

På spaning efter den invitation som flytt

– ett sätt att skapa mening

2019-11-11

Lars Andersson

Grundläggande Psykoterapiutbildning på systemisk narrativ grund (motsv Steg1, 45 hp)

Göteborgs Centrum för Kompetensutveckling

Handledare: Emma Thorén

Examinator: Lisen Kebbe

1. Abstract

Min frågeställning för den här uppsatsen handlar om vad som är hjälpsamt för klienten i ett möte med mig som behandlare. En särskild frågeställning handlar om vad som är hjälpsamt utifrån den målgrupp jag alltsomoftast möter, nämligen ”män som utövat våld i nära relation” – detta också kopplat till min egen läroprocess utifrån klientärendet och studien.

I teoriavsnittet har jag beskrivit några utgångspunkter som det ”systemiskt narrativa” perspektivet ger som t.ex. kontextens betydelse, där både min position som behandlare och klientens position som expert på sitt levda liv blir viktiga, utifrån en tanke om att det ”vi nu gör”, gör vi tillsammans i en samforskande anda – både till form och innehåll. Vidare har jag försökt beskriva vad forskningen har att säga om vad som är hjälpsamt i ett klientmöte och av det som är beskrivet som hjälpsamt koncentrerat mig på den terapeutiska alliansen, dels vad den innebär och på vilket sätt den verkar. Vidare ett avsnitt om våld i nära relation, närmare bestämt vad många av de män som utövat våld i nära relation också känner skam och vad det betyder i mötet med dem. Ytterligare ett teoriavsnitt som tar sin utgångspunkt i Michael White och hans bok *Kartor över narrativ praktik* och särskilt avsnittet om ”resonans”, som handlar om den utomstående vittnespositionen, som jag använde mig av i aktuellt klientärende.

I genomförandet har jag använt mig av klientintervju kring vad han upplevt som hjälpsamt i våra möten, vilket jag kopplat både till teorin och egna reflektioner.

Resultatet utifrån klientens beskrivning av hjälpsamhet sammanfaller till vissa delar med den teori om hjälpsamhet och bemötande utifrån målgruppen ”utövare av våld i nära relation” – det som klienten beskriver som hjälpsamt är att han inte blir dömd i mitt sätt att bemöta honom – detta blir kanske särskilt viktigt utifrån klientens egna skamkänslor eller identiteten som utövare. Vidare beskriver han att han fått möjlighet att påverka och styra både innehåll, form och frekvens för våra möten. En annan faktor som bidragit är att det var lätt att få till möte.

Utifrån detta, så har det också varit möjligt för klienten att skapa en alternativ berättelse om sig själv som partner, pappa och man – där han kan beskriva egna gjorda framsteg under vår kontakt. Ett sätt att möjligen påskynda och förstärka vägen till en alternativ berättelse, blev också det utomstående vittnet, som var med vid ett samtalstillfälle.

I mitt eget lärande så handlar det om vikten av att bjuda in klienten till ett gemensamt arbete, att försöka få syn på min egen förförståelse så att inte den blir ett hinder i ett klientmöte och fortsätta pröva olika narrativa metoder.

Innehållsförteckning

1. Abstract

2. Innehållsförteckning

3. Inledning

4. Syfte

5. Frågeställningar

6. Teori

6:1 Vad är hjälpsamt – vad säger forskningen?

6:2 Några nedslag i det narrativa perspektivet med utgångspunkt i Michael

Whites Kartor över narrativ praktik

6:3 Våld i nära relation – att möta utövare

7. Metod

8. Genomförande av studien

8:1 En del av kontexten

8:2 Kort beskrivning av klienten

8:3 "...man blir inte dömd" – möjliggör en alternativ berättelse?

8:4 En kort tillbakablick – vad jag då ännu inte visste

8:5 Delaktighet och engagemang

8:6 Utomstående vittnesposition

9. Slutdiskussion

10. Referenslista

Inledning

Mitt intresse för relationens och alliansens roll i mötet med klienter, härrör från mitt arbete med dömda män i anstalt och i frivård. Jag vet att när jag började mitt arbete där för tjugofyra år sedan, så slogs jag av att många av de män jag mötte ofta berättade en likartad historia, där de genom hela livet – men kanske framförallt under barndom och uppväxt – blivit svikna av sin familj, av socialtjänsten, av andra myndigheter och instanser som varit inblandade i deras liv. I denna berättelse om det upplevda sveket fanns det också en rättmätig ilska och misstro, som ibland jag, som företrädare för en annan myndighet – kriminalvården - fick klä skott för.

Jag upplevde att många var fångade i sin egen och andras negativa berättelse om sig själva och agerade som vore det ett öde eller definitiv sanning. Så en fråga som väcktes tidigt var hur jag skulle få tillträde till de här personerna? Hur skapa en "alternativ berättelse" (White, 2012, s.157) eller hur betona de "oanade utvecklingsmöjligheterna" (Hertz, 2011, s.39), även om jag inte formulerade det så då.

Det väckte också frågor om kontexten i vilket allt detta skedde – hur kan vi skapa en miljö som främjar förändringsarbete, nyfikenhet och lust hos den enskilde klienten – och samtidigt skapa ett meningsfullt arbete för mig själv. Vad betyder kontexten för vilken position jag tar/blir tilldelad? Vilken roll spelar makt?

Samtidigt kan jag konstatera att kriminalvården alltid på något sätt befunnit sig i spänningsfältet mellan å ena sidan säkerhet och å andra sidan behandling, som också avspeglar sig i motsättningar mellan kollegor, där man kan vara mer eller mindre åt det ena eller andra hållet. Under många år arbetade jag nära tillsammans med en annan kollega, där vi ställde oss dessa frågor själva, vi hade möten med kollegor och chefer kring miljön/kontexten, vi skapade utbildningar för att möjliggöra ett sådant klimat där förändring hos den enskilde skulle främjas – vidare att vi också hade möjlighet att få vara kreativa angående vårt erbjudande om olika typer av behandling till våra klienter. En fråga som hänger ihop med det ovanstående är ju också hur hjälpsamt "det vi nu gör", är för klienterna? Vi kom tidigt i kontakt med MI – Motiverande Intervju (Barth & Näsholm, 2007), som kan sägas vara både en slags samtalsteknik och ett förhållningssätt. Det viktiga och det som tilltalade mig med MI, var att klienten hamnade i fokus, att klientens röst och berättelse blev något som var viktigt att lyssna till – detta i kontrast till i värsta fall kriminalvårdens ibland lite moraliserande vet-bäst-attityd. Med tiden krympte utrymmet för mig och mina kollegor att vara kreativa och verksamheten blev mer och mer centralstyrd, där man också såg framgångsfaktorer i det som var mätbart, att det framförallt var metoden i sig man försökte få evidens för. Relation eller allians eller kontext var inte de faktorer som man tittade på eller värdet av klienternas berättelse. Allt skulle in i samma mall. Med tiden blev utrymmet trångt, som kunde man inte tänka en tanke själv utan att den blev ifrågasatt – med risk för att jag överdriver beskrivningen av det "hemska" när jag själv inte är en del av det längre.

När jag för snart två år sedan fick möjlighet att byta arbete och samtidigt påbörja utbildningen i psykoterapi, så var det som att öppna fönstret i ett annars lite unket rum – härligt, friskt och lustfyllt. Det kändes som att komma hem till något som var välbekant och med tiden som olika narrativa och systemiska tankegångar och teorier blev presenterade, blev det som, att det som jag av erfarenhet visste och kände i hela min kropp, fick ett språk - att min egen berättelse blev rikare. I denna indirekta bekräftelse för egen del, blev det också lustfyllt att ta sig an också det som var nytt för mig. Kanske finns det där en parallell till hur klienterna behöver bli bekräftade, att bli lyssnade till, att bli återupprättade, att deras livsberättelser får äga sin tyngd – för hur de i sin tur kan känna lust och glädje inför att kanske titta på sig själva med nyfikna och ibland kritiska ögon för att kunna förändra något i deras liv?

4. Syfte

Mitt syfte för denna uppsats blir att försöka ta reda på vad som är hjälpsamt för klienten i ett klientmöte.

Ett annat syfte blir att utifrån målgruppen ”män som utövar våld i nära relation” utforska vad som blir hjälpsamt?

Ytterligare ett annat syfte är att också belysa min egen läroprocess som professionell utifrån det beskrivna klientärendet och utifrån min reflexiva position i relation till studien.

5. Frågeställningar

Vad berättar klienten om vad som blir hjälpsamt? Vad i våra samtal har fört klienten vidare?

Vad är det i min position som professionell som blir hjälpsamt för klienten?

Vad finns det för särskilt viktiga omständigheter som jag behöver ta hänsyn till i mötet med ovan beskrivna målgrupp? Vad blir hjälpsamt utifrån den specifika målgruppen? Vad berättar klienten om det hjälpsamma

Vad kan jag göra för lärdomar utifrån det beskrivna klientärendet?

6. Teori

Några teoretiska utgångspunkter som blir viktiga att säga något om, utifrån att delta i en utbildning på ”systemiskt narrativ grund”. Det kan handla om t.ex. vilka utsagor kan vi ha om det vi studerar? En tanke är att vi inte kan studera något, förstå en annan människa utan att också undersöka i vilken kontext individen befinner sig i och i vilka relationer denne ingår i och hur de ser ut, utan att förstå att jag är en person som tolkar, innebärande att någon annan i min position skulle komma fram till något annat – med det ovanstående blir min egen position den andres kontext och relationer viktiga att utforska. Och att språket blir det medium i vilket vi kan förstå saker, göra oss förstådda, reflektera genom... och språket som

inte är något fast och fixerat, något en gång för alla givet – utan mer om att komma fram till vad ett ord, begrepp eller berättelse betyder för just den enskilde klienten.

Detta kommer också till uttryck i teorierna i det narrativa anslaget, där man kan se utsagorna och berättelserna "om det levda livet" just som utsagor, som konstrueras i takt med vi berättar något och att de konstrueras i språket - påverkade av kontexten i form av omgivande samhälle och kultur, egna erfarenheter och nuvarande livsomständigheter – och i det också möjliga att konstruera om - Alice Morgan i *Vad är narrativ terapi*(2004), s. 14, menar att

"Vi människor är tolkande varelser. Vi har alla dagliga erfarenheter av händelser som vi söker göra meningsfulla. Berättelserna som vi har om våra liv skapas genom att vi länkar samman vissa händelser i en viss följd över en tidsperiod, och hittar ett sätt att förklara dem eller göra dem begripliga. Denna förståelse utgör temat i berättelsen. Vi tillskriver våra erfarenheter mening allteftersom vi lever våra liv. Ett narrativ är som en tråd som väver samman händelser och skapar en berättelse."

Jag tänker att det finns något djupt tilltalande och respektfullt att också bjuda in klienten till ovanstående process – i det som man skulle kunna kalla samforskning, är man också kan använda sig olika typer av reflekterande positioner som Tom Andersen beskriver i *Reflekterande processer – Samtal och samtal om samtalen* (2011), s.92 och kan undra tillsammans och som klient, bli delaktig i sig själv och sin egen eventuella förändringsprocess – att jag som behandlare inte har någon dold agenda, vet i förväg, vet bättre, har färdiga svar.

Harlene Anderson i *Samtal språk och möjligheter* (2006), s. 102, talar i sammanhanget om en "filosofisk hållning – ett sätt att vara i relation till våra medmänniskor, hur vi tänker på, talar med, handlar tillsammans med och gensvarar till dem...". I tillägg till detta så talar hon också om begreppet "icke-vetande position", som just ska förstås i kontrast till en mer "allvetande" och expertlik position – och att behandlaren roll blir att "gå bredvid" när klienterna berättar sina olika historier, snarare än att "leda och gå i förväg". Samma författare skriver (s.144-145) om den icke-vetande positionen:

"Icke-vetande handlar om terapeutens position – en attityd och en tilltro till – att en terapeut inte har bättre tillgång till information, aldrig någonsin helt kan förstå en annan människa, alltid är tvungen att vara *mottagare av information* från den andre och alltid måste lära sig mer om vad som sagts eller kanske inte blivit sagt. I *icke-vetande* antar terapeuten en uttolkande hållning som litar till ständig analys av upplevelsen i sitt sammanhang när den händer och allteftersom den beskrivs och berättas av klienten. Uttolkning är alltid en dialog mellan terapeut och klient och inte resultat av i förväg avgjorda teoretiska narrativ som hör till terapeutens kunnande, expertis, erfarenhet eller modell för terapi."

Jag frågar mig samtidigt som jag läser om den icke-vetande positionen om det alltid är så lätt att befinna sig i en icke-vetande position? Är det inte lätt att bli lite ivrig och hamna där några steg före klienten utifrån min, visserligen unika, men begränsade erfarenhet, kunskap och förförståelse? Att i all välvilja vilja lägga tillrätta och sortera in klientens berättelse i min egen förståelsehorisont och börja förklara eller övertyga? Kanske handlar det om att göra min egen förförståelse synlig, åtminstone för mig själv?

6.1 Vad är hjälpsamt - vad säger forskningen?

Det som forskningen entydigt säger angående olika metoder, är att ingen specifik metod är överlägsen någon annan. Däremot har man sett att andra faktorer är mer avgörande för om en insats/behandling är hjälpsam. (Philips&Holmqvist, red.2008) och (Miller&Bertolino, red. 2014)

Om man får tro Miller & Bertolino (red.), s. 22–23, så är upp till 80 % det de kallar klient- och utomterapeutiska faktorer, som påverkar en individs eventuella förändring. Vidare tillskriver de allianseffekter 5–8 %, terapeuteffekter 4-9 %, förväntans-, placebo- och trohetsfaktorer 4 %, modell-och teknikeffekter 1 % av resultatet. De klient-och utomterapeutiska faktorerna ”består av klientens förändringsberedskap, resurser, styrkor, funktionsnivå före behandling [...], sociala stödsystem, socioekonomisk status, personliga motivation och livshändelser”. Vidare visar de att det beror på ”vem” som står för behandlingen spelar roll för resultatet och att resultatet beror just på den enskilda behandlaren förmåga att skapa goda terapeutiska relationer med en större andel av en klientpopulation. Vidare att den terapeutiska alliansen – som kan ses som en aspekt av – den terapeutiska relationen, ”är den starkast bidragande faktorn till resultatet vid arbetet med fysisk och psykisk hälsa” och vidare att ”Alliansen verkar främst genom att den engagerar klienten i behandlingsprocessen”. (Miller & Bertolino, s. 24).

Den terapeutiska alliansen består av följande komponenter enligt Miller & Bertolino, 2014, s.33:

- En överenskommelse om mål, mening och syfte med behandlingen
- En överenskommelse om de medel och metoder som används
- En överenskommelse om terapeutens roll (inklusive att uppfattas som varm, empatisk och genuin)
- En anpassning till klientens preferenser

Samma författare har sett att terapeuter i allmänhet inte vet hur effektiva de är och att de, om något, övervärderar sin egen förmåga – och för att bli bättre menar författarna att kliniker måste anstränga sig samt involvera klienten i utvärderingen av hur behandlingen och den terapeutiska alliansen fortlöper och utvecklar sig (s.28). I ansträngningen ligger ”Att ägna sig åt medveten, reflekterande träning” (s. 39) och översatt till arbete som terapeut med klienter så handlar det om (Miller & Bertolino, s. 40):

- att mäta resultat och se hur effektiv jag är i stort
- identifiera de utvecklingsområden som ligger just utöver min nuvarande prestationsnivå
- utveckla och genomföra en plan för medveten träning
- se till att få handledning, utbildning och/eller träning
- ställa resultatet av träningen mot resultatet i den kliniska praktiken
- anpassa och justera träningen

Och för att utvärdera hur behandlingen och den terapeutiska alliansen utvecklar sig, så tänker de sig att man med fördel kan använda sig av FIT – feedbackinformerad terapi, där klienten själv får skatta detta utifrån två olika formulär, dels hur det varit sen sist utifrån fyra olika livsområden, dels hur själva mötet har varit utifrån fyra olika kategorier.

6.2 Några nedslag i det narrativa perspektivet med utgångspunkt i Michael Whites *Kartor över narrativ praktik*

Jag är själv son till en pappa som orienterade och som sådan såg jag honom ofta sitta böjd över en karta, funderandes över de vägval han gjort och kanske borde gjort. Och att ha en karta var något viktigt när man skulle någonstans eller när man planerade för en resa som själva kartan var en garant för att inget kunde gå fel - och intresset för kartor överfördes även på mig. Jag kan fortfarande fastna framför en karta och drömma mig bort till det ännu inte upplevda äventyret. Så att en titel som Michael Whites *Kartor över narrativ praktik* (2012), väckte mitt intresse var föga förvånande och när jag sedan läste boken, så upplevde jag att det var ett annat sätt att beskriva saker, som inte alltid var lätt att följa eller förstå, men som väckte min nyfikenhet utifrån något grundläggande mänskligt i det skrivna.

Något av det grundläggande mänskliga i det han skriver om, handlar om att vi inte *är* våra problem, om våra dominerande berättelser om oss själva är negativa eller håller kvar oss i positioner där vi inte mår bra har vi också möjlighet att skapa alternativa berättelser, att omdefiniera oss själva i relation till de som är viktiga för oss. Michael White talar om externaliserande samtal, om-författande samtal, åter-knytande samtal, definitionsceremonier, samtal som framhäver unika tillfällen, ställningsbyggande samtal. Det jag har prövat på är att jag har använt mig av ett utomstående vittne som ingår under rubriken definitionsceremonier. I korthet går det ut på att terapeuten intervjuar klienten där det utomstående vittnet bara lyssnar, nästa steg är att terapeuten intervjuar vittnet om det som just blivit berättat utifrån fyra olika undersökningskategorier, därefter får klienten berätta om hur det var att lyssna till vittnets berättelse utifrån samma kategorier. Michael White, 2012, s.177, menar att:

”Åter-berättelser som struktureras utifrån de fyra undersökningskategorierna har potentialen att skapa stark resonans hos de människor vars liv är föremål för definitionsceremonin. Det är denna resonans som på ett markant sätt bidrar till att man utvecklar rika berättelser, att man blir mer förtrogen med det man sätter värde på i livet och att man urholkar och skjuter bort olika negativa slutsatser om ens liv och identitet. Resonansen möjliggör också en upplevelse av att äga kunskap om hur man ska fortsätta att hantera de dilemman och svårigheter som dyker upp.”

6.3 Våld i nära relation – att möta utövare

Våld i nära relation är något som skiljer sig från våld i allmänhet i det att våldet drabbar en närstående, någon som utövaren också älskar, bor ihop med, har barn tillsammans med, har en historia tillsammans med. Våld i nära relation är något som också är tabubelagt och som Per Isdal uttrycker det i *Meningen med våld*, s.151:

”Det tabubelagda våldet är långt mer problematiskt för utövaren, för det innebär *skam*; man har gjort något man inte ska göra. I nästa skede kommer tanken att man genom detta är en dålig person (skammens väsen). Detta våld blir lätt smärtfyllt för utövaren, men utövaren värjer sig mot smärtan genom att omtolka våldet så att det inte blir hans eller hennes skuld eller fel[...]. Det tabubelagda våldet drabbar utövarens självkänsla, något som antingen kan leda till depression eller till ökad ilska och

självrättfärdigande för att försvara sig mot depressionen. Våld föder också våld hos utövaren. Av att utöva våld blir man mer våldsam, sannolikheten för att nytt våld ska ske ökar. Ju oftare man har utövat våld, desto större är risken att man ska göra det igen. Ett av skälen till detta är att våld är bra.”

Våld är bra i den meningen att det fungerar – på kort sikt – att man blir av med känslan, att man blir avslappnad och lugn, att det blir slut på konflikten... på längre sikt är våld något som naturligtvis är förödande för en relation, där våldet slår in en kil i tilliten, i närheten och det kärleksfulla som en nära relation utgår ifrån.

Funktionen av eller meningen med våld och våld i nära relation kommer jag inte att beröra i denna uppsats – ej heller orsaker till våld – även om det finns mycket att säga om det.

I mötet med enskilda klienter blir frågan, utifrån deras respektive erfarenheter och historia och det faktum att våld är något tabubelagt, något som strider mot både normer och lagar, hur man också bemöter och hanterar *skam* i olika grader och de olika uttrycken för att slippa känna skam. Samtidigt handlar det också om att närma sig våldet och benämna våldet som ”våld”.

Utifrån min professionella erfarenhet är det att möta skammen och närma sig det egna våldet som att långsamt vänja sig vid det kalla havsvattnet när jag ska bada i maj – skulle någon slänga mig i vattnet blir det som ett övergrepp och att bada i havet skulle bli något jag undviker. Om jag däremot får ta det i min egen takt och vänja mig långsamt och jag har någon med mig som går bredvid blir jag kanske modigare, så att jag kanske till och med upplever något som från början var obehagligt som något skönt och befriande. Hur kan jag skapa det modet hos någon annan?

Lukas Gottzén (2012) är inne på samma spår när han talar om att våldsutövande män tar till olika flyktvägar från att ”bli den Andre” - kvinnomisshandlaren, som här ska förstås i jämförelse med normen som talar om jämställda män, som han identifierat. Och det är flyktvägar från skammen, från det fulla ansvaret för sina egna handlingar, från att berätta om våldet - som han tänker sig att flykten handlar om.

Ett fras som jag burit med mig genom åren som en ledstjärna för mig själv i mötet med utövare av våld i nära relation – och jag kommer inte ihåg vem som uttryckte den, men det var på en föreläsning som handlade om våld i nära relation – och den lyder:

”Vi ska allvarliggöra våldet och mänskliggöra utövaren”.

Jag inser nu när jag läser meningen högt för mig själv att den kan passa på alla möjliga problematiska beteenden. Vidare tänker jag att allvaret ligger i de upplevda konsekvenserna, dels för den som blir utsatt, dels för utövaren själv – samtidigt är det en människa som har gjort det och det är människan bakom som jag tänker att vi måste tilltala för att få våldet att upphöra.

7. Metod

Jag kommer att använda mig dels av egna minnesanteckningar samt intervju med en klient om vad han har upplevt som hjälpsamt i mötet för att undersöka det jag vill utifrån teori och praktik. Jag valde den aktuella klienten utifrån att jag haft en lång kontakt med honom och så här i efterhand skulle kunna ha material från honom som skulle vara intressant för mig att utforska.

Undersökningen utgår från de åtta kriterier, beskrivna av Gail Simon (2018), som är kriterier som ska – som kan sägas vara en forskning inifrån en systemisk praktik, där också mina egna reflektioner blir synliga och där också kontexten i sig blir viktig och att den mening eller förståelse som skapas, skapas i just den kontexten, i relationen till min klient.

Vidare är klienten informerad om hur deras uppgifter kommer att användas

8. Genomförande av studien

Genomförandet i det följande kommer att ske genom att jag först ger en kort beskrivning av vilken kontext, det vill säga min arbetsplats, vi befinner oss i samt en likaledes kort beskrivning av klienten. Därefter kommer jag varva avsnitt ur den intervju jag genomfört med honom om vad som har varit hjälpsamt för honom med kopplingar till teori och mitt syfte och mina frågeställningar och mina egna reflektioner – samt något tillägg till beskrivningen av klienten. Jag har valt att dela in presentationen av genomförandet i olika underrubriker/teman/citat.

8.1 En del av kontexten

Apropå kontext och sammanhang så tänkte jag helt kort ge en beskrivning av min arbetsplats, Utväg Skaraborg, som är en verksamhet som riktar sig till de som blivit utsatta för våld i nära relation – barn som vuxna – samt de som utövar våld. Vi kan erbjuda både individuella samtal och gruppverksamhet för båda perspektiven. Som klient söker man stöd frivilligt, även om det kan finnas yttre påverkan i form av en partner eller socialtjänst under en pågående utredning t.ex. – men vi utför inte insatser på någon annan myndighets begäran. Det är en verksamhet som funnits sedan 1996 och är en samverkan mellan Skaraborgs femton kommuner, hälso- och sjukvården, polisen, Åklagarmyndigheten, kriminalvården och frivilligorganisationer. Samverkan innebär bl.a. att vi regelbundet träffar medarbetare i våra samverkande myndigheter och organisationer samt att vi erbjuder olika typer av föreläsningar och utbildningar.

8.2 Kort beskrivning av klienten

Min klient är en man (42 år) som är gift och levt i samma relation i ca femton år. De har två gemensamma barn som är sex och nio år gamla. Han gick i stöd hos en kollega till mig december 2016 – februari 2017, den kontakten avslutades där och då. Sedan sökte han stöd igen i april 2018, där han säger att problemet kvarstår och när vi började vår kontakt stod hela hans relation på spel som han beskrev det. Han beskriver att han vill att relationen till hans fru ska fungera och vet att han gjort fel – uttrycker att han tar ansvar för det han har gjort. Vi har träffats sammanlagt femton gånger, vilket innebär möten ungefär en gång per månad med något längre uppehåll under somrarna och vi har nu börjat tala om att avsluta kontakten genom att glesa ut träffarna ännu mer.

8.3 "...man blir inte dömd" – möjliggör en alternativ berättelse?

I den intervju jag gjort med klienten så beskriver han något om "det hjälpsamma" på följande sätt:

"... att det är en integritet från båda håll, men att det är ganska sakligt och professionellt [...] du pratar i generella termer så att man själv kan relatera till där det passar en själv, där man med andra personer skulle kunna känna att man blir värderad och bedömd..."

... så det är någon slags icke-dömande förhållningssätt?

"... ja, det är det väl definitivt, det märks att man inte blir dömd. Sen så kan jag tänka mig utifrån min situation med min fru och mitt och vårt problem, så där har jag blivit dömd och att jag fått en förövarroll där. Det är jag som skapar problem för andra och jag känner att det har varit ett mål för dig liksom att peka på att jag har möjlighet att byta roll, att jag kan vara en annan person och det är ganska upplyftande och uppmuntrande... uppbyggligt att ha det att sikta på [...] Och sen att jag verkligen avbröt de pågående kränkningarna. [...] En sak till som jag kom på var hjälpsam så var det apropå förövarrollen som jag känt att du kunnat ifrågasätta ibland: Är det så illa? Ja, om man frågar min fru så ja, javisst definitivt, men att jag inte fastnar i den liksom. Jag måste ju ändå stå till svars för vad jag har gjort, sen också stå till svars för de bra handlingar jag gör framåt, så kommer det ju att leda till att jag får det bättre i mitt liv, så det blir en bättre belöning – jag får en bättre relation till min fru, mina barn och mig själv."

Jag tänker att hans uttalande så väl beskriver det Lukas Gottzén och Per Isdal pratar om angående att man som utövare har att förhålla sig till skammen och identiteten som förövare å ena sidan och att bli eller vara någon annan och att ett icke-dömande förhållningssätt från mig som behandlare blir det som möjliggör den alternativa berättelsen, såsom klienten beskriver det. Jag tolkar även in ett slags hopp i hans uttalande i det att "är ganska upplyftande och uppmuntrande... uppbyggligt att ha det att sikta på" – till skillnad mot att bli kvar i rollen som förövare och endast den. Ytterligare att man skulle kunna placera in yttrandet i "handlingens och identitetens landskap" (White, Michael, 2017) när han pratar om de "bra handlingar" han tänker att han ska göra framåt, så blir det möjligt att också "bli en annan". Att det börjar med en tanke om en alternativ berättelse eller identitet som ger en liten perspektivförskjutning från att "bara vara en förövare" som sedan behöver

följas upp i handling – att man gör saker som främjar den man vill vara och slutar med beteende som håller kvar en i skammen väsen.

De goda beteendena, i ”handlingens landskap”, kan också förstärkas genom att vi stannar upp vid dem och arbetar med dem genom frågor som, vad säger handlingen om vad som du sätter värde på, eller vad säger handlingen om dina intentioner, avsikter, drömmar – som på så sätt sätter ett avtryck i ”identitetens landskap” och förstärker det goda och den man vill vara.

En helt annan omständighet som han beskriver som hjälpsam är:

”...att veta det varit lättillgängligt att få till ett möte, att det varit enkelt att få ett möte och att jag kunnat göra det på arbetstid, har gjort att jag kunnat göra det med koncentration...”

8.4 En kort tillbakablick - vad jag då ännu inte visste

Jag var vid tidpunkten för då min klient och började träffas också färgad av en annan klient som jag upplevde att jag inte nådde fram till eller kunde skapa en gemensam förståelse med och att det skavde hos mig. Och jag frågade mig själv och liksom brottades med olika förklaringar eller olika sätt att förstå honom – av vilka många handlade om att orsaken till min brist på förståelse eller oförmåga att nå fram till honom – låg hos min klient, i det att jag satte etiketter på honom. Initialt var det något hos nu aktuell klient som påminde om min förre klient.

Jag vet att jag pratade om honom i olika handledningssituationer och jag beskrev honom i etiketterande ordalag. Det som handledningen möjliggjorde var att jag - förutom reflektioner på hur man skulle kunna förstå honom – som svar på frågor om honom, fick höra mig själv beskriva honom och fick syn på hur min egen etikettering också begränsade möjligheterna att få syn på en alternativ berättelse. Så med det väcktes istället en nyfikenhet hos mig att försöka förstå mer hur min klient hamnat i den positionen. En hypotes var att, även om det beskrivna problemet var ett problem i sig, så kanske det också var ett symptom på att andra saker i relationen eller hos honom själv som behövde synliggöras och förstås på ett annat sätt – att det så att säga blev ”en invitation att förstå honom på ett annat sätt”.

Kanske också en del i mitt initiala bryderi handlade om oklarheter i den terapeutiska alliansen – om uttalade förväntningar om hur vi ska arbeta ihop eller hur man kan se på sig själv och sin egen förändring, om tolkningar som jag gjorde utan att egentligen ta reda på hur det var för honom – att jag tolkade in en förväntan han hade på mig att ge honom ett snabbt svar och lösning på hans problem, vilket jag inte hade! Ej heller hade han en sådan förväntan, kan jag konstatera såhär i efterhand utifrån att vi faktiskt haft kontakt i ett och ett halvt år.

8.5 Delaktighet och engagemang

När jag i min intervju frågade om just hans upplevelse av att få vara delaktig i det som händer när vi ses, så säger han:

”Jag tycker framförallt när du säger ”vill du ha ett möte till, ska vi fortsätta”, så får jag möjlighet att ta ställning och säga ”ja, det vill jag” – men sen också frågan om hur det är nu, eller frågan om det är något särskilt jag vill prata om idag, så det har känts som jag får delta och styra. Och så har jag känt att jag ta upp saker ”här och nu” och när jag gör det - så kan det bli en stor del av mötet – och man kan spegla tillbaka till vad som hänt tidigare, så att man också får ett sammanhang...”

En annan sak som jag tolkar in i det som man skulle kunna kalla delaktighet handlar om det som han beskriver i det tidigare citatet ”du pratar i generella termer så att man själv kan relaterar till det, där det passar en själv...” – som jag tänker handlar om ett slags erbjudande eller hypotes om hur saker kan vara, som skulle kunna låta: ”...för många är det så här, hur är det för dig”, eller ”...en hypotes är denna, hur låter det för dig?” Alltså ett ”erbjudande om en förklaring, förståelse eller berättelse”, som klienten får möjlighet att antingen förkasta, godta eller moderera. I detta tolkar jag också in en delaktighet som engagerar.

Man skulle också kunna beskriva det utifrån den icke-vetande positionen i det att jag frågar klienten hur det är för honom – samtidigt som jag i stunden använder mig av erfarenheter från många tidigare samtal och kan generalisera det i frågan till klienten framför mig i rummet, för jag vet inte hur det är för just honom. Jag är icke-vetande *i relation till honom och hans uppfattning och förståelse*. Vidare tänker jag att det blev möjligt utifrån den icke-vetande positionen att låta hans berättelse utvidgas eller som han själv uttrycker det i intervjun:

”...men kom på i efterhand att det fanns mer saker att prata om än det mest akuta som jag sökte för...”

Jag tänker också att man kan se det som ett uttryck för att om man sätter det initiala problemet i sitt sammanhang, i sin kontext – så kan andra saker bli synliga och därmed möjliga att samtala kring. Och det kanske handlar om det som Harlene Anderson talar om som ”att gå bredvid”.

8.6 Utomstående vittnesposition

Under våra möten så framträdde mönster i klientens sätt att agera och som vi kunde problematisera och utforska tillsammans – samtidigt som han brottades med sin identitet som partner, pappa och man. Som ett sätt att bryta vårt invanda mönster att relatera till varandra, så bjöd jag in en kollega till mig som utomstående vittne till min klients berättelse och med klientens tillåtelse – detta skedde ungefär ett år in i vår kontakt - och även som ett sätt för mig att få möjlighet att träna på att använda mig av ett utomstående vittne. Min klient säger såhär om det mötet:

”Det som var hjälpsamt med det samtalet... det var en bra metod för det var verkligen stärkande att höra någon annan återberätta och som förstod mig så väl, utifrån att ha lyssnat på oss i tjugo minuter [...] man kände sig väldigt förstådd och det var så väldigt användbart för mig, för det hjälpte mig att höra att någon annan såg mina ansträngningar som inte kände mig sen innan, särskilt som jag inte pratar med så många om mina bekymmer och absolut inte till den här graden”

Uttalandet ovan sätter han i det fortsatta samtalet återigen i kontrast till sig själv och sin identitet som förövare i relation till sin partner – och skammen – och att det kan hjälpa honom att i någon mening återupprätta sig själv som också någon annan än bara förövaren, att det blir en rikare berättelse om den egna identiteten. Vidare också att den förut omtalade ”resonansen” (White, 2012) kommer till uttryck.

9. Slutdiskussion

Vad är hjälpsamt? Ja, några saker blev identifierade utifrån mitt klientexempel som att ett icke-dömande förhållningssätt verkade vara hjälpsamt, att vi utifrån en slags generaliserande utgångspunkt utforskade vad som stämde för just honom, att han själv fick vara delaktig och styra innehåll i aktuella samtal samt bestämma om fortsatta samtal skulle ske, att det var lätt att få till möten – ”Alliansen verkar främst genom att den engagerar klienten i behandlingsprocessen”, som Miller & Bertolino, 2014, s.24, påpekat. Klienten kan också beskriva att han blivit hjälpt i det som han kom och sökte hjälp för – kanske hänger det samman med ovanstående ”engagemang” och bemötande?

Min tanke är också, utifrån klienter som utövat våld i sin nära relation, att det icke-dömande förhållningssättet blir särskilt viktigt med tanke på ”skammens väsen”- som gör att man helst vill hålla inne med sin berättelse om våld, att man vill lägga över om inte hela ansvaret så delar av det i någon annans knä, där man har många tankar om vad andra tänker om en i form av ”den Andre” för att tala med Lukas Gottzén och att man har många tankar om sig själv som ”den Andre”. Och hur gör man då? Hur visar sig det i mötet med en klient? Ibland tänker jag mig själv i klientens position, där jag ska berätta om något som jag har gjort som jag känner skam för och ska berätta detta – hur skulle jag vilja bli bemött då? Hur skulle du vilja bli bemött?

Mening för klienten – mening för mig? Meningen för klienten är att det blir hjälpsamt utifrån det klienten beskriver som problematiskt, en annan mening som kan stå för sig själv är att också som klient bli bemött som den människa han är – att allvarliggöra våldet och samtidigt mänskliggöra utövaren. Meningen för mig blir att ta reda på hur jag kan hjälpa klienten på bästa sätt, där samforskning blir en del samtidigt som jag också har ett arbete att göra mellan varje möte – som kanske handlar om det som Miller & Bertolino kallar ”medveten, reflekterande träning”, som blir en annan del.

En del i denna medvetna, reflekterande träning kanske är att sätta sig själv på spel, i den meningen att medvetandegöra mina föreställningar om eller förförståelse av, men också i förståelsen av det som är tryggt, vant och bekvämt i ett klientmöte - hur det brukar vara eller hur jag brukar göra? Och att varje klient bär på en ny historia och i det ha tålamodet att

lyssna färdigt - till skillnad mot om man har en färdig mall, till skillnad mot om jag pratar utifrån en position där jag själv från början vet vad som är bäst, till skillnad mot om jag inte ser min egen påverkan eller betydelse i mötet med klienten. Kanske är det så att jag pendlar någonstans däremellan? Mellan att gå bredvid och att leda?

En annan fråga som berör ämnet för denna uppsats blir hur de klienter som bara uteblivit från fortsatt kontakt, skulle svara på frågor kring hjälpsamhet? Kanske finns det saker som de skulle ha önskat som inte blev av eller inte skapades i våra möten? Vad är det information de sitter på? Fanns det invitationer som jag inte besvarade? Det hade varit intressant att få höra deras röster.

Denna uppsats kan ju ses som ett skrapande på ytan angående hjälpsamhet i ett klientmöte, samtidigt som något blivit ännu tydligare för mig i min egen praktik – som den ”samforskande aspekten”, som ett icke-dömande förhållningssätt, som att medvetandegöra sin egen förförståelse. Om man ser uppsatsen som en del av utbildningen i stort, så har den väckt en nyfikenhet att pröva olika narrativa grepp, att fortsätta utforska vad som kan menas med ”medveten, reflekterande träning” för min del i min praktik? En mening i allt detta är ju att försöka bli klokare själv samt att jag vill att min utbildning ska göra skillnad även fortsättningsvis i min praktik med mina kollegor – att vi också kan bli klokare tillsammans genom att undra ihop. Att våra oanade gemensamma utvecklingsmöjligheter får ta plats och bli synliga.

10. Referenslista

Andersen, Tom. 2011. Reflekterande processer – Samtal och samtal om samtalen. Upplaga 5:2. Lund: Studentlitteratur AB

Anderson, Harlene. 2006. Samtal, språk och möjligheter – psykoterapi och konsultation ur postmodern synvinkel. Stockholm: Bokförlaget Mareld.

Barth, Tom & Näsholm, Christina. 2006. Motiverande samtal – MI. Att hjälpa en människa till förändring på hennes egna villkor. Lund: Studentlitteratur.

Gottzén, Lucas. 2019. Av det känsligare slaget: Män och våld mot kvinnor. Göteborg/Stockholm: Makadam förlag.

Gottzén, Lucas & Rickard Jonsson (red) 2012. Andra män – maskulinitet, normskapande och jämställdhet. Kap.9: Att (inte) bli en kvinnomisshandlare. Malmö: Gleerups.

Hertz, Sören. 2001. Barn- och ungdomspsykiatri – nya perspektiv och oanade möjligheter. Lund: Studentlitteratur.

Isdal, Per. 2009. Meningen med våld. Stockholm: Gothia förlag.

Miller, Scott D. och Bertolino, Bob. (red.) 2014. Feed-back informerad terapi – FIT. Lund: Studentlitteratur AB.

Morgan, Alice, 2012. Vad är narrativ terapi. Lund: Studentlitteratur AB

Philips, Björn och Holmqvist, Rolf. (red) 2008. Vad är verksamt i psykoterapi. Stockholm: Liber AB.

Simon, Gail: Eight Criteria for Quality in Systemic Practitioner Research. **Murmurations: Journal of Transformative Systemic Practice**, v. 1, n. 2, s.40-62, oct 2018.

><http://murmurations.cloud/ojs/index.php/murmurations/article/view/41> (Hämtad: 2019-11-07)

White, Michael. 2012. Kartor över narrativ praktik. Lund: Studentlitteratur.