGISTRERTES RETTIGHETER

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 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).

For å forsikre dere om at kravene oppfylles, må dere følge interne retningslinjer og eventuelt 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!

Kontaktperson hos NSD: Tore Andre Kjetland Fjeldsbø
Tlf. Personverntjenester: 55 58 21 17 (tast 1)

Vedlegg 3

INTERVJUGUIDE

1. Generelle spørsmål om ditt forhold til utekontakten

- Fortell meg litt om hvordan dere ble kjent.
 - o Når
 - o Varighet
 - o Utgangspunkt for kontakt
- Hva er det som er betydningsfullt for deg med denne personen?
- Hva er det denne personen gjør som gjør at deres forhold er så godt?

2. Opplevelse av å dele noe personlig

- Hva forstår du som «å dele noe personlig»?
- Kan du komme på en eller flere situasjoner der utekontakten har delt noe personlig om seg selv?
- Hvilke erfaringer har du med at utekontakten har delt noe personlig om seg selv?
 - o Hvilke(n) situasjon(er) oppstod dette i?
 - o Hva delte utekontakten?
 - o Hvordan opplevde du dette?
 - o Hvordan påvirket dette deres forhold?
- Hvis ingen erfaring; hvordan tror du at du hadde opplevd det dersom utekontakten hadde delt noe personlig med deg?
 - o Hvordan hadde dette påvirket deres forhold?

3. Interesse for å vite noe personlig

- I hvilken grad er du interessert i å vite noe personlig om utekontaktene?
 - o Har du stilt miljøterapeuten et personlig spørsmål?
- Hva tenker du er «å dele for mye/for lite»?
- Hvis relevant; hva tenker du ligger i det å være profesjonell?

Vil du delta i forskningsprosjektet

«Den personlige miljøterapeut

- ungdommers opplevelse av miljøterapeuters deling av noe personlig»?

Dette er et spørsmål til deg om å delta i et forskningsprosjekt hvor formålet er å få kunnskap om terapeuters deling av noe personlig. I dette skrivet gir vi deg informasjon om målene for prosjektet og hva deltakelse vil innebære for deg.

Formål

Formålet med denne studien er å høre unge voksne sine opplevelser og tanker rundt at en miljøterapeut deler noe personlig om seg selv. Disse beskrivelsene vil være viktige bidrag til hvordan utekontakter utøver sin rolle, og hvordan de bruker seg selv i kontakt med ungdommer.

Studien ønsker å utforske hvilke erfaringer unge voksne har med at utekontakter deler noe personlig om seg selv og hvilken betydning man vurderer at dette har. Dersom man ikke har noen erfaring med at en utekontakt deler noe personlig, men har en utekontakt man har et godt forhold til, er det interessant å høre hva man hadde tenkt om utekontakten hadde delt noe personlig.

Det er et mastergradsprosjekt som varer fra høsten 2020 og ferdigstilles våren 2021.

Hvem er ansvarlig for forskningsprosjektet?

Universitetet i Sørøst-Norge er ansvarlig for prosjektet. Student er Benedicte Engøy, og veileder er Rolf Sundet.

Hvorfor får du spørsmål om å delta?

Vi leter etter deg som har én utekontakt som du har et godt forhold til, og som har hatt en spesiell betydning for deg.

Studien skal baseres på intervju med 6 unge voksne som har, eller har hatt, en relasjon til en utekontakt/ungdomskontakt som driver oppsøkkende sosialt arbeid.

Du har blitt foreslått av en utekontakt basert på deres tidligere kontakt, eller du har tatt kontakt selv.

Hva innebærer det for deg å delta?

- Hvis du velger å delta i prosjektet, innebærer at du deltar i et intervju. Det vil vare mellom 30 og 60 minutter.
- Opplysninger om navn og alder vil innhentes. Vi vil diskutere dine erfaringer og relasjoner med utekontakten, og deltakelse vil derfor innebære at vi også kan komme inn på temaer rundt din helse.
- Du vil få muligheten til å se gjennom hovedspørsmålene som skal stilles før intervjuet begynner.
- Det vil gjøres lydopptak av intervjuet.

Det er frivillig å delta

Det er frivillig å delta i prosjektet. Hvis du velger å delta, kan du når som helst trekke samtykket tilbake uten å oppgi noen grunn. Alle dine personopplysninger vil da bli slettet. Det vil ikke ha noen negative konsekvenser for deg hvis du ikke vil delta eller senere velger å trekke deg. Du står fritt til å velge hvor mye du ønsker å dele i intervjuet, og du kan når som helst avbryte intervjuet uten at dette får konsekvenser for deg.

Informasjonen du gir vil ikke gjøres kjent for utekontakten du snakker om, og det vil derfor ikke påvirke ditt forhold til vedkommende.

Ditt personvern – hvordan vi oppbevarer og bruker dine opplysninger

Vi vil bare bruke opplysningene om deg til formålene vi har fortalt om i dette skrevet. Vi behandler opplysningene konfidensielt og i samsvar med personvernregelverket. Datamaterialet vil være innelåst/kryptert.

Det er kun student og veileder som vil ha tilgang til disse opplysningene.

Navnet og kontaktopplysningene dine vil jeg erstatte med en kode som lagres på egen navneliste adskilt fra øvrige data. Ingen skal kunne kjenne deg igjen. Du vil selv kunne kjenne igjen sitater/utsagn du har kommet med.

Hva skjer med opplysningene dine når vi avslutter forskningsprosjektet?

Opplysningene anonymiseres når prosjektet avsluttes/oppgaven er godkjent, noe som etter planen er mai 2021. Dette vil innebære at lydopptak slettes, og kodelisten med kobling til navnet ditt vil slettes.

Dine rettigheter

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

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

Hva gir oss rett til å behandle personopplysninger om deg?

Vi behandler opplysninger om deg basert på ditt samtykke.

På oppdrag fra Universitetet i Sørøst-Norge har NSD – Norsk senter for forskningsdata AS vurdert at behandlingen av personopplysninger i dette prosjektet er i samsvar med personvernregelverket.

Hvor kan jeg finne ut mer?

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

- Universitetet i Sørøst-Norge ved student Benedicte Engøy, tlf. _____, benedicte.engoy@gmail.com eller veileder Rolf Sundet, tlf. _____, rolf.sundet@usn.no.
- Vårt personvernombud: Paal Are Solberg, personvernombud@usn.no.

Hvis du har spørsmål knyttet til NSD sin vurdering av prosjektet, kan du ta kontakt med:

- NSD – Norsk senter for forskningsdata AS på epost (personverntjenester@nsd.no) eller på telefon: 55 58 21 17.

Med vennlig hilsen

Benedicte Engøy
Student

Rolf Sundet
Veileder

Samtykkeerklæring

Jeg har mottatt og forstått informasjon om prosjektet «Den personlige miljøterapeut - ungdommers opplevelse av miljøterapeuters deling av noe personlig», og har fått anledning til å stille spørsmål. Jeg samtykker til:

å delta i intervju

Jeg samtykker til at mine opplysninger behandles frem til prosjektet er avsluttet

(Signert av prosjektdeltaker, dato)

Hovedtema 1: Forståelsen av å dele noe personlig	
Personlig erfaring, historie og egenskaper	<i>Deling av noe personlig er først og fremst uttalelser om hjelperens egne opplevelser eller erfaringer</i> <i>Erfaringer med hva hjelperne har delt:</i> <ul style="list-style-type: none"> - egne utfordringer med ulike typer tematikk (skole, venner, familie, sex, jobb osv.) - som oftest relatert til ungdommenes utfordringer - hverdagshistorier fra eget liv, som ikke nødvendigvis er direkte relatert til ungdommen
Kompiserfaringer	<i>Deling av noe personlig kan også være deling av andres erfaringer</i> <i>Man trenger ikke bruke navn ved en slik deling: historien i seg selv er fokuset</i>
En naturlig del av samtalen	<i>Ungdommene opplever delingen som naturlig i samtalen</i>
Hovedtema 2: Ungdommenes behov i den profesjonelle relasjon	
Behov for trygghet	<i>Ungdommene kan bruke tid på å bli trygge nok/bygge opp tillit</i> <i>Ungdommene presenterer seg profesjonelt</i>
Relatering til hverandre – det man har til felles	<i>Relatering til noe felles er en forutsetning for å kunne bygge relasjon</i> <i>Like opplevelser gir en forståelse for hverandre</i> <i>Mangel på like opplevelser gir manglende forståelse</i> <i>Felles ting kan skapes mellom ungdom og hjelper</i> <i>Felles temaer kan brukes for å skape et fellesskap og gi ungdommen en anerkjennelse</i>
Gjensidighet – det å gi noe og få noe tilbake	<i>Ulike forståelser av gjensidighet:</i> <ol style="list-style-type: none"> 1. <i>Deling av noe personlig er del av en ønsket gjensidighet i relasjonen</i> 2. <i>Hjelperen setter presedens for hvor åpen relasjonen skal være</i> 3. <i>Ungdommen trenger å få en respons av hjelperen (å «bidra til bordet» og anerkjenne ungdommens opplevelse)</i> 4. <i>Ungdommen kan også lære noe bort til hjelperen</i> 5. <i>Hjelperen skal først og fremst få ungdommen til å åpne seg (ungdommen skal være i fokus)</i>
Hovedtema 3: Den terapeutiske betydning av å dele noe personlig	
Bekreftelse og normalisering	<i>Å ikke føle seg alene om å ha det sånn som de har det</i> <i>Å forstå at «ingenting er galt med meg»</i> <i>Bekreftelse på vanlige utfordringer</i>
Utvide forståelseshorizonten	<i>Nye perspektiver på en situasjon som oppleves som fastlåst</i> <i>Gi håp og motivasjon til å komme seg videre</i> <i>Gi forslag til løsninger</i> <i>Gi forslag til opplevelser</i>
Relasjonsbyggende	<i>Gir en trygghet på hjelperen, og på hva ungdommen selv kan dele</i> <i>Krydder i samtalen (bevisst deling)</i> <i>Å føle seg inkludert og velkommen</i> <i>Endrer synet på hjelperen (brudd i det etablerte synet på hjelperen som «ordentlig»)</i> <i>Deling som en distraksjon fra den dårlige stemningen</i>
Usikkerhet og ustabilitet	<i>Usikkerhet kan smitte over på ungdommen(e)</i> <i>Kan gjøre at ungdommene mister respekten</i> <i>Kan gjøre relasjonen ustabil (tydeliggjør hjelperens ansvar i relasjonen)</i>
Hovedtema 4: Vurderinger rundt bruken av å dele noe personlig	
Grenser for hva som deles – med hvem	<i>Det finnes en slags fasit og en grense for bruk av deling</i> <i>I en god relasjon kan «alt» deles</i> <i>Deling bør forutsette at temaet er bearbeidet hos utekontakten</i> <i>Konteksten har betydning</i>
Fokus på ungdommen	<i>Delingen må ikke føre til at samtalen dreier seg om utekontakten; må være relevant for ungdommen og fokus må føres tilbake til ungdommen</i> <i>Delingen vil være kontekstavhengig: noe som kan være «feil» i én situasjon, kan være «riktig» i en annen</i>

	<i>Delingen må oppleves som autentisk</i>
Hjelperens sårbarhet	<i>Må være komfortabel med hva man selv deler: vite hvor ens egne grenser går Hjelperne er ikke beskyttet av taushetsplikten: kan bli kjent av flere ungdommer</i>
Hovedtema 5: Kombinasjon av personlig og profesjonell	
Personlig relasjon, lik venne- og familierelasjoner	<i>Utekontaktene blir tillagt familie- eller venneroller (mor, søster, eldre venn ol.) Rollene blir gitt utfra hva ungdommene har behov for (fyller en rolle de ikke har i livet sitt)</i>
Personlig og profesjonell – to forskjellige ting	<i>Opplevd skille mellom den profesjonelle og den personlige siden av hjelperen/relasjonen Profesjonalitet er koblet til det å ha taushetsplikt, være saklig, seriøs, praktisk, gjøre ting riktig Det profesjonelle kan oppleves som en grense/barriere man ikke må gå forbi To ulike kroppslige holdninger: «switch» mellom personlig og profesjonell Innholdet i relasjonen styrer: mer uformell kontakt etter endt oppfølging</i>
Å være personlig er å være profesjonell	<i>Det personlige står ikke i veien for å være profesjonell: kan integreres i den profesjonelle rollen Profesjonaliteten i denne jobben er å selge inn god hjelp gjennom å bruke seg selv (sammenlignet med salgsjobb) Deling av noe personlig er en bonus</i>