

MASTEROPPGAVE

Emnekode: MP 303P

Astrid Weber

Å ville møte mennesket

En studie av erfaringskonsulenters kunnskapsbidrag innen psykisk helsevern

Dato: 14.5.2020

Totalt antall sider: 119

Å ville møte mennesket

En studie av erfaringskonsulenters kunnskapsbidrag
innen psykisk helse

Astrid Weber

Emnekode: MP 303P

Master i praktisk kunnskap

2020

1. Innholdsfortegnelse

Forord	6
Sammendrag/Summary	7
Historien om to parallelle fortellinger	9
1. Innledning.....	10
1.1. Undringer og tilnærming i denne studien	12
1.2. Annet kunnskapstilfang	13
1.3. Studiens formål	15
1.4. Forsker i eget felt.....	15
2. Kunnskap uten profesjon.....	16
2.1. Skolastisk modell	17
2.2. Gitt en rolle.....	18
2.3. Kunnskapsbasert praksis	18
2.4. Å sam-virke i praksis.....	19
2.5. Å bli bevandret	19
2.6. Erfarereens subjektposisjon – ulik status i praksis.....	20
2.7. Praktisk kunnskap	20
2.8. En taus dimensjon	21
2.9. Erfaringskonsulenters virke sett i lys av kunnskapsbegrepet.....	22
2.10. Innpass til videre utforskning	23
3. Praktisk kunnskap	23
3.1. Fortellingen om møte med Lisa	23
3.1.1. Svar og forforståelse.....	24
3.1.2. Å romme virkeligheten.....	25
3.1.3. Erindring og gjenerindring	25
3.1.4. Motet og fireleddet kommunikasjon	26
3.1.5. Mening og fremtid.....	26
3.1.6. Noe er involvert.....	27
3.1.7. Eksistensen og det universelle.....	28
3.2. Et lite feltarbeid	28
3.2.1. Den andres perspektiv og samskaping	30
3.2.3. Å oppleve erfaring.....	30
3.2.4. Å rotfeste det	30
3.2.5. Førsteperson – å se den andre som et menneske som seg selv	31
3.2.6. Å mobilisere erfaringskompetansen.....	32
3.2.7. Fortellingen om Lars med snøfnugg i glasset	32
3.2.8. En meta-refleksjon	33
3.2.9. Hvordan kan vi forstå vår kunnskap?.....	33
4. Mastergrad.....	35
4.1. Å studere erfaring.....	35
4.1.1. Forståelsesprosessens bevegelse og design.....	35
4.1.2. Etske avveininger	37

4.2. Fra gulvet på en sengepost	37
4.2.1. Det er som det er	38
4.2.2. Nysgjerrigheten driver.....	39
4.2.3. Eksponering av paradoks	40
4.2.4. Aksept før nysgjerrighet.....	41
4.2.5. Møte det med en kunnskap.....	42
4.3. «En annen virkelighet».....	43
4.3.1. Å bli erfaringskonsulent.....	43
4.4. Med nærhet til erfaringene	44
4.4.1. Under kjøkkenvifta.....	44
4.4.2. Aksept i dypeste mørket.....	46
4.4.4. Hva er dette, når noe gjenkjennes?.....	50
4.5. Diskusjon om subjekt-objekt.....	51
4.6. Nysgjerrighet møter teori	55
4.6.1. Nysgjerrigheten som drivkraft, hva leder til nysgjerrigheten?.....	56
4.6.2. Tre deler til det ontologiske aspektet	56
4.6.3. Mening og integrasjon.....	57
4.6.4. Randkontoll og virkerom	58
4.7. Interaktiv modell og videre utforskning.....	60
4.8. Dialogen «Mennesket og styrken»	61
4.8.1. Hva skjer i dialogen?.....	91
4.8.2. Kan dette analyseres etter «vanlig skjema»?.....	93
4.9. Justering av forskningsspørsmål	94
5. Frihet	95
5.1. Dialogen «Theaitetos» og dialogen «Mennesket og styrken»	97
6. Muligheter i det værende.....	111
6.1. Renner, islett og vev.....	112
6.2. Hvordan kan kunnskapen videreutvikles?.....	117
6.3. Spesialist i det eksistensielle	118
Litteraturliste	a
Vedlegg 1	f
Vedlegg 2	j

Forord

For 12 år siden startet jeg i jobb som erfaringskonsulent i psykisk helsevern. Da var det helt nytt, - for meg, for pasientene og for fagmiljøet på arbeidsplassen. Noen dager har det vært som å være elefanten i rommet. Andre dager har det vært mulig å vise hva den erfaringsbaserte kompetansen kan være og hva vi som har den kan bidra med. Gjennom masterstudiet i praktisk kunnskap har jeg fått mulighet til å dykke ned i noen erfaringer og prosesser. Det har åpnet seg en verden av kunnskapsformer som setter ulike perspektiver i sving. Daglige hendelser og de store tenkernes tanker har hjulpet meg å stille nye spørsmål og videreutvikle de erfaringene jeg har fra min reise i eget liv og i min yrkespraksis. Erfaringer står ikke stille. Kanskje godt jeg elsker å danse? Balansekunst har vært til hjelp i en dannelsesreise i et sprikende landskap.

Jeg har blitt kjent med mange på denne reisen. Noen vil jeg takke spesielt. Jeg vil først takke mine tre samtalepartnere som raust har delt og latt meg få ta del i deres erfaringer, undring og innsikt. Jeg har en dyp respekt for deres historier og kunnskap. Å være del av flokken ved Senter for praktisk kunnskap har vært en fornøyelse. Jeg vil takke min veileder Arnt Myrstad for tålmodighet og entusiasme. Som en kunnskapsrik og raus samtalepartner har du for meg blitt et menneske jeg setter stor pris på. Mine medvandrere Miriann, Borghild og Målfrid skal ha en enormt stor takk for å stadig bidra til at jeg løfter blikket både for å se det nære og det langsiktige. Å ha dere ved min side gjør min verden til et bedre sted. «Lørdagsdanserne» har parallelt med skriveprosessen gitt meg det nødvendige frirommet til å holde kontakt med bevegelsene, innenfra. Til sist vil jeg takke min kjæreste som har hatt troen på meg og masterprosjektet. Takk for utallige kopper kaffe! Nå gleder jeg meg til å bli med deg på lange turer i fjæra for å samle skatter.

Tromsø 7.5.2020

Astrid Weber

Sammendrag

Erfaringskonsulenter innen psykisk helsevern er invitert inn i praksis for å tilføre et erfaringsperspektiv fra pasient og eller pårørendes ståsted. Anliggende for denne studien er å utforske erfaringskonsulenters kunnskapsbidrag innen psykisk helsevern. Studien bygger videre på en utforskning av min egen praktiske kunnskap og et lite feltarbeid i andre erfaringskonsulenters praksis, og er slik sett resultat av en prosess. For å gjøre undersøkelsen i denne studien går jeg i dialog med tre erfaringskonsulenter. Gjennom flere steg får vi frem erfaringskonsulentenes erfaring og praksis. I undersøkelsen synliggjøres konturer av kunnskapsprosesser og hvordan kunnskapen manifesterer seg i vår praksis. Samtalene utvikler seg, og ulike elementer og sammenhenger settes i denne prosessen i og på spill. I progresjonen oppstår en dialog som avdekker kunnskapsprosessenes struktur og mening. Underveis i masteroppgaven belyses elementer og sammenhenger med teorier om kunnskap og kunnskapsutvikling. Sett i lys av erfaringskonsulentenes praksis, dyptgående personlige prosesser for utvikling av den innsikten vi forvalter og hvordan kunnskapen manifesterer seg i praksis, blir elementene prøvd i forhold til et ontologisk aspekt. Det vil si hva kunnskapen er kunnskap om. Med gjennomlevd forståelse har erfaringskonsulentene en kunnskap om at det å erfare seg selv i verden er et komplekst fenomen. I dette ligger en unik kunnskap om eksistensens grunnlag og om muligheter for å gjenskape dets grunnlag i det værende. Undersøkelsen konsoliderer erfaringskonsulentenes praksis. Dannelsen av erfaringskonsulentenes kyndighet og avdekkingen av kunnskap sees langs en temporal akse. Studien avdekker hva som er virksomt for å komme i bedring. Fra det partikulære kommer vi til en kunnskap om det universelle ved å være menneske. Denne studien finner at erfaringskonsulentene er spesialister i det eksistensielle.

Summary

Peer specialists are invited to participate in mental health care so as to provide an experience perspective from the viewpoint of patients and/or relatives. The focus of this study is to explore the knowledge that these peers contribute in mental health care. The study builds on an exploration of my own practical knowledge and a little field work in the practice of other peer specialists, and is thus the result of a process. To do this survey, I engage in dialogue with three peer specialists. Through several steps we learn about the experience and practice of these peer specialist. The study highlights the contours of knowledge processes and shows how knowledge manifests itself in our practice. Conversations develop, and various elements

and contexts are put into play. During the survey, a dialogue emerges that reveals the structure and meaning of the knowledge processes. Throughout this thesis, elements and contexts with theories of knowledge and knowledge development are elucidated. In light of the experience of peers, in-depth-going personal processes for developing the insight we hold and how knowledge manifests itself in practice, the elements are worked into an ontological aspect. That is, what knowledge is knowledge about. With their experience-based understanding, the peer specialists know that experiencing yourself as part of the world is a complex phenomenon. In this lies a unique knowledge of the basis of existence and of the possibilities of recreating its foundation in the present. The study consolidates the practice of peers. The formation of the expertise of the peer specialists and the discovery of knowledge is seen along a temporal axis. The study reveals what is essential for initiating recovery. From the particular we come to a knowledge of the universal aspect of being human. This study finds that peer specialist are specialists in the existential.

Historien om to parallelle fortellinger

Thor har vært til samtale hos sin behandler og stikker innom for en prat på mitt kontor. Han spør hvordan man kan bli erfaringskonsulent. Jeg blir glad, for den nysgjerrigheten på muligheter for fremtiden sier noe om hvor langt han er kommet i sin prosess. Vi kommer inn på dette etter at han har fortalt at han opplever at det finns to parallelle fortellinger i og om hans liv, en som går i psykiatriens språk og en med hans egne ord. Han uttrykker å være oppgitt over at han ikke når frem til behandleren uten å bruke behandlerens språk. Jeg tenker at da er han kommet ganske langt da, når han ser de to fortellingene. Jeg spør hvilken av de han bygger videre på. «Min egen, men det hadde jo vært fint om jeg ikke måtte ta et oppgjør med den andre, bruke masse krefter på det da, for hadde jeg bygget videre på den, hvem blir jeg da?»

1. Innledning

Historien om Thor og de to parallelle fortellingene kom for en tid tilbake. Jeg var i gang med masterprosjektet, og kjente igjen noe jeg selv har erfart og noe mine samtalepartnere og jeg har samtalt om. Vi har ikke bare samtalt om, men samtalt *med* det som Thor her bringer til torgs. Thor ser de parallelle fortellingene og gjør et valg som ikke setter han selv utenfor sitt eget liv. Han svarer meg med et spørsmål. I samtalen mellom Thor og meg setter vi ikke svaret ut i ord, det er innforstått. I samtalene i undersøkelsen til studien dro samtalepartnerne og jeg derimot innforståtheten over til nye spørsmål. Åpnet opp, assosierte, ga motstand, forfulgte og drev undringen videre. I samtalene kom det frem flere fortellinger, temaer og nyanser. Thor viser at mye står på spill. Frigjøringen skjer ikke uten at han tar et oppgjør. Hans spørsmål er et svar for den som ser de to verdenene fortellingene finner sin næring fra.

Jeg banker på. Et ukjent menneske åpner døra og ser på meg. En gang åpnet jeg den døra, fra innsiden. Jeg var pasienten. Etter hvert har jeg åpnet flere dører i mitt indre og ytre landskap. Min «videreutdanning» ble ikke som jeg hadde tenkt. Livet skulle ta meg med på lange omveier som har gitt meg mye lærdom, - både om lidelse, tap, sorg, mot og bedring, om det å være menneske og om ulike kilder til kunnskap. Den dag i dag tenker jeg ikke om det som omveier, men som en dannelsesreise i det dypt menneskelige.

Den dagen da jeg tok fatt på arbeidet, åpnet jeg kontordøra til den første erfaringskonsulenten på sykehuset. Nærmere bestemt i spesialisthelsetjenesten for psykisk helse, - psykisk helsevern. Jeg kom ikke til blanke ark, men det var et langt lerret å bleke, med mange historier, erfaringer og drømmer. En historie har fulgt meg i alle år. Kine kom innom kontoret mitt en sen ettermiddag. Hun var utskrevet fra innleggelse og helgen sto for tur. Hun ba om et ark og en penn. Hun skrev: «Vi må få være før vi kan bli». Hun tok en bit tape og hang lappen på et speil rett innenfor kontordøra. Vi så begge på lappen, før hun reiste seg for å gå. Lappen har blitt hengende der som en påminnelse om en tid som var, men vel så mye som en tidløs refleksjon. Overraskende mange pasienter kommenterer den gjenkjennende når de ser den på speilet.

Egenerfaring som pasient innen psykisk helse var kvalifikasjonskravet da jeg ble ansatt. Selv om jeg etter hvert har kjempet meg ut av den tildelte pasientrollen, tar jeg med meg dens utkikkspunkt og innsiktspunkt. Det har gitt meg anledning til å møte mange mennesker med

erfaringer fra steder ikke alle har tilgang til. Menneskene jeg har møtt og det landskapet vi står i, har gitt meg anledning til å ta del i en verden av unike erfaringer, som igjen har lært meg mere om menneskeværendets fenomenale grunnvilkår. Erfaringene har gjort noe med meg som menneske og som erfaringskonsulent.

Begrepet erfaringskonsulent viser altså i denne konteksten til det å ha egenerfaring som pasient og/eller pårørende innen psykisk helse- og rusfeltet. Erfaringene står i en sammenheng med det å ha erfart lidelse, behandling, møte med behandlingsapparatet, med omverdenen, og med bedringsprosess og tilfriskning. Min erfaring og kunnskap er ikke verdinøytral. Å ha et reflektert forhold til mine erfaringer, der de settes i sammenheng med andres og er i stadig bevegelse med omverdenen er viktig for å kunne utvikle en erfaringskompetanse som jeg kan bruke for å møte mennesker med ulike psykiske helseplager i min profesjonelle yrkespraksis.

Jeg var alltid meg, men jeg gikk meg fast i smertetrykket. Den indre dialogen ga ekko i lidelse, alt ble taust. Uteblivelsen av en imøtekommende respons fra omverdenen ga meg ikke mulighet til å komme i bevegelse ut av fastlåstheten. Jeg minnes hvordan medpasientenes streben og mot er noe av det som har hjulpet meg best i min recovery-prosess. Fra å lide så kraftig at jeg og verden, - den indre og den ytre, skilte lag, fant jeg gjennom å bli inkludert i et fellesskap av forståelse veien tilbake til menneskeheten og til meg selv. Her omtaler jeg min prosess som en recovery-prosess. Ordet «recovery» er på norsk oversatt til «bedring». De fleste av oss kan forstå det som tilfriskning. Recovery tar i tillegg opp i seg den personlige og sosiale prosessen, som vel så mye handler om å gjenvinne en sosial rolle som aktør og å overvinne motmakt, noe jeg har erfart som viktig for bedring.

På terskelen til den nye yrkesrollen reiste jeg i 2008 på konferansen: «Med livet som kompetanse», arrangert av Rådet for psykisk helse. «Nothing about us without us» var oversatt til norsk og var et velkjent mantra for brukerbevegelsen (Anderson 2004). Fenomenet erfaringskonsulent var ikke ukjent internasjonalt. I det norske psykiske helsefeltet var det likevel å anse som en nyvinning, og noe som av en del av fagfeltet ble oppfattet som radikalt. En begynnende satsing på erfaringskonsulenter betød at en erfaringsbasert kompetanse fra pasienter og pårørende skulle få sitt virke på innsiden av tjenestene i psykisk helsevern. Det kunne bli et supplement eller utgjøre en trussel mot det bestående.

En modig kvinne med pårøndererfaring gikk i 2006 til direktøren ved et sykehus og sa: «Du

trenger min kompetanse». Hun lanserte begrepet erfaringskonsulent og var opptatt av at vi ikke skulle defineres ut fra vår pasientstatus i presens, men først og fremst på bakgrunn av vår erfaringsbaserte kompetanse. Om jobben brukte hun metaforene: Gartner og vaktbikkje. Hun talte på konferansen og sa: «Vi skal ikke gå inn i den andre fagligheten men dyrke erfaringskompetansen».

På den tiden var det uro og optimisme i leiren. Som følge av at psykiatrien var evaluert å ha «brist i alle ledd» (Sosial- og helsedepartementet 1997) kom Opptrappingsplanen for psykisk helse 1998-2008 (St.prp. nr.63 1997-2008). Den kom med et verdigrunnlag der brukernes erfaringsbaserte kompetanse ble anerkjent som likeverdig med annen fagkompetanse. Anerkjennelsen sto i hvert fall på papiret. Det lå en klar oppfordring til fagmiljøene om å ta tak i grunnlagstenkningen i psykisk helsefeltet, - både om kunnskapsgrunnlaget og den maktubalansen som rådde.

I etterkant av opptrappingsplanen skrev daværende direktør i Helsedirektoratet (Sosial- og helsedirektoratet 2006, s. 5) at arbeidet ikke hadde vært godt nok ivaretatt og at brukermedvirkning er en forutsetning for at målene i opptrappingsplanen skulle nås. Dette oppsummerer, slik jeg ser det, en erkjennelse av at opptrappingsplanen forutsatte noe som ikke i tilstrekkelig grad fant sted. I den forbindelse sto mine tanker klare for meg: Skal vi endre noe så nytter det ikke å føye seg inn i de eksisterende rekker. Vi må heve stemmen. Det har fulgt meg som et moralsk, etisk, praktisk og teoretisk imperativ. Som en av Norges første valgte jeg å gå inn i jobb som erfaringskonsulent innen i psykisk helsevern.

1.1.Undringer og tilnærming i denne studien

Den pågående undringen som har vært viktig i min egen recovery-prosess følger meg inn i masterarbeidet. Det er tre trinn i forståelsesprosessen i denne studien. De presenteres suksessivt i oppgaven. Det første trinnet - «Å se livsmotet i smerten» (Weber 2018a), har gitt meg anledning til å utforske min egen praksis og praktiske kunnskap. Det andre steget er et lite feltarbeid som leder til nye spørsmål som jeg vil utforske i masterprosjektet.

I denne studien vil jeg undersøke *hva slags kunnskap erfaringskonsulenter kan bidra med innen psykisk helsevern*. For å søke svar undres jeg over hva slags kunnskap erfaringskonsulenter innen psykisk helsevern har, hvordan personlige erfaringer kan være en kompetanse innen psykisk helsevern og hvordan erfaringskonsulenter bruker sin

erfaringsbaserte kompetanse innen psykisk helsevern. Forskningsspørsmålene er foreløpige, og ment å bidra til å belyse problemstillingen.

Problemstillingen leder naturlig til at jeg velger kvalitativ metode som bygger på teori om menneskelige erfaringer – fenomenologi, og fortolkning – hermeneutikk, som egner seg til utforskning av mening og erfaring (Malterud 2012, s. 12). Dette utdypes nærmere i oppgaven. Jeg vil søke å finne kjennetegn og egenskaper (kvaliteter) ved de fenomenene som viser seg å være av betydning. Studien har altså en erfaringsmessig og teoretisk horisont bygget sammen av hermeneutikk, fenomenologi og praktisk kunnskap. En og samme virkelighet kan alltid beskrives fra ulike perspektiv (Malterud 2012, s. 19). Til å gjøre denne undersøkelsen har jeg derfor fått hjelp av tre erfaringskonsulenter. Undersøkelsen gjøres med et interaktivt design (Maxwell 2013 s. 5). Åpenheten i denne tilnærmingen og modellen er, slik jeg erfarer det, en forutsetning for å se det som er i spill og for igjen å kunne sette det som er på spill i spill. Jeg gjør nærmere rede for dette underveis.

1.2. Annet kunnskapstilfang

«Det er litt som et eget språk» (Klevan et al., 2018) er tittelen på en rapport fra en studie av hva som er særegent for erfaringskunnskap; hvordan den kan benyttes i tjenestene og hvilken plass erfaringskunnskapen har i tverrfaglig samarbeid. Her kommer det blant annet fram at erfaringskunnskapen og utviklingen av den er en kontinuerlig prosess. Vi vet noe om bruken av erfaringskonsulenter i Norge gjennom blant annet forskningsrapporten «Brukernes erfaringer med hjelp og støtte fra erfaringsmedarbeidere innen psykisk helse og rus» (Borg et al., 2017). Funnene i dette forskningsprosjektet sammenfaller, ifølge forskerne, med mye av det som er presentert i internasjonal forskning på området.

Ulike roller for mennesker med egenerfaring med psykiske helseplager og rusavhengighet som arbeider i helsetjenester omtales internasjonalt som «peer» og «peer specialist», og deres arbeid kalles «Peer Support». Det er gjort en del forskning på dette blant annet i USA, England, Australia og Canada. I en review av litteratur om «Peer Support» oppsummeres effektene av «Peer Support» å være recoveryorientering, endringer av holdninger i hjelpeapparatet, færre innleggelses, redusert bruk av tvang og økt empowerment (Repper et al., 2011). Jeg finner derimot lite om utforskning av kunnskapen til «peers» per se.

En kvalitativ studie av «Peer Work» i en brukerstyrt tjeneste fanger min interesse. I artikkelen «Embodied recovery» (Austin et al., 2014) redegjøres det nærmere for tre elementer som beskriver hvordan «Peer Support» påvirker «recovery». Under temaet «å omsette erfaring til ekspertise» finner studien at «peers» bringer sine unike perspektiv inn i arbeidet. Dette beskrives som «reflexivity». Under temaet «to understand the mechanism in Peer Support» beskrives evnen «peers» har til å være troverdige, til å gi mening til brukeres erfaringer i systemet og til å bygge relasjoner som aktiverer retning «recovery». Det konkluderes med at: «Peers provide clients with embodiments of recovery». «Peer» kan gi assosiasjoner til «forbilder» eller «rollemodeller». En slik forståelse kan medføre en instrumentell tilnærming, der en tror at en med sin kunnskap har svaret på vegne av den andre. For å unngå denne «misforståelsen» er det verdt å merke seg at «Peer Support» viser til *likepersonsarbeid*.

Boken «Peer Support in Mental Health» (Watson and Meddings 2019) gir en grundig innføring i de historiske røttene og verdiene bak «Peer Support». I avsnittet om «survival knowledge and power» tar Watson, tidligere «peer» og en av redaktørene av boken, for seg at en grunnleggende forståelse i «Peer Support» er at det er individet som eier forståelsen av hvordan det er å leve med sine erfaringer og psykiske helseplager. Dette refereres til som «experiential or survivor knowledge», som igjen betraktes som en spesialisert kunnskap, grunnfestet i det enkelte individs levde erfaring (ibid. s. 26). Hun viser til Crossley (2004) som skriver at overlevende har vært i stand til å omsette sine erfaringer til kulturell og symbolsk kapital, og at det innen brukerbevegelsen dermed har skjedd en reversering av statusen til pasienten som «unvalidated». Watson fremhever hvordan Crossley viser at «the experiential authority of survivors» gir symbolsk kapital innad i brukerbevegelsen. Utenfor brukerbevegelsen har imidlertid erfaringsbasert kunnskap lenge vært marginalisert i favør av forskningsbasert og spesialist kunnskap. Artikkelen «Empirical evidence about recovery and mental health» (Slade and Longden 2015) er interessant i så henseende. Her synliggjør forfatterne syv grunnantakelser som farger mye av forskningen i psykiatri. Forfatterne finner deretter frem til syv alternative antakelser som de mener det er belegg for. Den første er: «Recovery is best judged by the person living with the experience». I Norge har bøker som «I morgen var jeg alltid en løve» (Lauveng 2006) og «Drøm i våken tilstand» (Kristiansen et al., 2013) vært viktige bidrag i fagdiskursen, som viser i samme retning som forskningen knyttet til recovery og «Peer Support».

1.3. Studiens formål

Hver gang jeg ser situasjoner der ulike former for kunnskap kolliderer, undres jeg over hva som trengs for å gyldiggjøre det som er virksomt for den det gjelder. Det handler om anerkjennelse av pasientperspektivet - av den erfaringsbaserte kunnskapen hver enkelt har i sine egne liv, og den kunnskapens plassering i kunnskapsfeltet. Til tross for sterke politiske føringer om å anerkjenne brukernes kompetanse som likeverdig annen fagkompetanse, ansees erfaringer forstått og anerkjent som kunnskap innen psykisk helse og rustjenester, fremdeles som nybrottsarbeid (Klevan og Sjøfjell 2018).

Den kunnskapen erfaringskonsulenter forvalter har en legitimitet i brukerbevegelsen, men vi strever med å nå opp i kunnskapshierarkiet innenfor psykisk helsefeltet. Vi har erfaringer fra pasientverdenen. Det er kompetansekravet for stillingene og en kunnskap vi til daglig jobber med utgangspunkt i. Men samtidig som regjeringen foreslår å bruke erfaringskonsulenter mer (Helse- og omsorgsdepartementet, 2015), erfarer jeg at psykisk helsefeltet mangler en forståelse av at den kunnskapen vi forvalter er en relevant kunnskap.

I denne studien starter jeg derfor nokså vidt med å undersøke hva erfaringskonsulenters kunnskapsbidrag innen psykisk helsevern kan være. Mitt særlige fokus er å utforske den kunnskapen erfaringskonsulentene forvalter. Jeg undres over hvordan erfaringer kan bli kunnskap og erfaringsbasert kompetanse, som igjen kan gi nye erfaringer og videreutvikle kunnskapen. Kan det være noe særegent og noe mer allment i den erfaringsbaserte kunnskapen, som kommer til uttrykk i praksis?

Til nå har jeg ikke funnet noen kilder som tyder på at den problemstillingen jeg tar for meg i denne studien er undersøkt slik jeg ønsker å gjøre det. I forkant av studien har jeg et håp om at studien kan bidra til å synliggjøre noe om hva vårt kunnskapsbidrag kan være, hvordan vi kan få satt kunnskapen «i virke» og tydeliggjøre dens relevans med henblikk på intensjonen med å ha erfaringskonsulenter ansatt i tjenestene. I så tilfelle kan studien bli et bidrag til å videreutvikle involvering av erfaringskonsulenter i praksisfeltet som per i dag ikke er forankret konkret hos noen myndighet eller opplæringsinstans.

1.4. Forsker i eget felt

Min praksis er opphavet til at jeg stiller de spørsmålene jeg stiller. For å kunne belyse disse involverer jeg andre erfaringskonsulenter. I arbeidet frem mot masterprosjektet har jeg fått

erfare at informantene ved å bli samtalepartnere, åpnet opp et forskningsfelt for meg (Weber 2018b). Jeg har også erfart mulige snubletråder for meg som forsker i eget felt:

«I begynnelsen var jeg tilskuer. Når jeg etterhvert slapp temaguiden ut av mitt synsfelt ble min oppmerksomhet frigjort til samspillet i gruppa. Jeg kunne gå i lære ved å delta, og samhandlingen i gruppa fikk frem andre slags fortellinger om erfaringer. I forkant tenkte jeg at jeg skulle veksle mellom innenfra- og utenfra-blikk. På et tidspunkt i intervjuet oppdaget jeg at jeg hadde gjort meg selv fremmed for meg selv, jeg hadde et dødt blikk på meg selv. Meløes handlingsteori som tilnærming til å forstå handlinger i vår felles verden gir meg noen begreper å se og å tenke med, og til å stille kritiske spørsmål til det stedet jeg ser fra. Begrepene om de ulike blikkene har jeg lånt fra Meløes notater «Om å se» (1979a). (..) Når jeg blir oppmerksom på dette ser jeg at jeg har stått trygt uten mistanke om at jeg blir konfrontert med noe fremmed og noe kjent. Jeg blir dermed tilskuer til det som skjer. Men jeg blir ikke en tilskuer som ser med et ukyndig blikk, altså at jeg vet at jeg ikke ser det som er å se fordi aktørene og begrepene i virksomheten er fremmed for meg. Når jeg oppdager dette endrer jeg innstilling og posisjon, blir deltaker som ser med et kyndig blikk der jeg ser det som er å se og jeg vet at jeg ser det.» (Weber 2018b, s. 21-22)

Når forskeren får følge av praktikerens erfaringer erfarer jeg denne dobbeltfunksjonen i en forskererfaring; «jeg kunne delta og iakttå.» (ibid.). Slik får jeg samtidig en forståelse av at jeg trenger det ukyndige blikket som del av det kyndige blikket. Dette krever en aktiv refleksivitet der jeg må stille kritiske spørsmål til min fremgangsmåte.

2. Kunnskap uten profesjon

Initiativet til å invitere erfaringskonsulenter inn i virksomheten på psykisk helse- og rusfeltet kommer i første rekke fra brukerbevegelsen. Fra politisk hold (Helse- og omsorgsdepartementet 2015) er formålet tydeliggjort: «Å styrke brukerperspektivet i tjenestene» (Helsedirektoratet 2014). Vi er gitt en rolle om å tilføre et perspektiv og en kunnskap. Når nå flere tjenester tilsetter erfaringskonsulenter er denne kunnskapen etterspurt av virksomheten og vi inviteres i så måte inn for å sam-virke i praksis.

Antikkens filosofi har begrepsfestet ulike varianter av kunnskap, og opp gjennom historien er det utviklet ulike teorier om kunnskap. I denne oppgaven legger jeg til grunn at: Kunnskap er kjennskap til, oppmerksomhet om, forståelse av eller ferdigheter knyttet til noe eller noen

(Wikipedia 2019). Kunnskap kan ansees å være et gode. Vi beskjeftiger oss med å tilegne oss kunnskap gjennom hele livet. Her til lands forventes det at vi går grunnskole, for så å ta en utdanning for å bli kvalifisert til et yrke. Den kunnskapen som tilhører en utdanning til et yrke kan kalles profesjonskunnskap.

2.1. Skolastisk modell

La oss se nærmere på et overordnet rammeverk innenfor den skolastiske kunnskapsmodellen. I nasjonalt kvalifikasjonsrammeverk (NOKUT u. å.) er kravet til læringsutbytte definert i kunnskap, ferdigheter og generell kompetanse. Dette innebærer at: Kunnskap er forståelse av teorier, fakta, begreper, prinsipper, prosedyrer innenfor fag, fagområder og/eller yrker. Det presiseres at det er krav til kognitive, praktiske, kreative og kommunikative ferdighet. Det utdypes med evne til å anvende kunnskap til å løse problemer og oppgaver. Kompetansemålet defineres som generell kompetanse og beskrives med: «å kunne anvende kunnskap og ferdigheter på selvstendig vis i ulike situasjoner, gjennom å vise samarbeidsevne, ansvarlighet, evne til refleksjon og kritisk tenkning i utdannings- og yrkessammenheng» (ibid).

I artikkelen «Erfaringsrum, handlingsbåren kundskab og refleksion» starter Wackerhausen (2008, s. 3) med å skrive: «Den grundopfattelse, at viden, færdigheder og faglig kompetence bedst tilegnes gennem boglige studier og skolegang, har været (og er) i høj grad dominant i den uddannelses-politiske tænkning». I den skolastiske tradisjon er kunnskapen verbalisert. Den artikuleres først i skolastisk form for så å bli gjenstand for studentenes oppmerksomhet. Grunnlaget for å få kjennskap til og forståelse av noe, er slik sett allerede vunnet frem og funnet. Men vi finner knapt noe om det å få kjennskap til og om kunnskapsdannelse i neste ledd om evnen til å anvende den tillærte kunnskapen. Ferdigheter i skolastisk forstand kan tillæres, men om slike ferdigheter tilegnes som en kyndighet anvendbar i praksis, kan vi jo underes over, all den tid «praksissjokket» og erfaringsbasert læring er velkjente fenomen. I siste ledd må vi altså forutsette at kunnskap og ferdighet til sammen kan gi generell kompetanse. Altså at den favner å kunne anvende kunnskapen, samt evne til kritisk tenkning i utdannings- og yrkessammenheng.

2.2. Gitt en rolle

Erfaringskonsulenter er gitt en rolle i det å *tilføre et perspektiv*. Sett i lys av opptrappingsplanens grunnforutsetninger med mål om endring innen kunnskapsgrunnlag og kvalitet er erfaringskonsulenter tiltenkt en rolle i det å bringe brukerperspektivet inn i tjenestene. Målet er å tilføre erfaringsbasert pasient- og brukerkunnskap til virksomheten (Weber og Jensen 2016). Det forutsettes dermed at erfaringskonsulenter har en kompetanse på, fra og med brukerperspektivet, men denne kunnskapen er altså ikke en profesjonskunnskap.

2.3. Kunnskapsbasert praksis

Parallelt med siste fase av opptrappingsplanen kom strategien for kvalitetsforbedring i sosial- og helsetjenesten (Sosial- og helsedirektoratet 2005), som er den opprinnelige forankringen av modellen for kunnskapsbasert praksis. Modellen består av; forskningsbasert kunnskap, erfaringsbasert kunnskap og brukerkunnskap, som samlet skal ligge til grunn for faglige avgjørelser og utvikling av praksis (Halås 2018). Den erfaringsbaserte kunnskapen kan være praktikernes erfaringsbaserte kunnskap. Brukerkunnskap er pasienters og pårørendes kunnskap. Å inkludere erfaringskonsulenter i praksis kan sees som et forsøk på å inkludere pasienters og pårørende erfaringsbaserte kunnskap som del av den erfaringsbaserte kunnskapen, så vel som å få frem brukerperspektivet. Innen forskning har pasienter tradisjonelt sett utelukkende vært respondenter, mens det den senere tid er stilt krav om brukermedvirkning i helseforskning (Forskningsrådet 2014). Her møter brukerkunnskapen på utfordringer.

Det er kanskje for enkelt å snevre det inn til en utfordring bare for brukerkunnskapen når implikasjonen er stor for kunnskapsutvikling og praksis i psykisk helsevern som sådan? Ekeland (2011) viser til at personers subjektive erfaringsbaserte kunnskap historisk sett ikke har blitt tatt på alvor innenfor psykisk helsefeltet. «Brukermedvirkning, i den betydning at bruker og pårørende gis plass i beslutnings- og behandlingsprosesser som subjekt og aktører, må med nødvendighet innebære sensitivitet for den enkeltes individuelle fortolkning av sin situasjon. Skal dette bli noe annet enn talemåter må kunnskap med utspring i aktørens livsverden gyldiggjøres, hvilket innebærer utvikling av relevant forskning» (ibid. s. 10-11). Dersom brukerkunnskapen skal innlemmes som en vesentlig del av forskningsbasert kunnskap innen psykisk helsefeltet, må de som har brukerkunnskap også få være med å stille spørsmålene.

Vil dette være tilstrekkelig til å gyldiggjøre brukerkunnskapen og aktørens erfaringsbaserte

kunnskap også innenfor rammen av forskningsbasert kunnskap? Hva slags forskning og kompetanse er i så fall nødvendig? Begrepene ontologi, epistemologi og metode kan hjelpe oss til å påbegynne en utredning av disse spørsmålene. Ontologi er lære om hva slags entiteter som anses som virkelige i vid eller avgrenset mening. Epistemologi er lære om hva som karakteriserer kunnskapen om disse entitetene (f.eks. at vår grunnleggende kunnskap om fysiske gjenstander er basert på sansning). For å utvikle *forskningsbasert* kunnskap om det man har kunnskap om, utvikles og anvendes ulike metoder for å akkumulere, systematisere, begrunne og validere kunnskapen som vitenskapelig (f.eks. gjennom utvikling og anvendelse av eksperimentelle design og statistiske evalueringer). I denne sammenhengen melder det seg et overordnet spørsmål (ibid. s. 18); Hvilken ontologi baserer man seg på innen psykisk helse som forskningsfelt? Dreier det seg om en objektontologi som fortolker kunnskap uavhengig av subjekt eller en subjektontologi som gir rom for en verden av fenomen som ikke kan eksistere uavhengig av oss og vår bevissthet om og fortolking av dem? Ifølge Ekeland (ibid.) er det førsteperspektivet psykiatrien identifiserer seg med en objektontologi, med de konsekvensene dette har for også den tilordnede epistemologi og metodologi.

2.4. Å sam-virke i praksis

Det er verdt å merke seg at erfaringskonsulenters kunnskap ikke er utviklet i en profesjon, likefullt er den invitert inn for å sam-virke i en praksis. Det forutsettes da at vi har en erfaringsbasert kompetanse og at vi virker inn i praksis med en kunnskap ervervet gjennom subjektive erfaringer. Men består den kunnskapen vi bringer inn da «bare» av egne livserfaringer? Vi kan riktignok ha med oss problematiseringen rundt muligheten til å gyldiggjøre denne kunnskapen i forholdt til det kunnskapssynet som tradisjonelt råder på feltet. Både opptrappingsplanen og modellen for kunnskapsbasert praksis utfordrer dette rådende kunnskapssynet, uten at dette har medført noen dyptgående analyse av eller endring av det ontologiske førsteperspektivet. Ambisjonen om likeverdighet mellom fag- og brukerkunnskap krever derfor en betydelig justering av kunnskapssynet for å kunne bli en realitet. Sett i lys av dette: Hva slags kunnskapsforståelse kan erfaringskonsulenters kunnskap naturlig plasseres innenfor?

2.5. Å bli bevandret

Yrkespraktikere og pasienter, brukere og pårørende har en erfaringsbasert kunnskap om og med den virksomheten de står i. Her er begrepet kunnskap satt sammen med erfaring; erfaringsbasert kunnskap. Erfaring kan defineres som fellesbetegnelse på den informasjonen

individet erverver kunnskap gjennom sansing og handling (SNL, 2014). Jeg forstår det som at å gjøre seg en erfaring, - å erverve gjennom sansing og handling, forutsetter et aktivitetsaspekt. Å erfare noe er å få en forståelse av det en opplever. En forståelse beror på en fortolkning som kan gjøre en opplevelse om til erfaring.

Erfaring kan også defineres som; «å reise gjennom» eller å utforske; lære å kjenne, fornemme, livs- og menneskekunnskap og klokskap (Norsk synonymordbok, 1984). En måte å forstå dette på er:

Å erfare innebærer å utforske og undersøke i den hensikt å bli bevandret. Bevandringen bidrar til å gi personen en spesiell form for autoritet og klokskap i relasjon til livs- og menneskekunnskap. I erfaringen ligger det en erkjennelse av at det er nettopp vandringsen og utforskingen som gjør at en person kan erverve livs- og menneskekunnskap. Erfaringsbasert kunnskap gir en person kunnskap om det å være menneske i livet, og om den verden livet leves i. (Karlsson og Borg, 2017, s. 72-73)

2.6. Erfarerens subjektposisjon – ulik status i praksis

Selv om både yrkespraktikere og pasienter, brukere og pårørende har erfaringsbasert kunnskap fra den virksomheten de står i, både om erfarerens subjektposisjon, virke og virkefelt, er disse gitt ulik status innen det psykiske helsefeltet. Den ene defineres som profesjonell, og er eksplisitt og implisitt gitt statusen å representere spesialisert kunnskap. Den andre har fått som subjektposisjon å være pasient. Ulik erfaringsbasert kunnskap gis altså ulik gyldighet avhengig av hvor og hvordan vi definerer erfarerens virksomhet (Watson 2019).

Erfaringskonsulenter erverver sin erfaringsbaserte kunnskap og har på lik linje med andre yrkesutøvere sin praksis innenfor en profesjonell virksomhet. I beskrivelsen av læringsmål innenfor den skolestiske modellen henvises det til «å kunne anvende kunnskap og ferdigheter». I boken «Humanistiske forskningstilnæringer til profesjonspraksis» beskrives et behov for å oversette en kunnskap *om* praksis til en kunnskap *for* praksis (Lindseth 2017, s. 31). Videre gjøres en distinksjon mellom anvendelig kunnskap og praktisk kunnskap: «Den anvendelige kunnskapen er instrumentell, en viten som praktikerens kan nyttiggjøre seg, mens praktisk kunnskap viser seg i praktikerens handling og måte å forholde seg på» (ibid. s. 32). Denne distinksjonen er verdt å følge opp.

2.7. Praktisk kunnskap

Den praktiske kunnskapsmodellen bygger på erfaring og vitenskapeliggjøring, et både- og istedenfor et enten eller (McGuirk og Methi 2015, s. 19). Praktisk kunnskap henviser til den kunnskapen som viser seg i praktikerens handlinger og måte å forholde seg på, altså i evnen til å svare på de utfordringer som mange situasjoner i livet stiller oss overfor (Lindseth 2015, s. 54). Praktisk kunnskap er altså ikke en eksplisitt form for kunnskap (McGuirk 2015, s. 76). Kunnskap, som evne til å kunne svare, kan være praktisk så vel som teoretisk - den omfatter all kunnskap.

Vi kan møte utfordringer som svarer til eller bryter med vår forventninger. Når noe bryter med våre forventninger stilles det nye krav til vår svarevne. Slike erfaringer utgjør en diskrepans med det vi er fortrolige med; de setter vår kunnskap i og på spill, der vi må reorientere oss for å kunne svare med noe som er virksomt i den gitte situasjonen. Erfaringskunnskap er en orienteringskunnskap, en praktisk kunnskap (Lindseth 2017, s. 27), altså en kunnskap vi har i handling. Her kommer også den tause kunnskapen inn, den som ikke først er akkumulert i verbal form og tillært, men som vises i handling. Praktiske handlinger er flertydige i sitt vesen (Østerberg 1972), og praktisk kunnskap dreier seg om å ta denne flertydigheten i situasjonen i betraktning (Fossestøl 2017, s. 55).

2.8. En taus dimensjon

Polanyi (2000) har utviklet en særegen erkjennelses- og kunnskapsteori. I «Den tause dimensjon - en introduksjon til taus kunnskap», gjør han et skille mellom «tacit knowledge» og «tacit knowing»¹. «Tacit knowing» beror på at noe er «tacit» - altså underforstått, «know» - å kunne noe, «knowing» - å kjenne igjen og «knowledge» - å kunne bruke. «Tacit knowing» innebærer dermed et aktivitetsaspekt, og knyttes til våre, i vid mening, praktiske kunnskapsevner. Her kommer også begrepet «indwelling» inn, som viser til vår evne til å være involvert i denne aktiviteten. «Indwelling» handler altså om involvering og om bevisst og ubevisst integrasjon (ibid. s. 26). Ifølge Polanyi (2000) virker taus og eksplisitt kunnskap

¹ Begrepet oversettes i den norske utgaven til Taus kunnskap. (Polanyi. 2000, s. 14)

sammen i alle erkjennelsesprosesser, der bevegelsen fra-til innebærer en integrasjon i trå med et relasjonelt og dynamisk syn på kunnskapsutvikling. Ved å skjule til aktivitetsbetingelsen i definisjonen av erfaring, - å gjøre seg en erfaring, og Polanyis distinksjon mellom «tacit knowing» og «tacit knowlegde», som vi tilegner oss gjennom vår væren - vår eksistens, kan vi følgelig ta med oss at kunnskap ikke bare er noe vi har tilegnet oss gjennom levd liv, det er også kunnskapen vi *er*. Kunnskap har altså en underforstått og implisitt dimensjon, som vi er involvert i og som er involvert i oss.

2.9. Erfaringskonsulenters virke sett i lys av kunnskapsbegrepet

Så langt kan vi oppsummere at erfaringskonsulentenes kunnskap ikke hører inn under den skolaske modellen. For å belyse det neste spørsmålet om vår kunnskap «bare» er kunnskap hentet inn fra egen livserfaring kan vi ta utgangspunkt i at *erfaringskonsulent* viser tilbake til den etterspurte erfaringen fra å ha egenerfaring som pasient og/eller pårørende. Videre er det et uttalt krav at kandidaten skal ha et reflektert forhold til egne erfaringer, at hans eller hennes erfaringer er satt i sammenheng med andres og at de kan brukes på en konstruktiv måte i møte med andre. For å belyse det siste spørsmålet kan vi se nærmere på erfaringskonsulenters virkefelt. Det finns ikke én overordnet stillingsinstruks for alle erfaringskonsulenter. Den vil nok variere fra plassering og de oppgaver stillingen er tillagt. Som en av de som har bidratt aktivt til utviklingen av og på feltet de siste ti årene drister jeg meg til å formulere en overordnet sammenfatning. Vi er ansatt for å *målbare* brukerperspektivet, *tilføre* erfaringsbasert kompetanse fra et brukerperspektiv - til brukere og fagmiljøer, bidra til å styrke brukermedvirkningen og å bruke erfaringskompetansen til løsning av de oppgavene som tilligger stillingen.

Hvordan står dette seg i forhold til kunnskapsbegrepet som viser til oppmerksomhet om, kjennskap til, forståelse av og ferdigheter knyttet til noe eller noen? Slik jeg ser det vil det å kunne *målbare* forutsette en kjennskap til, forståelse av, samt ferdighet knyttet til dette. I det å *tilføre* forutsettes en oppmerksomhet om og med, og i det å *bidra* forutsettes en forståelse av. Å kunne *bruke* forutsetter at erfaringen og kunnskapen er omgjort til en kompetanse som omfatter både å utvise oppmerksomhet om, ha kjennskap til, forståelse av og ferdigheter knyttet til noe eller noen. Kunnskapen kan etter mitt resonnement ovenfor ikke reduseres til «bare» å være kunnskap om og fra egne livserfaringer.

2.10. Innpass til videre utforskning

Den praktiske kunnskapsmodellen omfavner flere typer kunnskap, men lar førstehånds-erfaringer være grunnlaget for utviklingen av kunnskap. Erfaringene er utgangspunktet for utforskningen og den blir gjenstand for kritisk granskning i forskningssammenheng. Spørsmål som undersøkes kommer fra praktikerens erfaringer og undersøker praksiserfaringens innhold, herunder hvordan kunnskap utvikles (McGuirk og Methi 2015, s. 20). Innenfor modellen av praktisk kunnskap har jeg funnet en ansats til å utforske erfaringskonsulenters kunnskapsbidrag innenfor psykisk helsevern.

3. Praktisk kunnskap

Oppfordringen om å skrive en fortelling fra praksis kom allerede første studieuke. Gjennom fortellingen gir forfatteren andre en tilgang til sin verden og hvordan den erfares gjennom førstepersonsperspektiv. Det vil si at fortellingen ikke er et speilbilde av noe, men gjenspeiler noe (Methi 2015, s. 131). Jeg kunne valgt så mange forskjellige fortellinger. Om dilemma, noe som ikke fungerte eller som fungerte, om «noe». Da jeg skrev fortellingen hadde jeg ikke på forhånd klart for meg hva dette «noe» var. Det jeg derimot visste var at denne erfaringen hadde noe i seg som gjorde at den var blitt hengende ved meg. Ved å skrive den frem får både leseren og jeg som forsker være med inn i den livsverden som handlingen foregår i, og slik kan tema og forskningsspørsmål knyttes direkte til yrkespraksis. «Når erfaringer blir tekst, blir den til et objekt som kan forskes på» (McGuirk og Methi 2015, s. 25). Både den tekstliggjorte erfaringen og erfaringene jeg har å utforske det med, kan dermed bli en del av empirien for utforskningen.

3.1. Fortellingen om møte med Lisa

I dag møter jeg Lisa. Hun er på vei til døra ved hovedinngangen til et psykiatrisk sykehus, jeg har avtalt å møte henne her. Sist vi snakket sammen var inne på akuttpost. Noen av Lisas medpasienter presenterte oss for hverandre. I dag har vi avtalt å gå en tur sammen. Så varme dager som i dag har vi sjelden her nord. Vi småprater litt, og tidvis er vi helt stille. Bare er stille, sammen. Jeg hører stemmer i det fjerne, og bilene som suser forbi på veien et stykke oppe i bakken. Vi ser dem ikke, men vet at de er der. Jeg plukker en blomst, den lukter godt. Jeg plukker flere, og mens vi prater begynner jeg å flette en krans. Hun reiser seg og går raskt til en klynge med blomster, plukker en bukett før hun stiller seg foran meg. «Kan jeg få gjøre ferdig kransen din?» spør hun. Jeg gir den til henne. Hun tvinner møysommelig til hvert ledd er solid. Så setter hun den på hodet mitt. Hun betrakter resultatet, og smiler. Hun

løfter den av og setter den på sitt eget hode før hun igjen setter seg på benken. «Dette er et av mine få gode barndomsminner» sier hun. Hun er stille en stund. Hun forteller om å leke sammen med søsknene og alt hun likte å gjøre, at hun elsker å danse. Så slipper hun meg inn, inn i noe som handler om svik.

Hun spør «Har du noen gang skadet deg selv?» Jeg svarer at det har jeg, ikke for å dø - selv om dødslengselen var stor, men for å overleve. Hun ser meg an et øyeblikk før hun sier: «Da kan jeg snakke med deg om alt. Du forstår.» Jeg tror hun ser meg an, om jeg er oppriktig og til å stole på. Jeg husker jeg gjorde det samme da jeg strevde som verst. Lisa forteller at hun har skadet seg selv så alvorlig at det har stått om livet hennes flere ganger. Terapeutene hjelper så godt de kan. Plastrer, eller skjermer. «Men jeg kan jo ikke skjermes fra meg selv» sier hun, «jeg er så lei av dette.» Jeg spør om hun har ønske om å dø, og om hun vil fortelle hvordan skadetrangen virker på henne. «Jeg mister meg selv, når smerten blir for stor. Jeg har noen ganger lurt på om jeg er død eller levende.» Hun forteller om brutte relasjoner, og om å ha mistet noen hun har kjær. Behandlingen hun får her på sykehuset er hun takknemlig for, men hun synes ikke den hjelper så godt. «Vi snakker forbi hverandre. Da kan jeg like gjerne slutte å snakke. Noen ganger er jeg bare taus, sier: Jeg vet ikke.»

Jeg forteller litt om hvordan jeg opplevde den behandlingen jeg fikk og hva som hjalp meg. Jeg deler det jeg tror kan være til hjelp for henne. Hun spør: «Tror du jeg kan klare det?» Jeg sier: «Det tror jeg». Jeg strekker frem hendene og hun tar imot. Jeg vet noe om hvilken kamp hun kjemper. Jeg tror hun vet at jeg vet det.

Vi går videre, og snakker om å velge livet. «Det har aldri noen snakket med meg om før», sier hun. Vi avtaler at jeg sender henne en sms om noen dager. Den kvelden får jeg en sms: «Takk for at du har tro på meg. Kanskje tør jeg også å velge livet, slik du har gjort. Vi snakkes snart.» (Weber 2018b)

3.1.1. Svar og forforståelse

Gjennom å svare at jeg selv har skadet meg selv, ikke for å dø, selv om dødslengselen var stor, men for å overleve, viser jeg at jeg forstår noe vi har felles. Jeg tilkjenner meg selv og mitt ståsted. Når jeg møter Lisa møter jeg et menneske som står i noe jeg selv har erfart. For å «se» må jeg se Lisa, det hun har med seg og hva som kan gi mening til det hun svarer når jeg spør hvordan skadetrangen virker på henne. Det hun da svarer: «Jeg mister meg selv når

smerten blir for stor. Jeg har noen gang lurt på om jeg er død eller levende», er starten på min forståelsesprosess i møte med henne.

3.1.2. Å romme virkeligheten

Når jeg svarer slik jeg gjør, sier Lisa: «Da kan jeg snakke med deg om alt. Du forstår». Ved nærmere ettersyn tyder mitt svar på at jeg er et menneske som henne og kan se virkeligheten fra det stedet hun ser fra. Jeg har utallige ganger reflektert over hva som skal til for å komme i posisjon til å eie sin egen fortelling, i møte med en sykehuskontekst og psykiatriens reduksjonistiske holdning og et diagnostisk språk som distanserer seg fra det menneskelige. Min mulighet til å svare Lisa slik jeg gjør handler både om det hun åpner opp for gjennom hennes spørsmål og det at jeg gjennom å eie min fortelling har mulighet til å romme denne virkeligheten.

Vi har møttes før. Jeg tenker på første gang jeg møtte Lisa inne på akuttpost. Livet hadde fart hardt med henne. Hun spurte meg: «Hva er vitsen med å håpe når det likevel alltid gjør vondt?» Som oftest forteller hun meg om alt hun ikke får til og alt hun har «ødelagt». Noe er knust i små biter. «Jeg vet ikke hvordan jeg skal få det sammen», sier hun.

Lisa forteller at hun og terapeutene snakker forbi hverandre, og at hun av og til blir taus. Meløe (1997, s. 338) skriver i essayet «Om å forstå det andre gjør», om hvordan en aktør handler innenfor og med hensyn på sin verden. Hvis vi ikke forstår den verden aktøren handler innenfor kan vi heller ikke forstå hva aktøren gjør. For å utforske hvilken betydning dette har for mitt møte med Lisa prøver jeg det ut med noen erfaringer jeg selv har med å bli gjenstand for fortolkning. Gjennom en prosess der jeg har kommet i posisjon til å eie min egen fortelling – noe som har åpnet opp for bedring, har jeg noen ledetråder til å se at Lisa viser et mot når hun våger å spørre meg om jeg tror hun kan klare det. Når hun holder mitt blikk kan hun se om jeg er troverdig.

3.1.3. Erindring og gjen-erindring

Via blomsterkransen vier Lisa meg inn i det smertefulle. Når vi sammen forholder oss til det, vekker det erfaringer der jeg erindrer hvilken smerte som driver fremover og hvilken som går på eksistensen løs. I dette møtet finner samspillet mellom Lisa og meg sted og får en retning. Gjennom en felles gjen-erindring der hun gjenkjenner noe av seg selv i meg og der jeg gjenkjenner noe av meg selv i henne, kan håpet menneskeligjøres og dialogen finne sted. Vi

oppdager noe som oppstår i samspillet mellom oss. Det er en «fra-til» bevegelse slik Polanyi (2000) beskriver det i sin kunnskapsteori om erkjennelses- og kunnskapsprosesser. Meningen i det Lisa svarer og det jeg svarer blir kjent gjennom at vi retter oppmerksomheten vår *fra* en del vi har en felles forståelse av, for å rette vår oppmerksomhet *mot* noe nytt.

3.1.4. Motet og fireleddet kommunikasjon

Gadamer gir ifølge Svenaeus (2003) et fyldigere bilde av den praktiske visdommen, der han trekker frem språket og dialogen, altså møtet mellom mennesker, som den grunnleggende hermeneutiske erfaringen. Det er også her jeg oppfatter at motets form kan forstås. Mot og motstand kan være to sider av samme sak, om en ser motmaktens mening. Jeg er ansatt i psykiatrien fordi jeg har egenerfaring som pasient. Det gir meg en mellomposisjon som jeg tidligere har omtalt som «mellom barken og verden» (Jenssen og Weber 2015). Ved å se dette «på nytt» med Meløe's (1997, s. 338) tre setninger om aktøren og hans verden, og Skjervheims (2002, s. 20) teori om treleddet kommunikasjon, ser jeg at fortellingen har noe å tilføre Skjervheims teori. Her er et fjerde ledd. I møtet finner vi Lisa og «saken» hun bringer frem, og, som det tredje (og fjerde) leddet meg med funksjon som innehar et dobbelt innenfra perspektiv. Konsekvensen er at jeg gjennom en kompetanse utviklet av kunnskap i smerten ser at Lisa får hjelp til å overleve som pasient, og at hun søker noe som kan gi plass til *henne*.

3.1.5. Mening og fremtid

Gjennom innlevelse, fra-til bevegelsen, blikket og gjenerindringen oppstår en ny forståelsesprosess. Noe nytt som gir oss anledning til å finne meningsskapende sammenhenger der det er plass til *henne*, oppstår. Det skjer en livskraftig bevegelse gjennom at vi får utgjøre noe for hverandre. Det er når jeg utforsker om eksistensen kan gripes at jeg ser hvordan det å tåle hennes fortvilelse gjør det mulig å møte henne i smerten, for der-i-gjennom å åpne fremtidsrommet.

Hun har fortalt meg at hun elsker å danse. Senere i uken inviterer jeg henne med på dansetrening med ei åpen dansegruppe jeg er aktiv i. Vi har avtalt å møtes ved biblioteket først så vi kan gå sammen. Jeg ser hun er spent. Anspent. Vi improviserer i dansegruppa og alle er velkomne. Her er ikke det verbale språket i fokus. Vi møtes i bevegelse, i energien og stemningen. Vi varmer opp med en øvelse om tillit. Følger hverandres bevegelse og energi. Jeg ser hun vegrer seg litt, før hun følger bevegelsen i rommet - mellom alle menneskene som er der. Vi lener oss mot hverandre, vi står støtt alene, er i bevegelse. Hun danser grasiøst med

store myke bevegelser og innlevelse.

3.1.6. Noe er involvert

Noe kan jeg se umiddelbart, ved at det trer frem i møtet mellom den tekstliggjorte fortellingen og meg. Når fortellingen settes i dialog med andre kunnskapskilder – både teorier og mine erfaringer i en refleksiv utforskning, åpner fortellingen for noe jeg ikke hadde sett. Sagt på en annen måte: Noe kan jeg se gjennom uttrykkene, mens andre deler er involvert. Underveis har jeg stilt spørsmål som: Hvordan kan jeg forstå det jeg tror jeg forstår? Forståelse er alltid en fortolkning, og å forstå er alltid å anvende (Gadamer 2003, s. 47). Jeg kan ikke uten videre gjøre min forståelse eksplisitt for meg selv eller Lisa, den kommer til uttrykk gjennom hvordan jeg forholder meg til henne og mine handlinger. Jeg og min kunnskap er involvert. Et annet spørsmål jeg har stilt er om min kunnskap er taus. Ved å erkjenne kroppens plass i vår opplevelse av og i samspill med omverden (Merleau-Ponty 1994), ser jeg hvordan vi blir berørt og berører. Våre sansede kropper og våre sanser har en betydning for å oppleve et aktivt samspill ved å bli sett og se. Her igjennom finner jeg hvordan min forforståelse, nedtegnet i mine kroppslige erfaringer, utgjør en grunnstruktur av kunnskap som kommer frem ved å være sanselig tilgjengelig i kommunikasjonen mellom Lisa og meg. Gjennom mine sanser ser jeg, og jeg forstår det jeg sanser som et livsmot i smerten. Jeg ser et menneske i krise, men jeg ser også et menneske som har kjærlighet og gleder å gi, med en kraft til å reagere på krenkelser (Weber 2018a, s. 9).

Jeg svarer med det jeg ser. Ved å prøve det ut med en kritisk utforskning kommer det som er involvert til syne. Det er i samspillet mellom Lisa og meg bevegelsen finner sted og får retning. I oppmerksomheten om ting som opptar oss begge oppstår en felles bevegelse. Den kroppslige opplevelsen blir slik sett vesentlig for kunnskapsutviklingen. Å bruke hele mitt sanseapparat gjør kroppen til erkjennelsesprosessens utgangspunkt og sentrum.

Ved å utforske hvordan jeg kan forstå utsagnet om at jeg forstår «alt», oppfatter jeg at Lisa sier at jeg forstår noe som er essensielt for henne. Denne forståelsen kommer gjennom en utprøving som leder til betydningen av å bli forstått i vår væren. Å ha pasienterfaring alene gjør meg ikke nødvendigvis i stand til å være til hjelp, men den gjør meg fortrolig med det Lisa bringer frem som «sak». Fortroligheten jeg har til saken kan bidra til at vi er i stand til å nærme oss det kjente og det ukjente. Gjenkjennelsen gjør ikke at jeg kan forstå Lisa og hennes livsverden fullt ut, men den gir meg noen ledetråder til å se med. Ved å stille

spørsmålet om dette mer allmennmenneskelig viser det seg at min forforståelse kanskje nettopp er det som gjør at Lisa opplever seg forstått. Gjennom hennes utsagn oppfatter jeg at hun sier at jeg forstår (henne og «saken») ved at jeg forstår noe, og at hun derfor kan snakke med meg om «alt».

3.1.7. Eksistensen og det universelle

Noe jeg har lært gjennom min recoveryprosess og som gjenfinnes i fortellingen om møtet med Lisa er hvordan vi kan hjelpe et menneske i krise ved å adressere livsverden til den vi møter. Altså den konkrete virkeligheten som erfares og leves i, erfaringsverden, som forutsetning for å erkjenne og lære. Vår holdning og forståelse vises gjennom det vi svarer – gjennom handling. Når noe gir gjenklang kan det åpne opp for tillit og en bevegelse der eksistensen kan gripes.

I neste øvelse fører hun an, jeg følger.

Skriveprosessen har vært en forståelsesprosess. Den har gjort meg bedre kjent med min egen kunnskap og gitt meg en innsikt i kunnskap i smerten. Samtidig har den gitt meg mulighet til å begrepsfeste noe jeg ikke tidligere har hatt disse begrepene for. Det har vært en utforskning der jeg går dialektisk til verks. Både i det å prøve ut tanken, å sette erfaringene på prøve gjennom kritisk refleksjon, å gå i dialog med ulike teorier, finne nye måter å forstå på og skrive frem kunnskapen. Essayet er som en hermeneutisk prosess. Når jeg nå har det med i denne studien opplever jeg at den opprinnelige teksten er levende ved at den utfordrer meg. Den gir meg mulighet til å forstå mer av det som ligger i de neste to stegene i min forståelsesprosess. «Å se livsmotet i smerten» står for meg som en kilde ikke bare til det partikulære i denne erfaringen, men til det universelle – det allmennmenneskelige behovet for å bli møtt i sin væren, der mennesket, med sine eksistensielle grunnvilkår, er.

3.2. Et lite feltarbeid

Når jeg nå går videre til å gjøre et lite feltarbeid med en eksplorerende ambisjon får jeg anledning å gå inn i steg to av min forståelsesprosess. Samtidig får jeg en erfaring med å forske i eget felt. Jeg velger et avgrenset felt: recovery-verksted ved et døgnbehandlingstilbud. Spørsmålet jeg stiller er: Bruker erfaringskonsulenter sin erfaringsbaserte kompetanse i recovery-verksted, og i så fall hvordan?

Ved å ta hensyn til hvordan fenomenet observasjon kan oppleves når en ikke selv får være delaktig i forståelsen av det observerte, som i dette feltarbeidet ville innbefattet tredje part - pasientene, velger jeg å gjøre en fokusgruppesamtale. Jeg ønsker å undersøke andre erfaringskonsulenters praksis og deres forståelse av egen kunnskap. For å gjøre dette involvere jeg de som selv praktiserer det å være erfaringskonsulent i det feltet jeg har valgt. Ved å samtale om hva de gjør, - handlinger, intensjoner, kontekst, - og deres forståelse av hva de gjør, vil jeg utforske deres praktiske kunnskap.

Det er et poeng å artikulere fenomen for å kunne forstå hvordan noe er konstituert. For å kunne forske på dette er jeg avhengig av at deltakerne verbaliserer sine erfaringer ved å fortelle frem sin praksis. Jeg har selv erfart at det er mulig å gi noe av min tause kunnskap begreper, som igjen har gjort det mulig å foreta en skriftlig refleksjon over denne kunnskapen og de fenomen som er av betydning. Ambisjonen min er å legge til rette for en samtale der deltakerne får snakke med hverandre, utveksle anekdoter, kommentere hverandres synspunkter og få assosiasjoner som kan gi tilgang til refleksjoner, som igjen kan belyse problemstillingen. Det er uenighet om hva som spesifikt trengs for å kalle en gruppediskusjon for en fokusgruppe (Malterud 2012, s. 19). Jeg vil legge til rette for en samtale og diskusjon i en gruppe fremfor én-til-én, og støtter meg her til Kitzinger og Barbour (1999, s. 1-20), som mener at en hvilken som helst gruppediskusjon kan kalles fokusgruppe så lenge forskeren aktivt oppmuntrer til og forholder seg til gruppeinteraksjonen.

En uro om å ikke komme nært nok den primære kilden (hendelsen) gjør at jeg ber hver av deltakerne skrive et refleksjonsnotat i forkant av samtalen. Gjennom deres fortellinger og begreper får jeg «små vinduer» å se gjennom. Etter hvert som vi samtaler får jeg en anelse om at det er noe jeg ikke ser. Det viser seg at jeg gjennom erfaringskonsulentenes begreper får den nødvendige avstanden til å oppdage dette. Det jeg trodde ville gi meg nærhet, gir meg paradoksalt nok den nødvendige distansen til å se det ukjente i det kjente. Min uro har ført til at jeg får en mulighet til bedre å forstå sosiale fenomen ut fra deltakernes perspektiver. Ved å lese transkripsjonen naivt, får jeg med meg et ukyndig blikk når jeg senere leser med fortrolighet. Det jeg nå ser, kommer vel så mye til uttrykk i interaksjonen som i det verbalt uttalte.

3.2.1. Den andres perspektiv og samskaping

For å kunne ta den andres perspektiv og slik settes i stand til å identifisere en handling med hans eller hennes begreper, må jeg være villig til midlertidig å gi slipp på det jeg vet, og i stedet verdsette og stole på at det jeg derved får ta del i også vil ha en verdi (Barth 1991, s. 10). Dersom erfaringskonsulentene blir samtalepartnere og jeg i vid forstand samtaler med dem som har førstehåndskunnskap om sin verden kan jeg utvikle erfaringsnære begrep (Geertz 1973, s. 14). Refleksjonsnotatene tjener til å være «den andre virkeligheten», og i samtalen utforsker vi dette som er ukjent for meg. Mens samtalen blir en arena for samskaping - å få grep om virkeligheten, er notatene en kilde til å gi eller danne begreper om virkeligheten. Samlet blir dette en mulighet for å legge min fortolkning så nært opp til deltakernes begreper og forståelse som mulig.

3.2.3. Å oppleve erfaring

I recovery-verksted deltar pasienter og personale. Ifølge erfaringskonsulentene står erfaringer i sentrum når de tar opp ulike tema som er avtalt på forhånd. Å ha erfaringene i fokus gir en mulighet til å få en bevissthet om erfaringene som gjør dem til små skattkister. Det innebærer å (gjen-)oppleve det erfarte. Å oppleve en erfaring kan høres selvfølgelig ut. Å erfare seg selv i verden er slik jeg ser det et komplekst fenomen. For at dette skal gi mening kan jeg sette det i sammenheng med begrepet erfaring, som jeg har definert å være en aktivitet, som «å være bevandret». Ved å ha erfaringene i fokus kan deltakerne i recovery-verkstedene få en anledning til å få og ta grep om sine egne erfaringer, noe som igjen kan være kilden til en recovery-prosess der de selv er deltakende.

3.2.4. Å rotfeste det

Fokusgruppesamtalen gir meg et innblikk i erfaringskonsulentenes holdninger, kunnskap og praksis. Når de relaterer det de gjør til det de har erfaring med, viser de at de bruker erfaringene aktivt. Deres erfaringer hjelper dem å se og leder til en forståelse som kommer til uttrykk uten at den trenger å bli verbalisert i den konkrete handlingen. Når situasjonen tilsier det, kan de aktivt tilkjennegi erfaringer i samtalen: «... da kan det blir mer en sånn type reflekterende team der alle sitter og snakker over hodet på deg. Så jeg prøver å ta det der ned, prøver å skifte... – hvis jeg føler at det her kan umulig være bra. Da prøver jeg å stoppe det med at, det er mange måter å gjøre det på. Den ene er at jeg kan bruke egne erfaringer fra min sykdomstid, for på en måte å lande det litt, så pasientene skal kunne føle at det blir litt mer på deres premisser igjen».

Når noe arter seg som at alle snakker over hodet på pasienten velger erfaringskonsulenten her å «lande det litt», ved å bruke «jeg» for å møte «deg». Når vi rotfester noe i virkeligheten, eller for å bruke erfaringskonsulentens egne ord - «lander det litt», i den enkeltes erfaringsverden, snakker vi ut fra førstepersonsperspektiv. I forståelsen av verdien av å kunne føle at noe er på ens egne premisser, vil jeg hevde at hjelp fordrer at vi engasjerer hverandre som subjekt: du - jeg. Erfaringskonsulenten kan her, ved å bruke sine egne erfaringer, gå inn og si «jeg» og «du» ut fra førsteperson til den andre som førsteperson. Den responsen muliggjør en samtale mellom de tilstedeværende subjekter. Der du er deg, kan jeg være meg.

Responsen vi får kan gi oss anledning til å være i verden. Hvis det vi uttrykker får en respons som stenger av, kan vi bli alene med vårt uttrykk. Ved at det vi uttrykker får et svar som gjør at vi er i et forhold til verden der bevegelsen kan finne sted og retning, kan vi finne orientering (Lindseth 2015). Erfaringskompetansens plass i en recoveryorientert praksis ved et sykehus er kanskje nettopp å åpne dette rommet for orientering, der den andre kan få være et «jeg» i møte med et annet «jeg»? Å lande noe i situasjonen og i den verden vi erfarer i, kan skje gjennom at to subjekt møtes, altså er det to sider ved innlevelse. «Det mest slående trekket ved vår egen væremåte er vår sanseevne» (Polanyi 2000, s. 44). Erfaringskonsulenten har noen erfaringer å se gjennom, og ser det som gjør at han velger å lande det litt. Fra å snakke over hodet på noen, gjøres det her en transcendens fra man til jeg-du, slik at det kan lande i en verden der vi begge kan erfare oss selv og den andre som hjemmehørende.

3.2.5. Førsteperson – å se den andre som et menneske som seg selv

I refleksjonene drar deltakerne stadig tilbake til pasientene. Det minner meg om at handling alltid står i forhold til noen eller noe. Deltakerne reflekterer ut fra ulike ståsteder – med flere blikk i én og samme refleksjon. Som et eksempel tar «pasienten» form av «deg», «du» og «jeg». Første- og tredjeperson endrer ståsted i én og samme refleksjon. Når erfaringskonsulentene samtaler henger de intuitivt og tvangs-fritt med i hverandres aktørskifter (Weber 2018b, s. 19). I essayet om det lille feltarbeidet reflekterer jeg over dette:

Noen kan tenke at en kjernekompetanse er at vi erfaringskonsulenter «vi'er» oss med pasienten som et vanlig menneske som deg og meg. Det tror jeg er en farbar forståelse. Jeg tror det er en distinksjon i dette: som yrkesutøver bruker en sin erfaringskompetanse som tidligere pasient inn i en yrkespraksis som har et formål, altså bruker en sin personlige kompetanse profesjonelt. Å se den andre som et menneske som seg selv står altså både i

forhold til en grunnholdning i møte med den andre og i forhold til en yrkesutøvelse med et formål. Kanskje kjernekompetansen er å vite at du ikke kan definere på vegne av et annet menneske, at vi alle har unike opplevelser og at erfaringskonsulenters fortrolighet med pasientståsted gir en bevissthet om at det en gjør står i forhold til den andre? (ibid., s. 14).

Noe av det særegne med fenomenet erfaringskompetanse med bakgrunn i egen pasienterfaring kan være å se den andre som et menneske som en selv.

3.2.6. Å mobilisere erfaringskompetansen

Etter hvert som fokusgruppesamtalen tar form forløser refleksjonene innsikter og kunnskap som ligger i erfaringene, innsikter og kunnskap som en ikke kunne fått uten erfaringene. For å muliggjøre samtalen må jeg være oppmerksom på hvor jeg selv befinner meg. Ved å bli deltaker (Skjervheim 2002, s. 28), kommer jeg i posisjon til å stille spørsmål som reflekterer det spontane i samtalen. Når dette blir gjenstand for felles refleksjoner får samtalepartnerne større frihet på egne premisser. Denne refleksjonen over erfaringer, med gjenkjennelse og motstand, blir en kilde til å mobilisere erfaringskompetansen og til å forstå. Erfaringskonsulentene beskriver refleksjon over erfaring som en modningsprosess både i forhold til deres holdning til pasientenes prosess og til deres egen forståelsesprosess.

3.2.7. Fortellingen om Lars med snøfugg i glasset

En kollega ringer og spør om jeg kan komme til sengeposten der en pasient ønsker å snakke med meg. På vei til avtalen innstiller jeg meg på å være oppmerksom på han jeg skal møte og det han er opptatt av. Jeg vet ikke hvem han er eller hva han vil snakke med meg om. Jeg låser meg inn til sengeposten og sier ifra til personalet at jeg er kommet. Jeg vises til skjermingsrommet. «Lars», står klar ved døra når jeg kommer. Han lener seg mot dørkarmen og strekker frem hånden for å hilse. Han står på innsiden, jeg står på utsiden. Våre blikk og håndtrykk møtes over dørstokken. Jeg blir med inn.

Lars spør: «Hva mener du som erfaringskonsulent om at jeg ikke får spise snø, har du erfaring med det?» Jeg tenker: «Hva svarer jeg nå?», og ser tydelig at dette er viktig for Lars. Han forteller at han ikke får lov å ha et glass med snø på rommet sitt, og at personalet nekter ham å spise snø. «I går gikk vi en tur ut, jeg og kontakten. Det snødde. Jeg prøvde å fange snøfugg med tunga», forteller Lars. Jeg svarer: «Åh, det husker jeg at jeg også pleide å gjøre. Egentlig er det rart at jeg ikke gjør det lengre». Han sier: «Kontakten sa jeg måtte

slutte med det. Så jeg ba om et glass og tok litt snø i glasset, for å ta med meg inn. Den smeltet jo fort da, men det var snø i glasset som jeg ville ha her inne.» Jeg spør om det var for å drikke. «Ja, nei, det er jo vann i springen. Men nå hadde jeg fanget snøen i glasset. Det gir sånn frihetsfølelse å fange snøfnugg med tunga. Jeg ville ha snøen og friheten med meg inn hit», svarer han. (Weber 2018b)

3.2.8. En meta-refleksjon

Kan det åpne ved erfaring være en mulighet for å gjenoppta dialogen², der det dypest sett handler om menneskets eksistensielle grunnvilkår? I andreårs-essay var fortellingen med Lars med for å rotfeste min forskererfaring med praksis. Den bærer bud om det åpne ved erfaring (Bech-Karlsen 2003, s. 124). I fortellingen stiller jeg meg åpen for det som gir mening til glasset med snø. Den forståelsen kan jeg bare få grep om via Lars sin forståelse. Ved å forholde meg til «saken» Lars bringer frem får jeg mulighet til å forstå mer av hans erfaringsverden. Fortellingen gir meg anledning til en meta-refleksjon om feltarbeidet der jeg tar del i erfaringskonsulentenes kunnskap og praksis. Innsikten om å ta grep, der vi gjennom å oppleve erfaring får mulighet til å få grep om oss selv og den verden vi erfarer, finner jeg igjen i fortellingen med Lars.

Kan vi gjennom refleksjon la tanken få grep om seg selv? Når mitt andreårs-essay møter fortellingen med Lars på nytt, blir det tydeligere for meg at det handler om hva vi ser med. «Ordene er skapt av våre erfaringer, men i tillegg til å bære våre erfaringer gjør de erfaringene tilgjengelig for tanken» (ibid., s. 105). Lars gir meg anledning til å forstå snøen i glassets mening for ham, og det forteller meg noe vesentlig om Lars sin væren. «Å se» handler om å se aktørens tautologe verden (Meløe 1997, s. 142), å forstå noes mening er nettopp å forstå hva det kan brukes til og at dette vises når forståelsen kommer frem i anvendelsen. Ved å ta med seg et glass med snø viser Lars meg at han erfarer å være et ufritt menneske. For ham gestalter glasset med snø friheten.

3.2.9. Hvordan kan vi forstå vår kunnskap?

Vi har erfaring, det er utgangspunktet. Hva mer? I første og andre del av forståelsesprosessen

² I "Galskapens historie" skriver Foucault (2000):

«Da galskapen ved slutten av 1700-tallet ble konstituert som sinnssykdom, var dialogen brutt, separasjonen allerede utført».

eksplorerer jeg noe av det som er implisitt. Vårt kunnskapsgrunnlag er uartikulert. I sin natur er den umiddelbare opplevelsen som kan danne grunnlag for erfaring ureflektert. Prosessen fra erfaring til kompetanse er ikke umiddelbart tilgjengelig. Når jeg ved å utforske erfaring kommer til et punkt der noe av kunnskapen kan artikuleres ser jeg at noe kommer til uttrykk ved at vi er det, og noe kommer til uttrykk ved at vi tar det i bruk. Noe er erkjent. At det er implisitt viser til at kunnskapen er kroppsliggjort gjennom en kompleks prosess. Det jeg utforsker viser noe om dets uttrykk i virkeligheten.

En hermeneutisk tilnærming viser til levd erfaring der fenomenen viser seg. En slik tilnærming gjør det mulig å si noe om praksisens meningsbærende elementer ved å få frem hvordan mening fremtrer og måten mening fremtrer på, heller enn å si noe om erfaring. Isolert sett ville den tatt en annen form. Å bli opptatt av sammenhengene handler for meg om foredling av fenomenets indre betydning. Ingen deler utgjør sammenhengen alene, men sammenhengens indre betydning endres hvis én del endrer karakter. Tar vi sammenhengen ut av helheten vil ikke delene lengre utgjøre helheten som sammenhengen fremtrer i. Å se to sider ved innlevelsen, altså to subjekter med hver sine meningsbærende systemer, gir mening til noe utover innlevelsen – en bevisst integrasjon. Transcendensen fra «man» til «jeg» kan forløse et fastlåst uttrykk til et felles anliggende for dialog. En uttrykksmåte er å fortelle frem vår erfaring – en fortelling. Fenomenet viser seg, og forstås gjennom språket og uttrykksmåten som hører livsverden til. Den som forstår sine erfaringer med å være i verden gir rot til å feste forståelsen av fenomenet, slik det fremtrer for ham. Min erfaringsverden gjør meg nysgjerrig på å forstå mer av hva vår kunnskap egentlig er.

En av erfaringskonsulentene sa: «Hvis psykiatrien er læren om livets lidelse, eller sinnets og livets lidelse, så må det jo være helt essensielt å legge det opp mot livets erfaring». Jeg har tenkt *om* og *med* dette utsagnet. Da også *om* og *med* det dette utsagnet eksponerer. Vår kunnskap hører livet til. Ved å utforske vår praktiske kunnskap gjennom et førstepersonsperspektiv blir det tydeligere for meg at vi har noen erfaringer og noen dyptgående prosesser som ikke alle har. Jeg tar med meg at det å se mening ikke er en åpenbar selvfølgelighet (Bech-Karlsen 2003, s. 139). Ved å studere den konkrete erfaringen vil jeg forsøke å finne frem og artikulere denne kunnskapen.

4. Mastergrad

4.1. Å studere erfaring

Problemstillingen og foreløpige forskningsspørsmål har jeg allerede presentert innledningsvis. Jeg vil gjennomføre undersøkelsen ved å gå i dialog med erfaringskonsulentene «Kaja», «Anton» og «Eline» om praksis. De praksisene mine samtalepartnere har sitt virke i er ulike, men vi holder oss innenfor psykisk helsevern. Når jeg spør *hva, hvilken* og *hvordan* kunne jeg spurt direkte og fått det som er umiddelbart tilgjengelig i svarene. Med designet for denne studien har jeg derimot en ambisjon om å få frem fortellinger fra praksis og å tilrettelegge for samtale for å aktivere den erfaringsbaserte kunnskapen som ikke umiddelbart er tilgjengelig og som kan synes taus. Lar det seg gjøre å få frem kunnskapen og dens betydning for erfaringskonsulentenes praksis?

4.1.1. Forståelsesprosessens bevegelse og design

Masterprosjektet er en selvstendig undersøkelse, men henger sammen med det forgående undersøkelser nedfelt i første og andreårsessayene. Jeg vil bestrebe meg på å skrive frem prosessen metodisk så vel som innholdsmessig, men vil utdype noe allerede nå. Hermeneutikk kan forstås som læren om fortolkning. Forståelsens sirkel (Gadamer 2003), der den hermeneutiske regelen er å forstå helheten ut fra delene og delene ut fra helheten, danner en meningsenhet. Hvis meningen er å finne i sammenhengene kan ikke målet for undersøkelsen og utlegningen være reduksjon og forenkling (Zahavi 2003, s. 26). Gadamers hermeneutiske kunnskapsteori hviler på en fenomenologisk grunn (ibid., s. 23).

Fenomenologi interesser seg for å forstå sosiale fenomener ut fra informantenes egne perspektiv, og at den «virkelige» verden er den mennesker oppfatter (Kvale 2009). Et fenomen, det vil si «det som viser seg», viser seg alltid for noen, enten direkte eller indirekte. Dersom vi ønsker å forstå en gjenstands virkelige konstitusjon bør vi interessere oss for måten den manifesterer seg og fremtrer på (Zahavi 2003, s. 15). I og med at et fenomen «viser seg» for noen, må det være et subjekt «der» som forstår. Subjektets erfaring med fenomenet utgjør altså utgangspunktet (Bornemark og Svenaeus 2009, s. 23). Det er imidlertid en risiko for å redusere dette til noe subjektivt.

Gjennom essayet «Å se livsmotet i smerten» ble subjektene som saken fremtrer for synlige.

Den verden vi inngikk i fikk en manifestasjon gjennom subjektene forhold til denne verden, og der saken i seg selv kunne bli synlig gjennom relasjonen mellom subjektene og deres verden. Betydningen av førstepersonsperspektiv - intrasubjektiv og intersubjektiv, kan vise oss hvordan og hvorfor noe fremtrer som det gjør. Saken i seg selv kunne bli synlig gjennom interaksjonen mellom subjektene - det intersubjektive. I møte med Lisa gjenkjente jeg noe, og jeg responderte intuitivt. Hun kunne gjennom min respons se hvor jeg så fra, og min forståelsesprosess - der jeg kunne begynne å forstå noe av Lisas livsverden og dermed «saken» - startet da hun svarte: «Jeg mister meg selv, når smerten blir for stor. Jeg har noen ganger lurt på om jeg er død eller levende». Hvis vi tar lærdom av dette kan vi si at verden forstås gjennom subjektet, og subjektet forstår seg selv i relasjon til verden (Zahavi 2003, s. 15). For å knytte det tilbake til hermeneutikken kan vi ha med oss det Gadamer skriver om at all forståelse begynner med at noe taler til oss (2003, s. 43).

Erfaringen med å ha fortellinger fra egen praksis som empirisk materiale for vitenskapelig bearbeidelse kan være til hjelp for å se hva andres fortellinger handler om og kan bidra med. Tekstene kan bli det Barth (1991) kaller «en annen virkelighet» som kan gi tilgang til erfaringskonsulentenes praktiske kunnskap. Ved at vi forholder oss refleksivt - med en kritisk utprøvende metode, kan fortellingene være kilde til å forstå det som umiddelbart viser seg, det distale, og samtidig åpne for utforskning av hva som er involvert, det proksimale. Mitt syn på læring og kunnskap gjør at jeg erfarer det som nyttig å bruke disse begrepene som jeg er blitt kjent med gjennom Polanyis (2000) teori om erkjennelses- og kunnskapsprosesser. Dette vil jeg komme tilbake til underveis.

Undersøkelsen gjennomføres med et interaktivt design (Maxwell 2013) som gir meg anledning til å være åpen for uforutsette tema som dukker opp og til å justere metode og teori underveis. Selv om jeg tilstreber en åpen refleksiv forståelsesprosess stiller jeg spørsmål ved validiteten og vurderer ulike former for validitet. Gir dette gyldighet? Hvordan kan mine resultater og konklusjoner eventuelt være feil? Hvordan kan jeg stille meg åpen nok til at det jeg ser ikke bare blir selvbekreftende?

Det å underveis danne meg et inntrykk av materialet og forholde meg til det gjennom en pågående tankeprosess, som en foreløpig analyse, er en del av bevegelsen som leder studien i den retningen den tar. Jeg transkriberer samtaler fortløpende, leser relevant litteratur, samtaler med veileder, står i egen praksis og forsøker å gripe essensen i det foreløpige

materialet. Det som i metodelæren omtales som datainnsamling er her ikke avgrenset fra analysen. Bearbeidelsen er derfor en runddans (Wadel 2014). Dette gir meg mulighet til å bedre å kunne utforske og trenge igjennom det distale til det proksimale.

Undersøkelsen starter med en fokusgruppesamtale. Deretter skriver samtalepartnerne en fortelling fra praksis; de velger selv hvilke. Neste steg er enesamtaler. Jeg har en idé om at en samtale med én om gangen vil kunne supplere fokusgruppesamtalene ved at hver enkelt erfaringskonsulent får komme tydeligere frem. Jeg vil ha blikket på hva de forteller om veien frem til å bli og være erfaringskonsulent, og at vi utforsker fortellingen fra deres praksis. Siste steg er en ny fokusgruppesamtale der vi gjør en ytterligere felles utforskning av det vi alt delvis har samtalt om.

4.1.2. Etske avveininger

Samtalepartnerne mine tar godt imot invitasjonen om å delta. De får skriftlig informasjon om undersøkelsens hensikt og framgangsmåte, og signerer samtykkeerklæringen (vedlegg 1). Her foreligger navn og telefonnummer til meg og veileder samt informasjon om rettigheter knyttet til deltakelsen og det gitte samtykket. Undersøkelsen er godkjent av NSD (vedlegg 2). Det foreligger også godkjenning fra Personvernombud ved tjenestested. Av hensyn til krav til anonymisering legges det ikke ved her, men det kan fremlegges på forespørsel.

Vi tematiserer at vi må overholde taushetsplikten vi har i våre virker. Samtalepartnerne er kjent med risikoen for å bli gjenkjent, selv om materialet anonymiseres. Senere i undersøkelsen problematiseres det å anonymisert deltakerne når de i stor grad blir medforskere. Anonymisering medfører at de ikke blir verdsatt fullt ut som subjekter i rollen de har i denne sammenhengen. En avveining av ulike hensyn gjør at vi holder på anonymiseringen, men tenker at dette er et viktig forskningsetisk spørsmål av prinsipiell karakter, som ved anledning bør reises og drøftes.

4.2. Fra gulvet på en sengepost

Til en undervisning i en sengepost har jeg forberedt å si noe om temaet «å ha tro på seg selv». Det blir som oftest en dialog og de som vil være med kan ta opp det de er opptatt av, det er det som blir det viktige. Det varierer hvor mange som deltar. Denne gangen er det én kvinne. Hun lurte på hvem jeg er. Jeg presenterer meg, og foreslår at jeg kan si litt av det jeg hadde tenkt å si så kan hun se om det var noe hun ønsket å ta opp i den sammenhengen. Hun

har ganske mye på hjertet.

Ut i samtalen kommer det en mann og stiller seg ved siden av oss. Jeg vet ikke om han vil si at vi kjenner hverandre, men jeg kjenner til han. Jeg sier: «Hei», men får ingen respons. Jeg legger merke til at beina går urolig mens han står på samme sted. I forbifarten tenker jeg at det ser slitsomt ut, som om jeg på hans vegne kjenner uroen som gnager. Han står på én plass og trør. Samtidig tenker jeg at det er fint at han kan stå sånn med oss.

Kvinnen spør: «Kan du høre her? Jeg har en sang jeg hører på.» Jeg får høre, før hun spør: «Hører du det samme som meg?» Jeg sier at jeg hører «I believe I'm fine». Hun nikker og sier hun må spørre meg om en ting til: «Hører du det samme som meg i fra tv'en?» Jeg svarer: «Jeg hører ikke noe fra tv'en, hva hører du?» Hun forteller hva hun hører, før hun sier: «ja, for de mener at jeg kanskje på en måte er på vei inn i en psykose, men jeg klarer ikke skille på .., hva skal jeg tro på, hva skal jeg ikke tro på? For du hører det samme som meg på telefonen min, men ikke fra tv'en». Det blir en samtale omkring sanseinntrykk og usikkerheten det medfører når man blir usikker på alt. Etter hvert avrunder vi. Hun takker for at hun kunne spørre så direkte.

I mellomtiden har mannen lagt seg ut på gulvet. Jeg legger merke til at beina er litt roligere. Jeg tenker: «Så bra at han fant litt ro. Kanskje det er kaldt på gulvet, og det virker beroligende?» Så overhører jeg et personale, som strekker ut en hånd, si: «Kom, skal jeg hjelpe deg opp, vi ligger ikke på gulvet her». Mannen reagerer ikke. Når jeg går over gulvet syns jeg det blir rart å gå rett forbi. Jeg vet som sagt ikke om han syns vi kjenner hverandre, men jeg tenker det å bare gå rett forbi kan virke som at jeg bare overser han. Jeg velger å si ned langs veggen ved siden av. Jeg sitter vendt mot han og spør: «Er det ok at jeg setter meg her ved siden av deg?» Jeg får et nikk tilbake. Så blir det til at jeg også legger meg på gulvet. Jeg spør: «Syns du også gulvet er kaldt?» Jeg får et «ja» til svar. «Hjelper det på uroen?», spør jeg. Jeg får et nytt «ja» til svar. Jeg forteller at jeg selv har erfart at det kan hjelpe når uroen kommer. Vi blir liggende en stund, før han setter seg opp. Beina er roligere. Vi reiser oss sammen og veksler noen få ord, før han setter seg i sofaen med en kopp te.

4.2.1. Det er som det er

Samtalepartnerne mine er opptatt av at fortellingen viser noe om å tørre å møte situasjonen som den er. Å forholde seg til det som er, handler videre om at det er dette som skjer nå og

det har sine grunner. «Det som skjer har en betydning», sier en. Jeg kjenner noe igjen og kan gå inn i møtene med en kunnskap om hvordan det kan være når sansene ikke spiller helt på lag med deg, og at det å kjøle ned kan hjelpe på for å roe uroen. I samtalen kommer det flere fortellinger fra erfaringskonsulentenes praksis. I refleksjonene dras det veksler på fortellingene og deres tanker om deres praksis. Eline kommenterer at dette er kvinnens virkelighet der det er usikkert for henne hva som er hva. Det å bli møtt med aksept i denne usikkerheten muliggjør det å undersøke dette sammen. I samtalen gis det umiddelbart uttrykk for at det som driver oss i disse møtene, der vi tenker at vi må forholde oss til det som er, er nysgjerrighet.

4.2.2. Nysgjerrigheten driver

Anton setter noe fra sin hans praksis i sammenheng med det vi samtaler om. Han bringer inn hva erfaringskonsulentene har lært om seg selv: «Jeg tror jo mye av erfaringskompetansen går i at man har oppdaget, gjenoppdaget seg selv etter en sånn runde. Så vet man at siden man selv har et potensial som man har vekket til live igjen, så vet man at da bor det noe i andre mennesker også. Og da, i det kommer det en sånn veldig nysgjerrighet. Hva er det som er din lille åpning for sakte å kunne ta grep om livet igjen? Jeg tror det er det som gjør at vi kan være åpen på en annen måte». I samtalen utforskes dette nærmere: Handler det grunnleggende om å vise at du ønsker å være der sammen med det andre mennesket?

Erfaringskonsulentene tenker ikke om seg selv som så unike når det gjelder hva de har erfart om seg selv, og følger derfor den impulsen nysgjerrigheten gir. Kaja utdyper noe rundt dette når hun sier: «Hvis noen gjør noe, så er det jo som oftest motivert av et eller annet. Hvis jeg ikke forstår hvorfor noen gjør et eller annet så tenker jeg at det er ett eller annet jeg ikke forstår, men jeg kan jo ikke sette en dom på det uten å finne ut hva motivasjonen er».

Når jeg legger meg på gulvet sammen med mannen så bryter jeg et mønster for det som ikke fungerte: Å strekke ut en hånd og si at sånn gjør vi ikke her. Dette vi'et er ekskluderende, og et dekke for en irettesettelse. Det inkluderende vi'et har trange kår. Det er kanskje her fortellingene viser et mer systematisk brudd med det «vanlige», altså at erfaringskonsulentene gjennom sine erfaringer har utviklet en nysgjerrig holdning og derfor gjør noe som i praksis kan oppfattes som å gå ut av «boksen». En av erfaringskonsulentene sier at det er vanskelig å forklare forskjellen, men tror det er det å dreie perspektivet på hva som egentlig bor i

mennesker, og å åpne for den nysgjerrigheten vi naturlig har med oss i menneskemøter.

4.2.3. Eksponering av paradoks

Flere fortellinger fra erfaringskonsulentenes praksis fortelles frem i samtalen. Det dras veksler på tema som kommer frem i åpningsfortellingen, og i deres fortellinger og våre tanker om det som manifesterer seg i erfaringskonsulentenes praksis. Erfaringskonsulentenes erfaringer fra egen prosess, fra deres praksis, psykiatrifeltets forståelsesmodeller som sådan, samt psykiatrifagets makt gjennom sykdomsmodellen, er referanserammer for refleksjonene om hva disse fortellingene og refleksjonene uttrykker og eksponerer.

«Levd erfaring» er relevant for alle mennesker. De særskilte utkanterfaringene er det likevel ikke alle som kan innta med et med-erfart «jeg» og dermed åpne opp for et «vi» om. «Vi blir litt det vi blir møtt som», sier Eline, når hun i en refleksjon om betydningen av en måte å forholde seg på viser til noe hun selv har erfart. Når hun refererer til egenerfaring, identifiserer hun umiddelbart og uten å tenke nærmere over det sin egen identitet som erfaringskonsulent som et selvstendig og førstepersons uttrykk for den felles erfaringen erfaringskonsulentene står for og tar i bruk. Hun utvider videre dette umiddelbart til «vi», - som i «oss mennesker». Kaja legger til at vi lever med de sannhetene vi møtes med. Samtalepartnernes fortellinger, som vi kommer til å utforske nærmere i ene-intervjuene, viser hvordan de gjennom sin måte å forholde seg på, bringer inn en ny sannhet.

Erfaringskonsulentene er opptatt av å ikke la pasientene stå alene. De beskriver måter å bli møtt på som gjør at pasientene havner i en fastlåst posisjon. De viser blant annet til sine erfaringer fra praksis, der de ser at pasienter forventes å agere friskt, men blir behandlet som syke. Det som er, gis ikke gyldighet som en akseptert del av det å være et lidende menneske. Eline utdyper: «Hvis man muntlig eller gjennom holdning sier at sånn kan det ikke være, om det som ansees som sykt, så avviser man samtidig mennesket, og dermed det friske». «Ja, det er jo det jeg ofte opplever, at det er noen sånne selvmotsigelser som låser hele systemet, eller låser mennesker,» sier Anton. Jeg følger opp med å spørre: Hva muliggjør en slik respons? Svaret jeg får er: «Ingenting. Man blir stående i et vakuum. Det blir totalt kræsje. Både pasienter og systemer blir fastlåst i slike selvmotsigelser». Dette kan oversettes til at menneskets uttrykk settes i «freeze» ved at uttrykket oversees. Jeg erfarer at dette ofte forklares som en del av sykdommen. Sirkelargumentasjonen er dermed komplet. «Det er så

store paradoks, akkurat som en stor rosa elefant midt på som ingen snakker om,» sier Eline. Anton kommenterer: «Det er med på å opprettholde behovet for psykiatrien i sin logikk, i en forstand». Jeg undres i det følgende på om det er lett for et system som daglig avviser andre logikker som vrangforestillinger å bare fortsette i dagens spor. Hvilket anliggende har erfaringskonsulenter i dette? Kan det være her det er en særlig plass for erfaringskonsulenters plass i psykiatrien, - å se litt annerledes på det? Kanskje det doble blikket vi som er ansatt med erfaringsbasert kompetanse har fra et pasientperspektiv, gjør at vi ser paradoksene?

Fortellingen om møtet med Lisa viser den muligheten. Ved å se at hun fikk hjelp til å overleve som *pasient*, så jeg at hun ikke fikk hjelp til å komme i posisjon til *seg selv* og dermed ikke fikk hjelp til å åpne det jeg i førsteårs-essay har kalt «fremtidsrommet». Jeg kom også på sporet av at fortellingen viste et fjerde ledd i kommunikasjonen. Kaja uttrykker det slik: «Med å ta erfaringskonsulenter og brukervedvirkning inn, eksponeres de paradoksene». Erfaringskonsulentene bryter med rollemønsteret som helsepersonell og pasienter fastlåses i. Det er kanskje ikke så rart at konseptet erfaringskonsulent dermed kan skape en motreaksjon fra et system som er bygd opp rundt opprettholdelse av dette rollemønsteret og disse kategoriene?

4.2.4. Aksept før nysgjerrighet

Nysgjerrigheten syns å være en drivkraft. I samtalen kommer det frem at det må være noe før nysgjerrighet. Aksept. Dette viser igjen til det å møte det som det er. Eline sier: «Man må starte med ett skritt først. Sånn er det nå, det er det som er realiteten for pasienten nå. Og så bør nysgjerrigheten komme». Kaja legger til: «Først aksept, så nysgjerrighet». I samtalen settes dette i sammenheng med deres erfaringer fra pasientverdenen. Noen har erfaring med å bli møtt inkluderende, noen har erfaring med å bli møtt med fordømmelse og der i gjennom å bli tillagt skam. Gjennom begge disse veldig ulike typene av erfaringer har erfaringskonsulentene identifisert at det er viktig å bli møtt på en ikke-dømmende og inkluderende måte. Dette settes inn i sammenhenger som belyser at det handler om livet og et menneskes relasjon til seg selv og verden, og at det alltid er noe friskt i et menneske som lider. I samtalen vises det til hvordan respekt kan komme gjennom innlevelse, og viktigheten av å ha evnen til å være sensitiv, og at det for å kunne finne balanse må gis rom for både og.

Samtalen dreier seg rundt erfaringer. Det fortelles frem hvordan noe som skjer i praksis er noe erfaringskonsulentene kan forholde seg til ved å ha vært der før, og at du må bli modig for å stå

i det sammen med andre. Eline sier det slik: «Jeg tror at det å ha erfart det gjør at man blir modigere og alltid husker på menneskeverdet». Dette kommer etter at en annen av oss har fortalt frem hvordan det gjennom erfaringer blir naturlig å inkludere døden i den eksistensielle horisonten, og at det er naturlig å snakke om døden – ut fra erfaring. Aksepten muliggjør at man tør å gå inn på en slik måte at pasienten ikke blir etterlatt alene.

4.2.5. Møte det med en kunnskap

«Hvis man aldri har kjent det på kroppen, - og selv har stått i det rommet med sin egen smerte, tvil og sine tanker, hvordan i all verden skal man da klare å møte det her? Det blir fort en fremmedgjøring der man går rett på det man tror er en løsning uten å forholde seg til henne og det hun står i, istedenfor å stoppe opp og tåle å være her og nå», sier en erfaringskonsulent. Hvis man vet litt hvordan det er så kan man gå inn i en situasjon med aksept om at det er dette som skjer og at det ikke er feil. Det er noe grunnleggende i det at erfaringskonsulentene har kjent det på kroppen. Kroppen er vår forankring til verden. En erfaringskonsulent tilføyer: «Det kan være om det er akkurat likt eller ikke, så kan man klare å gjenkjenne noe av det. Da kan du gå inn og møte det med en kunnskap».

Erfaringskonsulentene vet at akkurat der og da trenger man at noen aksepterer det du tenker, føler og sier, og at det er i de ekte møtene at kontakten med et annet menneske kan oppstå. Hvordan kan jeg tenke at erfaringskonsulentene *vet*? La oss se dette i lys av et avsnitt fra førsteårs-essayet:

I boken «Kroppens fenomenologi» oppfordrer Merleau-Ponty (1994) oss til å erkjenne kroppens sanselige og sansbare liv. Han bringer dermed kroppens plass inn i vår opplevelse av og samspill med våre omgivelser. Ved å sanse blir jeg berørt, og det jeg kommuniserer gir gjenklang i Lisas livsverden, hun blir berørt. Det blir dermed en forbindelse mellom våre sansende kropper og det vi sanser. Gjennom vår persepsjon, som ifølge Merleau-Ponty fenomenologisk sett er deltakende, kan vi oppleve et aktivt samspill. Å se verden er dermed, slik jeg oppfatter det, samtidig å føle seg sett. Denne gjensidige sansningen formidler noe som ikke blir språksatt, men får betydning for vår kontakt og forståelse av hverandre. Jeg agerer spontant, og mine erfaringer som er nedtegnet i mine kroppslige erfaringer utgjør en grunnstruktur av kunnskap som kommer frem ved å være sanselig tilgjengelig i kommunikasjonen mellom Lisa og meg. Hun ser meg an, om jeg er troverdig,

om hun kan ta meg og seg selv på alvor. Vi ser og blir sett, vi blir berørt og berører - et møte i vår felles livsverden. (Weber 2018a , s. 21)

Når jeg setter erfaringskonsulentenes viten i sammenheng med kunnskap ervervet gjennom erfaring, kan vi se hvordan kunnskap om aksept og å oppnå kontakt er en kroppsliggjort kunnskap. Den involverer kroppen som erfaringsfelt. Som erfaringskonsulenter er vi ansatte i psykisk helsevern samtidig som vi er «beboere» av pasientverdenen. Et spørsmål stilt fra den posisjonen åpner opp for det mer allmenne: Vi kan vel alle, når vi ikke har det så bra, merke om den vi møter har et oppriktig ønske om å være sammen med oss, og om forståelsen åpner for en ekte likeverdig medfølelse? «Er dette noen som vil være sammen med meg der jeg er?»

4.3. «En annen virkelighet»

For å få en dypere forståelse trenger jeg flere blikk. I møte med det jeg ikke kjenner, blir jeg ikke bare konfrontert med en annen virkelighet, jeg kan også bli konfrontert med det jeg kjenner. Denne vekslingen mellom innsideblikk og utsideblikk, mellom inntrykk og uttrykk, er erfaringskompetansens lodd. Hvordan kan vi gjøre innsiden synlig for innsyn og utsyn?

4.3.1. Å bli erfaringskonsulent

Mine samtalepartnere har erfart livets vrangside. De har erfart lidelse, og på hver sin måte kommet seg gjennom den. På veien har de gjort ulike erfaringer. Noe forteller de i starten av samtalen når jeg nå har samtale med dem hver for seg, og noe kommer frem i refleksjonen rundt den fortellingen de har skrevet i forkant, og om deres praksis. Jeg tar ikke mål av meg til her å beskrive den første delen inngående. Den er med i det som kommer.

Å gjøre noe positivt med det som har vært belastende og gitt dyrekjøpte erfaringer ligger i bunn hos oss alle. Én har erfart å få hjelp som ikke hjalp. Etter å ha gitt det en sjanse i flere år kom tvilen som medførte et brudd med psykiatrien, for så å kunne ta fatt på sin egen vei til bedring. I etterkant kommer det spørsmål som allerede er med på å forme «erfaringskonsulenten»: Hvorfor kunne ikke psykiatrien hjelpe meg med dette? Én annen har erfart hvordan det er å ikke oppleve seg møtt, og har et ønske om å bidra til endringer slik at andre kan oppleve seg møtt. For de av oss som har noen gode erfaringer, synes det som disse er kommet etter flere år med mindre gode erfaringer. De gode erfaringene er også en kilde til læring. Allerede her er det en felles oppfatning: Systemet har noe vesentlig å lære, både om viktigheten av å bli møtt og om hva som kan være virksomt i bedringsprosesser.

Noe videreutvikles også hos den blivende erfaringskonsulenten: «Når jeg begynte som erfaringskonsulent måtte jeg sette mine erfaringer i en litt annen kontekst», sier en. Én annen sier: «Det er en prosess, å måtte reflektere over og ta opp erfaringer til prøving er en prosess som gjør sterkere. Det er krevende, og en nødvendig forutsetning for å kunne gjøre dette er at erfaringene fortsatt er tilgjengelige og sårbare». De trekker frem det å kjenne erfaringspråket. Verdien av å ha armslag til å bruke erfaringene likeså. Det siste viser til at det uten å ha klarlagt dette premisset kan oppstå en lojalitetskonflikt overfor indre verdier og med hensyn til pasientene. Er dette et begynnende uttrykk for konturen av erkjennelses- og kunnskapsprosessene og hva som konstituerer erfaringskonsulentene?

4.4. Med nærhet til erfaringene

4.4.1. Under kjøkkenvifta

To stoler står under kjøkkenvifta. Rita byr på kaffe. Jeg takker ja. Etter å ha presentert meg gir jeg en beskrivelse av hva det vil si å være erfaringskonsulent. Rita blir nysgjerrig på mine erfaringer, og jeg deler litt av min egen historie. Akkurat der, i dette møtet, opplevde jeg det som en inngangsport til samtalen. «Du har også vært pasient, men da skjønner du kanskje litt av hvordan det er», sier hun. Nå vet hun at jeg har vært pasient og at jeg vet hvordan den nye «sosiale-identiteten» kan farge tilværelsen. Tilliten kommer raskt. Hun forteller fritt om sine mange opplevelser. Jeg lytter. Min opplevelse er at hun opplever seg overkjørt av helsevesenet. Jeg tror dette første møtet er inngangsporten til en langvarig kontakt. Hadde jeg ikke hatt med meg de erfaringene jeg har, så hadde ikke den relasjonen blitt til. Og det handler, tror jeg, om at Rita har mange negative erfaringer fra møte med helsetjenesten. Jeg kommer inn med noen erfaringer jeg kan relatere det til, - å ha kjent på det å få en merkelapp og at andre bestemmer over hodet på deg. Jeg kommer uten at jeg skal vurdere diagnose. Det blir en mulighet for henne å bli møtt, ved å møtes via erfaringene blir det mer likeverdig.

Vi holder kontakten. På et tidspunkt er det konflikt rundt et behandlingstiltak, all mulighet for dialog har brutt sammen. Samtidig prøver personalet å nærme seg henne for å få stelt et sår. I forsøket blir hun avvist med at det blir tolket som at hun har noen forestillinger knyttet til det såret. Hun sier selv at hun trenger en ventil. Å få stelle det såret er avhengig av mer enn å vite hvordan man steller et sår. Jeg har tillit til at folk vet hva de opplever og eier sine erfaringer.

Jeg lar henne ha den ventilen og får etter hvert lov å stelle såret. Jeg sier aldri noe om noen forestilling, det har ikke noen hensikt, for hun opplever det hun opplever. Det er mye sårbarhet som jeg må være varsom for. Kanskje det å romme henne; først og fremst hennes sårbarhet og behov for å ha denne ventilen, som gir inngang til å få lov å stelle såret? Jeg stiller det uten å bekrefte noe annet enn at hun får ha det hun trenger med tanke på ideen om dens funksjon. Jeg må forsikre om at bandasjen ikke tetter til men beskytter. Det er litt sånn som jeg selv har erfart, at det ikke er trygt å slippe noen til hvis det du har å hjelpe deg selv med, ulike mestringsstrategier, avvises. Da blir du i verste fall avvist som person, som en person med de opplevelsene og erfaringene du har.

«Jeg opplevde mest å miste med seg selv i det, ved å adoptere sykehusspråket, fordi det ikke er plass til ens eget språk», forteller min samtalepartner tidlig i samtalen. Vi samtaler om hennes egne erfaringer og om hva fortellingen over viser. Hun forteller hvordan det for henne selv ble mulig å prøve noe nytt når hun ble møtt på en måte som ikke tok fra henne de mestringsstrategiene hun hadde. Med trygghet i å ikke bli fratatt det hun hadde ble det mulig å gi det nye en sjanse. Å gi det nye en sjanse krever mot.

Hun kjenner både fag- og erfaringspråket. Fagspråket har hun måttet lære seg for å gjøre seg selv forstått da hun selv gikk i behandling. Erfaringspråket gjør det mulig å lytte til den hun møter. Hun lytter, - lar det oppstå et møte gjennom å møtes via erfaringer. Med en holdning om at man selv eier sine erfaringer, og at det å ikke bli møtt på disse er synonymt med å ikke bli møtt som menneske, vises et etisk og praktisk imperativ. Er dette noe som oppdages ved å ha vært der selv? Jeg ønsker å si at det hører allmennheten til. Men er det kanskje i all sin selvfølgelighet avglemt? Erfaringen av å ikke bli møtt gjør at erfaringskonsulenten ser at nettopp dette er en aktuell problemstilling når hun møter Rita. Når erfaringskonsulenten spør som hun gjør, tilkjenner hun sin holdning, og erkjennelse av å se at nettopp her i dette møtet er dette en aktuell problemstilling. Hennes handling står i forhold til den innsikten hun har. «Hvis ingen lytter er det jo bare en opplevelselsløs pasient igjen», sier hun.

Gjennom egne og andres erfaringer dannes grunnlaget for forståelsen. Det er avgjørende at erfaringskonsulenten er der med seg selv og sine erfaringer. Felles erfaringer åpner opp for det som oppstår. Når fortellinger berører noe vi selv har erfart berører de sterkere og kan gi inngang til *et kontaktpunkt*. «I fortellingene er det noe menneskelig som bli tydelig for oss. Vi blir bærere av andres erfaringer», utdyper erfaringskonsulenten. I samtalen fremkommer

behovet for å kunne bevare autentisiteten, være tilgjengelig og ha tilgjengelighet til erfaringene, både egne og andres. Hva ligger i dette? Erfaringskonsulenten bruker begrepet gjensidig tillit.

Når hun er åpen om noen av sine erfaringer viser hun en tillit og gir Rita en mulighet til å oppdage hvor erfaringskonsulenten ser fra – hennes ståsted. Dette kan åpne for en tillit, men hva kommer først? «Det handler om *trygghet - før tillit*», sier erfaringskonsulenten. Hun tilføyer: «Jeg prøver å møte henne i det såreste så hun ikke skulle forbli alene med det». Det er ikke bare å ta imot. «Det krever en hel del av oss å bare lytte», utdyper hun. Å møte og å ikke etterlate noen alene, er å ta ansvar for å ivareta den andre når hun åpner opp for å fortelle.

Når jeg leser transkripsjonen slår det meg hvordan erfaringskonsulenten, når hun forteller fra samtalen med Rita, stadig gjør skifte fra tredjeperson til andreperson. Det som sies forstås som førsteperson flertall. Altså i en samtale mellom et tydelig: du og jeg.

4.4.2. Aksept i dypeste mørket

Jeg nærmer meg med interesse for å kunne bli kjent med Nils. Etterhvert setter han noen ord på sin redsel. Så mange ganger tidligere har vanskelige situasjoner endt med tvang. Jeg kjenner igjen redselen. Den redselen som en gang var så sterk at jeg i frykt for å bli dømt skjulte meg fra verden. Jeg forsikrer han om at jeg ikke vil dømme han, at jeg ikke blir sint på han. I omsorgens fangenskap har Nils blitt liten. Selv om han nå er fri, forfølger tvangens skygger han bokstavelig talt.

Det er nesten helt mørkt i rommet. Nils ligger med dyna over seg. Jeg begynner forsiktig å snakke med han. Ansiktet kommer litt mer frem. Etter hvert sier Nils at jeg ikke må bli sint på han, og at han er redd det som alltid skjer vil skje igjen. Vi prater litt mer om at jeg ikke kommer til å bli sint og at jeg er her for å hjelpe. Nils forteller at han venter på døden. Det han så videre forteller gjør at jeg må gjøre noe, og jeg har ikke god tid. Jeg gir han en klem, og sier at det er bra at han forteller dette. Med å fortelle hva jeg må gjøre og at jeg ikke er sint får han trygghet til å ta imot hjelp.

Jeg har fått møte Nils i det dypeste mørket. Aksepten bar oss. Jeg vet jo hvordan det er å være der han er nå, eller ikke akkurat hvordan det er for han, men jeg har vært der selv. Kanskje kan denne nye erfaringen være en del av det som skal til for at Nils kan få komme frem uten

redsel for å bli dømt og til å bli fri?

Fortellingen er fra erfaringskonsulentens praksis. Vi begynner samtalen med tema om veien til å bli erfaringskonsulent. Hun forteller om en vurdering hun gjorde i forkant og om sine tanker rundt det. Det var spennende å søke på en jobb der egne erfaringer og erfaringskompetanse er kvalifikasjon. En nysgjerrig holdning til livet bidro til å ville finne ut, utforske, hva erfaringskompetansen kan brukes til og hvordan den kan bidra til å støtte folk i sine liv. «Jeg finner en type motivasjon i det å undre meg», sier hun før hun kommer inn på at hun måtte gå noen runder med seg selv om det å bli synlig med sine erfaringer. Hun utdyper: «Det blir en type offentlighet rundt ens erfaringer. Det blir synlig at en har en egenerfaring, at man da har vært plaget. Så det måtte jeg vurdere, om jeg hadde lyst å gå inn i den påkjenningen det kunne bli å stille seg litt sånn naken ved å være åpen». I forlengelsen sier hun: «Vi må bare erkjenne at det er uvant. Det blir jo helst spørsmål om ens sykdomshistorie før det etter hvert oppdages at dette ikke handler om meg, men om det vi jobber med og for. Åpenhet er bra, men så blir man litt lei av disse stadige spørsmålene som på en måte plasserer en i en kategori verden er vant til å ha oss i».

Jeg kjenner igjen det kategori-behovet fra da jeg begynte som erfaringskonsulent. Da funksjonen var helt ny kalte noen av mine kollegaer meg for: «pasienten med nøklene». Slik jeg ser det er det å etablere erfaringskonsulentrollen med på å bryte med den formen for kategorier som er en samfunnsskapt del av dikotomien syk-frisk. Sånn sett er det naturlig at kategoristrukturene slår tilbake mot selve fenomenet erfaringskonsulent, eller støter an på en slik måte at mellomposisjonen som gjør det mulig å åpne dette «mellomrommet» blir en krevende øvelse.

Når vi utforsker fortellingen forsøker jeg å legge merke til noen berøringspunkter mellom erfaringskonsulentens egne erfaringer og det hun ser i fortellingen. Jeg trenger ikke se lenge. Hun er opptatt av å prøve å styrke folk i sine liv, og at det å møte det som er, er nøkkelen til gode menneskemøter. Ved å vise aksepten for det som er, åpner hun opp for å møte den andre der den andre er, og hun har vært der selv. Det er kjent landskap, hun tør derfor å være i smerten sammen med det mennesket som prøver å skjule seg. Noen kan bli synlig når de ikke dømmes. Å bli synlig er å være et synlig jeg, noe som muliggjør et møte mellom jeg og du, der forståelse kan oppnås.

«Jeg tenker det sier noe om viktigheten av å ha erfaringskonsulenter, som har vært i det rommet før, og som tør å være i smerten. Som tør å være i det som er, og ikke late som det ikke er der, for det er jo det som er. Det er det psykiatrien må være, i kontakt med livets og sinnets lidelse. Det er jo det vi skal prøve å løse, da kan vi ikke si at det ikke skal være der», sier erfaringskonsulenten. Hun reflekterer over det å være en som *går med*, men samtidig å være bevisst på asymmetrien som ligger implisitt i forholdet pasient - hjelper. Hun er opptatt av å skape et likeverd i relasjonen, der det er mulig å uttrykke seg og dermed få et forhold til seg selv.

Jeg undrer meg med, og prøver ut en tanke om fortellingen der Nils ifølge min samtalepartner etter hvert tar små men for ham selv store steg i å uttrykke seg til flere.

Jeg: Har du kanskje vært en døråpner for den muligheten til å uttrykke seg og å høre seg selv? Jeg spør fordi det er noe av det jeg hører når du forteller. Også har jeg selv en erfaring i en egenopplevd grensepsykose der en tanke, eller var det en stemme, gjentok: «Ikke si det til noen, ikke si det til noen». Da jeg turte å fortelle det til noen som møtte det uten å dømme så lærte jeg etter hvert å ikke dømme meg selv. Først etter det begynte jeg å kunne få tak på hva det var som lå skjult bak «ikke si det til noen». Jeg skjønnte jo at det var noe som ikke tålte dagens lys, men når jeg kom i kontakt med det og kunne plassere det der det hørte hjemme så kunne jeg tåle det, og akseptere meg selv og min egen måte å forholde meg til det på. Å holde noe skjult som kanskje ikke er tilgjengelig i bevisstheten ens engang, kan henge sammen med skam, og da også at man krymper seg, gjør seg usynlig og ikke tør å ta plass?

Samtalepartner: Du kjenner jo igjen noe, akkurat som jeg gjorde ut fra den referanserammen jeg har. Det er interessant at vi begge kjenner igjen noe som handler om at noe kan bli synlig når det ikke dømmes.

Jeg: Og jeg tenker det reflekteres i det møtet, der du klarer å få kontakt med han i det mørket han er i og som du tidligere har vært i selv.

Samtalepartner: Det er jo veldig naturlig i det meningsfulle, og likevel unikt i dette møtet. Og når man da får noen erfaringer, slik som her, at det gjør en forskjell i måten å møte et menneske på, ja det er jo mye følelser i det da, man blir jo både rørt og berørt og ydmyk. Og ser viktigheten av at der er medarbeidere som kan bruke sine erfaringer for å få dette til. At det har en stor verdi, som du sier, som en døråpner, både åpner opp til menneskene og til plagene. Og hvorfor snakker man? Det er jo ikke for at jeg selv skal overbevise deg, men for at man selv skal få lov å høre hvordan man selv har det eller uttrykker seg. Det handler i

første omgang om å få sagt det, og så må man møte det slik at det blir noe å forstå noe mer ut fra. Det er det der med å prøve ordene, å høre seg selv. Jeg tror jo ofte, i hvert fall er det min erfaring, at når man skal jobbe for å få det bedre så handler det om å få den relasjonen til seg selv. At relasjonen til min egen stemme, min egen forståelse og vilje handler om å være seg selv og få en god relasjon til seg selv og sitt. Forstå hvem man er, ønsker å være og bli. Først da kan man bli noe sammen med de andre og få til den der toveis dialogen.

Via skam og redsel for fordømmelse, der selvmordet kan være selvutslettelsen og å bli møtt slik at man kan få uttrykke seg og få en relasjon til seg selv, kommer vi igjen til at nøkkelen til et godt møte er å møte det som er. Min samtalepartner viser til sin nysgjerrige holdning som en måte å nærme seg det andre mennesket. Hun kommer med to dimensjoner til: Å ikke kreve at du skal være noe annet og å være åpen for å se an responsen, det som faktisk skjer. Først da kan man se om noe virker, og om det blir en kontakt. Etter denne samtalen mellom oss og disse momentene, kommer erfaringskonsulenten frem til at det å støtte noen i sitt liv handler om at det gis tid og rom til å etablere en god kontakt med seg selv. Ifølge min samtalepartner er det her erfaringskonsulentens faglighet ligger. Hun har erfart at det å gå inn i disse «rommene» sammen med den andre er så annerledes at «systemet» gnisser tilbake. For å kunne tre inn i dette rommet må hun med andre ord tørre å være synlig ikke bare for pasienten, men også for «systemet».

Samtalen forløser kunnskap. Med denne nye bevisstheten ser vi også at møtene med mennesker og deres liv og lidelse er avhengig av det spontane i situasjonen. Når jeg i etterkant har latt denne samtalen virke videre i meg og i samtale med veileder, tenker jeg tilbake på mange samtaler jeg har hatt opp gjennom årene. Jeg overdriver ikke når jeg sier at omtrent halvparten av samtalene jeg har med pasienter i en eller annen form kommer inn på livets forutsetninger og der-i-gjennom også tanker om døden. Denne samtalen med erfaringskonsulenten har frembrakt noen tanker jeg tidligere ikke har satt ord på. Når veileder leser transkripsjonen får jeg med to spørsmål jeg ikke selv har klart å formulere med slik klarhet: Kan selvmordstanken ha utgangspunkt i angsten for fordømmelse? Er selvmordet kanskje den ultimate måten å skjule seg for andre og for seg selv? Det kan sikkert være flere grunner. Kanskje er selvmordet den mest autonome handlingen et menneske kan gjøre? Ved at det er vanlig å omtale det som et «valg», synes dette som en allmenn oppfattelse. Jeg vil si at det kan være den mest ensomme og minst autonome, der det for den som påfører seg sin egen død synes som om det ikke finnes noe annet alternativ enn å utslette seg selv.

Spørsmålene viser til et svar jeg finner i kunnskap fra erfaringsverden og de gir en kraftig resonans i mine erfaringer.

4.4.4. Hva er dette, når noe gjenkjennes?

I samtalen med den tredje erfaringskonsulenten tar vi for oss en fortelling om et møte der kommunikasjonen skjer på flere nivåer. Fortellingen belyser et spørsmål som henger igjen hos meg når jeg har sett enesamtalene i sammenheng. Hva er dette, når noe gjenkjennes? Den siste samtalen gir noen ledetråder å forstå dette med. I fortellingen «lytter» erfaringskonsulenten med alle sansene og stiller spørsmål til felles undring. Han kjenner igjen skammen. Den uttales ikke verbalt, men ved å vise aksept lar pasienten den komme til uttrykk. Det er ikke bare skammen som da gis plass. Både «saken» og pasienten kommer bedre til syne. Ved at erfaringskonsulenten forholder seg til det som er, får pasienten mulighet til selv å finne svaret.

Det erfaringskonsulenten gjør står i forhold til noe han selv har erfart. Ved å gå dette etter i sømmene uttrykker han: «Den opplevelsen, eller forestillingen, er jo ikke vrang for den som har den. Det er der jeg savner en nysgjerrighet etter hva det er den andre opplever, som sin forestilling. For det oppleves som en avvisning når den kalles vrang, for det er jo det man opplever. Man kan ikke begynne å diskutere det eller bare avføye det uten at man da samtidig avviser opplevelsen dette menneske har. Å kalle det vrang er likelydende som å si «Neida, det er ikke det du opplever» eller «Jeg er ikke interessert i deg», for å sette det på spissen. Dette har jeg jo selv erfart når mine opplevelser ble møtt slik».

Jeg spør hva han erfarte. «Det hadde et budskap det jeg opplevde. Det jeg har sett eller opplevd i mine psykoser har hatt en mening, som jeg etter hvert fant ut at hadde en slik kraft at det hjalp meg å finne styrken til å bli frisk. Men det var ingen som var nysgjerrig på hva de var, på mening eller hvilke eksistensielle behov de tydeliggjorde. Det synes jeg er veldig spesielt, at ingen bryr seg om å være nysgjerrig på», forteller erfaringskonsulenten.

«Hva handler det om?», spør jeg. Han svarer: «Når man blir syk så tror jeg det er fordi man er på avveie, altså at ens indre del av seg selv rokkes ut av balanse og du kommer på avveie. Jeg tror i hvert fall det er en del av bildet. Så man trenger hjelp til å finne fotfestet i seg selv igjen. Vi trenger å løfte frem det med mening og eksistensielle behov. Man bør få støtte til å bruke det som gir den enkelte mening når det røyner på». I utforskningen finner vi paralleller

mellom å bli synlig ved å bli sett, og at det både gjelder mennesker og kunnskap.

Refleksjonene leder oss til at det å skape handlingsrom for erfaringskompetansen er et større prosjekt. Det leder oss ikke bare «til den andre», men også til oss selv. «Når vi oppdager noe felles så trigger det mer medmenneskelighet. Vi må ivareta den sårbarheten vi har i oss som vi trenger for å se folk», sier erfaringskonsulentene.

4.4.5. En foreløpig ettertanke

Det er påfallende mye tematisk som går igjen i eneintervjuene. Hadde jeg forventet det? Historiene til erfaringskonsulentene er så forskjellige, fortellingene likeså. Jeg blir overrasket. Kanskje er det selvfølgelig, men ikke noe vi har samtalt om før? Det hefter noe vesentlig ved det som begynner å komme til syne. Det erfaringskonsulentene gjør viser tilbake til deres erfaring. De har gjennomgått dyptgående personlige prosesser som konstituerer dem som de menneskene de er. I deres praksis er de opptatt av å se den andre, lytte og være tilstede. Å være tilstede med seg selv og sine erfaringer gjør det mulig å være synlig som person, noe som igjen gir muligheter for den andre å bli synlig. De viser en uredhet for det som er, og at det er mulig å møte det med aksept om at det som er, det er. Dernest handler det om å ikke avvise den andres virkelighet. Ved å romme denne virkeligheten kan erfaringskonsulentene møte den andre slik at den andre ikke etterlates alene. Til syvende og sist, eller som en sier det, først og fremst, handler det om å møte den andre. Nysgjerrigheten de selv har hatt behov for i sine egne prosesser, er en drivkraft, der det å møte noen via erfaringer kan åpne opp for en trygghet som kan inngi tillit.

Det er mye jeg lar dvele videre og jeg tar tiden til hjelp når jeg forsøker å begripe det jeg har til nå. Med dybdykk i enkeltemner og i sammenhengene, og ved å løfte blikket gjennom å samtale med andre, få impulser fra forelesninger på studiet, fra litteraturen og fra egen praksis, kommer jeg dit at jeg kan starte neste samtale med å gi samtalepartnerne et innblikk i det jeg har sett til nå. Slik kan vi sammen utforske det videre. Det er noe ved det en av erfaringskonsulentene sa om at psykiatrien må være i kontrakt med livets og sinnets lidelse. Vi står i våre liv. Det er der mennesket befinner seg i og med sin lidelse.

4.5. Diskusjon om subjekt-objekt

Det er en risiko for å redusere dette til noe subjektivt, skriver jeg innledningsvis. Nå vil jeg utfordre min egen begrepsbruk. Er noe subjektivt reduserbart? For å ta fatt på dette vil jeg se

nærmere på forholdet subjekt-objekt. Vanligvis ansees objektiv kunnskap som bra, mens subjektiv kunnskap problematiseres. De blir satt opp i et dikotomisk «forhold», - hvis det ikke er det ene så er det det andre. Vitenskapsteorien har gitt meg tilgang til flere begreper for viten: erkjennelse, innsikt, kunnskap, validitet, gyldighet og sannhet. Allerede i fortellingen med Thor får jeg tanker om hva de to parallelle fortellingene bygger på. Men jeg blir mest berørt av det som eksponeres idet han stiller spørsmålet: «For hvem blir jeg da?» Dette tar meg inn i en verden av forståelsesrammer og de betingelsene som finnes der. Fortellingene konstituerer en sammenheng. I den ene er det plass til Thor og det han søker, i den andre er han gjort om til saken, altså et objekt. Jeg blir glad når jeg hører at Thor ser de to parallelle fortellingene og at han da kan gjøre et valg. Hva kan dette lede oss til? I en forelesning (15. oktober 2019) ga Myrstad et tredje alternativ. Fremfor å behandle subjekt-objekt som kontradiktorisk kan det være et tredje: komplementært. Forholdet mellom subjekt-objekt er da integrert, fordi helheten er mere enn delene. Det tredje alternativet har et organisk preg, der de kan eksistere samtidig.

Det vanligste ontologisk sett er å tenke at det er et subjekt og at noe er objektivt. Husker vi da på at vi er et subjekt som også er et objekt? Straks noe står i relasjon til subjekt står det i forholdet til distinksjonen subjekt-objekt. Det finnes ikke noe subjekt uten objekt, og vice versa. De eksisterer i relasjon til hverandre. Jeg må for eksempel vite hvor jeg er for å kunne være et subjekt for andre. Er jeg i 1. person eller 2. person? Er jeg i 1. person entall eller flertall? Er jeg i 2. person står jeg i relasjon til 1. person. Forholder vi oss til et jeg-du eller til et man - som om det objektivt er noe allmenngyldig? Myrstad stiller et spørsmål som gir meg en retning: Når har vi noe objektivt når det står i relasjon til subjekt? Det objektive må legitimeres av subjektet. Det kan ikke oppstå noen kontakt med et objekt. Kontakten som oppstår i fortellingene til erfaringskonsulentene kan oppstå ved at de forholder seg til den andre som et subjekt, og dermed selv inntar et førstepersons-perspektiv der de kan inngå i en relasjon jeg-du.

Fenomenet trer frem for subjektet. Objektet trer frem for subjektet gjennom hvor subjektet befinner seg som subjekt. Alle erfaringer er primært bestemt av rom og tid. Vi blir sett og er seende i rom og tid, det er også der jeg identifiserer meg selv som subjekt. For at vi skal kunne oppdage det objektive forutsettes en utvikling i det subjektive. I utforskning av den distinksjonen støter vi på en ny dikotomi: Nærhet og distanse. Vanligvis ansees det subjektive som nærhet og det objektive som distanse.

Hva er den optimale avstanden? I essayet «Å se livsmotet i smerten» utforsker jeg hva som er nært nok i møte med Lisa. Jeg måtte være sensitiv for hennes bevegelse i forhold til meg, ikke invadere henne eller miste henne av synet. «Nært nok» var der hun kunne få et innblikk i mitt ståsted, gjenkjenne noe av seg selv i meg for der-i-gjennom å se om jeg var troverdig slik at vi kunne utgjøre noe for hverandre. Hva som er rett avstand kan avgjøres i erfaringen. Nå stiller jeg spørsmålet annerledes. Det jeg har i denne studien er ikke tilgjengelig uten å ha erfart det. Jeg, vi, må stå nært nok. Det vi utforsker kan være objektiv kunnskap, noe allment universelt, som det ikke finnes et adekvat tredjepersonsperspektiv på. Det er ikke mulig å komme objektivt nært nok førsteperson.

Mine samtalepartnere relaterer dette direkte til deres praksis. De beskriver det dog gjennom å beskrive erfaring. Erfaringskonsulentene står i praksisfeltet. Hva er den subjektive erfaringens plass i kunnskapsutviklingen på psykisk helsefeltet? «Både medisinen generelt, og psykiatrien spesielt, hevdes å ha identifisert seg med en objektontologisk modell» (Ekeland 2013, s. 18). Et analytisk skille, i læren om hvordan virkeligheten er, vil være forholdet mellom objektontologi og subjektontologi. Med objektontologi menes «en virkelighet» som antas å eksistere uavhengig av oss. Dette har store implikasjoner for ovenstående spørsmål. Tar vi et steg ut i psykiatrien som vitenskaps- og praksisfelt, møter vi utfordringen der den griper inn i forståelsen av mennesket. I en subjektontologi kan førstepersonsperspektivet gis gyldighet. Det som er det er, sier erfaringskonsulentene. Å nekte det som er å være, er å avvise mennesket, hevder de.

Når psykiatriens objektontologiske forståelsesmodeller trer inn i mellomrommet der det kunne vært åpent for en jeg-du relasjon er pasienten gjort om til «saken». Hva mener jeg med det? Uttrykk for lidelse ansees som symptom. Nysgjerrigheten for dens mening får dårlige vilkår. Dette på tross av at mening kan handle om de grunnleggende livsvilkår. «Problemet, kunnskapsteoretisk sett, er at det psykiatrien studerer er følelser, tanker og atferd – og dette er fenomener som bare er meningsfulle innen det vi her har kalt subjektontologi» (ibid.). Gjennom å velge objektontologi som førsteperspektiv står mennesket og kunnskapsfeltet i fare for å miste muligheten til det primære, å forstå. Lidelse skilles fra subjektets væren-i-verden. Ifølge Ekeland (ibid., s. 14) har det enda en dimensjon:

Å gis posisjon som subjekt innebærer i prinsippet å bli tilkjent kompetanse og forutsetninger for å kunne gjøre egne valg, ta ansvar, ha ønsker og intensjoner, og dømmekraft i forhold til egne handlinger; med andre ord kapasiteter som er konstituerende for det å være menneske. At disse kapasitetene fratras en eller blir mistrodd må med nødvendighet oppleves som et angrep på ens verdighet som menneske.

Det er dermed ikke bare erfaringskonsulentene som ser hva som står på spill. Når vi i studien utforsker hva slags type kunnskap erfaringskonsulenter kan bidra med innen psykisk helsevern har vi tatt utgangspunkt i våre subjektive erfaringer, som vi som subjekter så reflekterer over og utforsker. Det intrasubjektive er en forutsetning for denne utforskningen to og to, som igjen er en forutsetning for en intersubjektiv dialog der vi i fellesskap kan utforske det vi har erfart i førsteperson flertall. I samtalene én og én går samtalepartnerne allerede fra 1.person og 2. person entall til 1. og 2. person flertall, og denne bevegelsen gjentar seg.

I tillegg har jeg tilgang til empirien – transkripsjonene, som gjør at jeg kan innta et 3.personsperspektiv, dvs. et førstepersonsperspektiv som alle perspektiver nødvendigvis er, på meg selv og den jeg snakker med som 3. personer. Samtidig er jeg altså vel vitende om at erkjennelse forutsetter 1. person. Jeg deltar f.eks. idet jeg iakttar, og jeg deltar i fortolkningen av det jeg har iaktatt. I vekslingen mellom 1. persons entall (intra-)subjekt(iv), 1. person flertall intersubjektiv og utforskningen av oss selv som 3. person entall og flertall, kan jeg innta ulike ståsted for å få ledetråder til å se. Distansen min er det teoretiske. Ved å ha nærhet til erfaringene bestreber jeg meg på å anvende det teoretiske i kontakt med erfaringsverden. Det er i denne verden det relasjonelle kan finne sted. Der håpet, mening og forståelse kan oppstå. Der du og jeg kan være i et komplementært forhold mellom subjekt og objekt.

Det finnes ingen herreløse erfaringer. Erfaringer og fortellinger er grunnleggende i all erkjennelse. Kroppen er et erfaringsfelt, og våre erfaringer som er nedtegnet i våre kroppslige erfaringer utgjør en grunnstruktur av kunnskap. Sansning er vår primære kontakt med det værende, og det er dermed selve fundamentet i det intersubjektive. Hvis ingen lytter, er det ikke noen «sak» å dele.

Om vi hører og hva vi hører er avhengig av hva vi lytter med. Da mener jeg ikke ørene, men hva vi relaterer det vi hører til. Jeg har noen kilder å relatere det Lisa forteller til, som

ikke så lett lar seg anerkjenne eller beskrive. Når man lar seg berøre, emosjonelt og intellektuelt (her mener jeg den emosjonelle sensitiviteten som er en viktig del av intellektet) bruker vi sansene våre. (Weber 2018a, s. 15)

Forholdet mellom sansning og begripelse er også forholdet mellom erfaring og forståelse (Østerberg 1972, s. 63), altså noe som er latent tilgjengelig for kunnskap.

I materialet i denne studien kommer det frem at erfaringskonsulentene gjennomgående søker å forstå uttrykkets mening fremfor å se det som symptomer. Når noe årsaksforklares som en «defekt» ved individet gjøres mennesket til saken/objektet. Thor gjør et valg som gir han eierskap til sin egen fortelling. I en større sammenheng bør vi stille oss spørsmål som: Hvordan skal objektiv kunnskap være relevant for subjektet og hvilken validitet har slik kunnskap? I en studie fant Borg et al. (2017, s. 40-41) at livserfaringer ga en spesiell troverdighet i helsereelasjonen. Dette kunne handle om å bli sett og forstått. Kanskje handler det om en forventning om at det her er noen som har en forutsetning for å forstå? Subjektivitet står i et organisk forhold til det objektive. Det handler ikke bare om å forstå den andre, men om å forstå «saken», som kan bli et felles anliggende. Erfaring er å oppdage, erfaring blir til når man blir bevisst på at det er noe man har opplevd. Det er i relasjonen jeg-du at forståelse kan finne sted. Et svar på mitt eget spørsmål er nå: Subjektet er en forutsetning for kunnskap. En forutsetning for denne studien er at vi står nært nok subjektet.

4.6. Nysgjerrighet møter teori

Hvorfor kan ikke tanken bare få grep om seg selv? I tenkningens struktur kommer bilder og koblinger som ikke går i rett linje. Tankene går i alle retninger mellom enkeltelelementer og det større bildet som er utgangspunktet for min studie. Hva er u håndgripelige enkeltelelementer som jeg kanskje ikke skal sette i forgrunnen og hva er det som blir synlig og håndgripelig, men egentlig viser tilbake til noe vesentlig - underliggende? Erkjennelse gjennom erfaring og troen på en teori har ulikt grunnlag, men som utgangspunkt for å anta noe tjener den kanskje samme sak – å være et utgangspunkt til å se noe mer, som dermed også skygger for noe annet. Endrer du ståsted så ser du sannsynligvis noe annet. Det vi har å relatere det vi ser til, gir oss ledetråder til å se det vi ser. Men det er ikke dette utgangspunktet vi blir oppmerksom på når vi ser noe. Det er underforstått og ikke i fokus. Polanyi (2000, s. 21) hjelper meg på vei:

Når vi bruker taus kunnskap³, så retter vi oppmerksomheten fra noe for å rette den mot noe annet, nemlig fra det første leddet mot det andre leddet i en underforstått relasjon.

Det som umiddelbart viser seg er det distale. Når vi retter vår oppmerksomhet *fra* et punkt *mot* noe nytt, retter vi det fra det proksimale til det distale. Det proksimale er involvert, men det er ikke det vi er oppmerksomme på. Hva skjer hvis vi lar nysgjerrighet møte Polanyis teori om erkjennelses- og kunnskapsprosesser?

4.6.1. Nysgjerrigheten som drivkraft, hva leder til nysgjerrigheten?

I eneintervjuene utforsker vi drivkraft i egen prosess. Nysgjerrighet har vært viktig i erfaringskonsulentenes egen bedringsprosess. En del av bedringen var å få nye erfaringer og forståelser, der (gjenopprettelsen av) kontakten med verden var viktig. De har den samme drivkraften med seg i sitt arbeid som erfaringskonsulenter. Jeg prøver ut noen tanker, der både mine egne erfaringer og teori kan hjelpe meg å utforske dette nærmere.

Ut fra mine egne erfaringer tenker jeg at en bedringsprosess er en dialektisk prosess. Å komme i bevegelse fra en fastlåsthet krever en enorm egenkraft. Kilden kan være desperasjon, trass, håp. For å komme i posisjon til meg selv trengte jeg å bli møtt av noen som aksepterte meg og det jeg sto i. Gjennom å akseptere her og nå situasjonen kunne jeg forholde meg til den, og der-i-gjennom også meg selv i min væren. Aksept er ikke det samme som å godta. Å godta ville være et utgangspunkt for å forbli der jeg var. Aksept har, slik mine samtalepartnere har vist, å gjøre med å *erkjenne* det som er som det er. Når det å akseptere frigjorde krefter kunne jeg innta en nysgjerrig holdning som ga mulighet for ny-orientering. Er nysgjerrighet noe vi har blitt møtt med og dermed lært? Er det noe vi har måttet bruke selv, og skulle ønske vi var blitt møtt med? Eller er det noe vi i dets fravær har funnet ut at er viktig? Kan det være tre innganger til drivkraften?

4.6.2. Tre deler til det ontologiske aspektet

Det er to ledd i en *funksjonell relasjon* til taus kunnskap, der det proksimale og det distale står i en underforstått relasjon. Vi kan bare kjenne det første leddet ved å bruke kjennskapen vi har til det for å rette oppmerksomheten mot det andre. Taus kunnskap har en *fenomenal struktur*, der erkjennelse av det første leddet kan skje ved å se det andre leddet. Å erkjenne er da ikke

³ «Tacit knowing» innebærer et aktivitetsaspekt, og knyttes til våre kunnskapsevner og vår evne til å være involvert i denne aktiviteten. (Polanyi. 2000, s. 14)

nødvendigvis det samme som å vite, for vi kan som regel ikke redegjøre for det første leddet. Retter vi oppmerksomheten mot det første leddet alene kan det ofte undersøkes i seg selv, men det vil da være noe annet enn å finne noe som gir mening til det andre leddet. Retter vi oppmerksomheten mot enkeltdeler kan de bli mer håndterlige hver for seg, men det gir oss ikke tilgang til den samlede oppfatningen om ting.

Vi blir klar over det proksimale leddet i en taus kunnskap, ved at det distale leddet fremstår. Ved at to kvalitativt ulike aspekter i kunnskapsprosessen spilles opp mot hverandre i en overordnet helhet, legges grunnlaget for at noe nytt kan oppstå. Relasjonen mellom den funksjonelle og den fenomenale strukturen viser det første leddets betydning. Det vi da ser er de ulike aspektenes mening for oss. Polanyi (2000) tar meg dermed med bakenfor enkeltdelene til det underliggende, og utvider erfaringene. I det *semantiske aspektet* mener han at all mening tenderer til å flytte bort fra oss selv. Fra de tre aspektene, som viser oss hva taus kunnskap er kunnskap om, kan vi finne det *ontologiske aspektet*. Polanyi skriver (s.23): «Følgelig kan vi si at vi forstår helheten ved å bruke vår kjennskap til delene for å rette oppmerksomheten mot deres samlede mening».

4.6.3. Mening og integrasjon

I forhold til andre og den verden vi omgir oss med, kan vi skille mellom en mening og det som har denne meningen. Vår oppmerksomhet rettes gjennom en verden. Vi erfarer gjennom en verden som vi retter oppmerksomheten mot. Våre kroppslige prosesser deltar i vår persepsjon. I bevegelsen i forhold til den andre retter vi oppmerksomheten fra det vi, ved måten vi ser den andre, har tilgang til gjennom vår kjennskap til bestemte kroppslige anstrengelser, til bevegelsen til den vi retter oppmerksomheten mot. «Med andre ord retter vi oppmerksomheten *fra* disse indre prosessene ytre *til* tings egenskaper. Disse egenskapene er de indre prosessers *mening* for oss» (ibid., s. 24).

Hva hvis vi eksplisitt fremsetter forholdet mellom delene? Da går vi fra taus til eksplisitt integrasjon. Ifølge Polanyi (s. 29) kan ikke eksplisitt integrasjon erstatte dens underforståtte motstykke der vi involveres med vår fortrolighet til egen kropp. Det vil si at taus kunnskap utgjør en nødvendig del av all kunnskap. «Jeg ser derimot gestalt som resultatet av en aktiv utforming av erfaring som utføres i søken etter kunnskap», skriver Polanyi (s. 18) når han utleder tanker om integrering. Ligger det en mulighet for flerlags-refleksjon i taus integrasjon? Hva er da det proksimale?

Kan drivkraften for nysgjerrigheten, eller nysgjerrigheten som drivkraft, og det å ane konturene av en erkjennelses- og kunnskapsprosess, sees ved å ha objektivitet som et ideale? Eller kan det bare komme oss til syne med en drivkraft for menneskekunnskap fra subjektposisjon? Vi kan vise til et problem og føle oss sikre på at det viser til noe som er skjult bak. Det som er skjult kan avdekkes. Jeg aner noe. Begynner jeg å se konturene av en taus forforståelse av noe som ennå ikke er oppdaget? «Tacit knowing» angir en dynamisk og relasjonell kunnskapsprosess, et aktivt kunnskapsbegrep: «a process of knowing». Mathisen (2007, s. 11) skriver at kunnskap best kan studeres i sin relasjonelle dynamikk. I erfaringskonsulentenes fortellinger, refleksjonene i samtalene og i møtene med Lisa, Lars og Thor finner jeg at det proksimale ikke er taust når det gjenkjennes. Erfaringskonsulentene søker med interesse om det er noe vi kan gjenkjenne. Gjenkjennelsen skjer i interaksjon jeg-du, subjekt-subjekt og kontekst, med deg selv – kroppen og vår forforståelse som blir synlig i vår respons. Taus kunnskap er ikke taus.

Mathisen utdyper: «Det subsidiære er ikke avgrenset til å gjelde kroppslig, eksepsjonelle og redskap. Fra-punktet i en kunnskapsrelasjon kan like gjerne være en *teori* eller en *praktisk erfaring*. Kunnskap og virkelighet har således samme struktur i Polanyis filosofi» (2007, s. 16). Morallære aksepteres ved å bli internalisert. Jeg har lært aksept, ved å erfare den. Å ikke dømme er dens konsekvens. Et motstykke til det å «ikke dømme» finner vi i at et av psykiatriens formål realiseres ved nettopp å felle en dom over noe (noen) – diagnostisere, gjennom observasjon. Er det da mulig å ikke dømme?

Hvordan kan en se delene og finne noes samlede mening? Polanyi (2000, s. 27) hevder at det ikke er ved å se dem, men ved å være i dem (delene og helheten) vi ser deres samlede mening. Polanyi gjør en viktig distinksjon mellom innlevelse og empati. Innlevelse er aktiv, det er noe mer enn empati. Forståelse kan bare oppnås ved innlevelse, en bevisst integrasjon. Jeg forstår innlevelse her som med-levelse. Det er to sider ved innlevelse. Vi har evnen til å merke distinksjonen mellom å kjenne varme mot og med huden. Vi har altså allerede i oss evnen til å merke to sider og gjøre oss en samlet erfaring av det vi sanser. I dette ligger vår evne til å gjenkjenne, bevege, interagere, til-knyttes - i en relasjon til et annet subjekt.

4.6.4. Randkontoll og virkerom

La oss si at kroppen vår er involvert i persepsjonen av gjenstander, og at den deltar i vår

kunnskap om alle ytre ting. Slik kan vi danne, intellektuelt og praktisk, et fortolket univers bebodd av helheter med deler vi har internalisert for å forstå deres mening som sammenhengende helheter (ibid., s. 37). Vi har en kunnskap *med* bedringsprosesser. Vi har erfart den ved selv å være i den. Når jeg møter noen med kunnskap om den samme sammensatte helheten kan jeg se de karakteristiske trekkene ved situasjonen klarere i måten jeg forstår den kompetente opptreden til det andre mennesket. Ved å kombinere en mental bevegelse i praksis og i et mønster som tilsvarer utøverens mønster av bevegelser, møtes ifølge Polanyi (ibid., s. 38) to typer innlevelse. Av dette kan vi forstå at vi kan finne ledetråder som kan ha en antatt relevans for tilstedeværelsen til det bevegelsene ser ut til å vise til. I møte med en annen kan jeg da både søke å forstå intensjon og mening, og jeg kan få en ny erfaring som utvider min erfaringshorisont.

Polanyi (ibid. s. 42) bruker begrepet panorama når han skriver om et bilde av universet fylt av realitetslag. Det fenomenale aspektet ved delene, og ved helheten som sees gjennom delene, – er in følge Polany (ibid.) to realitetsnivå kontrollert av forskjellige prinsipper. Hvordan rette lyset mot det som blir liggende i skyggen? Hva når noe er så annerledes at det trenger andre premisser enn feltets tradisjonelle forståelsesrammer rommer, for å frigjøre denne kunnskapen? Erfaringskonsulenter skal virke innenfor et konseptuelt rammeverk av aksepterte teorier (paradigme) og etterdønningene fra positivismen. Hvordan kan vi stille spørsmål fra levd erfaring⁴ og aktivere menneskekunnskap? Disse ulike realitetsnivåene gir ulik randkontroll⁵. Jeg har ofte i min praksis sett hvordan pasienters erfaringer kontrolleres av denne randkontrollen. Pasienters utsagn og meninger omtales gjerne som «din opplevelse», og det henvises til pasientens subjektive erfaring. Ja, som om ikke erfaringer alltid er subjektive, så er det åpenbart nødvendig å presisere det overfor pasientene. Hvorfor? Har paternalismen lagt seg i den subtile makten i språket som brukes i en bransje som har menneskets psyke som sitt fagfelt, der kjernen i god hjelp er å se den andre? Vi er avhengig av språket og kommunikasjon. Likevel ser jeg at meninger og beskrivelser omtales som «pasientens opplevde erfaring», noe som utfordrer sannhetsgehalten fremfor å forholde seg til den som en likeverdig realitet.

Erfaringskonsulentene har en kunnskap *om* bedringsprosesser. Hva får vi når den kunnskapen som har sin opprinnelse utenfor oss møter den som har sin opprinnelse i vår erfarte prosess,

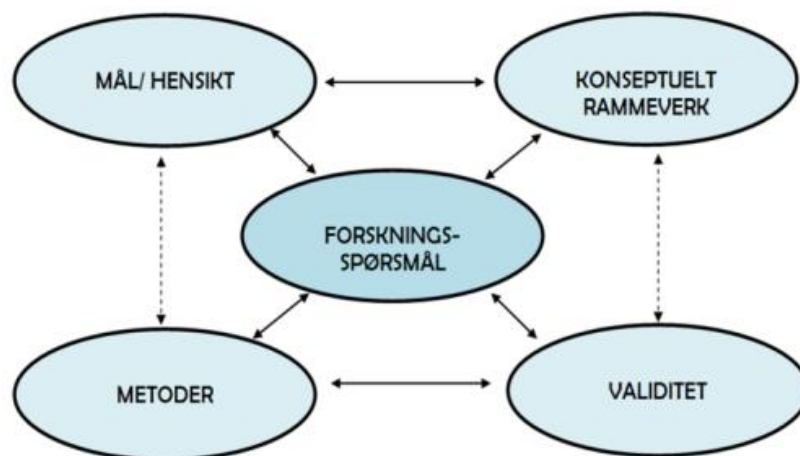
⁴ Utfra subjekt - som all kunnskap gjør, uten at det erkjennes i virksomheter med objektivitet som ideale

⁵ Det organiserende prinsippet til et høyere nivå utøver randkontroll på delene som utgjør dets lavere nivå.

og i refleksjon over denne? Erfaringskonsulentene har oppdaget og aktivert noe som kan gi oss et bilde av det ontologiske aspektet og som gir ledetråder til å se i retning av det som det epistemologiske spørsmålet jeg har som utgangspunkt for denne studien kan åpne opp for. Hva har vi foreløpig? Erfaringskonsulentene har gått gjennom en dyp personlig utvikling. Jeg vil si at de har gått inn i kjernen i forståelsen av egen person og livet. De har et brennende engasjement for at også andre skal få muligheten til det. De har erfaring, som inngår i en kontinuerlig prosess. Men de har noe mer. Ved å gå i dialog med Polanyis teori og ved hjelp av noen av de begrepene han bruker har jeg kommet litt videre: All kunnskap bygger på grunnleggende prinsipper der noe er involvert. Gjennom refleksjon kan vi komme til et punkt der noe av kunnskapsgrunnlaget vårt kan artikuleres. Så langt ser jeg at det handler om *å være det og å bruke det*.

4.7. Interaktiv modell og videre utforskning

«Methodos» betyr «vei å følge» (Gadamer 2003, s. 21). Forskningsdesign foregår gjennom hele prosessen, veien utvikler seg underveis. Jeg har et epistemologisk spørsmål som problemstilling for denne undersøkelsen og før jeg startet feltarbeidet har jeg ut fra en interaktiv modell utarbeidet et design. Modellen har fem deler:



(Maxwell 2013, s. 5)

Dersom én del justeres beveges også de andre. Ellers brytes interaksjonen og dermed det som kan gi validitet. For å kunne finne svar handler det om å få til en optimal prosess. Eller som Polanyi (2000, s. 49) sier det: «Prosesser som kan oppnå noe, har en verdi som ikke lar seg redegjøre for ved prosesser som ikke har noen sånn verdi». Jeg holder fast på planen om en ny fokusgruppesamtale. Jeg vil legge an samtalen slik at vi kan trenge gjennom det som til nå

viser seg. Hvordan det bør legges opp og hva det kan lede til, undres jeg over. Men jeg har en trygghet i at samtalen med kompetente praktikere vil bidra til å fylle ut noe av det jeg ser konturene av.

Planen er å begynne samtalen med å gi noe tilbake, eller snarere «legge det på bordet», og invitere samtalepartnerne med i en videre utforskning. Når jeg underveis stiller spørsmål til hva jeg ser og til fremgangsmåte undres jeg over om jeg evner jeg å se det som for meg er ukjent og det som er (tilsynelatende) kjent, og å la det som kommer frem bli satt på og i spill? Det viser seg at jeg trenger en annens blick til å oppdage noe jeg ikke ser. I samtale med veileder får jeg en oppfordring om å se på materialet på nytt. Jeg får med meg stikkordet: *styrke*. Min umiddelbare reaksjon er motstand. Jeg får en aversjon, og tenker at jeg ikke vil ha en oppgave som bygger opp under forestillingen om at vi skal «virke» ved å være friske-rollemodeller. Når jeg etter noe tid jobber meg gjennom motstanden, er jeg fortsatt ambivalent. Jeg tar meg god tid på å lese materialet på nytt. Først det siste, så det første for igjen å se på det siste. Det er da det slår meg med en veldig kraft. Det er lag på lag. Når jeg tar det inn, ser det i sammenheng og løser det opp igjen, ser jeg styrken. Jeg er undrende til hva det egentlig er jeg ser. Det blir likevel tydelig for meg at min motstand henger sammen med at jeg her har tolket styrke synonymt med sterk. Når jeg nå er blitt klar over dette, slipper jeg opp. Planen for fokusgruppesamtalen justeres. Etter en introduksjon der jeg sier noe om hva jeg har sett til nå, vil jeg spørre åpent om hva dette kan vise tilbake til, om styrke gir noen resonans.

4.8. Dialogen «Mennesket og styrken»

En inngang

SIV: Velkommen. Strålende at vi kunne møtes alle fire, på den fineste vårdagen vi har til nå.

ANTON: Det er nok ikke tilfeldig.

(Latter)

SIV: Jeg har lyst å begynne med å fortelle litt hva vi og jeg har gjort til nå. Men først så lurer jeg på om det er noe dere lurer på?

KAJA: Neida, bare begynn du.

SIV: Vi har hatt noen runder til nå, først den veldig åpne fokusgruppesamtalen, som ble

Dialogen, som utspant seg i siste fokusgruppe-samtale er gjengitt i sin helhet med samtykke fra samtale-partnerne.

delt i to da. Det ga noen gode spor å følge opp videre. Så har vi hatt ene-intervjuene der vi så nærmere på deres prosess til å bli og være erfaringskonsulent, og samtalte omkring de fortellingene dere har skrevet fra praksis. Som har vært veldig nyttig. Så har jeg jobbet litt med det materialet som er kommet frem til nå, og tenker at dette er en anledning til å utforske noe litt nærmere, sjekke litt ut med dere om det jeg har sett og tenkt til nå gir resonans, få korrigeringer og ev. mer rundt det. Det er veldig kjekt om dere korrigerer, motsier eller utfyller mine foreløpige fortolkninger. Etter hvert som jeg får skrevet noe som henger sammen, vil jeg spørre dere om ting underveis, både med hensyn til det forskningsetiske og validitet. Jeg vil få til å skrive noe av det som kommer frem i deres fortellinger, men på en slik måte at vi er sikker på anonymisering, da tenker jeg på tredjepart, og at det samtidig ikke mister innholdet. Jeg kan jo si litt om arbeidet til nå. Det har vært veldig ok å være i de samtalene sammen med dere. Jeg har lest gjennom transkripsjonene samlet en gang til, og sett litt på fjorårets materiale og litt til arbeidet jeg gjorde på første studieår. Jeg har blitt overrasket over hvor sammenfallende tema som dukker opp, at samme tema går såpass mye igjen. Kanskje er det selvfølgelig, men ikke vært tydelig for meg siden vi ikke har snakket om det på en slik måte som nå, tidligere. Det ligger noe som er fundamentalt viktig, som ligger mer gjennomgående i materialet. Jeg har fått mange tanker rundt det, og kommer nok til å få en jobb med å avgrense. Så har det kanskje ikke vært like overraskende, men likevel nytt at det kommer frem, og det er det som henger sammen med prosessene vi har vært gjennom og som former oss som erfaringskonsulenter, som har noen meningsbærende strukturer. Det viser frem viktige elementer som ikke nødvendigvis er helt like, og viser til noen lag og vekselvirkninger, som ved det umiddelbare ser ut til å ha en viss struktur som går igjen, i prosessene og fra prosessene til utøvelsen av den jobben dere står i og gjør. Det her innholdet i meningsbærende strukturer kunne jeg tenke meg å utforske litt mere.

Et menneske som en selv

SIV: Metodemessig har vi gått inn i dette via førstepersons-fortellinger i samtale, både via dere med jeg-stemme, fortelling fra praksis i samtale, skriftlig og tilbake i samtale. I disse fortellingene ser jeg at de er skrevet slik at det i møtene dere har beskrevet er personer som vi kunne snakket om som dem eller det, men dere har skrevet fortellingene slik at de er tydelig tilstede som et du, altså også som et jeg. Vi har hatt refleksjoner i samtaler i flere runder, først flere sammen, så en, og nå er vi sammen igjen. Når jeg har vært i samtalene, lyttet til

opptakene, skrevet de ut og lest gjennom gjentatte ganger, så er det noe jeg kan se nettopp fordi det blir sagt. Og noe av det jeg ser uttalt er det å se et annet menneske som et menneske som en selv. Dernest at de særskilte erfaringene dere har gir tilgang til noe dere ellers ikke ville hatt tilgang til. Så ligger det i de erfaringene dere har beskrevet en kritikk mot den praksisen vi står i og skal virke innenfor, kritikken er tydelig uten å bli aggressiv. Det syns gjennom å være åpen, ha en mobilitet, være tilstede som deg – altså være synlig, ville utgjøre en forskjell og være med å skape endring, og å velge å gå inn å skulle gjøre en jobb i dette feltet til tross for at dere har noen erfaringer dere kunne vært bitter over, men at dere går inn i feltet med en visshet om at dere har noe viktig å tilføre praksis. Akkurat disse tingene er det lett å få øye på i materialet. Så har jeg blitt utfordret til å se, hva det er som ligger bak. Hva er det dette egentlig kan vise tilbake til og kaster lys over? Jeg fikk et stikkord fra min veileder; styrke. Jeg har gått og dvelt på den, og kjent at jeg egentlig ble litt irritert. Jeg tenkte skal dette komme til å handle om å se hvor flink vi har vært? Nei, jeg var såpass irritert at jeg har måttet jobbe meg gjennom irritasjonen, legge arbeidet vekke en stund, før jeg tok for meg transkripsjonene på nytt. Denne gangen leste jeg sakte med fortrolighetsblikk, - altså der jeg ser med det man kan kalle forforståelse eller gjennom å kjenne praksis innenfra. Når jeg leste det på nytt ble jeg helt overveldet, det er så kraftfullt. Det ligger så mye styrke i det. Jeg tok rikelig med pauser for å kunne ta inn det jeg da så.

Dyptgående prosesser til ny forståelse

SIV: Det handler både om de prosessene dere, vi, har vært gjennom, dyptgående personlige og sosiale prosesser, og de fortellingene dere har skrevet og vi har samtalt om, der dere, jeg føler jeg vil si vi – for det er gjenkjennbart, står i forhold til den prosessen som har ført dere dit dere er i dag. Det er veldig spennende å se, kanskje, hva slags virksomme ting som ligger der fundamentalt i dere, etter en prosess som har gitt ny forståelse av egen person og livet, som ligger der i dere allerede før dere går i møtet med den andre. Som blir med inn i møtet og som blir med inn i muligheten for den andre til å bli synlig, ikke bare for seg selv men også for dere da. Gjennom blant annet dette, ligger det noen spørsmål inn imot kunnskapssyn. Type; hvordan er det å skulle virke med en kunnskap, eller et kunnskapssyn – altså erfaringsbasert, inn i et system som domineres av annen type kunnskap og kunnskapssyn. Jeg hadde lyst å dele dette med dere. Det ligger mye i det, og dette er en anledning å dvele ved det, utvide, korrigere, fyll ut. Det jeg har tenkt da, er noen spørsmål knyttet til noen tema. Det er fire spørsmål. Også ser vi hva som kommer. Høres det ok ut?

ELINE: Høres helt fint ut.

KAJA: Bare vent litt, så får jeg tatt frem noe å skrive på. Så kan jeg notere hvis jeg kommer på noe mens en av dere prater.

ANTON: Det er godt å ha, jeg bruker alltid det. Hvis det kommer tanker og ideer så er det fint å notere litt underveis.

Invitasjon til samtale

SIV: Skal vi se. La oss si at vi har gått skritt for skritt, for å komme dit vi er nå, altså for å formes som oss, til å bli de vi er og til å være erfaringskonsulenter. Noe som krever et aktivt forhold til egne erfaringer, som vi har samtalt om tidligere, et aktivt forhold til egne erfaringer for å kunne bruke dem også i et dialogisk forhold både til oss selv, til de vi møter - den andre og til konteksten. Det er noen ord som har gått igjen til nå. Nysgjerrighet, trygghet før tillit, lytte, være tilstede, gjensidighet, blant annet. Det er ikke uttalt direkte men jeg har forstått det som å vise til å være tydelig tilstede med deres erfaringer, uten nødvendigvis å legge ut om dem, men altså slik at det er mulig for dere å være tilstede som den personen dere er. Så lurer jeg på hva dette kan vise tilbake til, kan det være styrke? Gir det noen resonans?

(Stille en stund)

Skjør og sterk – fra hudløs til kjærlighet

ELINE: Ja jeg kan jo begynne. Jeg har også tenkt veldig mye på det her ordet styrke. Det er så mange som bruker å si det, at jeg er så sterk. Og jeg bruker bestandig komme med en sånn her motkommentar da, at ja, men jeg er skjør også. Og noen bruker også ord som tøff eller modig, men jeg bruker ta inn det her skjørhetsbegrepet. Også bruker jeg å si; Ja, men jeg er også skjør. Men kanskje det er en styrke i det å kunne vise at man er skjør, altså det å vite at man er skjør, å være trygg i det å kunne vise at jeg også er skjør. Jeg tenker at det er en styrke bare det å vite at jeg er skjør. Da tenker jeg også at det er en styrke å ha alle de erfaringene vi har, å kunne bære de med en slags verdighet.

ANTON: Ja.

ELINE: Det er det jeg tenker er en styrke, det å vite at svakhet ikke er, at det å være svak ikke er noe minus på en måte, hvis dere skjønner hva jeg mener. Det er bare et uttrykk for en balanse, først og fremst.

ANTON: Det er veldig sånn der, ja, jeg kan lett følge deg på det. For det er jo noe å

tenke over, styrke hva er det da? Og det er jo litt det der med å ha et levd liv med å ha vært syk eller å være syk, ha psykiske helseplager, så har man plagdes da, og gjort mange erfaringer med å kanskje ikke klare å gjøre det som var forventet at man skulle gjøre, man har gjort ting som kanskje ikke var naturlig å gjøre, men det er nå likevel naturlig i form av det livet man har. Og det er på en måte styrke i både å ta det innover seg, at jo dette er mitt liv, og det er greit. Jeg har nå sagt og gjort det og det, og jeg har opplevd det og det, og jeg har ikke klart det og det, men det er nå mitt liv og det er jeg glad for når det forsones. Det er en styrke i det å være feilbar, sårbar, at man kan være seg selv da.

KAJA: Mhm.

ANTON: Og at man kan vise det i møte med pasienter, de vi møter da, at det er helt ok, veien går videre. Det stopper ikke selv om man har erfart det og det, og det gjør det kanskje tryggere for pasientene å være seg selv med det hver enkelt har med seg. Det trenger ikke stoppe opp selv om man plages. Veien ble kanskje ikke sånn som den skulle blitt da, men det er kanskje noe med å være i samme gate, at det er en styrke. Det viktige er at man aksepterer seg selv, og da også andre. Hvis man aksepterer seg selv og det som har vært og er, så vil man naturlig gjøre det med andre også.

SIV: Er det noe med den veien frem til å akseptere seg selv som gjør, - jeg jobbet lenge med det i min egen prosess, at det å akseptere at det var som det var, var viktig for i det hele tatt å kunne få endret noe? Å akseptere, det gikk først når jeg så at det å akseptere ikke nødvendigvis var det samme som å godta at det som hadde skjedd var greit eller at det skulle være sånn for alltid.

KAJA: Uten å akseptere, er min erfaring at det ikke er mulig å frigjøre kreftene bort fra, hm, hvordan skal jeg si det, frigjøre krefter bort fra kampen mot eksistensen til fordel for eksistensen. Jeg sloss i hvert fall, ikke bokstavelig talt, men mot lidelsen. Jeg trakk meg mer og mer innover, var alene mot verden. Selv om det kanskje så ut som jeg ble mer og mer hard utadvendt for jeg var så sint. I den første kampen var jeg fortapt og sloss. Det var veldig slitsomt.

ANTON: Ja det er forskjell på akseptere og å godta, men det er der, man trenger ikke å dømme det. Når man akseptere at det er der, det er jo erfaringer. Og jeg er jo der nå, at når jeg er kommet gjennom det så er jo alle erfaringer gode erfaringer. Det er kanskje å ta det litt langt, men for meg har det i hvert fall vært sånn at alle erfaringene jeg har er jeg glad for at jeg har, selv om det har vært mange veldig dårlige erfaringer. Det setter livet i et meningsfullt perspektiv, i dag. Å være uten de erfaringene, hvem hadde jeg vært da. Det de erfaringene påførte meg av smerte det gjør de ikke lengre. Men jeg har det

Styrke er blitt et team ved at andre har sagt det til oss. Etter hvert forstår vi at det ligger noe sant i det, men at det kan misforståes fordi styrke ofte innebærer en motsetning til det vi først kaller oss, skjør.

For oss har det ikke vært noe alternativ å komme til selvstendighet uten gjennom denne erkjennelsen, som mange, kanskje de fleste, skjuler seg for og skjuler for seg selv, og dermed forblir svake i det sentralt menneskelige ; dvs. det som leder til nysgjerrighet på og åpenheten for andre. Styrke i det ekte menneskelige kan ikke forekomme uten erkjennelsen og aksepten av skjørheten.

Gjennom erfaring har vi måttet jobbe oss frem til en forståelse av menneskelivet som sådan. Identiteten er ikke noe man har, men noe man blir.

med meg, de perspektivene der er jeg utrolig takknemlig for, og det er jo en verdi i alle de vonde erfaringene man har med seg, hvis man klarer å akseptere de.

ELINE: Ja, og å romme det de har lært deg.

KAJA: Og uten de så hadde du ikke vært den du er i dag.

ANTON: Ja, det er noe med det.

ELINE: Det gjelder vel oss alle. Naturlig nok.

SIV: Noen av dere har tidligere vært innom dette å tørre å gå inn i noen rom som ikke andre som ikke har erfaringer fra de «rommene» er så kjent med, at dere er fortrolig med noen rom fordi dere har vært der før.

KAJA: Mhm. Det kan være en styrke. At vi har vært der før. Ikke akkurat der, for hver gang er ny, men vi kjenner igjen noe og blir ikke så fort satt ut. Kan forstå det på en annen måte. Jeg tenker at vi noen ganger har noen antenner, på en måte, at vi kanskje har, hvis man skal bruke en metafor på det, at vi kanskje har noen andre kanaler for å fange opp ting, i de her metaforiske rommene, i de rommene, enn hvis man ikke har de erfaringene. At vi kanskje plukker opp ting på en litt annen måte.

ELINE: Det er noe med det å få en anelse, eller kjenne noe igjen, og bare møte det som kommer, uten å konkludere, men starte undringen der.

ANTON: Nettopp. Og kanskje skjønner vi ingenting, men der er jo et menneske vi kan være der for uansett. Så skjønner vi kanskje mere etter hvert. Jeg tror vi alle gjør oss opp en formening, bevisst eller ubevisst, vi sitter jo ikke noe sted uten å tenke. Jeg ser meg i hvert fall rundt, registrerer også det som er rundt meg. Jeg tror vi kanskje, det høres teknisk og brutalt ut, men at vi mer eller mindre bevisst registrerer en hel del når vi kommer inn i et rom – i et fysisk eller metaforisk rom.

ELINE: Jeg bruker prøve å følge med hvilke følelse jeg får i kroppen. Jeg tror kroppen vår fanger opp stemning og følelser som er i rommet raskere.

KAJA: Vi kan jo se, kjenne, høre. Bruke sansene. Også sorteres det vel på en måte via hodet, og sånn videre til tankene våre så vi kan bli klare over det vi legger merke til.

Lære sårbarheten å kjenne

SIV: Vi er litt i det der, hva er styrke. Skal vi dvele litt ved hvordan den blir til?

KAJA: Hva er styrke? Det kan jo være så mangt, det er jo litt som du sier Eline at, det sårbare hører til i styrken, at folk sier sterk, men styrke rommer også sårbarhet, og kanskje blir styrken nettopp til ved det at man er og har vært sårbar, og er seg bevisst det.

Å se sammenhenger, og på det mest fundamentale nivåe, å sanse sammenhenger.

ELINE: Det er det at man vet det, det er den vissheten som gjør det til en styrke. For man kan jo også være litt sånn, pynte litt på det, altså prøve å fremstå som veldig sterk også skyve bort sårbarheten, det er det ganske mange som gjør.

KAJA: At man også omfavner det sårbare i det, istedenfor å skyve den bort.

ELINE: Ja, man kan enten gå bare i, gå bare i sårbarheten og kanskje bli et offer, eller man kan være så tøff og hard. Så man kan gå i to fallgrøfter, fremstå som sterk eller gå seg fast i det sårbare. Eller man kan *gå inn i den ærlige delen å lære sårbarheten å kjenne*. Styrken ligger jo virkelig i det å være på midten der, og vite at det er der, og ikke ha noen skyggelapper foran, ikke være naiv lengre.

Utkant og middelvei til virkerom

ELINE: Vi har vel alle prøvd grøftene, før vi fant ut hvordan det er å finne middelveien. Det er en middelvei, om en omfavner det innenfor styrken, der også sårbarheten eller vissheten om skjørheten får plass. At vi ikke er naiv på livet lengre, og jeg tror også at når man er i den balansen der at man har kjent på begge deler, at det gjør noe med det der mulighetsrommet for andre, muligheten for å være der med det hele, der det kan være synlig. Ingen vil jo snakke med en som er milevis fra en selv, litt som du sa i sted Kaja, at man kan være i samme gate. Bare sterk eller helt forkommen, da blir ikke mulighetene til, da virker det ikke, å ha balansen kan skape virkerom, og også kan ha en ramme for å akseptere andre, ved at en har akseptert alt i en selv da. Når man kjenner utkantene så blir man ikke så overrasket lengre over hva andre opplever, sier eller gjør. Når ikke overraskelsen kommer, så kommer kanskje ikke frykten heller, det blir ikke frykt for det ukjente om det er gjenkjennelig. For hva er det som, i et menneskemøte, gjør at man tar litt sånn avstand? Det kan være at man ikke helt forstår hva den andre sier, opplever eller gjør, at man ikke forstår hva slags landskap det menneske er i.

KAJA: Mhm.

ELINE: Og det kan jo ofte skje uansett, at man ikke forstår hva det handler om. Men det er liksom det med, hva gjør man da når man ikke forstår. Noen gir opp, holder på avstand, andre begynner å sette merkelapper på den andre, du er sånn, du har slik, prøver å definere for å få en slags kontroll, men kanskje er det sånn at når man har vært oppe i det der, opp i det der kaoset, fastlåsthet, grøft, ja hva det måtte være, så kan man i den situasjonen bare prøve å møtes da i den forvirringen, uten å skulle fikse det, men fortsatt som en trygg person som ikke vippes av pinnen av usikkerheten, og uten å bare gå inn å skulle fikse det eller ta kontroll.

ANTON: Bare være med, sammen i det kaoset uten en agenda, tenker du?

ELINE: Ja.

KAJA: Kanskje er det greit å være der i det kaoset også? For hva kan helsevesenet fikse om en ikke først aksepterer det som er? Kanskje det skal være greit å være i sitt kaos, men at en kan, hvordan skal jeg si det, som erfaringskonsulent eller annet personell prøve å bli invitert inn, og være der sammen med. Jeg tror jo pasienter kan invitere personale inn, uten at personale skjønner det, nettopp fordi en ikke skjønner hva pasienten gjør. Kanskje vi kan oppfatte disse forsøkene på å forsøke å opprette kontakt, på en annen måte enn de som ikke kjenner det igjen. Eller at vi har andre muligheter for å spørre om det er greit at vi kommer inn, kanskje vi spør via nærhet til erfaringene men uten at det blir truende for pasienten? Jeg merker i hvert fall fort om noen tar et skritt bakover, eller vil ha meg litt på avstand så han eller hun får regulere, både den fysiske og den erfarings ... om det er noe kontaktpunkt gjennom erfaringene, nærheten selv. Noen ganger kan det være jeg og den jeg møter er enige om at vi ikke helt vet hva jeg kan bidra med, men vi likevel kan være her sammen da. Kanskje finner vi ut av det. Kanskje ... Kanskje er det fint å ikke være overlatt alene i det, at vi egentlig allerede gjør noe når vi er der sammen i kaoset eller det som måtte være. Det er jo en handling det også.

ANTON: Ja, for det krever, når man møter et annet menneske, pasienten da, så krever det en styrke å kunne si at du mener at det er greit at du har det som du har det da. Det kan jo være vondt eller ja at du lider under det, jeg mener greit som å akseptere, og å si eller vise at jeg er her for deg med det du står i. Kanskje er det helt radikalt annerledes ved å vise at jeg ikke kommer for å endre deg, ved å si at det er feil eller at du ikke kan ha det som du har det. At du tenker som du tenker eller gjør som du gjør. For det blir jo ofte sett på som noe som skal bort, noe som ikke får være der. Så da å gå inn å si at det er greit, det krever en styrke.

SIV: Når du sier det så kommer jeg til å tenke på noe jeg skrev for meg selv, og etterhvert turte å vise til noen som skulle hjelpe meg, jeg skrev: Jeg må få være, før jeg kan bli. Er det litt sånn du tenker?

ANTON: Ja, for hva blir du om du ikke får være der med ditt, der du er? Og hva skal du kunne bli om du ikke får være. Godt sagt. Om vi ikke først møtes der vi er, så blir det jo bare mas om at vi skulle være noe annet som vi ikke er klar for å bli, og kanskje er det noe vi aldri skal bli, hva vet jeg. Jeg tror starten er å få kontakt med det som er. Om det er et krav om at du skal være noe annet, så blir den muligheten for deg å få komme i kontakt med det du opplever og for meg å komme i kontakt med deg umulig.

Styrke

SIV: Er styrke og sterk synonyme? Er styrke å kunne romme både sårbarhet og sterk?

KAJA: Jeg vet ikke.

ELINE: Jeg er litt der at styrke ikke betyr det samme som å være sterk.

ANTON: For hva er å være sterk? Tenker at det krever styrke å være så plaget eller dårlig som man er kanskje. At det er en styrke å stå i det, og en styrke å være seg selv, selv om man hører stemmer eller er full av angst eller er kjempe deprimert. Så krever det minst like mye styrke å gå videre fra det, eller å jobbe med det, eller prøve å legge det bak seg. For med de historiene, de traumene, det krever jo styrke å være, med dem. Så krever det en annen styrke, kraft eller forståelse eller evne hvis man skal jobbe med det, jobbe seg gjennom det og bruke det, og enda en styrke om man skal jobbe med det på en sånn måte at man kan bruke det som en kompetanse i eget liv og kanskje til og med ha en jobb med det som kompetanse, sånn som vi har, som vi skal bruke i møte med de vi møter. Det er jo mange lag og former for styrke da. Kraft. Forståelse. Medfølelse. Kjærlighet.

KAJA: Mhm.

SIV: Empati fremfor sympati.

ANTON: Ja. Styrke?

SIV: Du beskriver så godt, Anton, noen av de lagene som vi har vært gjennom selv. Og et eller annet sted så møter vi jo folk der vi ikke helt vet hvor de er, men å finne ut hvor nå du er da kan være at vi kjenner igjen noe, at vi har flere lag å se gjennom, og flere lag å se utfra og i. Litt som med blikket innenfra utenfra for å se inn, ikke innenfor. Det er noen konturer på strukturer i dette. Jeg tenker jo noen av de sterkeste folkene jeg kjenner er tidvis innlagt på sykehus. For en styrke jeg ser i dem, og jeg vet også noe om motbørene de har å bære på. Men så har jeg aldri sett den styrken i min egen prosess, før jeg har sett den i andres. For å oppdage den i andre må man kanskje ha hatt den selv, eller?

KAJA: Jeg kommer til å tenke på, det har jeg tenkt mange ganger, alle de her historiene som folk er bærer av, og vi har også historier som vi er bærer av, at det kan være, det krever en enorm styrke å være bærer av dem, og leve med dem. Traumer, innleggelses, utenforskap, det krever en styrke å bære dem, de blir jo ikke borte selv om man jobber seg gjennom det, enten legger lokk på det eller integrerer det.

SIV: Og særlig å jobbe med de erfaringene, altså på jobb som vi gjør, der vi har de

Denne utforskningen ville ikke ha vært mulig for hvem som helst. Det er i seg selv et uttrykk for styrke å kunne gjøre det.

Denne formen for styrke blir til i og er noe man blir i situasjonen.

ganske langt fremme i bevisstheten. Hva gjør det mulig?

ANTON: Det hadde ikke gått hvis vi hadde lagt lokk på de. Kaja nevner ordet integrert, jeg tror det er noe med det. De er jo med oss, men gjør ikke skade lengre, de ligger på en måte som en del av den vi er.

SIV: Internalisert i identiteten?

ELINE: Ja, nettopp.

ANTON: Identiteten ja.. Identiteten din eller i din identitet som erfaringskonsulent?

ELINE: I meg, men da er de jo med i måten jeg griper an rollen som erfaringskonsulent.

KAJA: Men tenker dere at prosessen er integrert eller erfaringene?

ELINE: Hm. Vanskelig spørsmål. Jeg tror erfaringene er integrert, prosessene er mer ubevisst integrert. Så jeg tror det er levende, ikke en gang for alle så ligger det der rolig i dvale. Kan hende det ved å bli reaktivert eller være aktivt tilgjengelig integreres med flere lag. Noe når min sårhet så det kan nå gjenkjennelsen av smerte, noe når min styrke så jeg kan være sammen med folk og være nysgjerrig på hvor de er og hva deres indre landskap er.

SIV: Jeg tenker noen ganger at jeg har fått utvidet min erfaringshorisont, både med det jeg har stått i, den prosessen jeg har vært gjennom, de erfaringene jeg har gjort gjennom prosessen, og de erfaringene jeg gjør på jobb og det jeg erfarer i møte med andre og andres erfaringer gjør noe med mine erfaringer og utvider perspektivet.

ANTON: Og det er det, jeg er meg som erfaringskonsulent, men rollen skapes jo sammen med de vi møter. Og jeg jobber daglig med meg selv, og endres jo også..

KAJA: Ja.

ANTON: Jeg husker i perioder der jeg plagdes veldig, så bare måtte jeg være sterk, jeg bare må være sterk, jeg har ikke noe valg. Jeg må bare klare det, jeg bare må komme meg opp av senga, jeg bare må gjøre det, jeg bare må, å være sterk er eneste muligheten jeg har, jeg bare må være sterk. Og det husker jeg jo at jeg måtte bare, selv om jeg egentlig ikke ville eller klarer så bare må jeg være sterk. Men så etter hvert så har det gått seg til, og det er ikke noe jeg tenker på nå lengre at jeg må være så sterk. Men før så måtte jeg det, jeg bare måtte være sterk fordi det var så vanskelig da. Jeg måtte klare å gjøre noe, kunne jo ikke bare sitte der da dag inn, dag ut, uker, år. Jeg måtte presse meg selv til å være sterk nok, og det er noe å være bevisst på nå, å ha måttet vært så sterk at jeg slipper å gå å tenke på å måtte være sterk nå.

KAJA: Jeg tenker på det du sa Siv, at kanskje man ikke ser det i sin egen prosess. At du ikke kjente det igjen i deg selv når du var der selv, men du ser det nå i andre. Og det er

Erfaringene er integrert i det distale. Prosessen er integrert i det proksimale, og dermed i identiteten

Det er en forskjell på at sterk er noe du må og styrke er noe du er.

kanskje noe med det, for jeg kan ikke huske at jeg på noe tidspunkt da jeg var veldig syk tenkte at nå er jeg sterk, at fy søren for en styrke jeg har. Jeg husker mer at det var provoserende når noen sa: du har så mange ressurser. Det var ikke noe jeg tenkte, jeg tenkte heller at huff så svak jeg er som ikke har fått til livet, ikke får til noen ting, så udugelig jeg er, hvorfor håndterer jeg ikke det her, mer som et svakt menneske. Kanskje første gang jeg tenkte at det her må jeg bare gjøre det var når jeg begynte i behandling og måtte begynne å jobbe med ting for alvor, da kom den der: det her må jeg bare klare, jeg må bare være sterk å holde ut det her. I den verste sykdomsfasen så har jeg aldri tenkt at jeg hadde styrke eller jeg er sterk. Men i ettertid så tenker jeg: Oi, for en styrke det må ha vært for å komme seg gjennom det, å holde ut, å jobbe med det, å bearbeide det og komme seg ut på andre siden. Jeg husker at jeg ikke ville tilbake til der jeg var før jeg var syk, sånn som rehabiliteringstanken kan høres ut som. Jeg ville ikke tilbake til der alt var vondt og vanskelig. Jeg ville fremover, til noe jeg kunne være nå, og det var ikke bare enkelt for det visste jo ingen hva var, kanskje aller minst jeg selv. Men jeg ville fremover, sånn som recovery-tankegangen bygger opp under. Har dere tenkt på det, å gå fremover er å ikke vite noe om hva man kan forvente, men jobbe hardt frem mot det, det er ganske surrealistisk. Og krever en stor styrke.

Styrke er noe man tilegner seg. Forut og under prosessen må man være sterk, og gjennom det tilegner man seg styrke.

ELINE: Jeg lurer på hvordan styrke det krever å lide - stå i det, til å kunne gå fremover der man kanskje må gå i retning av det uvisse.

ANTON: Og kanskje gjennom det vonde.

KAJA: Nå får jeg helt frysninger folkens.

SIV: Er det ok å være litt i det her?

ELINE: Joda, jeg bare bruker litt tid på å lytte til kroppen.

ANTON: Mhm.

KAJA: Når jeg nå har vært gjennom den der, så ser jeg det mye bedre hos andre folk. Men jeg skjønner godt at man kanskje ikke klarer å tenke det selv når man står i det, som du sier Siv og jeg selv har erfart.

ANTON: Ja for da føler man seg jo svak. Og tenker ikke akkurat på hvilken styrke det krever. Men kanskje er det noe der, man føler seg svak men man må være sterk. Også sitter du nå nedi det der da, i et hull, også en dag merker du at du tenker du må være sterk, og en dag merker du at du ikke lengre trenger å si til deg selv at du må være sterk. Og en dag tillater du deg selv å være svak uten at du tenker at du er svak av den grunnen. Og når man kommer dit så føler man seg ikke svak lengre. Er det når man føler seg svak at man er sterk, da man jobber for å være sterk? Det er litt sånn artige motsetninger det

der, at når man føler seg svak men er sterk, og når man er sterk så tør man være svak. Når man aksepterer at man trenger å få være svak og dermed ikke føler seg svak, er det der styrken finns? Hvis man er sterk så tør man kanskje være svak også.

ELINE: Mhm. Å akseptere at man er det. Svak er liksom så malplassert ord for det. Men følelsen er svakhet.

ANTON: Ja for om man kan si svak, i hvert fall var det sånn for meg at jeg ikke klarte å gjøre noen ting, at jeg måtte gå litt ut over meg selv for å komme meg litt videre, da kunne jeg ikke tillate meg å være sårbar, eller svak da, for da hadde jeg ikke kommet noen vei. Så det å da si jeg er svak og sårbar, og jeg tør ikke, men jeg må være sterk for å komme meg videre.

SIV: Når kommer den der, at nå. Jeg kan den dag i dag i noen situasjoner kjenne den der melkesyren i kroppen som kom, smak av adrenalin, som kom selv om jeg ikke hadde sprunget eller gjort noen fysiske anstrengelser som skulle tilsi det, men det å, selv om jeg bare lå flatt ut, å holde eksistensen var så tungt at hele kroppen mobiliserte noe helt vanvittig.

ELINE: Jeg lurer på hva det er som gjør at man kommer over i det moduset der at man bare vet at nå handler det om å ikke gi etter for det der dragsuget nedover, om det er noe eksistensielt, om det er en livskraft i oss eller utenfor oss selv som gjør at vi kan dras mot det at nå må vi bare være sterk for å overleve det her. Om det er en slags overlevelsesinstinkt som gjør at det der kan klikke inn, bevisst eller uten at man trenger å tenke det. Jeg lurer på hvor det kommer fra.

KAJA: Det tror jeg det er mange behandlere og helsearbeidere som også lurer på. For det har jeg fått spørsmål om så mange ganger, hva var det som gjorde at du klarte å snu det? Næhhi, hva er det? Finns det noe konkret som man kan beskrive. Jeg har ikke noe godt svar, kanskje er det en type livskraft, håp kanskje som man kjenner.

ELINE: Jeg tror ikke det er styrt av fornuften det der, jeg tror det er litt som når man er i en kjempe farlig, truende situasjon, så er det instinkt som kan gjøre at du bare skal overleve. At det er noe sånt, i oss, man kan gjøre et valg på tvers av den, eller gi etter uten å være bevisst det, men det kan også være at selv om vi ikke orker mer eller har et reelt ønske om å forlate livet, komme bort fra smerten, så er det noe som kan holde oss gående. Men hva er det der, noe?

KAJA: Skal se, for jeg husker, ehm, fra mitt eget liv der jeg ble så syk at jeg fikk beskjed at hvis jeg ikke gjør noe med det så kommer jeg til å dø, fordi jeg var så underernært. Da kom det, da ville jeg leve. Og det var en sånn stor kontrast, fra å ha lyst til å dø, å liksom

kunne bestemme over det selv og at livet er ikke noe for meg. Og så kommer det noen og sier at nå kommer du til å dø. Og da ville jeg ikke dø da, og om det er den der «utenfor oss selv» som kicker inn det vet jeg ikke, men det var veldig sterkt da. Å kjenne på, nesten litt sånn trass. Da skulle jeg gjøre det motsatte. Veldig sånn kontrastfullt da.

ELINE: Hm ja, jeg lurer på om det kan være flere lag i oss, at det har et sjelelig aspekt. Når jeg tenker sjel så tenker jeg at det er koblet til noe åndelig, noe større enn oss selv, at sjelen vår har en egen stemme, en egen vilje, det er nå mine undringer da. Jeg lurer på om det kan være noe der, som har tilgang til en vilje eller en kraft, som kan slå inn når vi bare må være sterk, om det er sjelen som tar ansvar.

SIV: I en tidligere samtale har det være oppe at det må treffe innenfra. Det er ett eller annet, om det skjer så subtilt at man ikke merker det eller at det er full konfrontasjon så må du bare finne ut hvordan vei du skal ta, også vekker det noe annet. Hvordan kan det henge sammen med det som er utover oss selv? Er det en motsetning? Hva er det som treffer sånn at noe starter en endring?

KAJA: Det var en psykiater som sa det til meg en gang: Du har så mye vilje, men du bruker den jo helt feil. Men noe måtte jo treffe meg, noe som traff et bristepunkt som gjorde at det traff inn og når det treffer så sterkt som det gjorde så kommer det jo noe ut av det, altså innenfra. Hos meg var det nok trass. Når jeg måtte så skulle jeg ikke, når jeg skulle så måtte jeg.

ELINE: Ja, for hva er det som gjør at man endrer retning? For hva er det som gjør at man ser at noe er destruktivt, at man tør, at man kommer til et vendepunkt. Det er mange som har spurt meg om det: Hva var det som gjorde at vendepunktet kom? Hvor kom det fra akkurat det der, det er vanskelig å svare på. Jeg vet om to hendelser, begge henger sammen med hjertet og kjærlighet. En situasjon der det var forbi bristepunktet og bare en handling unna så sa hjertestemmen at jeg ville leve. Jeg er ikke ferdig å filosofere over det, for der tror jeg det ligger noe. For hvis vi får tak i den, det i oss selv som vil noe konstruktivt da kan jo endringen skje. Jeg tror det er noe med de der lagene, som du Siv og Anton var inne på, hvis man kommer dypere og dypere ned i lagene så kommer man kanskje nærmere i kontakt med det man egentlig vil, i kontakt med kjernen.

ANTON: I mitt vendepunkt så, jeg hadde veldig sånn destruktiv adferd eller hva man nå kan kalle det, det var jo destruktivt men også for å overleve, så ja, dere skjønner, der jeg ruset meg og kun ødela meg selv da, relasjoner gikk i knas, og ha en livsstil som egentlig ødela alt. Så på et tidspunkt, og der tror jeg det startet vendepunktet, så begynte jeg å bli nysgjerrig på mitt indre liv, i form av følelser, tanker, sjelen, sinnet. Hvem er nå han her,

meg selv da, hva er det nå som er inne i meg, hva er alt det her. Og det har jeg jo holdt på med i mange år å komme i kontakt med det, å være i kontakt med det. Jeg har gitt det ganske mye rom da, gått mange runder med en papirblokk og en blyant, skrevet mye, lest og reflektert, og etter hvert med meditasjon, kjent på det og ut å prøve å erfare og det å på en måte ha styrke nok til å ha lyst å finne ut, å verdsette det der indre livet, alt av følelser og minner, bevissthet og erfaringer, jeg tror det er det som gjør at jeg i dag føler meg sterk. Jeg føler jeg er deltaker i livet, og kan gjøre det jeg vil gjøre. Og trygg, jeg føler meg trygg egentlig, kanskje heller det en sterk. For jeg er jo også sårbar men jeg har en bevissthet om det. Ja, trygg, og det trur jeg er på grunn av mine vandringer i mitt indre landskap for å bli kjent med meg selv og mitt indre, og å gjøre erfaringer ute i verden. Jeg har hatt lyst å bli kjent med meg selv innen ifra.

ELINE: Husker du hva som gjorde at du ble nysgjerrig, at du ville bli kjent med han der?

ANTON: Jeg var så langt nede som jeg kunne komme, det var helt ferdig, neste var over og ut, og hadde noen sagt gå å hopp utfor en bro eller sett nå det her skuddet så hadde jeg gjort det. Men så ble jeg bare liggende der alene da, og jeg har aldri hatt så vondt i mitt indre, hatt det så smertefullt før, men så svimte jeg bare av der i min ensomhet, jeg klarte ikke ha kontakt med noen, men når jeg våknet igjen etter en lang søvn eller bevisstløshet, jeg vet ikke hva det var, så var det bare helt annerledes. Det var som natt og dag, da begynte jeg å undre på hva er det der inn i meg. Så jeg tror erkjennelsen av at nå kan det ikke bli verre, nå er det ikke noe lengre ned, så åpnet det for noe. Det er kanskje litt likt din, Eline, hendelse oppe på brua, der du sto klar men klarte å lytte til hjertet selv om stemmene sa du skulle hoppe, og du fant din indre stemme, at du ville leve.

ELINE: Det ligner jo på det du sier også Kaja, at du visste at du kom til å dø hvis du fortsatte. Og du Siv har jo beskrevet det tidligere at det er noe som kom når du hadde gitt opp, men en desperasjon som likevel var der og holdt deg igjen, og noe som traff så du nærmest ikke hadde noe annet valg enn å tørre å åpne for å tørre å håpe. Nærmest som at du måtte gi håpet en uforbeholden tillit selv om du selv ikke hadde troen. Det er jo egentlig det samme vi alle fire har, at vi har stått der at nå er det døden eller snu.

ANTON: Man må liksom helt ned.

ELINE: Ja helt ned, det er da det kan komme.

SIV: Som i at noe blir synlig i kontrasten til smerten, helt nede i det svarteste?

ELINE: Ja, å ville dø er det nærmeste jeg har vært helvete. Ikke i religiøs forstand, men det er så smertefullt.

ANTON: Kanskje man trenger en bunn for å få noe å spenne fra? For det er noe med

vendepunkt, spiralen går nedover og nedover, når man er helt der nede så kan det gå galt eller så kan spiralen snu.

KAJA: Jeg er helt med på det dere sier om den bunnen, men jeg opplevde det som en lang prosess altså at vendepunktet er en hel prosess, det at jeg var så langt nede at jeg måtte snu hvis jeg ikke skulle dø er en ting, for hele det med vendepunkt eller det å komme i en bedringsprosess og være i en bedringsprosess er en prosess som for min del har tatt ganske mange år. Og selv om mye er bearbeidet og avsluttet så driver jeg ennå og henter frem biter, reflekterer og finner ennå ut av ting, nå de siste årene så har det virkelig landet, men det er jo en del av min livsprosess og jeg er høyst levende så jeg tenker det ikke er en avsluttet prosess selv om den delen har landet. For eksempel fra å ikke vite hva følelser er, ikke klare å skille de, eller skjønne hva det som koker i kroppen er, til å kunne si fra at vet du nå begynner jeg faktisk å bli litt sint. Det har vært en 20 år lang reise det. Vendepunktet kan komme ved at noe treffer men for min del har det vært en lang vei, mye som skulle snus, oppdages, finne ord for, læres på nytt eller for første gang, og ikke minst alle de erfaringene som jeg nå kan romme innenfor aksept, eller var det aksepten som kom først for så å kunne romme erfaringene, ikke godt å si.

SIV: Hva tenker dere er motsats til aksept?

ELINE: Skam.

ANTON: Og utenforskap.

KAJA: Vi har vel alle følt det. Hvis vi ikke aksepteres føler vi oss utenfor, og blir vi akseptert av oss selv og andre så får ikke skammen vokse. Hva er selvpåført skam da?

ELINE: Selvstigma, men det kommer jo fra et sted. Kanskje har man aldri hørt at man er god nok, eller hørt at man ikke er god nok. Det kan komme gjennom fravær av omsorg, eller påført skam. Skammen er skummel. Den kan være selvutslettende, og stå i veien for kontakten med andre mennesker.

ANTON: Eneste medisin mot skam, tror jeg da, er aksept. At du ikke er feil som menneske. Det er det som er så skummelt, med psykiatrien, en god del diagnoser etterlater et inntrykk av at man har noe feil med personligheten, med sinnet, ja kanskje til og med, med sjelen.

SIV: Da er det ikke lang vei til at man kan oppleve seg feil i hele sitt vesen, som menneske.

ELINE: Og selv om det er blitt mer åpenhet om psykiske lidelser så er det knyttet mye stigma til det.

KAJA: Det er noe med det her, at det tar tid å snu alle steinene, ganske dyptgående

prosesser som du sa Siv.

SIV: For å hoppe litt tilbake til det vi snakket om i sted som er det skiftet, som kan komme etter en natt i bekkmørket, eller en indre stemme.

ANTON: Ja, for jeg var veldig svak neste dag, men det var en helt ny opplevelse å sitte ned nærmest i kontakt med døden til å våkne svak som et aspeløv, og det var jeg i månedsvis men jeg fikk begynne med å bli kjent med meg selv, jeg satte meg ned og skrev og fant ut av ting og forsto mere, og jeg gikk ut, møtte et annet menneske på butikken eller bussen, men jeg var ingenting, var skikkelig sårbar og krenkbar, jeg var som et aspeløv rett og slett, *hudløs*, men etter hvert har styrken kommet, der jeg har tålt andre mennesker og utfordringer, men jeg måtte nok tåle meg selv først, mitt indre. Jeg jobbet hardt med meg selv mens jeg ikke tålte andre mennesker enda, og heller ikke livet. Men det har kommet det også etter hvert, ettersom jeg kom meg mer ut. Så det er noe med det der indre-ytre, når man er kommet seg gjennom det er det ikke så nøye hva som hører til hvor, men på et punkt har man så mye man skal gjennom at man må *gjøre seg kjent med det indre, sette i live, for å tåle det ytre*. Så jeg måtte gjøre det sånn da, det var jo en lang prosess over år.

ELINE: Jeg tenker også sånn at når mitt vendepunkt kom så var jo bare det starten, for det var da jobben begynte, en formidabel jobb og det går ikke fort. Vi vet at den jobben må gjøres hele døgnet og krever mye, og at man må få den tiden man trenger. For det er stein på stein på stein, en lang vei som kan ta år. Så et vendepunkt betyr jo ikke at det er et knips så er alt fikset, nei.

ANTON: Men samtidig så er det fine for min del da, at fra det punktet frem til i dag, det er mer enn ti år siden, så har jeg alltid visst at det kom til å gå bra. Jeg var helt trygg på det, hadde ikke tvil.

KAJA: Det har ikke jeg visst.

SIV: Jeg hadde det mer sånn at det kom en desperasjon i en visshet i at dette ikke kom til å gå bra. Og en tvil som lå med på veien i mange, mange år selv inn i bedringsprosessen. Men det lå noe som ga en oppdrift til å gi det en sjans, men jeg hadde det ikke klart innenfra, trengte den livsbøya utenfra. Det traff ikke innenfra på en slik måte at den fjernet tvilen, den traff ikke idet jeg ga det en sjans heller. Den måtte hele tiden overtales, men etter hvert fikk jeg til å gjøre den overtalelsen innenfra. Det var mange runder og tok mange år.

KAJA: Det kan være litt forskjellig hvor trygg man er i seg selv og i livet sitt kanskje. For selv om jeg bestemte meg for å ville leve når jeg fikk beskjed om at jeg ellers kom til

å dø, så var det jo en lang prosess. Å bare det å tørre å gå i gang med den jobben, som er vanskelig, og jeg vet jo ikke hvordan det går.

SIV: Og det å gjøre det på tross av at jeg ikke kunne vite hvordan det går og uten visshet om at dette går bra det er for meg å våge noe som man rasjonelt sett ikke kan ha tillit til, når ikke den tryggheten ligger der slik du beskriver at den gjorde for deg Anton. Jeg tenker på det du gjorde Eline, med å ta kontakt med tidligere behandlere på en sengepost og spørre om du kunne komme å gi noen tilbakemeldinger, du våget virkelig, uten å vite hvordan det skulle gå. Det var nå den runden, men alt det hver og en har vågd med eller uten trygghet på at det skal gå bra. Nå gjør jeg mye jeg ikke vet hvordan skal gå, men har en trygghet i meg. Situasjonen blir dermed også trygg, selv om jeg naturlig nok ikke helt vet hvordan det kommer til å gå. Du sa noe om det tidligere Anton, om det å være trygg i den du er nå. Jeg vet at jeg selv erfarer det å møte noen som er trygg så er det lettere å få en trygghet, enn hvis jeg selv utrygg og den andre er utrygg.

ANTON: Mange synes jeg er rar eller annerledes men jeg føler meg trygg på meg selv. Jeg er trygg på at det er meg, selv om andre kan synes jeg er litt rar. Det er mye styrke i trygghet, det er noe med trygghet og tillit, styrke og tillit, tørre å ha tillit til noe, tørre å ha tro på noe, tørre å la tvilen være en styrke.

SIV: Det var i et av intervjuene eller egentlig i materialet til nå da, som jeg nå formulerer som det ønske om å møte det andre menneske som et menneske som det mennesket er, og det å være åpen for kontakt og viljen til å møte det som er uten å vite hva det er i forkant. Det uttrykkes på ulike måter. For eksempel: jeg har tillit til at folk vet hva de opplever og at de eier sine erfaringer, og det å tenke at det vi kanskje ikke forstår ikke trenger å være en vrangforestilling men at det har en mening for den andre, at det er noe relasjonelt i det å tørre å prøve der det relasjonelle har noe ved seg som et type tillitsforhold og at dialogen, indre eller ytre, er en forutsetning. Kan vi dvele litt ved det, hva viser dette til?

ELINE: Det er kanskje noe med intensjon og ikke intensjon. Intensjon inn i møtet, ikke i møtet, hvis du skjønner hva jeg mener. Uten å *ville møte det mennesket som et menneske, og først og fremst det*, så kan ikke kontakt oppstå. Men i kontakten nytter det ikke å gå inn med en forhåndsbestemt intensjon, da ser man jo ikke det som er. Klart, jeg kan jo ha en tanke om at nå skal jeg foreslå noe, og det kan jeg jo ha det med meg inn, men jeg må jo først inn i situasjonen før jeg kan vite noe om hva som blir ok å gjøre. Jeg tenker litt på det som ble sagt her tidligere, om aksepten. At det du refererer til Siv, ikke er mulig uten å romme den andre med aksept. Og da også at det er lettere å snakke med en person som

utstråler trygghet, det er noe jeg kjenner meg igjen i. Jeg tror vi mennesker fanger opp så mye mer enn hva vi egentlig er klar over, ting som ikke sies med ord og at jeg ikke alltid vet helt selv hva jeg fanger opp, men merker at det er noe. Hvorfor er det sånn at noen ganger når jeg snakker med noen som forteller noe, med helt vanlig stemme, men så reiser hårene på kroppen min seg. Det skjer før det i en bisetning blir sagt at dette var en spesiell opplevelse for den som forteller. Og da vet jeg at da har min kropp reagert på noe før det blir sagt verbalt at dette var viktig og spesielt. Det ligger noe mellom oss som oppstår som en type kommunikasjon kropp til kropp. Og det er det jeg tenker på når dere sa det her med tryggheten, at det kanskje er noe med å ha kjent på så mye utrygghet som vi har erfart, og kjent det på kroppen, så vet vi så godt forskjellen på hva som er utrygt og hva som er trygt. Og kanskje det er en styrke i det å ha tålt så mye utrygghet over lang tid, sånn at når trygghet endelig kommer så eier vi den og er glad i den. Og kan være i kontakt med den tryggheten og kjenner utryggheten godt. Det tenker jeg bare sånn.

SIV: Det er de bittesmå tingene vi kan se i et blikk, i at noen tar et steg bakover. Eller at noen ikke tør å vise ansiktet sitt, skjuler øynene bak solbriller midt i mørketiden, eller drar dyna over hodet, eller sier vagt: ikke bli sint på meg.

KAJA: Eller muskler som spenner seg, urolig gåing, at noen trekker seg unna hvis jeg setter meg litt for nært.

SIV: Noen lar jeg få slippe at jeg ser rett på dem, altså merker at øyenkontakt er for invaderende.

ELINE: Eller at det er noe som, en vibb, som ligger i lufta liksom.

SIV: At vi merker at her er det noe som er sårbart, uten at vi dermed går inn å sier: Åh, nå er du så sårbar, nå skal jeg være forsiktig. Men heller bare justere oss etter at her er det noen som er utrygg uten selv å bli utrygg.

Grunnforutsetning for kontaktpunkt

ANTON: Kan det være at vi i møte med mennesker så må vi ha en grunnforutsetning, at vi ikke er der for å endre den vi møter, men er der for å romme det det mennesket er og har, med respekt og medfølelse, sånn som det er i øyeblikket der og da? At vi kan føle med, og da må man gjerne ha vært der for å kunne gjøre det, ellers vet man ikke helt hva man føler med, da blir det snarere sympati enn empati og medfølelse. Hvis man har vært der før, vært der selv, så evner man å føle med, for da vet man hva man ser. Har man aldri vært der så blir medfølelsen litt annerledes, for hva er det da man føler med? Samtidig er det det med at jeg

har lyst å være her sammen med deg, selv om det er vondt og vanskelig, kaos, eller ja, du er som du er, og det er ikke feil. Det er det med å få aksept for å være annerledes. Hvem vet om det er annerledes, det er kanskje helt innenfor med tanke på det som skjer med deg i øyeblikket. Først da tror jeg det kan bli kontaktpunkt, og at kanskje det er noe som kan snu fordi du får være sånn.

SIV: Og, kanskje vendepunkt. Altså at det kan bli en relasjonell erfaring som er annerledes enn du kanskje har opplevd før. Den aksepten du da er med å gi for det andre menneske er noe jeg tror kan være med å skape en trygghet og kanskje et vendepunkt.

ANTON: Ja, fordi da er det ikke noen som sier du må ikke være sånn eller gjøre sånn.

SIV: Jeg husker en gang en kar som hadde ommøblert rommet sitt. En del miljøpersonale sa i rapporten at det fikk han ikke, så neste vakt måtte få kontroll på han og flytte alt tilbake. Det var ingen som sjekket med han hvorfor han ville ha et bilde oppå skapet istedenfor på veggen rett foran senga. På bildet var noe som kunne minne om et ansikt. Hvem vet om han kjente at han ble stirret på? Det gjøres så mange antakelser og direkte inngripen i folks rasjonalitet, også blir det bare en inngang til situasjoner som blir så uverdige. Jeg var en annen gang inne hos en pasient som hadde det, joda, veldig rotete på rommet. Han var frustrert for behandler hadde bestemt at han skulle rydde det en gang per vakt. Jeg spurte om han synes det var rotete. Nei, han synes det var det han hadde her i livet som var der, det trengte han. Hva trenger du, spurte jeg. Personalet kommer inn uten å banke på, jeg trenger en beskyttelsesvegg så jeg slipper at de plutselig står og glaner på meg når jeg ligger i senga. Vil du ha litt privatliv? Ja. Skal vi brette sammen klærne og stable bøkene så du kan ha de som en liten skillevegg mellom døren og senga. Også kan vi kanskje legge alle papirene her ved bordet og rydde sneipene? Ja. Vi brukte lang tid, snakket om bøkene og hørte noen låter på mobilen. Rommet ble ryddigere, og det ble mer privat for han. Han takket og gikk ut til personalet og sa at nå var rommet blitt trygt igjen, at vi hadde fylt det med noe positivt og ryddet. Det er så mange sånne sitasjoner jeg ikke forstår hvorfor det ikke er nysgjerrighet først, men bestemmes ut fra personalets rasjonale.

ANTON: Det er jo da noe kan snu fordi det ikke er å endre det som er, og det er litt sånn, for det er jo litt sånn med oss mennesker, hvis noen sier dette får du ikke lov til, så motiverer det jo gjerne det motsatte. Er det ikke litt sånn vi er, vi mennesker. Men man må jo virkelig mene det da at man har lyst å være der sammen med.

Utkanterfaringer og mellomrommet

KAJA: Jeg tror det er en kunst da å møte folk der de er, som de er. Jeg tror ikke helsevesenet er så god på det, for her, speiles pasientene som seg som det menneske han eller hun er eller som sin diagnose? Og det å vise aksept for at du har selvmordstanker eller vil dø, der tror jeg ikke helsevesenet er i stand til å møte deg, uten å straks si noe som gjør at det stenges av, avvises, eller at det blir risikovurdering neste. Risikovurderinger er jo viktig, men der er det jo ikke plass til annet enn umiddelbar fare og farereduksjon. Det er til og med mulig at du opplever deg til fare for deg selv, men vurderes som ikke suicidal. Den har jeg erfart. Du verden da føler du deg liten og ikke verdt en skit. Helsevesenet gir ikke rom for å stå sammen i det, som det er, vi skal forhindre skade selvfølgelig, men jeg tror vi fire er enige om at det er behov for så mye mere. Hva er dette uttrykk for, hva kan vi forstå gjennom det, hva trenger du, hvordan kan jeg romme deg mens du står på livets rand. De utkanterfaringene vi har gjort at vi ser at det er behov for å ikke bli dømt, ikke bli avvist, ikke bli etterlatt i det alene. Vi skal også forhindre hvis det er reell fare, men du verden det er mye vi kan gjøre i mellomrommet. For noen er tanken på døden en livbøye, for noen er det et rent helvete, for noen er det bare snakk om tid. Uansett så er det noe for det menneske som er i det, det er der vi kan prøve å få være sammen med og se om vi kan forstå dette noe. Uten å akseptere det, da mener jeg vise aksept for at det er sann den andre opplever det, så finner man jo aldri ut hva det handler om.

ANTON: Og der er jo ganske sann spesielt, for det er jo ganske naturlig at dødstanker, ønske eller hva det nå er, kanskje et behov for å forsvinne eller slippe unna smerte, det er jo ganske naturlig når vi møter folk som er veldig plaget, har så mye smerter i sitt indre og mislykkes på så mye av det som i dagens samfunn forventes at man skal få til da. Da er det jo helt naturlig at det kan dukke opp, det gir jo mening. Det er nesten noe naturstridig i å tenke det motsatte.

Det er «livets smerte og lidelse» ikke «bare» «sjelens».

Lysten til å forstå – mening

ELINE: Kanskje det ligger en enorm styrke i det å kunne være sammen med et menneske som er i det svarteste. Å bare være der, å tåle det og dermed også tåle den andre. At det ligger en enorm styrke i det å bare være sammen med, å romme deg.

SIV: Det har jeg erfart at når jeg så at en annen tålte meg, så kunne jeg begynne å tåle seg selv.

ELINE: Det er ganske drastisk det her, hva er grunnproblemet? Er aksepten for mennesker som befinner seg i livets utkanter blitt borte nettopp der det skulle være mest rom for det? Hvor skal en da finne tryggheten?

KAJA: Det er rart med det. Å gå inn i et system en har så mye å utsette på. Så må vi være kritisk til oss selv også. Jeg mener, jeg gjør også feil, og må tenke kritisk gjennom hva jeg gjør.

ANTON: Men det er noe her, å ikke dømme, å akseptere, å ville være, og det som ble sagt før her - uten trygghet ingen tillit.

KAJA: Noen ganger må man gripe inn, gjøre noe, men da kan man si hvorfor og hva. Jeg bruker være obs på at når jeg stiller et spørsmål så må det være et valg. Så om jeg spør om jeg kan få gjøre noe, så må du ha anledning til å si ja eller nei, sier du nei så må jeg respektere det. I de situasjonene jeg må gjøre noe kan jeg si: jeg må få lov å hjelpe deg, også sier jeg hva jeg skal gjøre. Jeg gir ikke et valg, men jeg skal fortsatt være åpen og forholde meg til deg.

ELINE: Vi har jo et ansvar, selv om vi kan sitte i det svarteste. Noen ganger må vi si at vi er så bekymret at vi må si fra til legen eller vi kan være med å snakke med legen. Eller vi tar bort gjenstander, for å forhindre skade. Men her snakker vi jo ikke om å ikke måtte gjøre det når situasjonen krever det, her snakker vi jo om det å tåle å være i det som den andre er i. Jeg tror det er rom for begge deler, for det er så lite aksept i det å si: Åh du burde ikke tenke sånn, tenkt nå på familien din, eller, du har så mye, dette må du bare slutte å tenke på. Altså alt man kan si som bare skaper en avgrunn imellom. Det skal være mulig å møte noen på den smerten selv om man kan være nødt å fjerne noe som er farlig.

KAJA: Jeg kommer til å tenke på et eksempel, for det var en pasient da som var så misfornøyd med alle rådene han fikk. For han hadde, hva skal man kalle det, selvskadingstrang. Og så var alle rådene han fikk, nei men det er bare å ikke å gjøre det. Han synes det var et dårlig råd for han hadde jo behov for det. Da var det mange som gikk i den der, du skal ikke - sånn eller slik. Det ble jo veldig sårt, for behovet var der likevel og skammen bare vokste.

ELINE: Det er akkurat det jeg er ute etter, for hvor er respekten for han da.

KAJA: Jeg tror det beror på at det ikke er så mye forståelse for de mekanismene, eller det som er i sving, når man har det sånn og dermed har den trangen. Det er jo svar på noe. Men hvis man ikke forstår det så kan man heller ikke finne ut hva det er svaret på. Hva er grunnen?

SIV: Det hjelper jo ikke at noen sier du må ikke gjøre det, eller tenk nå på at du får stygge arr som vil vises når du vil gå med t-skjorte om sommeren. Når noen sier sånt så er det jo tydelig at de ikke forstår at dette henger sammen med ganske store ting.

ELINE: Det er jo bare å påføre skam, ved å ikke forstå og dermed ikke kunne vise aksept, da stenger enn døra til det andre mennesket. Og da kan man jo ikke være til noen hjelp. Sånn apropos å ikke skade, og noen ganger må vi fjerne gjenstander eller forhindre skade, men denne typen påført skam er også skadelig, Og det skjer jo ofte. Det fikk jo jeg også høre.

KAJA: Jeg også.

SIV: Er det det som skjer når man responderer med uforstand og dermed lukker den døra?

ELINE: At det er skammen man får? Ja. For det er jo det samme, for det var ingen som turte å komme inn i min smerte, det var ingen som turte å være der sammen med meg og kanskje finne ut hvorfor var det jeg ville skade meg, eller hvorfor hadde jeg en ørn på ryggen. De bare så psykosen, avviste det. La lokk på det. Ga mer medisiner.

KAJA: Jeg opplevde det her for mange år siden, og jeg skadet meg selv alvorlig da. Det første jeg fikk var en håndbok i hvordan jobbe med selvskade, som jeg og behandleren skulle fylle ut før vi i det hele tatt hadde utforsket hva det handlet om, hvorfor har jeg behov for det, hva slags funksjon har det. Så det der fungerte jo ikke i det hele tatt, fordi det for helsevesenet bare handlet om å fjerne noe, type du skal ikke. Men det hjalp jo ingenting, jeg skadet meg jo like mye. Det tok jo ikke slutt før jeg ikke hadde behov for det lengre, men først måtte jeg jo finne ut hvilken funksjon det hadde, hvilket behov det var et svar på, og hva jeg kunne gjøre istedenfor. Så det der «du skal ikke», det henger sammen med at det ikke blir forstått.

ANTON: Det er jo litt det som er, å møte et annet menneske er jo forståelsen, særlig med folk som plages veldig, når noen er så sårbar så er det jo gjerne det man møter, altså forståelsen hos den andre. Nå mener jeg for eksempel meg som den andre. For hvis jeg er kontakten til noen og er sammen med han, hva er det som møter han hvis det ikke er meg og dermed min forståelse? Det henger jo sammen. Jeg er jo i det møte med min forståelse. Den forståelsen man møter skaper jo enten trygghet eller utrygghet eller frustrasjon eller sinne eller. Hvis man møter et menneske med at du kan ikke være sånn så blir det jo fullstendig kræsje. Man kan da i det minste møte folk med at man har lyst til å forstå det. Eller at det man forstår åpner opp for å forstå mer. Eller kanskje man må justere sin forståelse, da er det jo tryggere. Hvis man ikke føler seg forstått og er så

Det som systemet leser som symptomer, leser vi gjennomgående som uttrykk for mening, at det er nødvendig av meningsfulle grunner, dvs. i hvert fall grunner som gir mening for den som gjør det.

Møter med oss selv, personlig, ikke med en rolle eller funksjon. Det jeg viser er det jeg står for. Det er da ingen profesjonalisert forståelse å «gjemme» seg bak.

sårbar så blir man jo redd. Det der med forståelse, ja ..

ELINE: Kanskje det ligger i det med lysten til å forstå. Og der kommer jo nysgjerrigheten inn igjen. Det er kanskje nysgjerrigheten som gjør at vi går inn i det, og så tror jeg at vi har en forståelse med oss på bakgrunn av våre egne erfaringer, som ligger der med oss og kan gi oss tilgang til noe som vi ellers ikke hadde hatt, da tenker jeg også på ulike måter å forstå på. Sant. Det var ingen som turte å gå meg i møte, finne ut av mitt landskap, finne ut hvor min livssmerte lå, og da når jeg nå i møte med mennesker, nå i dag så er det kanskje en rettesnor til å ha nysgjerrighet for hva er ditt indre og ytre landskap. Hva er grunnen til at du har skadetrang, hva er grunnen til at du, ja hva det nå måtte være. Jeg vet jo bare mitt landskap, men jeg vet jo ikke den andre sitt landskap. Jeg passer meg for å dømme for jeg vet jo ikke.

SIV: Det landskapet er litt som terreng altså den andres virkelighet, eller?

ELINE: Ja, hvordan ser verden ut for den andre, og hva er det som driver deg til det ene eller det andre. Så det er den der nysgjerrigheten og viten om at jeg ikke kan vite uten å møte deg. Jeg liker det her ordet Love&Kindness. Det er ikke noe godt ord for det på norsk, men det er om hvilke verdier man har i seg. At man ønsker den andre noe godt.

ANTON: Hvis nysgjerrigheten henger sammen med ønske om å forstå mer er det bra, men ikke hvis det er sånn vitebegjær for å sladre til andre. Jeg følte bare jeg måtte si det. Nysgjerrighet kan assosieres til så mangt. Hvis du har en nysgjerrighet for å kunne forstå, for å kunne være sammen med, da er det en god nysgjerrighet.

KAJA: Det er en sånn nysgjerrighet jeg mener, for det er mye jeg ikke forstår. Jeg har for eksempel aldri vært psykotisk så jeg vet ikke hvordan det er. Men selv om jeg hadde erfart det selv så kan jeg ikke dermed vite helt hvordan det er for den andre. Så det vi ikke kjenner må vi ville bli kjent med via den andres opplevelse og erfaring, og det vi kjenner må vi være *ydmåk* å vite at vi ikke dermed vet hvordan det er for en annen.

ANTON: Nysgjerrigheten handler om å *ville forstå*, og å kunne komme nærmere. Det ble jo sagt her tidligere, det kan være en av grunn mellom ulike forståelse og dermed mellom mennesker. Hvis man støtter seg til forklaringer uten å møte mennesket så er man vel ikke nysgjerrig lengre, eller?

KAJA: Jeg tenker på en nysgjerrighet på person og livet til den det gjelder. Da må vi ville være sammen med. Derigjennom kan vi få en forståelse. Jeg tror forståelse også handler om å komme nært men ikke for nært.

SIV: Hva legger du i det?

KAJA: Haha, si det. Har ikke du skrevet om det før, kan det være der jeg har det fra?

SIV: Joda, så det er fullt mulig.

KAJA: Neida, jeg har lest så mye stykkevis og delt at jeg har noen tanker om det å komme for nært og det å ha for stor distanse. Hva er passe nært da? Det tror jeg kanskje er det jeg mener å si med nært men ikke for nært, det er ikke noe fasit, det avhenger av mange ting som relasjon og situasjon. Men med stor distanse blir det ikke noen kontaktpunkt mellom folk. Så tror jeg kontaktpunkt handler om å være noe for hverandre, og det tror jeg man lettere blir hvis man har noen felles erfaringer eller felles forståelse. Det er jo der det kan være noe gjensidighet.

Frigjørende gjensidighet

ANTON: Jeg bruker jo si å gå skulder ved skulder eller ved siden av, gjensidighet er et fint ord. Jeg tror det henger sammen med mulighet for medfølelse for den andre, for å finne noe ut sammen, skape en relasjon og en sterkere relasjon. Jeg sa jo tidligere at rollen som erfaringskonsulent utvikles i møte med andre. Det er vel kanskje jeg som utvikles eller i hvert fall min forståelse. For jeg lærer jo mye av andres erfaring og samspill med andre. Det er jo litt sånn at hvis jeg skal virke, for å si det sånn da, så må jeg jo være nyttig for deg, altså at du kan bruke meg til noe. Det høres fælt ut å bli brukt, men dere skjønner. Det handler vel mer om å være med på folks vei, å gå i samme *gate*, men kjenne flere gater. Det er jo det vi mennesker og kanskje særlig mennesker som strever voldsomt med psykiske helse plager, sliter med mangel på kraft til å være i relasjoner eller å være seg selv i de relasjonene. Så det å være med å gjøre folk sterk nok til å være i relasjoner, det er jo egentlig det det handler om. Det vet vi jo alle at det kan være noe av det vanskeligste, å være i relasjoner, men samtidig er det kanskje det beste av alt. Det kan være så smertefullt at det er vanskelig å være, og dermed vanskelig å være i relasjoner når man er sårbar, fordi man må men har ikke kraft nok, blir lett overkjørt, vet ikke helt hva man skal si og tør kanskje ikke være seg selv i møte med andre mennesker. Det var i hvert fall sånn for meg, og det er smertefullt å havne i den ensomheten man da kan oppleve. Så i det der å miste seg selv, at noen har tid til å være der, likeverdig, og som kan være en person i relasjonen, vise seg som person, men samtidig ha, både være der men samtidig gi rom til den andre så den andre får vokse og finne styrke nok til det. Muligheten for gjensidigheten er jo avhengig av at jeg gir deg rom, der du kan være deg. Det er noe med det å få til likeverd med mennesker som er veldig sårbare, og som kanskje strever med relasjon til seg selv, har mistet seg selv eller har mange dårlige erfaringer med relasjoner. Det å havne i den der at

du skal være alt for deg selv kan føre til mye lidelse, og det å være totalt avhengig av andre kan på den annen side føre til avmakt. Her har vi et ansvar for å gi rom for den enkelte, og noen ganger er det kanskje *en handling nok å gi deg tilkjenne, bare være der*. Det å finne styrke er jo mye det livet her ute handler om, å kunne gjøre det i dagliglivet, komme seg frem her i verden. Når man er på det mest sårbare trenger man noen som ikke skal vise seg frem, men som kan slippe den andre til, gi rom der du kan frigjøres.

SIV: Tenker du det er forskjell på selvhevdelse og det å være synlig som den man er?

ANTON: Ja, om jeg tar all plassen så blir det jo ikke plass til den andre.

SIV: Jeg husker at de som viste litt hvem de var de var mest synlig for meg. For eksempel ble jeg så overrasket, ja glad, en gang min tidligere behandler ble sint på vegne av en pasient som var gjort urett mot. Det sinnet var så berettiget i forhold til situasjonen, og hun viste dermed hva hun sto for, men med akkurat passe mengde sinne. Det gjorde inntrykk på meg som hadde måtte fortrenge mitt eget sinne av ulike grunner. Holdt det inne, så det ble rettet innover. Det ble liksom en døråpner for meg til å ta tilbake den følelsen selv om jeg var redd for at den kunne bli for sterk. Det ga igjen mulighet for å finne ut hvordan jeg kunne sette grenser for folk på egne vegne.

ELINE: Det der er jo kjempe interessant, for vi speiler jo hverandre. Og det å lære noe på nytt, det gjorde jo jeg også, veldig. Jeg tror at det å se hva andre gjør er en måte å lære noe nytt eller på nytt på. Man kan miste seg selv så mye, kan føle seg så verdiløs at man blir den matta som alle kan trække på. Så det å ta tilbake det man har mistet, eller aldri har hatt, det er en viktig læringsprosess. Det skal noe til å lære at, ja - jeg kan sette grenser. Det er det barn gjør, de kopierer adferd, lærer av å se hva andre gjør, prøver og justerer utfra responsen de får.

ANTON: Det er det som er så fint hvis man kan ha et sånt miljø der det er mulig å gjenvinne likeverdet. Å gjøre ting sammen med andre og være i dialog, det er viktig for å komme seg videre. Det bør jo være mye sånt da i arbeidet med å fremme god psykisk helse, at man kan gå inn i relasjoner og lære av hverandre.

ELINE: Det får meg til å tenke på noe som skjedde i en gruppe, sånn gruppebehandling, det var for mennesker som hadde vært lenge i psykiatrien. Så fant en ut at han skulle melde seg på et kurs. Når en annen fikk vite det, ble det et tema i gruppa: Går det an da? Kan vi som psykiatriske pasienter gjøre det? Jovisst, gjorde det det. De dro et helt gjeng i lag, det skjedde noe med dynamikken i den gruppa, de begynte å backe hverandre opp. Det ble som å åpne verden igjen, tørre å prøve, få støtte i et fellesskap og se at man ikke er så annerledes.

En treleddet kommunikasjon og likeverdig relasjon muliggjør det å se at man ikke er annerledes.

ANTON: Det å gjøre ting sammen, sånne dagligdagse ting, ikke bare i samtaler, er mye det miljøarbeid kan være da, som kan veie opp for medisiner.

SIV: Og som har en overføringsverdi til utenfor sykehuset, hva skal man med å lære seg sykehusets sosiale spilleregler hvis det ikke har overføringsverdi i dagliglivet utenfor sykehuset?

ANTON: Ja, det er viktig at det er samfunnsnært og livsnært.

KAJA: For det kan bli så stor forskjell at det ikke fungerer ute. Det er jo også lett å legge begrensninger på seg selv når man er veldig, veldig dårlig. Men kanskje ser man at noen andre som også i perioder er veldig dårlig har en jobb, eller studerer, eller har kjærest, også vekker det en form for interesse; hvis han kan, så kanskje jeg kan. Det skjedde på jobb for ikke lenge siden. Og da ble det et tema, der den ene ville bli erfaringsformidler og en ville melde seg inn i en forening. At det skaper en sånn der, her er det jo muligheter.

SIV: Det var en innom meg i går på kontoret, vi snakket nå om mangt, han spurte hvordan kan man bli erfaringskonsulent. Jeg ble så glad for det sier noe om hvor langt han er kommet i sin prosess, den nysgjerrigheten på muligheter for fremtiden. Vi kom inn på det etter at han begynte å snakke om at han opplever at det finns to parallelle fortellinger i og om hans liv, en som går i psykiatriens språk og en med hans egne ord. Han er så oppgitt av at han ikke når frem til behandleren uten å bruke behandlerens språk. Jeg tenker at da er man kommet ganske langt da, når han ser de to fortellingene. Jeg spurte hvilken av de han bygger videre på. Min egen, men det hadde jo vært fint om jeg ikke måtte ta et oppgjør med den andre, bruke masse krefter på det da, for hadde jeg bygget videre på den, hvem blir jeg da? Det er litt sånn, tenker jeg at de fortellingene vi har sier noe om praksis, det ligger jo mange fortellinger i samtalen i dag og i de dere har skrevet og vi har samtalt om. Er det noe annerledes i de her møtene som, noe som blir synlig i fortellingene, som viser noe om hvordan en kunnskap man har da, kan brukes? For det å ha en kunnskap betyr jo ikke nødvendigvis at man kan anvende den.

ELINE: Det er vel stor enighet, også i forskning, at relasjoner er viktig for om det skal virke? Men jeg undres på hva som legges i relasjon. For er det når, hvordan skal jeg si det, når rolle møter rolle, som helsearbeider og pasient, eller når kjerne møter kjerne, menneskemøter altså.

ANTON: Ja det der er interessant, for her er man liksom tildelt en rolle, og en diagnose og.. Sånn apropos speiling, med de rollene som er da, speiles man som pasient med den og den diagnosen eller som seg selv, som menneske?

SIV: Jeg har prøvd meg på en formulering om at det i disse møtene er en ny relasjonell

erfaring, som syns så annerledes at den kan sies å bli en korrigerende relasjonell erfaring. Hvordan høres det ut?

ELINE: Jeg tror ikke bevisstheten er høy nok om den forskjellen som du beskriver eller spør om Anton.

ANTON: Jeg bryr meg ikke om diagnosene, hvorfor skal folk settes i kategorier som noen har konstruert. Det sier jo ingenting om hvem du er. Folk med samme diagnose er jo helt forskjellige mennesker.

SIV: Så er det her som alle er enige om at er viktig, menes da relasjon til person eller behandlings-allianse, altså relasjon som sykepleier og pasient?

KAJA: Jeg tror det er den siste der. Det er jo det vi er satt til da i helsevesenet, å behandle.

ANTON: Men hva er behandling da. Den fortellingen jeg hadde, der setter jeg meg sammen med noen i det mørkeste.

SIV: Gir en klem istedenfor å bli sint.

ANTON: Ja, for jeg visste jo at han var redd for at jeg skulle bli sint. Så hva skulle det hjelpe for. Det var nå som det var, han hadde det helt jævlig og prøvde å ta livet sitt. Så hva gjør man da. Korrigerer eller prøver å være der sammen med for så å kanskje få til å snu det. For meg blir det helt meningsløst å dømme han, han har da fått nok fordømmelse, han må jo få bli trygg på at han er ok, da kan han kanskje finne fotfeste i livet igjen.

ELINE: Det er jo terapeutisk.

ANTON: Ja kall det gjerne det, men det er jo ikke med den intensjonen jeg gjør det, om det blir terapeutisk er vel opp til hva det fører til for han da.

SIV: Jeg tenker det ble en ny erfaring for han.

ANTON: Ja, og for meg sammen med han.

ELINE: Og det blir mulig fordi dere får et kontaktpunkt via noen felles erfaringer. Jeg tror, jeg vet jo ikke, men jeg tror at han ved det du gjorde kunne skjønne at du har en forståelse som ga en annen mulighet enn han hadde erfart før.

ANTON: Og hva er det da?

Kjærligheten er eksistensiell

SIV: En av dere har kalt det at det oppstår et spontant nærhetsrom når noe personlig aktiveres.

ELINE: Da kan det bli et kontaktpunkt, også blir jeg jo mer beveget når noe berører, om jeg ikke forstår det som er, kan jeg jo syns synd på deg men det stikker ikke dypt nok til

å få kontakt. For jeg tenker bare mer og mer på, for min del, jeg vet jo hva som er min bærebjelke i alt som jeg hele tiden har med i alt som jeg gjør, og det er jo det store ordet kjærlighet. Det er en verdi jeg lener meg mot i menneskemøtene, det er den som det er - kjærligheten som gjør at det kan være noe menneske. Jeg tror det er kjærligheten som gjør at man tør å gå inn i det der mørket sammen med.

ANTON: Kjærlig medfølelse.

ELINE: Kjærligheten gjør jo at man får medfølelse. Den er en kraft og noe å lene seg mot når alt er skjørt.

Anton: Hva er kjærlighet?

ELINE: Ja, for meg er kjærlighet noe som bærer meg, noe som er større enn lille meg. Noe som jeg kan lene meg mot, som holder meg, som omslutter meg, som gir mot. Og som er der uansett, som jeg har tillit til hele tiden. Den bare er.

ANTON: Ja.

SIV: Har den vært der hele tiden? Eller er den noe som, når man har vært i kjærlighetens vrangside som depresjon kan beskrives som.

ELINE: Det er ikke den kjærligheten mellom to mennesker jeg tenker på, denne er større, den er eksistensiell. Det kan være den er i kontakt med noe åndelig, uten å trenge å være en konkret gudskraft.

SIV: Det er noe med at jeg tror vi trenger å være i kontakt med noe som er større enn oss selv.

KAJA: Noe åndelig.

SIV: Det kan være i det å møte et kjærlig blikk, eller noe som utstråler ømhet da. Vi merker jo om noe er fiendtlig eller noe vi kan se som sier noe om at vi møtes med forståelse da.

ANTON: Så når du setter deg ned og skal prøve å forstå ting, er din verdi da kjærlighet?

ELINE: Ubetinget kjærlighet. Jeg tenker det er den som rommer alt. Så er det lag i den da, tillit og tvil.

ANTON: Jeg liker litt det som er nynorsk: Kjær-leik. Leik. Kjærlig leik. Til.. Med.. om..

ELINE: Med. Med i livet. Med-menneske.

ANTON: Med-følelse, med-lidende. Å lide med. Lidenskap kan bli så sterk, at det blir lidelse. Men det er bra da at man brenner for noe.

ELINE: Haha, da kan det brenne opp, så kommer fuglen fønix opp av aska.

ANTON: Det henger jo sammen da, livet er jo også lidelse. Så det å på en måte lide med i livet, tror jeg er viktig.

Denne runden innledes med husløs og kommer her til kjærlighet. Det er kjærlighet som gjør at det kan være noe menneske.

ELINE: Hvis man ikke klarer å lide så er man død.

KAJA: Lidelse opplever vi alle i livet. Så er det ikke alle som får en alvorlig psykisk lidelse av det da. Lidelse hører livet med, noe ingen forskånes fra.

Å være (i) kunnskapen

ANTON: Ja og hva er det da som gjør en lidelse som man ikke klarer å bære i faser av livet.

SIV: Jeg tror sinnet kan ta et sprang da, spille på en ekstra streng som det står i den boka som heter Drøm i våken tilstand. Der man kan gå seg bort, eller finne kraft.

KAJA: Kanskje den lidelsen blir til for at man skal overleve.

ELINE: Eller at det er en mening med det også, men at man ikke ser det der og da, men at når man har så heftig lidelse så kommer man til bunnen, at alle bunnene faller ut og at det kan oppstå noe nytt da.

ANTON: Det er som å skrelle bort lag for lag for lag, og bli det aspeløvet, for så å starte ganske naken, eller hudløs, med å la det gro noe nytt. Man kan jo forsvinne også da, forsvinne helt innover eller bort fra livet. Jeg har jo tenkt om meg selv når jeg led som mest, som en skygge. En skygge, går ikke ut i lyset, da forsvinner den jo. Så det å tørre å gå ut av mørket krever en enorm kraft da.

KAJA: Jeg tenker litt på noe fra mitt eget da, for når jeg begynte å få det litt bedre, så tenkte jeg at jeg ville finne tilbake til det jeg hadde likt før, men så viste det seg å være ganske vanskelig å bli den jeg engang var, for jeg var jo ikke den jeg var før. Så det å akseptere det at det du kanskje lengter etter å finne tilbake til ikke er som det var, men at du kan finne en annen vei det er også en fønix kraft.

SIV: For tiden går jo lineært, men ofte når folk tegner sin recoveryprosess så er det ikke noen rett linje, men masse svinger, omveier, frem og tilbake. Jeg tenker recovery ikke er å gå tilbake til det du var, men det å være på vei, å være i endring. Det er derfor jeg synes dette begrepet tilbakefall er helt håpløst, det er jo aldri et fall tilbake, det er jo noe nytt hver gang, det blir aldri det samme som det var sist gang. Det er en del av prosessen med å være i endring.

KAJA: Men jeg tror det krever en del å klare å tenke slik. For la oss nå si at man har blitt syk senere enn det jeg ble, at man har et liv der du kanskje har hatt et yrkesliv, stiftet familie, før man ble syk, også har alt det her falt fra hverandre. Og det å finne en måte å få det til å kunne gå videre på uten å kunne slette det som har skjedd og ha mange tapsopplevelser; man må likevel finne en vei videre, det er ikke så enkelt å se fremover, det er kanskje noen ganger

enklere å se bakover, og bli sittende fast der da.

SIV: Jeg tenker litt sånn, når man har vært der en gang selv blir jo tidshorizonten større. Du har mulighet for å se tilbake og fremover, men være i nåtid. Gir det noen blikk for å se hvor noen andre er? Kanskje det repertoaret av en horisont også er en styrke.

ELINE: Når man har vært gjennom en sånn prosess før så har man kanskje muligheten for å kjenne igjen det her. Det er et dikt jeg har hatt med meg hele veien, det heter 5 kapitler. Kapittel 1: Jeg går ned en gate, der er et stort hull, jeg faller ned i det, jeg er helt hjelpsløs, det er ikke min feil og det tar en evighet å komme ut. Kapittel 2: Jeg går ned gaten, der er et stort hull, jeg later som at jeg ikke ser det, og faller i det. Jeg kan ikke fatte at jeg er kommet på akkurat samme plass igjen. Men det er ikke min feil, og det tar lang til å komme opp. Kapittel 3: Jeg går ned den samme gaten, det er et stort hull, jeg ser at det er der, og jeg faller ned. Det er blitt en vane. Øyene mine er åpen, det er min feil. Jeg vet hvor jeg er og jeg kommer meg raskere opp. Kapittel 4: Jeg går ned den samme gaten, det er et stort hull, jeg ser det og går rundt det. Kapittel 5: Jeg går en annen gate.

ANTON: Ja, det var bra.

(Stille en stund)

KAJA: Det er jo litt sånn det er da.

ELINE: Mhm. Det er veldig beskrivende for den prosessen. For noen ganger så merker jeg at oi der var det hullet igjen, så er jeg snar med å komme meg på veien. Eller så ser jeg konturene av hullet, og så går jeg en annen gate.

KAJA: Lenge så var jeg veldig engstelig for å falle i det hullet. Men etter hvert så har jeg kommet til den erkjennelsen av at skulle det skje så skjer det, skulle jeg snuble opp i det, så går det nå greit. Jeg har jo kommet meg opp før.

ELINE: Det er kanskje akkurat den der erkjennelsen, at man har den erfaringen at man kommer seg nå opp. Eller man kan stå å se på det hullet, å tenke jaja så der er hullet ja, så kan man rygge litt og ta en annen vei.

SIV: Det er jo et helt landskap av veier i folk sine liv. Jeg kjenner jo ikke ditt indre landskap, men jeg kan kanskje være med å komme ut av blindgaten, ut av et mønster å gå samme vei og falle og falle. Jeg kan kanskje invitere deg inn på en annen vei, men jeg tror egentlig det er noe...

ANTON: For hvis noen har falt ned i det der hullet sitt da, skal man stå oppe og strekke ut en hånd eller skal man finne en stige å gå ned dit da?

SIV: Når noen er der så er det litt en sånn varsellampe for meg at du er krenkbar.

ELINE: Og hvis jeg skal begynne å korrigere det så er det sårbart. Kanskje er det en slags

beskyttelse mot noe som er enda verre.

ANTON: Det er noe der da, diktet er bra, og lett å relatere meg til, men hvordan skal man hjelpe andre i sine hull?

KAJA: Erkjenne at det er som det er akkurat nå er en god start.

SIV: Før vi runder av vil jeg dele en tanke til. Det ligger en spenning som kommer frem i materialet, noe med å jobbe ut fra en erfaringsbasert kunnskap - en livskunnskap, så blir det en kunnskap man eier selv på en annen måte enn om den kommer utenfra, den er noe man er ikke bare noe man har, også bryter det med kategoriene i rollene hjelper - pasient, mer en sånn erkjennelse av: meg i går, du i dag, det kan skje oss alle.

ELINE: Hvis man tenker om andre som så annerledes så blir det ikke gjensidighet i noe.

SIV: Hvordan er det å jobbe med en annen type kunnskap enn det dette vi skal jobbe innenfor er bygd opp på?

ANTON: Tja, en livskunnskap er jo livsnær, det er det jeg tenker vi må jobbe innenfor i forhold til folk sine liv. Og som psykiatrien bør være.

ELINE: Vi må jo bare skape oss et rom da, der vi kan bruke vår kunnskap. Kanskje gjør vi ting på andre måter enn de som har annen kunnskap. Eller det gjør vi jo.

Siv: Er det mulig å utfordre det andre kunnskapssynet?

ANTON: Jeg tror jo da at man både, at vi er ansatt med den kunnskapen vi har og skal bruke den, og at den er på lik linje med psykologens eller sykepleierens. Vi må jo, selv om vi er ønsket inn, jobbe med at den kunnskapen vi har skal få sin plass, det gjør de andre også for sin kunnskap. Skal den være likeverdig så må vi som bærer den stå litt på for det. Men den må også være ønsket, lagt til rette for at den skal komme til syne.

ELINE: Det er jo styrke i det der å ta plass i rollen som erfaringskonsulent, vi driver fortsatt pionerarbeid innenfor psykiatrien. Vi bruker å snakke om at erfaringskompetanse må anerkjennes, da må jo vi også gjøre det, vi som bærer den.

ANTON: Jeg likte den med å være i kunnskapen, at vi er kunnskapen. Også er det nødvendig å være litt kritisk til seg selv også, ja er det nå virkelig bra det her jeg gjør og tenker, er det virkelig bra det erfaringskonsulenter sier og gjør. Mye av fagligheten går ut på det å være litt kritisk reflekterende til en selv. Og det der er vel den øvelsen vi må ha, å aldri slutte å reflektere, være kritisk til det vi holder på med, samtidig som vi har tro på det og må tørre å ta plass.

4.8.1: Hva skjer i dialogen?

Jeg innleder med å presentere noe av det jeg har sett til nå og inviterer inn til en samtale for

videre utforskning. Allerede der har jeg nok invitert meg selv med i samtalen og tatt mine samtalepartnere inn som med-utforskere. Det jeg hadde planlagt som en fokusgruppe utvikler seg til en dialog og blir noe mer enn jeg hadde forutsett. I forkant har vi samtalt, skrevet fortellinger og jeg har gjort en foreløpig analyse der erfaringskonsulentene trer frem som tydelige subjekter. Våre samtaler har begynt å synliggjøre vesentlige fenomen og gir meg tilgang til strukturen i erkjennelsesprosessen. Proksimalt trer det frem et fenomen med stor kraft; styrke. Når jeg får jobbet meg gjennom min egen motstand, ser jeg at dette er vesentlig å utforske videre. Både spesifikt og i lys av forskningsspørsmålene. Ved å introdusere begrepet starter dialogen rett på. Begrepet *styrke* bidrar til å forløse samtalen, der temaet, nye aspekter og sammenhenger settes i og på spill.

Det er ikke bare tema som settes i spill. Dialogens form og retning overrasker meg. Ved hjelp av dens innhold og intensitet driver den oss videre. Hva er det egentlig som skjer? Hos Gadamer finner jeg begrepet «Spiel» (2012, s. 134). Det kan hjelpe meg å forstå dette bedre. Vi er del av dialogen, men dialogen tar form av en tilstedeværende subjektivitet, og denne utspiller seg ved at dialogen blir herre over oss som samtaler (Gadamer 2012, s. 137). Hva betyr det? Spillet blir fremstilt gjennom oss som «spiller» og spillets egentlige subjekt er spillet⁶ (ibid., s.135). Hva muliggjøres herved? Gadamer (ibid.) hevder at bevegelsen er dialogens fullbyrdelse, den har ingen sluttmaal men fornyer seg i en stadig gjentakelse. Dens orden lar den spillende nærmest gå opp i spillet, og fratrar ham det initiativet som utgjør eksistensens egentlige anstrengelse. Denne «frisettingen» - det at vi er *i* spillet, muliggjør en dialog der vi med en uanstrengt autentisk og intens tilstedeværelse får tilgang til det dialogen kan sies å ta initiativet til, og gjør at vi kan utforske det dialogen tar for seg. I dette at initiativet er overlatt til «dialogens væren», finner utforskningen av eksistensens grunnlag sted.

Samtalepartnerne validerer de andres erfaringer, legger til noe som er litt forskjellig og noe som gir motstand; slik bygges dialogen lag for lag i én sammenhengende bevegelse. Dialogens vesen rommer refleksjonene i en hermeneutisk prosess der vi suksessivt kommer nærmere det proksimale. Hvordan kan jeg forstå dette dypere? I introduksjonen til «Sannhet og metode», skriver Schaaning (2012, s. 12) at Gadamers bruk av det greske ordet for sannhet – *aletheia* – understreker den dialektiske erkjennelsen. *Aletheia* betyr her ifølge Schaaning,

⁶ Det er spillet som spiller oss. Men det betyr ikke at vi som er del av spillet forsvinner.

avdekning - at noe som har vært gjemt og tildekket nå kommer til syne. Nærmer vi oss det proksimale gjennom nettopp det som ifølge Gadamer (2012, s. 346) er hermeneutikkens problem: forståelse, utlegging og anvendelse? Kan det være at «Spiel» ikke bare er hva som skjer, altså at det sier noe om dialogens form, men også om dens mening? Den virkeligheten som fremkommer i dialogen fremsettes i dialogens eksistensform. Dialogens vesen sier noe om menneskets eksistensform og det ontologiske grunnlaget for menneskets erkjennelse av seg selv og verden. Altså er det i dialogens væren meningsdannelsen blir til og finner sted.

Noe av det jeg fant i det lille feltarbeidet, der erfaringskonsulentene reflekterer med flere ståsted i én og samme refleksjon og følger hverandres skifter med stor smidighet, får meg til å tenke tilbake til hvordan jeg ved å lese transkripsjonene med et fortrolighetsblikk ble i stand til å se dette. Jeg fant at samtalen er en måte å mobilisere erfaringskompetansen og forståelsen. I dialogen «Mennesket og styrken» er den flytende bruken av personpronomen en del av det som inngår i spillet. Denne bruken av personpronomen er ikke et uttrykk for manglende presisjon eller usikkerhet, men en nødvendig uttrykksform for å få frem det som blir sagt. Det som «tilhører» tiden og formen det fremsettes i, forvaltes autentisk i dialogens nåtid.

Etter den siste dialogen vil jeg utdype noe jeg finner i førsteårs-essay, der jeg gjennom å utforske om min kunnskap er taus finner at kunnskapen er tilgjengelig i sansene. Det var når Lisa og jeg møtte Husserl⁷ at jeg fant en inngang til å forstå hvordan kunnskap og handlinger vokser ut av forståelsens grunnlag – vår direkte følte og levde erfaring, som ikke nødvendigvis er språk-satt. I dialogen «Mennesket og styrken» lever dette med oss. Den sansende kroppen er erkjennelsesprosessens utgangspunkt. Her tar vi det flere steg videre. Gjennom dialogen begrepsfester vi noe som ikke hadde kunnet bli begrepsfestet uten dialogen. Dialogen er et medium for å gi det et språk og gjøre det proksimale distalt.

4.8.2. Kan dette analyseres etter «vanlig skjema»?

Jeg har stilt spørsmål ut fra erfaring. Samtaler og fortelling utgjør studiens empiri. Teori er også en vesentlig del som jeg kunne skrevet om både før og etter spørsmålsstillingen. Har dette betydning for hvilken fremgangsmåte for analyse jeg kan bruke? Jeg har transkribert,

⁷ Husserl skriver om Livsverden (1970, s. 104). Jeg forstår livsverden som den konkrete virkeligheten vi erfarer og lever i, vår levde erfaringsverden, og dermed som en forutsetning for læring og erkjennelse.

stoppet litt opp etter hver runde og samtalt med veileder om hva dette er. Ved å skrive refleksjonsnotat, lese litteratur, å ha tenkt og gått i dialog med erfaring og teori, samtalt med veileder og flere, har tankene fått impulser fra mange kilder. I arbeidet med masterstudiets materiale har jeg lest tilbake til de første to essayene jeg har skrevet, lest fortellingene og transkripsjonene fra samtalene for å «informere» innholdet i dialogen «Mennesket og styrken». Det har gjort meg oppmerksom på at alt henger sammen.

Jeg må prøve ut ulike former for analyse. Først setter jeg opp et «tanke-kart» der jeg identifiserer tema, sorterer i kategorier og forsøker å få med tekstens sammenhenger. Så formulerer jeg noen punkter som foreløpige funn. Umiddelbart gir det meg en oversikt og gjør det mer håndgripelig. Mens jeg holder på merker jeg at noe vesentlig går tapt. Ved å ta teksten fra hverandre mister jeg det som kommer frem i dialogens dialektikk, jeg mister dens mening. Det får meg til å tenke på noe jeg har lest i en masteroppgave om estetisk erfaring og dannelsesprosess: «I Gadammers syn på erfaring er dialektikk vesentlig. Platons og Hegels tanker er viktige for Gadamer. I Platons tenkning er dialogen ikke bare en måte vi finner frem til kunnskap. Dialogen er også det som kjennetegner kunnskapen» (Sælthun 2008, s. 27). Det jeg har gjort til nå har bidratt til en bevisstgjøring om materialets karakter. Den dualistiske forståelsen av erfaring og teori som er vanlig er ikke gyldig her.

I praktisk kunnskap settes ikke ulike kunnskapsformer opp mot hverandre. Jeg skjeler til Aristoteles sin forståelse av kunnskap der jeg finner *theoria* og *episteme* (2013). Dygden i *theoria* er for Aristoteles *episteme*. Teorien som kommer til anvendelse i dialogen «Mennesket og styrken» vokser fram fra samtalen, altså henger det her - som hos Aristoteles - sammen. Ved nærmere ettertanke gir dette også mening til mitt valg av «tacit knowledge» som utgangspunkt. Igjen gir det meg grunn til å se i retning av Aristoteles. Det ontologiske har hos Aristoteles i likhet med *episteme* sitt utspring fra *theoria*, som igjen har betydning med hensyn til *praxis* og *fronesis*, som igjen peker tilbake på *poesis* og *theoria*. Idet jeg går tilbake til Polanyi, der det ontologiske leddet viser til tre ledd; det funksjonale, det fenomenale og det semantiske, ser vi at det er en blanding mellom teori, praksis, erfaring og sansning. Kunnskapsinnholdet som bringes frem i denne kunnskaps- og erkjennelsesprosessen som «tacit knowledge», er en teoretisk innsikt som viser at prosessen er i evig vandring mellom delene og helheten. Gjennom resonnementet ovenfor, og med Platons tenkning om dialogen friskt i minnet, ser jeg at jeg må endre fremgangsmåte for analyse.

4.9. Justering av forskningsspørsmål

Analyse skjer ikke uavhengig av de andre delene i studiens interaktive modell. Før jeg går videre på fremgangsmåte for analyse tar jeg for meg designet. Jeg bruker bevisstgjøringen tanke-kartet har ført til hos meg, og designet med en interaktiv modell for å se om jeg må justere forskningsspørsmålene for studien. En kort oppsummering så langt: Ved å studere erfaringer og gjennom å utforske disse ved hjelp av fortellinger og samtaler med mine samtalepartnere, med og om erfaringer og praksis, får jeg et innblikk i den erkjennelses- og kunnskapsprosessen og de meningsbærende fenomen som manifesterer erfaringskonsulentenes praktiske og erfaringsbaserte kunnskap, og denne kunnskapens betydning for erfaringskonsulentenes praksis innen psykisk helsevern.

Forskningsspørsmålene, som står midt i det interaktive designet (Maxwell 2013, s. 59), skal gi grunnlag for å belyse problemstillingen på en troverdig måte. Når jeg nå har gjort meg bedre kjent med materialet, justerer jeg forskningsspørsmålene til:

- *Hvilken innsikt ligger til grunn for erfaringskonsulentenes forståelse av egen kunnskap og deres praksis innen psykisk helsevern?*
- *På hvilken måte konstituerer erfaringskonsulentenes erfaringer seg til kunnskap?*
- *Hvordan manifesterer erfaringskonsulentenes kunnskap seg i deres praksis?*
- *Hvordan kan denne kunnskapen videreutvikles?*

5. Frihet

Å stå i praksis samtidig som jeg er student gir viktige impulser og skaper ny undring. I en forelesning på en konferanse gjengir jeg noe av fortellingen om møtet med Lisa. Idet jeg snakker merker jeg at jeg blir oppmerksom på noe nytt: Lisa tar grep. Mens det i mellomrommet som oppstår mellom oss finner sted en bevegelse som gjør at det kan bli noe relasjonelt, har vi begge allerede respondert på hverandres bevegelse. Når fortellingen settes i kontakt med omverden åpnes den ytterligere opp. På den neste reisen jeg tar treffes jeg av noe som formidles i en forelesning. Mens jeg lytter har jeg notert en setning: «Vi må huske på at når vi møter mennesker i krise, så møter vi mennesker som står i et eksistensielt forhold til seg selv»⁸. Dette vekker en lyst til å finne ut mer. Jeg tar for meg Øverengets (2003) bok «Eksistens». Det er spesielt delen om frihet som fanger min oppmerksomhet. Jeg har kanskje

⁸ fritt gjengitt fra Øverenget på Akuttpsykiatrikonferansen 7.2.19.

særlig med meg en undring over hva det, som gjentar seg i ulike former i undersøkelsens materiale: «å bare være sammen med», kan være et uttrykk for.

Øverenget (ibid., s. 40) tar for seg hvordan vi kan stille spørsmål om hva et menneske er. Videre reflekterer han rundt hvordan vi kan forstå hva et menneske er. Her trekker han inn Heideggers utgangspunkt for tenkning om «væren-i-verden», der han skriver:

I god sokratisk tradisjon fremhever han at hvis vi skal forstå hva det vil si å være menneske, må vi avdekke det vi hele tiden tar for gitt. Utfordringen er å gi en beskrivelse av mennesket der vi tar utgangspunkt i vårt umiddelbare forhold til verden. (ibid., s. 44)

Slik jeg forstår det, er «væren-i-verden» knyttet til at vi *er* i en verden og at vi aktivt forholder oss til denne gjennom vår eksistens. Hvordan er det da hvis ulike virkeligheter er avskåret fra hverandre? Hvordan kan vi da oppnå kontakt og deltakelse der vi kan møtes i «væren-i-verden», der det kan oppstå et «rom» å finne bevegelse i og der det er noe å reflektere over? Dette «rommet» setter jeg her i sammenheng med det Øverenget kaller «et rom av menneskelige forhold» (ibid., s. 53). *Å forholde seg til*, mener Øverenget, er *å befinne seg*, noe som inkluderer fortid, fremtid og nåtid (ibid., s. 49). Han skriver: «At mennesket er kastet ut i sin eksistens innebærer at vi ikke bare må forholde oss til at vi *er*, men at vi også må forholde oss til at vi alltid allerede *gjør det*» (ibid., s. 48). Mens subjektets eksistens stadig er noe som blir til, knytter friheten seg til det å være subjekt (ibid., s. 29). I subjektiviteten muliggjøres, slik jeg forstår det, det å stadig kunne bli til, å kunne handle og å være fri.

Er fellesskapet en betingelse for denne friheten? Det gir resonans i min erfaring. Det var i fellesskapet med mine medpasienter (medvandrere) jeg kunne fortelle min fortelling, og slik få en ny forståelse av sammenheng i tid og selv eie min selvforståelse. Med impulser fra det Øverenget skriver, tenker jeg nå at det ikke bare var mine medvandrere som meldte meg inn i menneskeheten igjen. I likhet med Lisa tok jeg grep ved å tre inn i det fellesskapet, der jeg ved å fortelle kunne gjøre min prosess synlig og dermed selv bli synlig. Slik jeg har erfart det, fører en opplevelse av total vilkårlighet til avmakt og ufrihet. Når jeg nå ble synlig ga det rom for min «væren-i-verden» og til en frigjøring som ga meg makt til å stå i forhold til og til å befinne meg. Det var også *opplevelsen* av det som skjedde i møtet mellom Lisa og meg som gjorde at jeg i førsteårs-essayet spør om eksistensens plass kan gripes. Under den overskriften skriver jeg om det jeg nå vil kalle «å komme i posisjon til seg selv og verden». Der handlet det om frihet gjennom fellesskapets aksept, og at det gjennom at det er et deg og et meg kan

finne sted en livskraftig bevegelse. Øverenget spør: «Hvordan kan et eksisterende menneske gripe eksistensen?» (ibid., s. 50). Hans spørsmål tangerer tema i mitt arbeid. Gjennom frihet og det «å bare være sammen» får *styrken* enda en dimensjon.

Er det sånn at det som er vesentlig må dukke opp flere ganger før vi forstår det dypt nok? Må det «sees» flere ganger for at vi skal kunne sette det inn i sammenhenger som ikke tidligere var tydelige? Hos Heidegger (2007) betyr *aletheia* ikke-tildekning⁹. Det stemmer godt med det som skjer i dialogen, der det foregår en oppheving av tilsløring. Det må en egen form for innsikt til for å oppnå dette. Kan det være at det vi finner frem til i dialogen er noe vi i en særegen forstand har gjennomgått en kamp for selv å oppnå? La meg forklare hva som leder til det spørsmålet: Det vi har stått i som pasienter er noe psykiatrien nærmest systematisk gjør; en tildekking. Denne formen for tildekking har en egen form for eksistens som dekker til for eksistensen. For å komme dit vi er nå har vi tatt en kamp mot denne tildekkingen. Ved å kjempe oss der-i-gjennom har vi oppnådd friheten som muliggjør en «væren-i-verden», som igjen er kjernen i menneskets eksistens.

I dialogen åpnes et rom. Dette rommet åpnes allerede i dialogen mellom Lisa og meg. Dialogen med Lisa realiserer muligheten for Lisa til å tre frem. Det er et rom som oppstår oss-i-mellom, et samspill. I fortellingene fra praksis kan vi se at dette er noe vi erfaringskonsulenter som deltar i denne studien, har felles. Dialogen «Mennesket og styrken» er en «vitenskapelig» utforskning av dette. Fortellingen med Lisa får nok en hermeneutisk runde, nå med denne dialogen som kontekst. Dialogen er et medium for, gjennom refleksjonen, å forklare hva vi gjør. Hvordan kan jeg forstå dette bedre? «Mennesket og styrken» er en utforskning av en særlig form for kunnskap, viten og innsikt. Jeg vil i det videre se den i lys av Platons dialog «Theaitetos», der viten utforskes mer allment.

5.1. Dialogen «Theaitetos» og dialogen «Mennesket og styrken»

«Theaitetos» (2004) er en av Platons dialoger om kunnskapens natur. I dialogen, skrevet ca. 369 før vår tidsregning, diskuterer Sokrates og Theaitetos tre definisjoner av kunnskap: kunnskap som intet annet enn persepsjon, kunnskap som sann dom og kunnskap som sann

⁹ Hos Heidegger (2007 s. 235-236 §44 b) finner jeg at å være-sann (sannhet) innebærer å være-avdekkende. *Aletheia* betyr «saken selv», altså det som viser seg. Det vil si å la det værende bli sett i sin uskjulthet (avdekkethet) gjennom å bringe det ut av skjulthet.

dom med en redegjørelse¹⁰. «Theaitetos» er en vitenskapsfilosofisk tekst. «Mennesket og styrken» har via praksis og erfaring en inngang til noen av de samme spørsmålene. I «Mennesket og styrken» utforskes sansning (persepsjon), sann mening (kunnskap som sann dom), sann mening med forklaring (kunnskap som sann dom med en redegjørelse).

Dialogene «Mennesket og styrken» og «Theaitetos» er parallelle ved at de begge tar for seg temaet: Hva er det vesentlige ved viten? Når det gjelder dialogenes dynamikk kan vi se at det i «Mennesket og styrken» er noe av det samme mønsteret i utforskningen som i «Theaitetos». «Mennesket og styrken» legger ut om en form for forståelse som vi selv har gjennomlevd. Vi undersøker hva slags form for viten vi har tilegnet oss og hva som karakteriserer den, det vil si hva som er vesentlig i konstitueringen av denne formen for viten.

Når vi står i en situasjon der noe oppleves eller noe opplevd kommer frem, så valideres det som noe som er. Kvinnen med musikken spør om jeg hører det samme som henne. Jeg bekrefter at jeg hører det ene og avkrefter at jeg hører det andre, men jeg gjør det fra jegposisjonen; altså begrenser jeg det til å handle om min opplevelse. Jeg spør om hva hun hører og forholder meg til at det hun svarer utgjør hennes opplevelse. Hun vet nå hva hun hører og ikke jeg, og hva vi begge hører. Når Kaja får innpass hos damen som har et sår med funksjonen som ventil, forsikrer hun henne om at bandasjen ikke tetter til, men beskytter. Det viser tilbake til noe Kaja fremholder som vesentlig, nemlig å legge til rette for at den andre kan ha tillit til oss. For hva gjør vi innledningsvis for å åpne for denne muligheten? Først trygghet, så nysgjerrighet.

Å vise aksept gjennom holdning og handling er slik jeg ser det trygghetens forutsetning. Et trygt grunnlag er akseptens uttrykk i den situasjonen vi møter et menneske i, en situasjon der vi finner oss selv i den virkeligheten vi er i der og da. Erfaringskonsulentene validerer det som er, men uten å ta stilling til «objektiv» sannhet. Vi har en klar oppfatning om at det den som opplever det opplever, er sannheten for den som opplever det. I en tale Sokrates holder på vegne av Protagoras finner vi en overenstemmelse med dette. Sansingen er ikke hele sannheten, men den er grunnlaget for å kunne finne sannheten (Planton 2004, 165e-167b). Med de erfaringene vi har, har vi et særlig felles grunnlag for å akseptere det som sanses av pasientene. Fordi vi selv har vært der, kan vi stille oss ved siden av og representere en

¹⁰ Wikipedia. Tilgjengelig fra: [https://en.m.wikipedia.org/wiki/Theaitetos_\(dialogue\)](https://en.m.wikipedia.org/wiki/Theaitetos_(dialogue)) [Lest: 5.4.2020]

mulighet for perspektivering. I «Theaitetos» (167b) finner vi noe tilsvarende. De anerkjenner sansingen som vi har når vi befinner oss i bestemte «tilstander», og så arbeider for å gi oss «bedre» sansinger.

I «Theaitetos-dialogen» prøver altså Sokrates og Theaitetos ut kjente forsøk på å definere viten for derved å utforske ulike sider ved hva sakkunnskap er. Allerede tidlig i dialogen tar de opp om sakkunnskap er det samme som oppfatning, men avviser det. Så prøver de ut ulike argumenter for å anse sansing som sakkunnskap, som det at det som kommer til syne for sansene må kunne ansees som oppfattinger av det som er sant. I utprøvingen av hva som kan oppfattes som sant bringer Sokrates inn et moment hentet fra sofisten Protagoras: «Mennesket er målestokken for alle ting – for de ting som er, at de er, og for de ting som ikke er, at de ikke er» (152 a) . Videre spør Sokrates: «Og med dette mener han vel at slik ting *synes* å være for meg, slik *er* det også for meg, og slik de *synes* å være for deg, slik *er* de også for deg ettersom du og jeg er mennesker?» (ibid.). Sokrates følger opp med å sette fram et argument om at det finns tilstrekkelig belegg for den redegjørelsen Protagoras gir med bakgrunn i Heraklits tenkning, om at ingenting noensinne er men alltid blir til og at det er forandring som skaper tilsynelatende væren og tilblivelse, mens stillstand skaper ikke-væren og opphør (152d,e-153a). Her vises det blant annet til hvordan aktivitet fremmer helse, i vid mening. Litt senere i denne passasjen holder Sokrates, som sagt, en tale på vegne av Protagoras (165e - 168e), der han tilføyer at det likevel er utallige forskjeller mellom folk ettersom de ting som fremtrer og er for den ene, ikke fremtrer og er for den andre. Han fortsetter:

Og der er langt ifra tilfellet at jeg ikke vil snakke om visdom og vise menn, men jeg kaller den vis som når noe slett er eller fremtrer for noen av oss, kan endre dette slik at noe godt fremtrer og er for den andre. (166d).

Jeg ser dette som en parallell til det som kommer frem i en del av dialogen «Mennesket og styrken» og i fortellingene vi samtaler om i enesamtalene. Når erfaringskonsulentene holder seg åpne for det den andre opplever og setter dette i sammenheng med å akseptere, tenker jeg at det handler om å romme den andres virkelighet (det den andre opplever) uavhengig av om vi opplever det samme eller ikke. Vi skal ikke endre sansingen, for sansingen er det du sanser, men vi er åpne for noe mer. Det som blir til her er det sansede, og den sansende blir til gjennom det sansede. Hva vil det si? Den sansende og det sansede oppstår gjennom sansingen. Det damen med musikken hører er alltid sant for henne ved at det blir til ved at hun hører, hun blir den hørende. Forbindelsen mellom det sansede og den sansende kan ikke

opløses, uten at vi avviser den sansende som sann og det sansede som sant. Gjennom å akseptere det sansede så aksepterer vi den sansende.

Når Sokrates og Theaitetos går seg fast blir de enige om at de så langt ikke har funnet svaret på hva viten er. For at de skal kunne utforske det videre må de forlate sporet med utgangspunkt i sansing, men uten å forkaste det de nå har samtalt om som noe vesentlig. De tar det tvert om med seg videre i samtalen. Det samme skjer i «Mennesket og styrken». Er dette et svar på hva det vesentlige ved vår viten er? Vi stopper ikke opp ved utforskningen av oppfatning (opplevelse og aksept). Vi forkaster den heller ikke. Erkjennelsen i det som fremkommer tar vi med oss i den videre undersøkelse som en innsikt i det vi utforsker i denne dialogen, og som har paralleller til utforskningen i «Theaitetos»-dialogen om sann mening med forklaring som viten.

Oppbygningen av «Mennesket og styrken» ligner på det som skjer i «Theaitetos». Dialogenes innhold er sannhetssøkende. Momenter prøves ut. De forlates, uten å forkastes som mulige kilder til argumenter i den videre utforskningen. Så prøves noe nytt. Hver for seg gir ikke de ulike elementene «svaret». Hvis vi tar hvert av forsøkene som del av en indirekte oppbygning, kan vi unngå å se argumentene utelukkende som motstridende oppfatninger. De er bidrag til å åpne for det vi kan finne ved å forholde oss til det som kan bli synlig i mellomrommet. På den måten åpnes rommet mellom uvitenhet og sakkunnskap. Dialogen «Theaitetos» og dialogen «Mennesket og styrken» fremviser en utprøving der man ikke blir stående ved de motstridende oppfatninger. I rommet mellom uvitenhet og sakkunnskap kan vi søke ny innsikt. Dette forutsetter at vi kan forholde oss til motsetninger som foranderlige (Platon Th. 180d). Det er ved å la disse spille opp mot og med hverandre at vi kan skape et rom å bevege oss i. Budskapet i dialogene er subtilt, og du må ville finne det. Det er i mellomrommet vi kan utforske dialogens samlede mening. Dialogenes oppbygning åpner for å være søkende i sammensetningen av en helhet som utgjør noe mer enn summen av de enkelte delene.

Materialet i denne undersøkelsen lar seg ikke analysere i en tradisjonell skjematisk analyse. Da jeg forsøkte dette fremsto materialet fragmentert og overveldende i sin sammenheng, på samme tid. Etter sorteringen forsøkte jeg å sette elementene inn i en sammenheng igjen, men så at jeg mistet dets samlede mening. Når jeg nå går tilbake og ser materialet slik det opprinnelig fremstår, finner jeg en vev med en rød tråd. «Lappeteppet» ligger ikke fremfor meg i deler, det er et helhetlig verk nøye vevd sammen av «veverne» som har deltatt. Det slår

meg at vi i første fokusgruppesamtale brukte rokk og tråd som metafor på det å kunne spinne videre. Visste mine samtalepartnere allerede noe om forutsetningene for denne kunnskapens fenomen? På dette stadiet i undersøkelsen får jeg hjelp, en «urteblanding» slik Sokrates omtaler det i sin assosiasjon til fødselshjelp, til å se dialogen som et medium for å få frem forståelsen. Når jeg nå har tatt for meg dialogen «Theaitetos» har jeg lest den slik jeg har erfart at jeg kunne lese den siste dialogen i denne studien. Som en utprøvende dialog, der helheten indirekte bygges opp av de ulike delene, og hvor elementene i dialogen interagerer med hverandre.

Hva er det egentlig som skjer i «Mennesket og styrken»? I dialogen prøver vi ut ulike aspekter. Vi forholder oss til delene, for så å sette de i spill, slik at det utspinner seg del-sammenhenger og en overordnet sammenheng som overskrider delenes sum i en helhet. Gadamer (2012, s. 142) skriver om spillet («Spiel»), forandring og forvandling: forandring tenkt som at det som forandrer seg samtidig forblir og fastholdes som det samme, mens forvandling derimot betyr at noe plutselig og som helhet er noe annet, slik at dette andre som det er forvandlet til, er dets sanne væren. I spillet taler, ifølge Gadamer, en overlegen sannhet. Jeg forstår det slik at dette viser til det som kan avdekkes gjennom spillets fremstilling av det som er; det fremhever og bringer fram i lyset det som ellers alltid tildekker og unndrar seg (ibid.). Polanyi skriver at taus kunnskap har fire aspekter. Gjennom de tre første kan vi slutte oss til et fjerde aspekt, det ontologiske. Videre skriver Polanyi (2000, s. 23):

Siden taus kunnskap etablerer en meningsfull relasjon mellom to ledd, kan vi identifisere den med *forståelsen* av den samlede helheten som disse to leddene til sammen konstituerer. Således representerer det proksimale leddet helhetens deler. Følgelig kan vi si at vi forstår helheten ved å bruke vår kjennskap til delene for å rette oppmerksomheten mot deres samlede mening.

Det Gadamer skriver sammenfaller med det som for meg har gitt mening i denne dialogen og denne studien, der vi har sett at det ontologiske aspektet hos Polanyi består av det som kan oppstå ved å la de andre aspektene spille opp mot hverandre, for derved å kunne ta inn motsetningsfylte aspekter. Det ontologiske aspektet gir meg tilgang til «det som viser seg», altså hva slags fenomen det egentlig dreier seg om.

Samtalepartnerne er både kilde til kunnskapen og fenomenologiske med-fortolkere. I dialogen har vi både fortalt frem og deltatt i fortolkninger underveis. På den måten kan sammenhengen

artikuleres (Platon 2004, 202b). Dialogen utgjør et sammenvevd verk, som en artikulering av vår innsikt. Det som blir forstått har den samme strukturen som forståelsesakten. Erkjennelsesprosessens vilkår ligger i denne strukturen og i det som blir forstått. Det ligger således i kunnskapens natur å søke og å frigjøre innsikt snarere enn å konkludere med et endelig svar. Den ender ikke med en avgrenset og lukket endelighet. Vi finner det igjen hos Gadamer (2012, s. 396): «Erfaringens dialektikk har sin egen fullbyrdelse, ikke i en avsluttet viten, men i den åpenhet for erfaring som blir frigjort gjennom erfaringen selv». Erfaringene fullbyrdes ikke i et mål, men føres tilbake til prosessen. Det å ha et grunnlag for å spørre er kanskje det viktigste? For å kunne spørre, må man vite noe først, noe som kan vekke nysgjerrigheten.

Er dette relevant også for praksisen? Praksis involverer, for å skrive med Aristoteles, ytterligere en dimensjon av viten, nemlig kyndighet som intellektuell dygd. For å kunne ha oss selv og kunnskapen i «virke», der vi har en viten for å kunne gjøre noe som kan bidra til en begynnelse og å gå med i prosessen, gjelder det å fremholde kunnskapens åpenhet. Eller liv som i levende om du vil, - der den kan stå i et interaktivt forhold, og der bevegelsen til-fra er en integrasjon med et relasjonelt og dynamisk syn på utvikling av forståelse i det konkrete møtet med et annet menneske. Da er vi igjen ved utgangspunktet for å forstå noes konstitusjon, der vi må interessere oss for måten det manifesterer seg og fremtrer på (Zahavi 2003, s. 15), og derigjennom også finne ut noe om subjektets relasjon til verden. Nysgjerrigheten¹¹ er begrepsfestelsen og uttrykket for interessens fenomen.

«Vevingen¹²» gir en manifestasjon av den (intellektuelle) dygden Aristoteles omtaler som *fronesis*. I den genuine samtalen fremholdes en mulighet til å forstå noe vi ikke visste fra før, som åpner for at den andre kan komme frem og at det å høre forplikter oss moralsk (Binding 2008, s. 126). En av mine samtalepartnere sier: «Nysgjerrigheten handler om å ville forstå, og å komme nærmere». Kanskje er det her vi finner et tydelig uttrykk for at dialogen har «fanget» aktørperspektivet, og samtidig brakt den subjektive fortellingen inn i en mer allmenngyldig prosess? Interessens fenomen og den levende formen for kunnskap samsvarer

¹¹ Nysgjerrigheten som uttrykk for interesse har en vesens forskjellighet fra den nysgjerrigheten Heidegger (§36) omtaler - som lysten til å se. «Nysgjerrigheten er frigjort, men den sørger ikke for å se i den hensikt å forstå det som blir sett» (2007, s 193). Erfaringskonsulentenes flytende bruk av personpronomen er interessant i så henseende. Det er ikke en avpersonifisering. Snarere er det en rettethet i tilstedeværelsen som grunnlag for samværet. Nysgjerrigheten som uttrykk for en virkelig interesse har i seg en undrende (åpenhet) med ønske (interessens rettethet) om å forstå noe ved den andre og ved seg selv med hensyn til om mulig å skape kontakt.

¹² Veving fremkommer som den sentrale metaforen i dialogen «Statsmannen», der Platon i dialogen utforsker «statsmannens» kyndighet som *fronesis*. (Platon 2004, se: 281b7-9 og 281 d)

med måten mennesket kan stå som levende i livet på.

For når er kunnskapen gyldig for et subjekt? Det er i møtet med det andre mennesket vi kan finne ut om en handling er legitim eller illegitim. Det avgjøres ansikt til ansikt. Det er her mitt ansvar oppstår (Weber 2018, s. 18). Slik er det også med kunnskap. «Alt begynner med erfaring, og alt begrunnes med erfaring» (Myrstad 2019¹³). I ene-intervjuene ser jeg at det erfaringskonsulentene gjør viser tilbake til det de selv har erfart. Det vil si at det settes i et forhold. Noe som er erfart kan gjenkjennes, men det blir en ny erfaring som settes i den sammenhengen de nå befinner seg i. I møtet med Lisa blir saken synlig i en interaksjon mellom henne, meg og den verden vi står i. Det handler om å forstå saken, som blir et felles anliggende i en treleddet kommunikasjon (Skjervheim 2002, s. 20).

Når jeg analyserer hva som skjer mellom Lisa og meg finner jeg blant annet at det finner sted en erindring og en felles gjen-erindring¹⁴.

Vi oppdager noe nytt som oppstår i samspillet mellom oss. En fra-til bevegelse som Polanyi (2000) beskriver det i boken «Den tause dimensjon - en introduksjon til taus kunnskap», der han presenterer en teori om erkjennelses- og kunnskapsprosesser. Teorien om «tacit knowing» innbefatter noe essensielt som «indwelling» (s. 26), som handler om innlevelse og bevisst integrasjon. Meningen i det Lisa svarer og det jeg svarer blir erkjent gjennom at vi retter oppmerksomheten vår *fra* en del vi har en felles forståelse av, og retter oppmerksomheten *mot* noe nytt. I denne bevegelsen, - med en ny forståelse av personen, relasjonen og konteksten vi nå befinner oss i, oppstår en felles «gjen-erindring». (Weber 2018a, s. 12).

Jeg erindrer noe jeg har erfart, men det er alltid noe nytt. Jeg ser motet hun viser og at hun søker en ny retning, som kan gi plass til henne. I analysen kommer spørsmålet om hva som er

¹³ Forelesning ved Johan Arnt Myrstad på Senter for praktisk kunnskap. Nord Universitet, 15.10.19.

¹⁴ I «Dialog om de to verdenssystemer. Annen dag.» (Galilei, G. 2009, ss. 173-176) følger vi en samtale mellom Salviati, Sagredo og Simplicio. Der de gjennom en åpen og undersøkende dialog prøver ut argumenter og utforsker hvordan vi kan tilegne oss kunnskap gjennom erkjennelse ved å vise istedenfor å overbevise. Salviati sier til Simplicio: «På samme måte som De har visst det hittil, kommer De til å vite resten også, nei, De vet det allerede. Og hvis De tenker etter, ville De også komme på det av Dem selv.» I en tidligere del av dialogen finner vi en passasje der Salviati sier noe om at oppløsningen av en feilaktig oppfatning avhenger av noen kunnskaper som er like velkjente og troverdige for Simplicio som for han selv. Salviati fortsetter: «Men fordi De ikke husker dem, ser De ikke løsningen. Uten å skulle undervise Dem om dette, fordi De allerede vet hva det er, skal jeg bare minne Dem på det, få Dem til å løse problemet selv.» Simplicio setter dette i sammenheng med at vår kunnskap ifølge Platon er en slags (gjen-)erindring. Det greske ordet for gjen-erindring er «*anamnesis*». (Weber 2018a, s. 12)

annerledes i dette møtet. Jeg setter det i sammenheng med min egen erfaring og noe mer universelt: Møter mellom mennesker som søker et menneskeverd kan etter min erfaring ikke foregå i en atmosfære av håpløshet. Håpet er dermed bærebjelken for dialogen.

Utgangsspørsmålet er hva som utgjør validitet for subjektet. Her får vi parallelt med oss en prøving av (sann) mening med forklaring, der meningen kommer fra det vi sanser, som viten. Vi indentifiserer individet gjennom sansning, og mening er noe som gis begrep og språk. I «Menneske og styrken» følger den éne opp det den andre har sagt og slik samtalen den grunnleggende forståelsen av virkeligheten og den virksomheten vi står i frem. Vi setter ord i sammenheng, og i sammenheng med denne artikulasjonen gis det en begripelig forståelse. Det er imidlertid primært mellomrommet mellom begrepene som inneholder denne forståelsen. I bevegelsen imellom, er det proksimale aktivert. I dialogen artikuleres mening – altså kommer det proksimale frem i det distale. Derfor er uttrykket for den innsikten vi har ervervet oss så sterkt. Når jeg ser tilbake til mitt svar til Lisa, et svar som rommer motsetningene mellom overlevelse og utslettelse - og dermed virkeligheten, kjenner jeg igjen denne formen for synliggjøring og dermed muligheten for gjenkjennelse. I dialogen vever vi sammen de ulike formene for kunnskap. Vi går inn med en åpenhet, som samtidig er nysgjerrig – vi vet at det er noe vi ikke kan vite. Vi må likevel være klart og tydelig situert i forhold til personen og situasjonen vi står overfor nå. *Fronesis* må utvikles i selve situasjonen. En grunnleggende forutsetning er at vi er tilstedeværende, med hele oss. Vi har vært ved grensen til utslettelse, og vi har selv funnet grunnlaget i eksistensen – «tatt» tilbake livet.

Vi går her flere steg videre i utforskningen og vi samtaler om å ha kommet til et sted der vi har måttet ta et valg. Her tar vi et tilbakeblikk. Vi kan si at vi har en viten, men uten å kunne redegjøre for den. Tilbakeblikket tar oss til erindringer, og i dialogen «Mennesket og styrken» gjennomfører vi en gjen-erindring. Vi har allerede sett at gjen-erindringen står sentral i «Dialogen om de to viktigste verdens-systemer» (Galilei 2009) og i møtet mellom Lisa og meg. I en utlegging av den erkjennelsesmessige betydningen av gjenkjennelse, skriver Gadamer (2012, s. 145): «Men vi forstår ikke hva gjenkjennelse dypest sett er hvis vi bare legger vekt på at det vi allerede kjenner, blir erkjent på nytt, det vil si at vi gjenkjenner det velkjente». I gjenkjennelsen mener Gadamer at det kjente fremtrer så å si ved å bli opplyst mot en bakgrunn av de tilfeldige og foranderlige omstendighetene som betinger det. Slik kan det bli erkjent i sitt vesen, som noe (ibid.). Hva er dette egentlig? For å kunne komme til en sann mening med begrunnelse må vi kunne begrepsfeste. Erindring knytter sammen nåtid og

fortid. Begrunnelsen, eller forklaringen, kommer her ved en gjen-erindring.

I Platons dialog «Menon» blir forklaring «forklart» som *anamnesis*, - som er det greske ordet for gjen-erindring. I samtale med en annen gjen-oppdages noe du har i deg, men som ved å gjen-erindres gir noe mer enn å huskes. *Anamnesis* er forståelse av en eksistensværenhet. Ifølge Gadamer (ibid.) forener Platon i sin lære om *anamnesis* den mystiske ideen om gjen-erindring med den dialektiske fremgangsmåten som søker værens sannhet i språkets idealitet. Temporaliteten spiller her en rolle, slik den også gjør det i menneskets fortelling om seg selv og sitt liv. Helt konkret kommer dette frem ved at erfaringskonsulentenes fortid tas med inn i dialogen – i nåtid, der den får en ny eksistensform. Det viser både til det de gjør i sin praksis og til en fremtidig måte å utvikle denne kunnskapen på. Når vi erkjenner det velkjente på en ny måte i gjen-erindringen, oppnår det sin sanne væren og viser ikke bare fram sitt vesen, men bli frigjort fra sine tilfeldige aspekter (ibid.). Når jeg skriver at det erfaringskonsulentene gjør viser tilbake til det de selv har erfart og at dette så settes inn i et nytt forhold i samtid, så viser dette til et vesentlig aspekt av begrunnelsen, nemlig til en bestemt betydning av *anamnesis*.

I den flytende formen for personpronomen frigjøres ikke bare det som aktiveres, det viser også til en særlig mulighet for å få til en treleddet relasjon. Erfaringskonsulentene har ikke definert seg bort fra det de har erfart og lært om det å være menneske, og i særdeleshet det å være et lidende menneske. Det vi da får er en form for treleddet relasjon der det vi begge står overfor er subjektene selv. Dermed blir gjen-erindringen og dens begrunnende funksjon også av en særlig karakter. Gjen-erindringen muliggjør en gjenkjennelse og anerkjennelse som fungerer proksimalt og herved gjøres tilgjengelig distalt. Forklaringen (begrunnelsen) kan dermed sies å være integreringen av sansing og mening (begrep) til viten. Forklaringen eller begrunnelsen ligger i gjenkjennelsen og gjen-erindringen; der blir den til en felles grunnleggende erfaring som igjen er utgangspunktet for en ny begynnelse.

Hva er kompetansen? Første fokusgruppesamtale starter med å vikle ut en tråd. I samtalen om praksis gir fortellingene oss grunnlag for å bli oppmerksomme på paradokser som kommer til syne. I refleksjonen over det som kommer til uttrykk åpnes det for en flersidighet. I prosessen som utvikler seg gjennom samtalene utprøves flere erfaringer og argumenter. Når jeg har lest alt under ett tenker jeg at den som har det endelige svaret har stilt seg på siden av muligheten til å finne ut hva som i *denne* situasjonen og for *dette* menneske kan gi en begynnelse for mening. Erfaringskonsulentene stiller seg åpne, men kommer ikke forutsetningsløse inn i

situasjoner der de er tilstede med seg selv og som seg selv. Sokrates assosierer det han gjør med å gi fødselshjelp til andres tenkning. For å kunne gjøre dette må han selv ha født tanker. Metaforen brukes slik jeg forstår det om det å søke, uten på forhånd å vite, men likevel å vite det som trengs for å kunne begynne og gå med i denne utprøvingen. I samtalen med Theaitetos ser vi dette i praksis. Hele første del av dialogen er en redegjørelse for eros-kunst. Sokrates sier:

Du glemmer, min venn, at jeg hverken har viten om noe av dette eller fremsetter det som mitt syn. (..) og derfor (..) fremsetter smakebiter fra hver av disse vise inntil jeg lykkes i å bistå deg i å bringe frem i lyset hva du mener. Når dette så er brakt frem i lyset, skal jeg undersøke om det viser seg å være vindegg eller levedyktige avkom. (Th. 157d 1-7).

Når jeg leser fortellingene og beskrivelsene av erfaringskonsulentenes praksis gir det mening å sammenligne erfaringskonsulentenes kyndighet med den Sokrates utøver.

Når Lisa spør «Tror du jeg kan klare det?», tar hun en risiko, i den forstand at hun søker noen som har tro på henne og som hører det hun forteller. Slik jeg ser det søker hun en grunn som kan gi plass til henne.

Kanskje mest av alt handler det om å bli møtt av et menneske som våger å komme nært nok? Som kan delta i hennes kamp mellom smerten og livsmotet, som hun kan ha tillit til, som kan menneskeligjøre håpet og dermed muliggjøre dialogen der fremtidsrommet også kan få en plass? (Weber 2018a, s 15).

«Det Lisa forteller og de reaksjonene hun viser har en mening. Det hun bringer frem vil forstås ulikt utfra hvilken kunnskap det forstås med og hvordan kunnskapen i de ulike blikkene er utviklet» (ibid., s 12). Slik er det også når jeg hører svaret Thor gir seg selv når han stiller spørsmålet: «Hvem blir jeg da?» Ved å se de to fortellingene og verdenene de finner sin næring fra, møter vi virkeligheten av et kontradiktorisk skille mellom objekt og subjekt – applisert til kunnskap. Det er da vi vet at spørsmålet er et svar.

På samme måte som i møtet med Lisa og Lars blir saken synlig i relasjon til subjektene og deres verden, i en interaksjon mellom det intrasubjektive og det intersubjektive. Med denne interaksjonen kan vi ikke bare få til en treleddet kommunikasjon, men en fireleddet kommunikasjon om «saken selv» (ibid., s 23). I dette landskapet kan frigjøring av kunnskap finne sted. Det er også i dette landskapet mennesket kan være del av sin egen søken og

behøver for å bli fri.

Hva er da «sakelighetens» motstykke? En mulig forståelse av det kan være at vi - dersom våre opplevelser og erfaringer ikke anerkjennes av omverden – kan bli sittende fast. Når noe er for vondt til å ta innover seg og omverdenens respons ikke anerkjenner det som er vondt og vanskelig, så blir det i mangelen på gyldiggjøring (altså som en realitet), ugyldiggjort. Ugyldiggjøringen påvirker vår mulighet til selv å erkjenne det, og dermed påvirker det også vår mulighet til å ta oss selv på alvor og til å bli tatt på alvor. Jeg har selv erfart at når mine opplevelser og erfaringer ble erkjent, noe som ble muliggjort av en anerkjennende respons, så kunne jeg selv forholde meg mer aktivt til de vonde og vanskelige opplevelsene og erfaringene. De kunne da bearbeides og bli en del av en fortelling i nåtid med sammenheng til fortiden og åpenhet for fremtiden. Der-i-gjennom kunne jeg også konstitueres som et subjekt i relasjon til saken (i dette tilfellet min egen opplevelse) – og da gå videre som en aktør i min egen prosess, altså i mitt eget liv. Uteblir den anerkjennende responsen i forsøket på å uttrykke sin opplevelse, så lukkes muligheten for at den kan eksistere. Den blir ikke borte, men i et forsøk på å utholde avvisningen kan den bli skambelagt og fortrengt, og dermed påføres lidelse. Da kan vi gå oss fast i det lidende. Blir vi etterlatt alene i vår lidelse kan vi gå oss så fast at vi mister oss selv og dermed mister grepet i vår egen eksistens.

I «Mennesket og styrken» fremkommer en forståelse av «balanse», som noe som kan romme et både og. Det konkretiseres blant annet i refleksjonene over styrke, som rommer både det å være skjør og det å være sterk. Jeg har tidligere skrevet om det å romme Lisas virkelighet. Det var etter den siste dialogen i denne studien og når jeg leste en annens tekst der det var gitt en referanse til essayet «Å se livsmotet i smerten» som et eksempel på verdien av gjenkjennelse, at jeg kom i tanker om at svaret jeg gir ikke bare er en bekreftelse, men en tilkjenne-givelse av en forståelse for et både og. Dialogen «Mennesket og styrken» kommer meg til unnsetning, for bedre å kunne forstå dette. Ved å se at jeg gir et svar som rommer dette både og'et, – det paradoksale i et svar som rommer dødslengsel – en potensiell ødeleggelse og overlevelse, ser jeg at svaret viser at jeg vet hva som står på spill. Svaret sier mer enn det som blir sagt, for den som gjenkjenner det. Den som gjenkjenner det kan se den forståelsen jeg tilkjennegir ved å svare det jeg svarer. Svaret rommer motsetningene og gir rom for det nødvendige mellomrommet som gir mulighet for, i en sammenheng og i en virkelighet, motsetningenes samlede mening. Det åpner ikke bare for mellomrommets virkning, men for menneskets væren, og anerkjennelse av den væren dette mennesket blir til i og er en del av, noe som

igjen muliggjør den bevegelsen som finner sted. «Mennesket og styrken» handler om å komme til et punkt (eller flere) der det virkelig står om de eksistensielle spørsmål og vår egen mulighet til å eksistere. I arbeidet som erfaringskonsulenter kjenner vi det igjen når vi møter på denne utfordringen. Nysgjerrighetens vesen gir plass til uvitenheten og den ikke-artikulerte innsikten, som idet den kommer til syne gjennom holdning og handling ikke er taus. Hva er vi er nysgjerrige på? Vi er nysgjerrige på mennesket og menneskets eksistens.

I «Mennesket og styrken» er det ikke én Sokrates som spør, men der er et «vi - du - jeg». Vi går inn sammen, og gjennom trygghet, etter å ha samtalt i forkant, nysgjerrighet og egen kyndighet, utøves eros-kunst. Det vi da kan være åpne for kan gi oss en dypere innsikt. Det er her vi nærmer oss forståelsen av det gammelgreske ordet «*eros*», som betyr å *søke visdom*. I dialogen «Theaitetos» får jeg en demonstrasjon av, og i artikkelen «Socrates' Erotic Educational Methods» (Dypedokk Johnsen 2019), får jeg en introduksjon til denne kunsten. Å beherske eros-kunsten, kyndigheten, betyr at du vet at du ikke besitter svaret, men søker det. Erfaringskonsulentene i undersøkelsen viser det i måten vi nærmer oss forsøket på å forstå. En slik åpenhet fordrer ydmykhet. Vi har ikke en oppfatning om at vi kan gå inn med en avklart og ferdig bestemt viten og fikse noen. Dette gjør oss imidlertid ikke svar-løse. Svar-evne¹⁵ betyr her for meg at vi har evne til å forholde oss refleksivt og til å utvikle oss i respons til verden. Viten om at vi ikke vet, men at vi vet noe som setter oss i stand til søke etter mening, gir slik mening til vår handlingsberedskap.

«Theaitetos» er verket der Sokrates sammenligner sitt virke med en jordmors (Rabbås 2004). Det er Theaitetos som går «svanger» og Sokrates som tjener som jordmor for hans utprøving og innsikt. «Det Sokrates forsøker å få Theaitetos til å svare på er ikke eksempler på slik kunnskap, men *hva* som kjennetegner sakkunnskap overhodet» (ibid.). Sokrates forklarer det å være jordmor som det å bidra til å forløse det som kan være «vindegg» eller levedyktige foster. For å være jordmor mener Sokrates at en selv må ha gått gjennom det å bli svanger og føde. I dette å overlate viktige deler av sin eksistens i den andres forvaring kan jordmor-metaforen gjøres konkret i forhold til mitt møte med Lisa. Hva er vi jordmødre for? Ved å være tilstede kan vi hjelpe den vi møter til selv å få grep i egen eksistens. Vi kan noe, som muliggjør å finne dette punktet for kontakt, en til-knytning til det som finner sted og til oss

¹⁵ Jeg bruker begrepet her for å si noe om vår handlingsberedskap både med hensyn til *praxis* og *fronesis*. For en utdypning av begrepet, se Lindseth, A. (2015) I: Praktisk kunnskap som profesjonsforskning: antologi over yrkeserfaring som utgangspunkt for forståelse av kunnskapsutvikling i praksis.

som er der. Det er et bidrag til begynnelsen av en prosess.

Dypedokk Johnsen skriver (2019, s 312): «Socrates moreover argues that midwives are also «the cleverest of matchmakers» (Th. 149e5-10). The reason is that conception and birth belong to the same art». Ved å ha født kan de som behersker denne kunsten hjelpe den andre til å føde. Føde er her en metafor for det som kan bli til. For å bruke denne metaforen i vår sammenheng så er det erfaringskonsulentene som kan gi fødselshjelp. Vi skal ikke reparere, men derimot gjennom å være tilstede være behjelpelige for at den vi møter selv kan være og bli til. En forutsetning for dette er en bestemt form for treleddet relasjon, som erfaringskonsulenter inngår i nettopp ved å være dem vi er, dem vi var, dem vi er blitt til og vil være; noe som er en uomgjengelig forutsetning for vårt virke. Å kunne være tilstede som dem vi er og med det vi har med oss av erfaring i møte med et menneske og hans eller hennes verden, forutsetter at vi har en kunnskap – og en viten om at vi ikke har svaret, men kan gå med i prosessen.

Vi stiller her opp et mot-bilde for den virksomheten vi skal virke innenfor. Vi kan ikke flagge med en skolastisk spesialistgrad. Den formen for innsikt som vi har tilegnet oss, får man bare ved selv å gjennomgå det vi har gjennomlevd. Vi har erfart lidelsen, og de ytre beskrivelsers (diagnosers) virkning. De kan i beste fall gi en form for forklaring (gitt at en forklaring med grunnlag i objektontologi kan ansees gyldig for subjektet), men de gir oss ingen hjelp til å forholde oss til vår egen eksistens. «Forklaringen» kan slik sett prøves kvalitetsmessig. En av erfaringskonsulentene oppsummerer det i lys av hvordan du påføres skam og en oppfatning om at du har noe feil på sjelen: «Eneste medisin mot skam, tror jeg, er aksept. At du ikke er feil som menneske. Det er det som er så skummelt med psykiatrien. En god del diagnoser etterlater et inntrykk av at man har noe feil med personligheten, med sinnet, ja kanskje til og med, med sjelen». I oppdraget å utrede og behandle har psykisk helsevern med sykdomsmodellen som grunnlagsforståelse et objektførsteperspektiv. Samtidig vet og forutsetter vi at den menneskelige «kapitalen» er vårt redskap, og at det er det andre mennesket i dets væren som må være det primære for vårt virke. Å *forholde seg til* gir mulighet for forståelse og innsikt. Å legge til grunn et subjektperspektiv som førsteperspektiv vil åpne opp for menneskemøter som kan skape kontakt og som tar utgangspunkt i menneskets grunnleggende livsvilkår.

Vi er her for at våre medmennesker skal kunne få det bedre. Å trekke dette inn i psykiatrisk

som en dimensjon, kan, som Eline sier det, være et større prosjekt. I en bredere utforskning ville det være naturlig å ta på alvor det Thor sier om den andre fortellingen, der han spør: «Hvem blir jeg da?». Jeg har måttet gjøre en avgrensning. I denne oppgaven har jeg forholdt meg til det som for erfaringskonsulentene er del av det erfaringsnære narrative. Det er i dette narrative vi kan se kilden, betydningen og virkerommet for en kunnskap om og i overenstemmelse med menneskets grunnleggende livsvilkår. Tar vi erfaringskunnskapen og de vandrende og bevandrede¹⁶ kunnskap på alvor vil det være interessant å se hva det leder til av kontrast til det bio-psyko-sosiale perspektivet, med sykdomsmodellen som det medisinske paradigmes klangbunn. I en større utforskning ville det være interessant å se på hvilket nivå det er mulig å tematisere dette og å utforske de parallelle virkelighetene som utgjør bakgrunnen for Thors to fortellinger. Kanskje kunne det som danner grunnlaget for og uttrykkes i de to fortellingene bli utforsket i buen mellom forklaring og forståelse, slik Ricoeur åpner opp for det å se forståelsen som en ontologisk dimensjon (Lindseth 2017, s. 251)?

Hva er det Platons dialog grunnleggende sett viser og hva er det Platon gjør? I dialogen utforskes hva viten er. I «Theaitetos» samtales det med hverdagslige eksempler om viten på et allment og abstrakt nivå. *Forklaring* er et vitensbegrep, men det vi har tematisert er en annen form for viten – forståelse, innsikt, å oppleve. Platon har skrevet dialogen for at den som leser den skal få en foranledning til å finne frem til det vesentlige selv. Ved at han ikke har skrevet eksplisitt hva han selv mener, gir teksten meg som leser en særegen erfaring – der jeg selv blir delaktig i å reflektere og resonere. Hva er så dialogen «Mennesket og styrken», og hva er det som skjer der? I «Mennesket og styrken» utlegges en innsikt som har likheter med den filosofiske utforskningen som den som finner sted i «Theaitetos» - noe vitenskapelig. Men innsikten som forvaltes i «Mennesket og styrken» må *deles av* deltakerne; den kan rett og slett ikke *deles opp*. Vi utforsker *vår* kunnskap og hva den er. Slik kretser dialogen om sitt senter: Hva er egentlig det grunnleggende motivet og forutsetningen for å leve? Hva slags viten er det da vi forvalter? Å vite hva eksistens betyr. Vi har tapt den, søkt den, tatt et oppgjør, gjort et valg, kjempet oss gjennom og til den. Derfor har vi en viten om betydningen og gjenkjennelsen av dens fravær, - søken etter og oppbygning før oppgjøret med det som truer den, og ikke minst med dens nærvær i et annet menneskets væren.

¹⁶ «Survivor knowledge». Jf. Watson 2019.

Jeg har ikke på forhånd kunnet vite hva denne utforskningen ville føre frem til. «Fortellingen vil være uforståelig for oss hvis den ikke bygde på en forutforståelse av verden som vi kjenner fra eget handlingsliv» (Ricoeur i Hovland 2011, s. 18. fra Fossetøl 2017, s. 62). Den forutforståelsen jeg har og den åpenheten det interaktive designet for studien fremmer, har gitt meg anledning til å gi den erfaringsnære fortellingen og innsikten en stemme. Det slår meg at det som kommer frem om å se styrken i andre før man gjenkjenner den i seg selv, er gyldig også for måten jeg i løpet av masterprosjektet oppdager at jeg i førsteårs-essayet selv har tematisert styrke som noe som vi har¹⁷ og noe som utvikles¹⁸.

Den virkeligheten mennesket opplever er den virkeligheten mennesket kan finne grep om seg selv og sin eksistens i. Det er dette erfaringskonsulentene er jordmødre for. Det gir resonans i en menneskelig væren, og det er det vi kan romme og skape rom for og med. Når én av samtalepartnerne fremholder det å «bare være» som en måte å beskrive tilstedeværelsen som noe vesentlig ved praksis på, kan en bli i stuss på om nå det er uttrykk for en kunnskap og et virke i en praksis. Jeg tror denne utleggingen har gjort det mulig ikke bare for meg, men forhåpentligvis også for deg som leser, å se at dette er uttrykk for en erkjennelse av eksistensens forutsetning, - vår egen og eksistensen til den vi møter. Hva vil det så si å ha denne kunnskapen som utgangspunkt for sitt virke? Vi er spesialister i det eksistensielle.

6. Muligheter i det værende

Mennesket oppholder seg for det meste i det distale, det er som oftest det som utgjør rettetheten til og som er selve tildekkingen av vår grunnleggende eksistens. Her kommer vi fra erfaringskonsulentenes innsikt til menneskets eksistens overhodet. Jeg vender tilbake til *aletheia* som Heidegger (2007) ser som ikke-tildekkethet, altså virkende mot tildekning. Hva dette innebærer har jeg ikke fullt ut forstått, men jeg trenger Heideggers begrep for å beskrive det erfaringskonsulentene står i.

«Væren-i-verden» dreier seg om vårt direkte forhold til verden. Dette svarer til Polanyis begrep «Indwelling». Innenfor rammene av det rommet som oppstår mellom Lisa og meg får Lisa foranledningen til å ta grep – til å tre inn. Mulighetens betingelse ligger i den dialogiske formen som utgjør et sam-være. La meg her ta det Øverenget (2003) sier om tid og det å «stå i

¹⁷ «Når noe er gjenkjennbart kan jeg kjenne igjen min egen kilde til sårbarhet og styrke». (Weber 2018a, s 20)

¹⁸ «Gjennom å få språk for følelser fikk jeg etter hvert større handlingsrom og skjønte at man ikke kan hjelpe none i krise uten å ta inn og forholde seg til livsverden. Jeg fikk styrke til forholde meg til at livet er motsetningsfullt og sammensatt». (Weber 2018a, s. 24)

forhold til» inn i det konkrete. Min fortid blir bragt inn i min felles nåtid med Lisa, som igjen muliggjør Lisas fremtid. Temporaliteten rommer denne muligheten i nåtids-rommet – et rom av menneskelige forhold, som gir rom for nettopp menneskets væren-i-verden. Nåtidsrommet spenner seg ut gjennom fortid, nåtid og fremtid, og utspiller seg sammen med oss i nåtid. I dialogen «Mennesket og styrken» skjer dette på det «vitenskapelige» planet. Fortiden erfaringskonsulentene bringer inn settes i sammenheng med kunnskap for fremtiden i nåtid. Det handler om hvordan eksistensens grunnlag er blitt og blir til. Dialogen gjenspeiler det som er konstitutivt for det vi gjør i møte med pasientene. I dialogen realiserer vi samtidig en frihet som muliggjør denne kunnskapens eksistens. Det som kommuniseres frem i dialogen kan ikke settes frem uten gjennom denne dialogen. Den bygges opp av en stadig økning av innsikt, med stadig flytende bruk av personpronomen, og validerer samtidig hva slags kunnskap vi virkelig forvalter.

Dypest sett handler det om fenomenet menneske. Spesielt handler det om at vi må forholde oss til eksistensens grunnlag der mennesket er blitt og blir til. Vi ser allerede i fortellingen med Lisa at eksistensens vesenstrekk er frihet. Frihet er eksistensielt. Erfaringskonsulentenes tilkjempelse av fortellingen om vår fortid i nåtid, gjør dette mulig. Uten gjen-inn-vinningen ville det trolig være for smertefullt. Vi må gjen-inn-vinne vår fortid for å kunne ha en forutsetning for fremtid. I dette ligger måten vi forholder oss til vår fortid slik at den kan ta del i vår nåtid, fremtid og innsikt. Gjennom denne tilkjempelsen av ikke-tildekkethet frigjøres vi til å komme i et forhold til oss selv der vi selv eier vår fortelling, og dermed kan være i stand til – med oss selv – å stå i et forhold til verden og til å møte det lidende mennesket i dets «væren».

6.1. Renner, islett og vev

Jeg vil nå gå grundigere og mer teoretisk inn på det som er berørt i innledningen ovenfor. For å kunne analysere «materialet», har jeg sett til Aristoteles sin forståelse av ulike former for kunnskap og hvordan disse spiller inn på hverandre. Aristoteles skiller mellom tre kunnskapsformer; *theoria* (teoretisk), *poiesis* (skape), og *praxis* (praksis). Til disse knyttes tre dygder: *episteme* (vite), *techné* (kunne) og *fronesis* (klokskap). Kyndighet består altså av flere elementer; å vite at – *episteme* og *theoria*, å vite hvordan – *techné* og *poiesis* og å vite når – *fronesis* og *praxis* (Lindseth 2015, s. 149). Konkret betyr det i denne studien at vi hovedsakelig har utviklet en *meta-theoria* om *praxis*. *Theoria* handler altså i dette tilfellet om å finne noe grunnleggende vesentlig ved det menneskelige liv. Dette står i forhold til *episteme*

som her handler om å utvikle og aktivere evnen (den intellektuelle dygden) til å utforske hva som er essensielt i den spesielle situasjonen som menneskene befinner seg i (altså i dette tilfellet hvordan erfaringskonsulentenes kunnskap får betydning fra og for eksistens). *Theoria* kommer her altså *fra* og står i relasjon *til* den *episteme* som erfaringskonsulentene praktiserer. *Episteme* muliggjør slik sett her på en særlig måte det å utvikle (*meta-*)*theoria*. Mellom disse ligger imidlertid *praxis* (den praktiske kunnskapen om det menneskelige og mellommenneskelige).

Renne 1: I dialogen som grunnleggende menneskelig fenomen involveres *episteme*, *theoria* og *praxis* alltid parallelt. Utforskningen vår stopper derfor ikke i en beskrivelse av praksis eller en teoretisering om praksis, men ved å utøve og gjenerindre epistemisk kyndighet i vår praksis som forskere finner vi fram til det som er vesentlig i erfaringskonsulentenes praksis. Vi har dermed gjort den *episteme* som implisitt bærer vår praksis som erfaringskonsulenter eksplisitt i vår praksis som forskere, og søkt det vesentlige og konstitutive som er involvert i denne virksomheten. Det er her, i *mellomrommet* eller parallellen mellom alle de momentene som er involvert, at vi i fellesskap har utforsket vår felles kunnskap. Samtidig har vi gjort eksplisitt den motstand vi og vår kunnskap møter i det institusjonelle mønsteret i den virksomheten vi står i. Vi vet hvordan vi i vår praksis kommer rundt denne motstanden, ved at vi har utviklet og praktiserer den intellektuelle dygden *techné*, nettopp for å skape (*poieisis*) anledningen til å utøve en praksis. Vi vet hva som er mulig å få til i møte med mennesker der vi kan relatere oss til – altså være intellektuelt i stand til, ved bruk av den kunnskapen vi har fra våre erfaringer, å sette oss inn i den andres posisjon og *emosjonelt* leve oss inn i den andres virkelighet. Den emosjonelle innlevelsen *situerer* oss i *relasjon* (i et forhold) til den andre. Her synliggjøres erfaringskonsulentenes *erkjennelse* av at vi må ivareta *sårbarheten* i oss selv for å kunne se den andre som *egentlig* – altså i sin subjektivitet med sine opplevelser, erfaringer og med muligheten til å rotfeste sin eksistens som et menneske som *er* og *blir til*. Fortellingens potensiale for integrasjon bærer og bevarer dialogen og de som er involvert. Å være i stand til å leve oss inn i den andres liv, er en nødvendig forutsetning for å kunne utøve vår praksis intellektuelt kyndig, dvs. med *fronesis*. Vi er spesialister i det eksistensielle på den spesielle måten at vi gjennom vår egen erfaring har fått et særlig innsyn i eksistens.

Denne kyndigheten må ledsages av en moralsk dygd, som i dialogen hevdes å være *mot*. Jeg har ovenfor utvidet motets relevans ved å anerkjenne motmakt som et uttrykk for denne dygden. Vi må ha mot for å gå inn i den *theoria* som dialogen åpner for, nettopp for å kunne

aktivere *episteme*. Kunnskapen vår står i en konflikt med institusjonens. Vi vet dermed at vi risikerer noe ved å gå inn i denne formen *theoria*, nettopp fordi den aktiverer vår særlige form for *episteme*. Vi har derfor også en særlig form for ansvar, som det krever mot å anerkjenne og å ta på seg. Alternativt kan vi si at vi gjennom dette motet gjenkjenner ansvaret idet vi ser mønsteret, konflikten og hva vi risikerer ved å representere et brudd med det institusjonelle mønsteret. Vi har med andre ord «teknisk» kyndighet til å stå i *spennet* til systemet. En forutsetning for å utforske dette slik vi har gjort, er at vi vet at der finnes mening og sammenheng i den enkeltes liv, men også at vi stiller oss åpne for hva vi konkret kommer til å se. Dette samsvarer med hvordan vi går inn i møtene med menneskene (pasientene) vi møter i vår praksis. I begge tilfeller ledsages vår søken av en emosjonelt markert holdning: *nysgjerrighet*.

Renne 2: I utforskningen spiller forholdet mellom *ontologi*, *epistemologi* og *metodologi* inn. Vi kjenner erfaringslandskapet og har dermed en epistemisk forutsetning for å realisere det som er universelt menneskelig. Vår *theoria* og *episteme* gir oss tilgangen til det, og den flytende bruken av personpronomen, der samtalepartnerne friksjonsfritt skifter personposisjon, muliggjør delingen av det som må deles for å aktivere det involverte. Ved at erfaringskonsulentene implisitt har utviklet en ontologi, epistemologi og metodologi for denne kunnskapen, og gjennom samtalene etablerer en *meta-theoria* om sin egen praksis, har vi produsert det materialet som gir meg anledning, med en tilsvarende utøvelse av *episteme*, *techné* og *fronesis*, til å utvikle en ontologi, epistemologi og metodologi for denne kunnskapen, og dermed gjøre rede for og validere den *meta-theoria* som finnes nedfelt i oppgavens tekst. Aktivering av det proksimale (og den distale rettetheten), involveringen av de ulike elementene og evnen til meningsdannelse (å se sammenhengene og det som er involvert) oppgraderes dermed ytterligere metodologisk: Fortellingene og samtalene er vevet inn i sammenhengene som avdekkes i avhandlingen. Første fortelling danner en (ontologisk) spenning. Thor stiller et spørsmål som synliggjør hva det står om. Fortellingen fra første-års-essayet er integrert som en langsgående tråd i hele avhandlingen. Fortellingene og samtalene fra undersøkelsen gir tilgang til førstepersonsperspektivene i praksis (intersubjektivitet og kontekst). De veves inn som islett underveis i avhandlingen og «taler» fram sakens natur. De ulike allmenne innsiktene spinnes møysommelig sammen i rennetråder. Slik dannes renner av kunnskapens struktur, innhold – uttrykk/inntrykk, mening og begrunnelse, og settes opp som en vev. Veven består av flere renner spunnet sammen av flere tråder. Gjennom dialektisk utøvelse veves rennene sammen med islettet og skaper dermed et helhetlig bilde (*methodos*).

Det handler om å komponere (*poiesis*), altså sette sammen de forskjellige elementene, som farget garn, på en kyndig måte (*techné*) til et hele.

Hva er det som foregår? Det finner sted en hermeneutisk bevegelse i teksten mellom delene og helheten (Gadamer, 2012); og idet vi samtaler fram vår forståelse innebærer det allerede å anvende vår forståelse («Mennesket og styrken»). Nettopp her skjønner jeg at *Spiel* er en forutsetning for bevegelsen som medfører en overskridelse av delenes sum i en helhet. Det vi da bevitner er essensen i erfaringens dialektikk og Gadamers sannhetsbegrep som er uløselig knyttet til erfaring (ibid.). Fortellingene integreres i samtalen (*poiesis*). Platon mente at det å tenke seg inn i fortellingen er den eneste muligheten for å finne det som gir mening, og at bare dialogen er åpen for å utforske dette i fellesskap. Igjen kommer denne åpenheten inn som fundamental forutsetning for å finne *mening*. Vi vet at den er der, men vi vet ikke hva som kommer fram i den konkrete situasjonen. Dette står seg i forhold til forståelsen vi bringer med oss i møtet med den andre; å møte den andre som subjekt, der vi har med oss nysgjerrigheten etter å se den andre og oss selv, i den spesielle situasjonen, og parallelt se om det er noe vi kan relatere oss til. I relateringen er det to sider – som i samhørigheten aktiverer *dia* – en åpning for dialogen med den andre (fellesskap) og et *sam-være*. Åpenheten er en forutsetning for sam-være, og forutsetter selv at vi som har den samme livserfaringen er tilstede. Vi finner altså grunnlaget for valideringen av den andre og oss selv i den grunnleggende forståelsen av erfaring. Å kunne stille seg åpen kommer likevel med noen ytterligere forutsetninger. Vi vet at det/den vi møter gir/har en mening. Meningen kan vi finne ved å inngå i et samspill med den andre i den spesifikke situasjonen. Der møter vi den andre med sin forståelse. Vår erfaringsbaserte kunnskap kan altså gi oss *ledetråder* til å se og en forståelse av hva som er vesentlig for den andre og essensielt i situasjonen.

Renne 3: «Mening» blir mer fundamentalt og samtidig omfavnende forstått i erfaringskonsulentenes erfaring og praksis. Det danner dermed et annet grunnlag for åpen viten i den sansende situasjonen, hvor mening gjen-oppstår og gjen-erindres. Her spiller skiftene mellom personpronomena en vesentlig rolle metodologisk – både for å få tilgang og for validering. Vi samtaler frem kunnskapen langs en tidsakse. Denne temporaliteten gjør at sansningen (det vi gjen-kjenner fra erfaringer i fortid) gjen-opprettes i nåtid hvor gjen-erindringen gestalter seg som forståelse av samtidighet i eksistens. Det vil si at kunnskap fra fortiden gjøres tilgjengelig i samtiden og at det i den felles gjen-erindringen gis en kunnskap for fremtiden (jf. gjen-erindringen mellom Lisa og meg, og det som utspiller seg i en felles

utforskning i dialogen «Mennesket og styrken»).

Renne 4 og 5: Rennetråder som spinnest frem i (1) «Mennesket og styrken» (og med paralleller til «Theaitetos») og (2) sammenfatter og validerer den kunnskapen erfaringskonsulentene representerer, er; 1) Sansningens tilhørighet til subjektet og subjektets autonome tilgang til verden gjennom sansningen (inkludert kroppen). Erfaringskonsulentene uttrykker aksept for det den andre sanser, og gir den andre dermed en trygghet. I «Mennesket og styrken» forblir noe av dette sporet med oss når vi beveger vi oss videre (i likhet med samtalepartnerne i «Theaitetos»). 2) Dermed kommer artikuleringen av tilstedeværelsen i verden gjennom fortellingen. Begrepsliggjøring og mening trer frem i *mellomrommet* – og parallellen. I «Mennesket og styrken» inviteres sårbarheten inn (lære sårbarheten å kjenne, styrken som balansen mellom sårbarhet og det å være sterk) som en grunnleggende forutsetning, når jeg introduserer *styrke*. 3) Til sist kommer refleksjonen over og begrunnelsen av sammenhengen mellom subjekt og verden i eksistensen (sann mening med begrunnelse). I samtalen skjer en dialogisk avledning av styrken, og vi konstituerer oss som felles utforskende. I forståelse av eksistensens bevegelighet erkjenner vi den andre som værende og som å bli til.

En meta-refleksjon etter «vevingen» er at identifiseringen av 0-punktet som et eksistensielt startpunkt, bidrar til å se dette som erfaringskonsulentene beskriver som «å bare være», som en «start» for den andre til å kunne være – for seg selv og for oss. Bildet som veves frem synliggjør betydningen av *sam-være*. I dialogen «Mennesket og styrken» fremkommer det at det for enkelte av oss var et markert startpunkt for bevegelsen til forandring, mens det for oss alle fortonet seg som en prosess (jf: *praxis*). I undringen over hva som «inntreffer» og hva vi kan forstå av det som skjer, kommer det frem at det er en (lang) prosess av bevegelse og forandring fra å lide til å *heles*. Å være og å bli til er dermed den fenomenologiske erfaringen av en prosess av bevegelse eller forandring som styrker mennesket, livet og eksistensen. Slik vi ser nysgjerrigheten som en drivkraft til samtidig bevegelse og selv-bevaring, så validerer vi en ontologi, i alle fall med hensyn til menneskets eksistens, og ser subjektets temporale vesen uttrykt som forandrende og værende som dialektisk forent. Den fenomenologiske evidensen er nemlig at det som har sann væren, som menneskets liv og eksistens, nettopp eksisterer i kraft av eller gjennom forandring. Det er gjennom åpenheten mot fremtiden formidlet i kraft av samtalens og samværens bevegelse (og dans, jf. Lisa og meg), at det blir mulig å bli til og være, altså eksistere. Å sam-være med seg og sitt, og i forhold til verden (inkludert de

relasjoner som kan dannes dersom vi ser den andre som et menneske som oss selv, til forskjell fra å «låses fast») er en elementær forutsetning for å kunne bli hel.

I «Theaitetos» sier Sokrates følgende om det som karakteriserer filosofen: «Men hvad et «Menneske» er, og hvad der stemmer med et saadants Natur at gøre eller føle i Modsætning til andre Væsener, det grubler han over, og det bryder han sin Hjerne med at udforske.» (Platon et al., 1936, s. 144). Det vi erfarer og bygger vår kunnskap på er interesse for og nysgjerrighet på hva det vil si å være et menneske. Spørsmålene: Hva er jeg, hva er et menneske og hva er *dette* mennesket, kan ikke besvares uten å besvares samtidig. Jeg stiller spørsmålene, og sammen med samtalepartnerne, som også stiller spørsmålene, utforsker vi det sammen i dialog. Det er den bevegelsen (hermeneutikk, erfaringens dialektikk og dialog) all kunnskap beror på. Thor, Lisa og Lars – stiller også spørsmål. De deltar i samtalene med meg, og fortellingene deres er involvert i meta-samtalen i avhandlingen. *Theoria* tar for seg hva noe er – altså å undersøke hva som er vesentlig. Ontologi handler om hva noe må være, for å være det det er. Det første vi må få til for å komme i kontakt, er å akseptere det som er som det er.

Polanyi tar utgangspunkt i mennesket som erkjennende. Hans teori om «tacit knowing» bygger på at vi må være involvert. Han spør således grunnleggende om hva et menneske er. «Tacit knowing» forteller om at mennesket eksisterer i verden som engasjert. I denne studien finner vi det ontologiske aspektet (beroende på en indwelling av det funksjonelle, fenomenale og semantiske) når vi og den vi sam-værer med får et rom (et menneskelig rom, fysisk og emosjonelt) i verden. Slik kan den andre finne et sted å *være*, finne en plass i verden, sammen med andre. For å kunne være som *seg* selv må mennesket tas imot – med det som det er. «Å bare være» kan slik forstått forstås som å være virksomt i seg selv. En forutsetning er at vi viser en *eksistensial aksept*. I avhandlingen stiller erfaringskonsulentene, som selv har erfart eksistensens rand, det som ifølge Sokrates er det grunnleggende spørsmålet for filosofen og derfor også i filosofien. Vi utforsker det med og i lys av vår praksis innen psykisk helsevern og vår praktiske kunnskap. Er dette sammenfallet tilfeldig?

6.2. Hvordan kan kunnskapen videreutvikles?

Den erkjennelsesprosessen vi har gjennomgått og stadig står i, konstituerer oss som erfaringskonsulenter. Gadamer's sannhetsbegrep er ifølge Schaaning (Gadamer 2012, s. 12) uløselig knyttet til erfaring, altså det faktum at det skjer noe med oss når vi forstår noe. I denne undersøkelsen har vi sett at kunnskapen kan videreutvikles i en dialogisk tradisjon,

innenfra og på dialogens premisser. Den samme åpenheten for erfaring muliggjøres av erfaring (ibid., s 337). Åpenhet for erfaring åpner for at erfaringer kan endre karakter og form mange ganger. Dette kan forstås som at en erfaren person kan være radikalt åpen for nye erfaringer, og dermed kan erfaringens dialektikk - som ikke fullføres i endelig viten - være sannhetssøkende. For å si det mer presist: Erfaringens dialektikk fullføres ikke i endelig viten, men i den åpenheten for erfaring, som gjøres mulig av erfaring (ibid.); dermed kan vi søke sannhet – ikke-tildekkethet, og sette den fri.

Jeg hadde forventet at frigjøring kunne dukke opp i masterprosjektet. Nå ser jeg at det ikke bare dukker opp, men også er tilstede i mitt tidligere arbeid. I masterprosjektet kommer det frem gjennom erfaringskonsulentenes beskrivelser av egen prosess og den plassen vi tar som de menneskene vi er og videre inn i praksisen som erfaringskonsulenter. Dette minner meg om «Det usynlige barnet» (Jansson 2006), der barnet ved at de som er rundt det forholder seg til det, sakte men sikkert kan bli synlig. Det er en parallell mellom frigjøringsprosessen det enkelte mennesket kan gå gjennom og «frigjøringen» av kunnskap. For hva skjer når de eksistensielle betingelsene for menneskets væren-i-verden legges lokk på ved å bli bortforklart, diagnostisert og medisinert «vekk»? De eksistensielle betingelsene settes under angrep. I tildekkingen forvitrer vår mulighet til selv å ta grep om vår eksistens og til å være egentlige som mennesker. Uten interesse for det genuine «vi'et», der det dialogiske rommet i nåtid kan finne sted, står det eksistensielle mennesket i fare for å bli redusert som menneske og til å bli stilt ensom på randen av sin eksistens.

Jeg hadde ikke forutsett at kunnskapsfrigjøring ville komme frem på lignende premisser som menneskets frihet til å være og til å bli til. Kines utsagn: «Vi må få være før vi kan bli», får nå en enda dypere mening. «Det må være essensielt å legge det opp mot livets erfaring», sa en av mine med-utforskere. En annen sa: «Uten å ville møte det mennesket som et menneske, og først og fremst det, så kan ikke kontakten oppstå». Ved å la førstepersonsperspektivet og førsthåndserfaringer komme i tale har jeg i denne avhandlingen forsøkt å gi dette en stemme. Det er i kontakten med livets erfaring, i bevegelsen og i muligheten ved det værende, vi kan danne grunnlaget for menneskets eksistens.

6.3. Spesialist i det eksistensielle

De vakre iskrySTALLene jeg så den dagen jeg måtte gi slipp, var et kjærkomment skue for øyet. Kanskje speilet de sjelens tause håp da de dukket opp i veikanten den dagen jeg var i

psykose? Noe så skjønt og sterkt, og på samme tid så skjørt at det tiner i en varm hånd, før det renner bort som om var det en tåre. Der jeg og verden skilte lag gikk vi kanskje i ett? I eksistensens favn fant jeg en spe grunn å finne fotfeste i, for sakte igjen å kunne finne kraft. En styrke til å være.

Erfaringskonsulentene i denne undersøkelsen har stått på eksistensens rand. Gjennom en kompleks personlig og sosial prosess har vi kjempet oss gjennom tilværelsens lidelse, for der-i-gjennom å kunne reetablere grunnlaget for vår væren.

Den fortellingen Thor velger å bygge videre på og som gir han mulighet til å være subjekt i eget liv, er den fortellingen Lars i sin ufrihet søker. Det «rommet» jeg forsøker å åpne opp for med mannen som ligger på gulvet på en sengepost er det rommet damen med musikken kan undersøke sin opplevelse i. Damen med såret som ventil får gjennom erfaringskonsulentens respons eie sin erfaring og etterlates dermed ikke alene. Den verden hun trenger å være del av er den verden og relasjonen aksepten i det dypeste mørke åpner opp for – der Nils kan bli synlig. Det er i den virkeligheten som finner sted imellom Lisa og meg at Lisa kan finne grunnlaget for sin eksistens som seg selv, og der hun kan komme i kontakt med sin fortelling og bevegelse som igjen kan gjøre henne fri.

Når vi ser det eksistensielle som universelt menneskelig, ser vi alle mennesker som eksistensielle i sitt vesen. Møtet med et annet menneskes eksistens forutsetter en grunnleggende likeverdighet. I det rommet som da kan bli til oss-i-mellom kan vi med vår kunnskap bidra til ikke-tildekketheten – til kontakten og synliggjøringen. Det er *med* det og *i* det vi finner vår virksomhet. Polanyi (2000, s. 59) sier det godt: «Vi står overfor menneskets mulighet til stadig å forstå verden på nytt, gjennom innlevelse i dens deler med deres sammenheng for øyet». Kunnskapens art synliggjøres ved og i å ville møte mennesket.

Litteraturliste

Anderson, D. o. D., Patricia (2004). Intet om oss uten oss. *Dialog Bulletin for SEPREP*, Nr. 2, 2004 årg. 14.

Aristoteles, et al. (2013). *Den nikomakiske etikk*. Oslo, Vidarforlaget.

Austin, E., et al. (2014). Embodying Recovery: A Qualitative Study of Peer Work in a Consumer-Run Service Setting. *Community Mental Health Journal* 50(8), s. 879-885.

Barbour, R. S. and J. Kitzinger (1999). Developing focus group research : politics, theory and practice. London, Sage.

Barth, F. (1991). *Andres liv - og vårt eget*. Oslo, Universitetsforl.

Bech-Karlsen, J. (2003). *Gode fagtekster : essayskriving for begynnere*. Oslo, Universitetsforlaget.

Binding L.L., and Tapp, D. M. (2008). *Human understanding in dialogue: Gadamer's recovery of the genuine*. *Nursing Philosophy* 9: s. 126.

Borg, M. et al. (2017). Brukeres erfaringer med hjelp og støtte fra erfaringsmedarbeidere innen psykisk helse og rus. Høgskolen i Sørøst-Norge/Nasjonalt senter for erfaringskompetanse.

Bornemark, J. and F. Svenaeus (2009). *Vad är praktisk kunskap?* Huddinge, Södertörns högskola.

Crossley, N. (2004). Not being mentally ill: Social movements, system survivors and the oppositional habitus. *Anthropology & Medicine* 11(2), s. 161-180.

Dypedokk Johnsen, H. (2019). Socrates' Erotic Educational Methods. *Journal of Philosophy of Education*, 53(2), s. 312.

Ekeland, T.-J. (2011). *Ny kunnskap - ny praksis, et nytt psykisk helsevern*. Skien, Nasjonalt senter for erfaringskompetanse innen psykisk helse.

Ekeland, T.-J. (2013). Kampen om kunnskapen: kan brukererfaring frå psykiatrien bli gyldig kunnskap? Oslo, *Morgenbladet*, 14. juni 2013.

Forskningsrådet (2014). *HelseOmsorg21*. Tilgjengelig fra:
<<https://www.forskningsradet.no/contentassets/8ac89e386cdb4cefad328a5f640177a8/helseomsorg212015-20182.1.20190.pdf>> [Lest: 05.04.20].

Fossestøl, B. (2017). Metode og praktisk kunnskap. I: Halås, C.T., Kymre, I. G. og Stensvik, K. red. *Humanistiske forskningstilnæringer til profesjonspraksis*. Oslo, Gyldendal akademisk, s. 53-68.

Gadamer, H.-G. (2003). *Forståelsens filosofi: utvalgte hermeneutiske skrifter*. Oslo, Cappelens Forlag.

Gadamer, H.-G., et al. (2012). *Sannhet og metode: grunntrekk i en filosofisk hermeneutikk*. Oslo, Pax.

Galilei, G. (2009). *Dialog over de to store verdenssystemer - det ptolemeiske og det kopernikanske*. Oslo, Forlaget oktober.

Geertz, C. (1973). *The interpretation of cultures: selected essays*. New York, Basic Books.

Gundersen, D. (1984). Norsk synonymordbok. Oslo, Kunnskapsforlaget.

Halås, C. T. (2018). Kunnskapsreflektert praksis. *Forskning & Forandring* 1(2), s. 48-68.

Heidegger, M. and Holm-Hansen, L. (2007). *Væren og tid*. Oslo, Bokklubben.

Sosial- og helsedepartementet. (1997). *Åpenhet og helhet: om psykiske lidelser og tjenestetilbudene*. Meld. St. 25 (1996-97) Oslo, Sosial- og helsedepartementet.

Tilgjengelig fra:

<<https://www.regjeringen.no/contentassets/b0c5168d7b574157977a877d2a68aa17/no/pdfs/stm199619970025000dddpdfs.pdf> > [lest 21.02.20]

Helsedirektoratet (2014). *Sammen om mestring: veileder i lokalt psykisk helsearbeid og rusarbeid for voksne: et verktøy for kommuner og spesialisthelsetjenesten*. Oslo, Helsedirektoratet.

Jansson, T., et al. (2006). Det usynlige barnet og andre fortellinger. I: Jansson, T. red. *Det osynliga barnet och andra berättelser*. Melhus, Lydbokforlaget.

Jensen, M. F. J. og Weber, A. (2015). Mellom barken og verden. I: Ulland, D. (red.), *Psykisk helse, nye arenaer, aktører og tilnæringer*. (s. 231-239) Oslo, Universitetsforlaget.

Karlsson, B. og Borg, M. (2017). *Recovery: tradisjoner, fornyelser og praksiser*. Oslo, Gyldendal akademisk.

Klevan, T., et al. (2018). "Det er litt som et eget språk": erfaringsmedarbeideres forståelser og bruk av erfaringsbasert kunnskap i samarbeid med brukere i psykisk helse- og rustjenester. Skien, Nasjonalt senter for erfaringskompetanse innen psykisk helse.

Klevan, T. og Sjøfjell, T. (2018). *Ny rapport: Hva er erfaringskompetanse?* Intervju: Tilgjengelig fra: <<https://erfaringskompetanse.no/nyheter/ny-rapport-hva-er-erfaringskompetanse-i-praksis/>> [Lest: 28.03.2020]

Kristiansen, G. H., et al. (2013). *Drøm i våken tilstand*. Oslo, Abstrakt forlag.

Kvale, S. (2009). *Det kvalitative forskningsintervju*. Oslo, Gyldendal akademisk.

Lauveng, A. (2006). *I morgen var jeg alltid en løve*. Oslo, Cappelen.

Store norske leksikon. (2014). *Erfaring*. Tilgjengelig fra: <<https://snl.no/erfaring>> [Lest: 20.02.2020]

Lindseth, A. (2015). Svarevne og kritisk refleksjon: hvordan utvikle praktisk kunnskap? I: McGuirk, J. og Methi, J. S. red. *Praktisk kunnskap som profesjonsforskning*. Bergen, Fagbokforlaget, s. 43-60

Lindseth, A. (2017). Forskningens vei - fra livserfaring til en observerbar verden og tilbake til livets virksomheter. I: Halås, C.T., Kymre, I. G. og Steinsvik, K. red. *Humanistiske forskningstilnæringer til profesjonspraksis*. Oslo, Gyldendal akademisk, s. 15-38.

Lindseth, A. (2017). Refleksiv praksisforskning. I: Halås, C.T., Kymre, I. G. og Steinsvik, K. red. *Humanistiske forskningstilnæringer til profesjonsforskning*. Oslo, Gyldendal akademisk, 2017, s. 243-260.

Malterud, K. (2012). *Fokusgrupper som forskningsmetode for medisin og helsefag*. Oslo, Universitetsforlaget.

Mathisen, A. (2007). *Den tause misfortåelsen*. Upublisert. Tilgjengelig fra: <http://www.arvema.com/tekster/Michael_Polanyi.pdf> [lest: 10.01.2020]

Maxwell, J. A. (2013). *Qualitative research design : an interactive approach*. Los Angeles, Sage.

McGuirk, J. (2015). Fenomenologiske overveielser om praktisk kunnskap. I: McGuirk, J. og Methi, J. S. red. *Praktisk kunnskap som profesjonsforskning*. Bergen, Fagbokforlaget, s. 61-79.

McGuirk, J. and J. S. Methi (2015). *Praktisk kunnskap som profesjonsforskning : antologi over yrkeserfaringen som utgangspunkt for forståelse av kunnskapsutvikling i praksis*. Bergen, Fagbokforlaget.

Meløe, J. (1979a). Om å se. I: Meløe, J. *Notater i vitenskapsteori til gruppene i humaniora og samfunnsvitenskap med fiskerifag*. Tromsø: Universitetet i Tromsø. nr. 25.

Meløe, J. (1997). Aktøren og hans verden. I: *Filosofi i et nordlig landskap: Jakob Meløe 70 år*. Ravnetrykk (trykt utg.) nr. 12, s. 142.

Meløe, J. (1997). Om å forstå det andre gjør. I: *Filosofi i et nordlig landskap : Jakob Meløe 70 år*. Ravnetrykk (trykt utg.) nr. 12, s. 343.

Merleau-Ponty, M. (1994). *Kroppens fenomenologi*. Oslo, Bokklubben.

Methi, J. S. (2015). Fortelling som erkjennelsesform. I: McGuirk, J. og Methi, J. S. red. *Praktisk kunnskap som profesjonsforskning*. Bergen, Fagbokforlaget, s. 125-147.

NOKUT (u. å.). *Beskrivelser av læringsutbytte for nivåer i NKR*. Tilgjengelig fra: <https://www.nokut.no/norsk-utdanning/nkr/beskrivelser-av-laringsutbytte-for-nivaene-i-nkr/> [Lest: 10.11.2019]

Sosial- og helsedepartementet. (1998). *Om opptrappingsplanen for psykisk helse 1999-2006. Endringer i statsbudsjett for 1998*. St.prp. nr.63 (1997-2008). Tilgjengelig fra: <http://www.regjeringen.no/no/dokumenter/stprp-nr-63-1997-98-/id201915/> [Lest: 20.08.19]

Helse- og omsorgsdepartementet. (2015). *Nasjonal helse- og sykehusplan (2016-2019)*. Meld. St. 11 (2015-2016) (trykt utg.). Helse- og omsorgsdepartementet. Oslo.

Plato (2004). *Samlede verker: B. 6: Parmenides; Theaitetos; Sofisten; Statsmannen*. Oslo, Vidarforlagets kulturbibliotek.

Platon, et al. (1936). *Platons skrifter i oversættelser: 6*. København, Reitzel.

Polanyi, M. (2000). *Den tause dimensjonen: En introduksjon til taus kunnskap*. Valdres Norway, Spartacus Forlag.

Rabbås, Ø. (2004). *Samlede verker bind VI*. Tilgjengelig fra: <http://vidarforlaget.no/boker/samlede-verker-bind-vi.> [Lest: 28.3.20]

Repper, J. and Carter, T. (2011). A review of the litteratur on peer support in mental health services. *Journal of Mental Health*. 20:4, s. 392-411.

Skjervheim, H. (2002). *Mennesket*. Oslo, Universitetsforlaget.

Slade, M. and Longden, E. (2015). Empirical evidence about recovery and mental health. *BMC Psychiatry* 15.

Sosial- og helsedirektoratet (2005). - *Og bedre skal det bli! Nasjonal strategi for kvalitetsforbedring i sosial- og helsetjenesten (2005-2015)*_Oslo, Sosial- og helsedirektoratet.

Sosial- og helsedirektoratet. (2006). *Brukermedvirkning - psykisk helsefeltet : mål, anbefalinger, og tiltak i Opptappingsplan for psykisk helse*. Oslo, Sosial- og helsedirektoratet.

Sveneaus, F. (2003). *Fronesis - en hermeneutisk dygd*. Botkyrka, Mångkulturellt centrum.

Sælthun, A.-B. (2008). *Esteisk erfaring og dannelsesprosess*. Masteroppgave. Universitetet i Oslo. Tilgjengelig fra: <<http://www.duo.uio.no/handle/10852/31034>> [Lest: 20.1.20]

Wackerhausen, S. (2008). Erfaringsrum, handlingsbåren kundskap og refleksion. I: Wackerhausen, S. red. *Refleksion i praksis*. Institut for Filosofi & Idéhistorie, Aarhus Universitet Skriftserie, Nr. 1/2008: 1-21.

Wadel, C., et al. (2014). *Feltarbeid i egen kultur*. Oslo, Cappelen Damm akademisk.

Watson, E. and Meddings, S. (2019). *Peer support in mental health*. Basingstoke, Hampshire, Palgrave Macmillan.

Weber, A. K. (2018b). *Hvor er du?* Eksamens essay. Upublisert.

Weber, A. K. (2018a). Å se livsmotet i smerten. *Dialog Bulletin for SEPREP*. Årg. 2: s. 5-27.

Weber, A. K., og Jensen, M.F.J. (2016). *Brukeransettelser: håndbok for virksomheter som ønsker å ansette personer med egenerfaring innen psykisk helse- og rusfeltet*. Skien, Nasjonalt senter for erfaringskompetanse innen psykisk helse.

Wikipedia (2019). *Kunnskap*. Tilgjengelig fra: <<http://no.wikipedia.org/wiki/kunnskap>> [Lest: 05.04.20]

Zahavi, D. (2003). *Fænomenologi*. Frederiksberg, Roskilde Universitetsforlag.

Østerberg, D. (1972). *Forståelsesformer: et filosofisk bidrag*. Oslo, Pax Forlag.

Øverenget, E. (2003). *Eksistens: en bok om frihet, angst og død*. Oslo, Kagge forlag.

Vil du delta i forskningsprosjektet ”Erfaringskonsulenters kunnskapsbidrag innen psykisk helsevern”?

Dette er et spørsmål til deg om å delta i et forskningsprosjekt hvor formålet er å undersøke: Hva slags kunnskap kan erfaringskonsulenter bidra med innen psykisk helsevern? I dette skrevet gir vi deg informasjon om målene for prosjektet og hva deltakelse vil innebære for deg.

Formål

Som del av masterstudiet i Praktisk kunnskap ved Nord Universitet skal student gjøre et feltarbeid i egen praksis. Gjennom feltarbeidet ønsker student å undersøke: Hva slags kunnskap kan erfaringskonsulenter bidra med innen psykisk helsevern? Studien har tre forskningsspørsmål for å belyse denne problemstillingen. Feltarbeidet er en del av masterprosjekt. Feltarbeidet vil være en del av grunnlaget for å skrive en masteroppgave i Praktisk kunnskap.

Du inviteres til å delta som informant siden du er erfaringskonsulent innen psykisk helsevern.

Student ønsker også tillatelse til å kunne skrive en artikkel på bakgrunn av det som fremkommer i Masteroppgaven. Dette vil student gjøre etter at masteroppgaven er levert. Det vil si at student da vil ta utgangspunkt i det som er skrevet i masteroppgaven. Artikkel vil bli publisert.

Hvem er ansvarlig for forskningsprosjektet?

Nord Universitet er ansvarlig for prosjektet. Student Astrid Weber er prosjektleder. Veileder for studentoppgaven er professor Johan Arnt Mystad, tlf: 75 51 75 36. Programansvarlig for Master i Praktisk kunnskap er førsteamanuensis Catrine Torbjørnsen Halås tlf: 75 51 75 63.

Hvorfor får du spørsmål om å delta?

Du inviteres til å delta som informant siden du er erfaringskonsulent og har erfaring med å jobbe som erfaringskonsulent innen psykisk helsevern. Student har kjennskap til deg og vil invitere deg med i studien som informant.

Hva innebærer det for deg å delta?

For å belyse temaet for feltarbeidet og prosjektet ønsker student å inviterer med tre informanter. Student ønsker å gjennomføre to fokusgruppeintervju og tre ene-intervju. Fokusgruppesamtalene kan vare 1,5 time, mens ene-intervjuet varer 1 time. Formålet med det første fokusgruppeintervjuet er å få til en samtale om praksis, der student ønsker å få frem fortellinger som kan beskrive en erfaringskonsulenters praksis. Student ønsker å ta opp samtalen på lydbånd slik at student kan transkribere det like etter, og dermed få med seg alt det som blir fortalt. Det første fokusgruppeintervjuet danner grunnlag for ene-intervjuene med hver enkelt informant. Etter det første fokusgruppeintervjuet vil student be deg skrive en kort fortelling som kan danne grunnlag for ene-intervjuet med deg. I ene-intervjuet ønsker student å få en samtale om prosessen frem til å bli erfaringskonsulent, erfaringer med den jobben, og å se dette i sammenheng med den nedskrevne

fortellingen. Deretter ønsker student å samle deg og de andre informantene igjen til et nytt fokusgruppeintervju. I det siste fokusgruppeintervjuet ønsker student å si noe av hva student har sett så langt, og at en sammen utforsker dette med henblikk på forskningsspørsmålene.

Student vil sørge for å finne tidspunkt for intervju som passer for deg. Det er et ønske om å få gjort intervjuene mellom November 2018 og April 2019, og at det går litt tid mellom hvert intervju.

Intervjuene skal gjennomføres slik at taushetsplikt overholdes både i intervju og i den skriftlige fortellingen. Informanter og intervjuer har taushetsplikt om tredjepart, det vil si at samtale eller fortellingen ikke skal inneholde opplysninger som kan identifisere en enkeltperson direkte eller indirekte. I innledningen av første fokusgruppeintervju vil det drøftes hvordan dette skal overholdes.

Hvis du velger å delta i prosjektet, innebærer det

- *at du deltar i et fokusgruppeintervju*
- *at du skriver en kort fortelling fra egen praksis*
- *at du deltar i et ene-intervju*
- *at du deltar i et nytt fokusgruppeintervju*

Det er frivillig å delta

Det er frivillig å delta i prosjektet. Hvis du velger å delta, kan du når som helst trekke samtykke tilbake uten å oppgi noen grunn. Alle opplysninger om deg vil da bli anonymisert. Det vil ikke ha noen negative konsekvenser for deg hvis du ikke vil delta eller senere velger å trekke deg. Dersom du ikke ønsker å delta eller ønsker å trekke tilbake ditt samtykke vil dette ikke påvirke kollegarelasjonen mellom deg og student.

Ditt personvern – hvordan vi oppbevarer og bruker dine opplysninger

Opplysningene som fremkommer i intervjuene vil bare bli brukt til formålene det er fortalt om i dette informasjonsskriv- og samtykkeskjemaet. Opplysningene vil bli behandlet konfidensielt og i samsvar med personvernregelverket.

- *Signerte samtykkeskjema oppbevares i låst safé som brukes av forskere ved helseforetaket der studien gjøres, det vil si at de oppbevares adskilt fra transkripsjoner av intervju.*
- *Student transkriberer lydopptak like etter intervju, og anonymiserer da opplysninger som evt. kan gjøre at informant gjenkjennes.*
- *Lydopptak slettes etter transkribering.*
- *Student og veileder vil ha tilgang til aidentifiserte transkripsjoner fra intervjuene.*
- *Det innhentes ikke personidentifiserende opplysninger i intervjuene. Navn i samtykkeskjema vil ikke kobles direkte til intervjudata.*
- *Studien er forhåndsmeldt Regional etisk komite (REK), som har konkludert med at studien ikke er fremleggingspliktig da dette ikke er helseforskning.*
- *Studien er meldt til NSD.*
- *Studien er meldt til Personvernombudet i helseforetaket der studien gjøres.*

Masteroppgaven vil bli publisert, det vil si at den vil bli lagt ut som masteroppgave ved Nord Universitet. Det er få ansatte erfaringskonsulenter, noe som medfører at én som er kjent med hvem som innehar disse stillingene vil kunne identifisere hvem som er informanter. Det er viktig at du er kjent med denne risikoen når du samtykker. Du vil få lese gjennom oppgaven, og godkjenne egne opplysninger før innlevering av oppgaven.

Hva skjer med opplysningene dine når vi avslutter forskningsprosjektet?

Prosjektet skal etter planen avsluttes 01.10.2020.

Alt datamateriale vil anonymiseres ved prosjektslutt.

Dine rettigheter

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

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

Hva gir oss rett til å behandle personopplysninger om deg?

Vi behandler opplysninger om deg basert på ditt samtykke.

På oppdrag fra Nord Universitet 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: Nord Universitet ved veileder og professor Johan Arnt Mystad tlf: 75 51 75 36 eller student Astrid Weber tlf: 99 50 58 31.
- Vårt personvernombud ved Nord Universitet er Toril Irene Kringen som kan kontaktes på personvernombud@nord.no
- NSD – Norsk senter for forskningsdata AS, på epost (personverntjenester@nsd.no) eller telefon: 55 58 21 17.

Med vennlig hilsen

Prosjektansvarlig
Johan Arnt Myrstad

Student
Astrid Weber

Samtykkeerklæring

Jeg har mottatt og forstått informasjon om prosjektet "*Erfaringskonsulenters kunnskapsbidrag innen psykisk helsevern*" og har fått anledning til å stille spørsmål. Jeg samtykker til:

- å delta i fokusgruppeintervju
- å skrive en kort fortelling fra egen praksis
- å delta i eneintervju
- å delta i et nytt fokusgruppeintervju

Jeg samtykker til at mine opplysninger behandles frem til prosjektet er avsluttet, ca. *01.10.2020*

(Signert av prosjektdeltaker, dato)

Vedlegg 2

NSD Personvern

12.11.2018 09:29

Det innsendte meldeskjemaet med referansekode 987698 er nå vurdert av NSD.

Følgende vurdering er gitt:

Det er vår vurdering at behandlingen av personopplysninger i prosjektet vil være i samsvar med personvernlovgivningen så fremt den gjennomføres i tråd med det som er dokumentert i meldeskjemaet med vedlegg den 12.11.2018, samt i meldingsdialogen mellom innmelder og NSD.

Behandlingen kan starte.

MELD ENDRINGER

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

TYPE OPPLYSNINGER OG VARIGHET

Prosjektet vil behandle alminnelige kategorier av personopplysninger frem til 01.11.2020.

LOVLIG GRUNNLAG

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

PERSONVERNPRINSIPPER

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

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

(art. 19), dataportabilitet (art. 20). NSD vurderer at informasjonen om behandlingen som de registrerte vil motta oppfyller lovens krav til form og innhold, jf. art. 12.1 og art. 13. Vi minner om at hvis en registrert tar kontakt om sine rettigheter, har behandlingsansvarlig institusjon plikt til å svare innen en måned.

FØLG DIN INSTITUSJONS RETNINGSLINJER

NSD legger til grunn at behandlingen oppfyller kravene i personvernforordningen om riktighet (art. 5.1 d), integritet og konfidensialitet (art. 5.1. f) og sikkerhet (art. 32). For å forsikre dere om at kravene oppfylles, må dere følge interne retningslinjer og/eller rådføre dere med behandlingsansvarlig institusjon.

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

Lykke til med prosjektet!

Kontaktperson hos NSD: Eva J B Payne
Tlf. Personverntjenester: 55 58 21 17 (tast 1)