

Anerkendelse i sårbare relationer

– om relationsarbejde i socialpsykiatrien

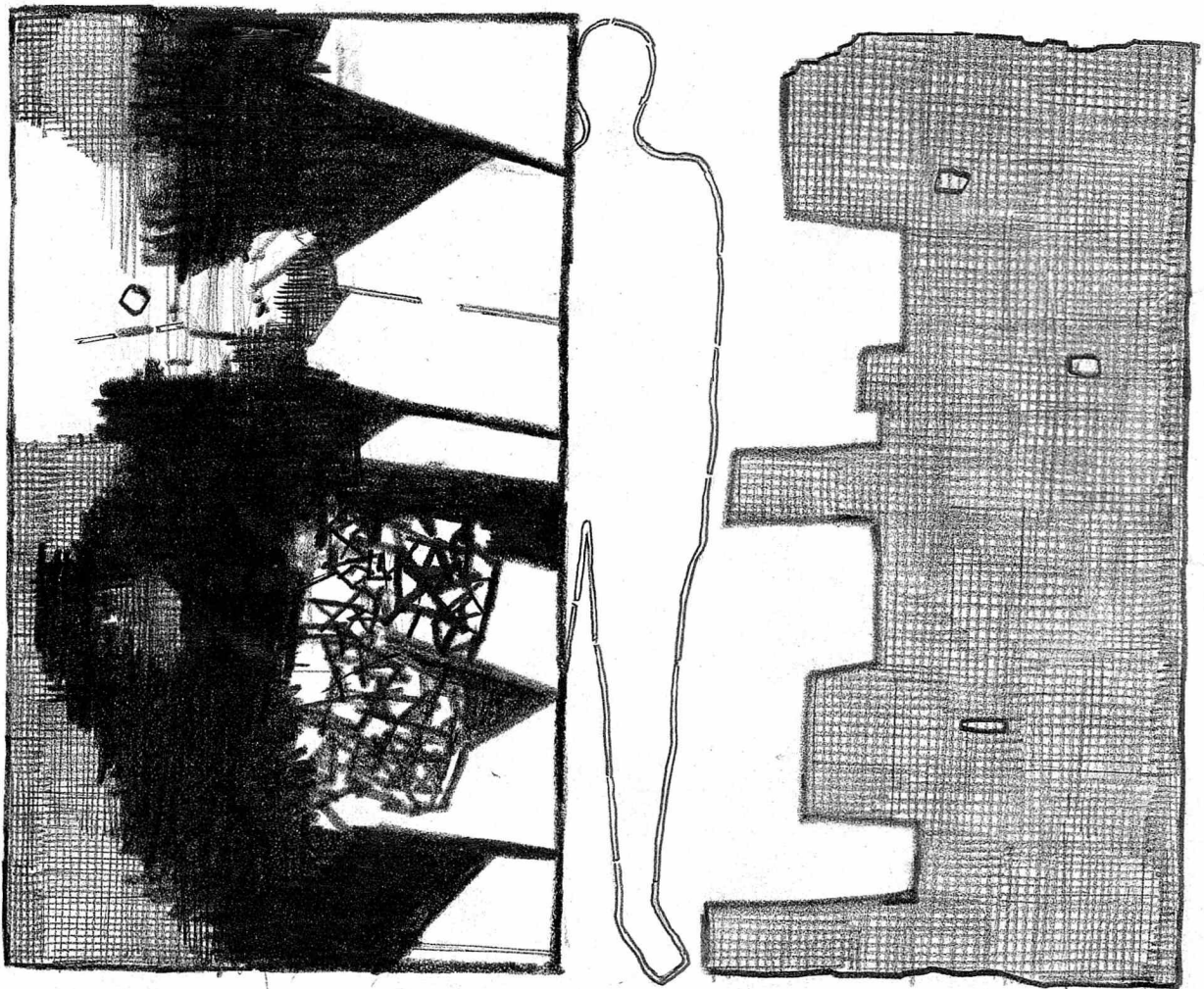
Af Lis Møller

Tegninger: Gert Hansen

Anerkendelse og gode relationer mellem mennesker. Hvem kan næsten være imod? Det er det, de fleste mennesker i alle aldre, situationer og positioner gerne vil have, og det er det, professionelle i socialt arbejde gerne vil praktisere. Spørgsmålet er imidlertid, hvad anerkendelse er, og hvad der skal til for at skabe gode og ligeværdige relationer? Det er ikke noget nyt spørgsmål, men det er tilsyneladende stadig aktuelt.

I de senere år har jeg lavet en del efteruddannelse og udviklingsarbejde sammen med professionelle inden for socialt arbejde bredt set, og jeg har været optaget af at kunne bidrage med forståelser af relationer mellem mennesker som udviklingsrum præget af ligeværdige samspil, bevægelighed og subjektivitet, også når der var tale om sårbare og meget komplekse relationer. Jeg er i stigende grad blevet klar over, hvor afgørende dette på den ene side er, og hvor komplekst og vanskeligt det på den anden side også er. Med denne artikel vil jeg fortælle om mit arbejde med professionsudvikling i socialpsykiatrien baseret på Anne-Lise Løvlie Schibbyes teori om relationer og anerkendelse¹⁾.

Med artiklen håber jeg at kunne inspirere andre til gavn for både brugere og professionelle i psykiatrien.



Mye tyder altså på at den største utfordring vi har i hjelperrollen, er å overskue og ta hensyn til vårt eget "relationelle bidrag"...²⁾

Anerkendelse, ressurser og utviklingsstøttende samspill og relasjoner har i flere år vært centrale verdier og idealer i sosialt arbeid og pedagogisk praksis. Og at gå etter muligheter og ressurser frem for feil og mangler har også fået plads i vores lovgivninger på flere områder, ligesom der er utviklet en række virksomme metoder til at arbejde ressourceorienteret og utviklingsstøttende. Det er sympatisk, og intentionerne er gode. Men det er lettere sagt end gjort. Det ved vi fra praksis, og problemerne er snublende nære. Det ressourceorienterede kan stå i fare for at blive til benægtelse af problemer og skabe relasjoner præget af instrumentelle og strategiske samspill – ganske vist med 'det gode' for øje. Manglende accept af vanskeligheder og sårbarheder vil ofte indebære, at den professionelle taber autenticitet. Det sårbare og vanskelige er der, men hvis det ikke må

ses, høres og gives opmærksomhed, bliver konsekvensen nemt et uautentisk samspil, hvor begge parter reduceres og i sidste ende tingsliggøres. Begge kan se, høre og mærke 'noget', der ikke må gives opmærksomhed. Når det er sagt, er det samtidig også sådan, at det er nødvendigt at kunne se ressourcer og muligheder i arbejdet med andre mennesker, at kunne se mennesker med alvorlige lidelser og problemer som mennesker, der er mere og andet end det. Ikke mindst i psykiatrien ser det ud til stadig at være et centralt arbejds punkt i indsatsen.

På den ene side er det nødvendigt at kunne se muligheder og ressourcer snarere end barrierer, på den anden side er det også nødvendigt at kunne se, høre, rumme og acceptere de problemer, lidelser og barrierer, der er i såvel os selv som professionelle, i brugeren og i relationen. Dette dobbelte perspektiv indebærer et ressourcensyn, der baserer sig på andet og mere end fokus på muligheder, ros og positiv bekræftelse, og til det brug har det været en gave at få kendskab til Anne-Lise Løvlie Schibbyes forståelse af relationer og anerkendelse. Med Schibbye får vi mulighed for at arbejde med den kompleksitet ethvert menneske og enhver relation rummer, og vi får mulighed for at forstå anerkendelse som andet og mere end ros og positiv bekræftelse. Det vil sige, at der kan åbnes for et møde mellem mennesker, som ikke baserer sig på vurderinger.

Socialpsykiatrien beskæftiger sig med brugerens hverdagsliv, med at etablere, vedligeholde og være i kontakt og med at støtte brugeren på brugerens egne betingelser.³⁾ Set i det lys bliver kvaliteten af mødet, samspillet og relationen til den professionelle afgørende. At relationen er vigtig, ved vi fra praksis – også selv om det arbejde, der lykkes, ikke umiddelbart egner sig som genstand for tidens populære evidensbaserede effektmålinger. Det er imidlertid evident (i betydningen indlysende), at vores trivsel og udviklingsmuligheder i stort omfang har at gøre med, om vi bliver taget imod og mødt på vores egne betingelser. Det ved ethvert levende menneske, og vi ved det også fra efterhånden mange undersøgelser, fortællinger og

interviews med mennesker i alle aldre, der er eller har været afhængige af professionelles hjælp og støtte.

INDIVID OG RELATION

Relationens afgørende betydning for kvaliteten af indsatsen i socialt og pædagogisk arbejde har været på dagsordenen i hvert fald de sidste 10-15 år, og at være optaget af relationer har teoretisk set afstukket flere retninger, hvoraf nogle radikaliserer relationens betydning, således at individet forsvinder. I Schibbyes forståelse er det imidlertid ikke muligt at tale om *enten* individet *eller* relationen. Man kan ikke forstå relationen uden at forstå individet som unikt, ligesom man ikke kan forstå det unikke individ uden at forstå relationen. Denne forståelse af dialektikken mellem individ og relation viste sig at give vældig god mening i socialpsykiatrien, hvor indsatsen i så stort omfang er båret af mødet og relationen mellem bruger og professionel, samtidig med at mange professionelle netop oplever store vanskeligheder i samspillet. Og de vanskeligheder fortolkes naturligt nok umiddelbart som et resultat af brugerens individuelle problematikker og lidelser. Imidlertid er et individ ikke nogen statisk og kontekstafhængig størrelse. Det ville indebære, at vi var ting og ikke mennesker. Vi er som individer hele tiden i bevægelse og i forhold til noget og nogen. Om forholdet mellem individ og relation skriver Schibbye:

Men hvis teorien bliver for ensidigt relationel, kan vi stå i fare for at miste individet. Alt bliver relationer, og det individuelle selv forsvinder. På den anden side kan vi miste relationen hvis vi fokuserer for meget på individet. Igen drejer det sig om både-og. Teorier må derfor inkludere selvet i selvet-i-relation.⁴⁾

Selvet udvikles i relationen; men selvet er ikke blot og bart relationen. Selvet er unikt i relationen. Derfor er der også mennesker, det er vanskeligere at indgå i gode samspil og relationer med end andre, mennesker hvis initiativer og bidrag til samspillet er mere komplekse, indviklede og af og til tilsyneladende destruktive. Det er den svære udfordring, professionelle i soci-

alpsykiatrien står overfor. Schibbye funderer altså sin forståelse af individets udvikling på relationer, samtidig med at hun betoner individets særlige og unikke egenart. En egenart, der netop udvikles hele livet i det relationelle, hvilket betyder, at kvaliteten af de relationer, vi inviteres ind i, bliver afgørende for vores individuelle udvikling. Det bliver afgørende, at vi får mulighed for at indgå i relationer, hvor det er acceptabelt og kan deles med andre, at vi har det, som vi har det, også når vi er vrede, irritable, afmægtige, uklare, ufornuftige, forvirrede, kede af det etc. Der er således en snæver sammenhæng mellem indre processer i selvet, vores indre verden og samspil med andre i den ydre virkelighed. Dette gælder i sagens natur for både brugere og professionelle. Fokus i denne sammenhæng er brugerens mulighed for udvikling. Man kunne imidlertid i lige så høj grad have fokuseret på betydningen af relationelle forhold for den professionelle erkendelse og udvikling. Det ville blandt andet indbefatte opmærksomhed på de professionelle forhold til hinanden, til deres ledelse og til de eksterne samarbejdspartnere, de har mulighed for at dele deres praksiserfaringer med. Måden de professionelle bliver mødt på, og kvaliteten af de relationer, de inviteres ind i, har selvsagt stor betydning for deres fagpersonlige udvikling⁵⁾.

Det umiddelbare paradoks i Schibbyes forståelse er, at for at blive selvstændige og selvaftgrænsede individer, for at udvikle vores særlige egenart og synliggøre den i tilværelsen, er vi afhængige af betydningsfulde andre mennesker, vi er afhængige af den andens anerkendelse af vores individualitet for at blive mindre afhængige. Set i det lys, bliver det oplagt at undersøge og arbejde med udvikling af anerkendende relationer i socialpsykiatrien. Opsummerende kan man sige, at hvis individet ændres, ændres relationen, og hvis relationen ændres, ændres individet. I menneskelig udvikling er det ikke muligt at fastsætte, hvad der er 'hønen og ægget': relationen eller individet. Anerkendelse er således afgørende for erkendelse og udvikling. Vi skal senere vende tilbage til, hvad anerkendelse i denne sammenhæng indebærer.

AT ARBEJDE MED PRAKSISBESKRIVELSER

I socialpsykiatrisk praksis åbner dialektisk relationsforståelse for, at man i praksis i samme grad fokuserer på relationen og på individer i relationen. Relationen bæres af både den professionelle og brugeren, og det, vi i første omgang har mulighed for at ændre, er vores eget bidrag i relationen. Når den professionelle ændrer på sit bidrag, har vi set, at brugeren også typisk ændrer sig. Det kræver imidlertid, at den professionelle har nogenlunde overblik over, hvad han eller hun bidrager med, hvilket indebærer en praksis, hvor de professionelle løbende arbejder med egen forståelse og med skabelse af nye erkendelser. Til denne proces har vi brug for dels vores egne refleksioner, dels et anerkendende blik udefra, der kan sætte nye refleksionsprocesser i gang. En forudsætning for at sætte disse processer i gang er imidlertid, at praksis fastholdes i en konkret form, der kan arbejdes med. Samspil mellem mennesker er både meget konkrete og meget flygtige. De består af en række øjeblikke, der forsvinder i tid, og erfaringerne med samspillet vil typisk spontant indoptages i vores mere generaliserede forestillinger om os selv, andre mennesker og relationer mellem mennesker, således at vi mange gange erfarer det, vi forventer. Dette er almenmenneskeligt og en konsekvens af den menneskelige perception og de spontantolkninger, vi umiddelbart laver. Når konkrete samspil fastholdes og gives særlig opmærksomhed, skabes der imidlertid grundlag for, at ny erkendelse kan opstå i direkte forlængelse af erfaringen, sådan som den er aflejret i det enkelte. Man kan fastholde praksis på flere måder, for eksempel med videooptagelser, båndoptagelser, fortællinger eller praksisbeskrivelser. I socialpsykiatrien har vi arbejdet med praksisbeskrivelser, som en meget enkel måde til både at styrke den enkelte professionelle bevidsthed om eget bidrag i samspillet og egne spontantolkninger, og til at trække den individuelle praksiserfaring ind i det fælles læringsrum, så flere kunne lære af kollegaens erfaring. Det har krævet åbenhed og tillid, og det har været godt at møde den i socialpsykiatrien.

For den, der skriver praksisbeskrivelsen, dukker der typisk nye refleksioner op allerede i skriveprocessen. En praksisbeskrivelse er en kort beskrivelse af en konkret erfaring med et professionelt samspil, hvori man selv indgår. Beskrivelsen kan variere mellem nogle få linjer og hel side. Det at skulle formulere en oplevet situation eksplicit, udførligt og konkret betyder, at refleksionen over egen praksis er gået i gang, inden det fælles arbejde på kurset eller i udviklingsarbejdet begynder. Man kan måske sige, at der er sket en bevægelse fra den umiddelbare begribelse og til refleksion. Eller sagt med Bo Jacobsen⁶⁾, der skelner mellem forskellige former for erfaringsdannelse, er der tale om, at udgangspunktet tages i en erfaring forstået som en helhedsdannelse, og ikke blot en mere eller mindre associativ, løs og uforpligtende oplevelse, man spontant kommer i tanke om, når man er sammen i personalegruppen. Med praksisbeskrivelserne har vi kunnet arbejde løbende i krydsfeltet mellem erfaringsbaseret viden og teoretisk viden, og vi har kunnet arbejde konkret og specifikt med, hvordan udviklingsstøttende samspil og relationer kan se ud. Det vil sige, at beskrivelserne også har givet anledning til idéudveksling og kreativitet i praksis.

I selve sprogliggørelsen, i skriveprocessen, gives erfaringen helhed og en form, og i den fælles analyse kan kompleksiteten afdækkes og igangsætte nye refleksionsprocesser, der styrker sortering og afgrænsning og den faglige bevidsthed – både individuelt hos den, der har erfaringen og fælles i gruppen.

En praksisbeskrivelse er i sagens natur ikke et aftryk af den begivenhed, der rent faktisk fandt sted. En praksisbeskrivelse er en subjektiv erindring, sådan som den er aflejret i den professionelles bevidsthed. Med praksisbeskrivelsen får man altså ikke adgang til den faktisk forekommende begivenhed, men derimod til den professionelle erindring om begivenheden. Og det er netop det væsentlige, for det er vores erfaringer, som de aflejrer sig, som de erindres, der danner baggrund for vores professionelle habitus, snarere end de faktisk forekommende begivenheder. Imidlertid

viser det sig, at vores erfaringer er påvirkelige og kan ændre sig, når de gives en særlig opmærksomhed. Det vil sige, at når dele af praksis afgrænses eksempelvis i en praksisbeskrivelse og trækkes ud af hverdagen, kan refleksioner herfra medvirke til at skabe ændringer i hverdagens praksis, der i sagens natur er mere umiddelbar og handlingsorienteret. I det fælles faglige refleksionsarbejde kan erfaringen så at sige aflejres på nye måder, idet vi fortolker oplevelsen om igen, og derved påvirke vores professionelle habitus og vores måde at handle på i hverdagen. En erfaring er ikke blot og bart en erfaring. Erfaringer ændrer sig afhængigt af vores fortolkninger af den begivenhed, erfaringen henter sit stof fra.⁷⁾ I det følgende vil jeg med et eksempel illustrere, hvordan en praksisbeskrivelse kan se ud.

KAREN OG PETER – ET EKSEMPEL PÅ SAMSPIL

Karen og Peter er et eksempel, jeg har konstrueret på baggrund af de mange forskellige praksisbeskrivelser fra socialpsykiatrien, jeg har fået kendskab til.

Hvis man synes at kunne genkende sig selv eller andre, kan det skyldes, at eksemplet konkretiserer generelle problemer i samspil og kommunikation mellem professionelle og brugere.

Karens praksisbeskrivelse
Peter, 35 år (bruger).
Karen, 52 år (professionel).

Karen fortæller:
Peter har mange problemer med at få sin økonomi til at slå til. Han køber mange dyr ting, som er helt unødvendige. Lige nu har han ingen penge, og han er sur og frustreret for tiden.

Et helt konkret eksempel er fra forleden dag. Peter sidder i sofaen. Han ser sur og irriteret ud. Sidder og flytter lidt rundt på et askebæger og ryger lidt hektisk. Jeg sætter mig hen til ham. Der sidder kun Peter og mig i sofaen, men henne ved bordet lidt derfra sidder der fire andre og drikker kaffe og snakker lidt.

*Jeg siger: "Nå, hvordan går det, Peter".
Peter siger, at det går dårligt, at han ikke*

har penge til at købe mad for, og at hans bror ikke vil låne ham flere, og at socialforvaltningen er nogle idioter. De fatter ikke en skid. De er ikke dygtige nok. Jeg siger til Peter, at han jo får lige så mange penge som alle andre, og at det måske er den måde han bruger pengene på, der er problemet. Peter ser surt tilbage og siger: "Er det ikke dit arbejde at støtte mig? De er nogle idioter på socialforvaltningen." Jeg siger, at jeg gerne vil støtte ham, men at jeg ikke synes, de er idioter på socialforvaltningen, og at vi måske kan snakke om, hvordan han kan få pengene til at slå bedre til." Peter rejser sig og siger: "Jeg har ikke penge nok, fatter du ikke det. De er nogle idioter derinde."

Karens egne overvejelser over samspillet: *Bagefter sad jeg med en følelse af afmagt, for det virkede helt umuligt at komme til at tale med Peter om at styre sin økonomi bedre. Det var umuligt for mig at komme til at hjælpe ham med det. Jeg tænkte, at vi havde været på dette sted mange gange før, næsten hver gang, hans penge var brugt op, og det var tit. Set i tilbageblik tænkte jeg, at jeg kunne have talt med ham om, at han ikke følte sig hjulpet på socialforvaltningen, men jeg blev nok bekymret for at være ukollegial, hvis jeg gik ind i det. Jeg tænkte også på, at Peter nok lavede splitting igen, og at jeg skulle passe på med ikke at være med i det.*

ANERKENDELSE, INDLEVELSE OG FORSKELLIGHED

Professionelle oplever gang på gang, at brugere handler på måder, der virker meningsløse, bekymrende, ødelæggende, og at den enkelte brugers oplevelser af sig selv, andre mennesker og situationer slet ikke svarer til den professionelle.

I samspillet mellem Karen og Peter ser vi, at Karen oplever, at Peters økonomi er dårlig, først og fremmest fordi han køber mange dyre, unødvendige ting. Adskillelsen mellem nødvendig og unødvendig defineres af Karen, der også med sin fornuft kan konstatere, at Peter får lige så mange penge som alle andre, og at problemet måske skal søges i Peters forvaltning af sin økonomi. Umiddelbart lyder det måske oplagt – men ikke for Peter.

Peter oplever muligvis ikke, at han køber unødvendige ting, så for ham er præmisserne for problemet et andet. Omvendt kan det også være, at han selv synes, han bruger for mange penge. En tredje mulighed kan være, at han ikke rigtig har gjort sig klart, hvad han mener om sin situation. Vi ved det ikke, for kommunikationen i samspillet åbner ikke mulighed for at finde ud af, hvordan Peter selv vurderer sit forbrug, og den åbner ikke mulighed for at nogen af parternes perspektiv kan deles med den anden. Og det er netop pointen. Karens perspektiv udtrykkes, før hun har kendskab til Peters. Spørgsmålet er, hvorfor det sker. Der kan være mange grunde. Det kan skyldes, at Karens opfattelse af, at Peter bruger for mange penge, spærrer for, at hun kan forholde sig åbent, undrende og nysgerrigt til, hvad det mon skyldes, at Peter havner i den situation gang på gang. Hun er måske overbevist om hvilken kur, der skal til for at forbedre situationen, så det vigtige for hende er, at Peter skal forstå hendes perspektiv og lytte til det. Ræsonnementet i det er, at så ville problemet jo forsvinde, set fra Karens synsvinkel. Jo mere 'sikker' vi er på, hvorfor den anden handler, som den anden gør, jo større er risikoen for, at vi ikke i tilstrækkelig grad er optaget af den andens oplevelse. Vi er jo sikre på, at vi ved.... Min erfaring er, at en af de store udfordringer i socialpsykiatrien er at opretholde en åbenhed og nysgerrighed i forhold til brugernes oplevelser, motiver og bevæggrunde og at kunne vente med at præsentere sit eget perspektiv. En åben og nysgerrig respons fra Karen kunne måske lyde som: "Så lige nu aner du ikke, hvor du skal få penge fra?" eller "Så du synes faktisk slet ikke, du får den hjælp og støtte, du har brug for lige nu – eller hvordan...?" Eller en helt tredje reaktion, der ville udtrykke, at det er Peters oplevelse og opfattelse, vi er optaget af, og som vi sammen kan undersøge.

Når brugerne reagerer på måder, der på den professionelle virker ødelæggende og meningsløse og 'helt forkerte' kalder det ofte på den professionelle spontane trang til at hjælpe ved at forsøge at regulere og ændre brugerens oplevelse. Problemet er,

at det har ringe effekt. Der er ikke noget, der tyder på, at mennesker begynder at handle og opleve anderledes ved at få præsenteret et andet perspektiv (den professionelle) eller blive rådgivet om, hvordan de hellere skulle handle og opleve. Der er snarere meget, der tyder på, at en forudsætning for, at vi kan slippe et perspektiv eller ændre det, er at vi får lov at have det, at det bliver set, hørt og genkendt i omverdenen. Lad os prøve at se på samspillets muligheder fra det udgangspunkt:

Peter siger, at det hele er socialforvaltningens skyld, de er nogle idioter, der ikke fatter en skid. De er ikke dygtige nok. Karen siger: "Det lyder som om du slet ikke synes, der er nogen hjælp at hente der, eller hvordan..." "Nej, de skulle fyres hele bundtet". Karen siger "dem alle sammen", Peter siger, "Ja hele bundtet" (sagt med tryk på). Karen siger: "Hele bundtet simpelthen". Pause. Peter siger: "Måske med undtagelse af Johanne..." Karen siger: "Så Johanne er ok...?" Peter siger: "Måske". Karen siger: "Du bliver alligevel lidt i tvivl eller hvordan...?" Peter siger: "Jeg ved ikke..." Karen siger: "Nej..." Pause. Karen siger: "Der er måske noget særligt ved Johanne, noget der gør hende anderledes?" Peter siger: "Måske er hun anderledes ..." (dialogen fortsætter evt lidt).

Karen siger: "Som jeg ser det Peter, er det noget hø med din økonomi, og det jeg tænker er, at jeg måske kunne give dig nogle fif til at styre dine penge bedre...." Peter siger: "Det hjælper ikke lige nu..." Karen siger: "Nej, det gør det måske ikke.... Bliver du i tvivl om, om det nytter at snakke om det..." Peter siger: "Det er noget lort med mine penge", Karen siger: "Ja det lyder sådan.... Jeg sidder og tænker på, om der er noget jeg kan gøre, der ville hjælpe dig... Jeg synes jo vi har været her før..."

I Schibbys forståelse af anerkendelse ligger ikke, at den professionelle skal udelukke sit eget perspektiv. Hun taler ligefrem om, at selvbevidstheden skal møde modstand for at kunne udvikle sig⁸. Det indebærer, at den professionelle må bevare sig selv som subjekt i relationen, bevare sit eget perspektiv som forskelligt fra brugerens, hvilket i sig selv rummer en mod-

stand. I ovenstående eksempel med Karen og Peter er der vist ikke tvivl om, at Karen har et andet perspektiv end Peter, men hun kan tilbageholde det, og hun kan dele Peters og undersøge det sammen med ham, inden hun præsenterer sit eget.

Samtidig viser Karens bidrag, at hun er bevidst om, at hendes perspektiv er hendes og et ikke udtryk for en større 'sandhed' end Peters. Den anerkendende relation bæres af indlevelse og forskellighed. I mødet med forskelligheden, den andens perspektiv og subjektivitet kan vi blive tydeligere for os selv og få mere klarhed over vores eget. Spørgsmålet er imidlertid hvordan, hvornår og på hvilken baggrund den professionelle præsenterer sit perspektiv. I sårbare relationer har jeg set en tendens til en enten-eller løsning, altså at den professionelle enten var mest optaget af at få brugeren til at indse, at den professionelle perspektiv var det rette, som brugeren kunne profitere af at overtage (første version med Karen og Peter viser det), eller at den professionelle definerer sin egen subjektivitet ud af samspillet og ikke egentligt forholder sig til brugerens perspektiv og undlader at præsentere sit eget. I den første variation kommer der en slags kamp om hvis perspektiv, der har gyldighed, en kamp om subjektivitet, i den anden har brugerens perspektiv umiddelbart gyldighed, men idet der ikke sker noget møde med den andens bevidsthed, fratages brugeren mulighed for at få mere klarhed over sig selv. Samspillet præges af rolleudøvelse og distance. Både bruger og professionel objektgøres i relationen, idet relationen bæres af ydre forhold med den faste rollefordeling, at den ene udtrykker ønsker og behov og den anden opfylder dem. Relationen stivner, og der er ikke udviklingsmuligheder for nogen.⁹

Det skaber ikke relationer mellem mennesker blot at konstatere, at mennesker er forskellige, og at vi er uenige: brugeren har sit perspektiv, den professionelle har sit. Muligvis tilgodeses mange af brugerens ønsker, og det kan opleves som en behagelighed for begge parter: brugeren får ønsker opfyldt og den professionelle får oplevelsen af at gøre noget godt for brugeren, men der er ikke mange udviklingsmu-

ligheder i det, og det får nemt underinvol-
vering og objektgørelse som konsekvens.

ANERKENDELSE, PERCEPTION OG FORTOLKNING AF DEN ANDEN

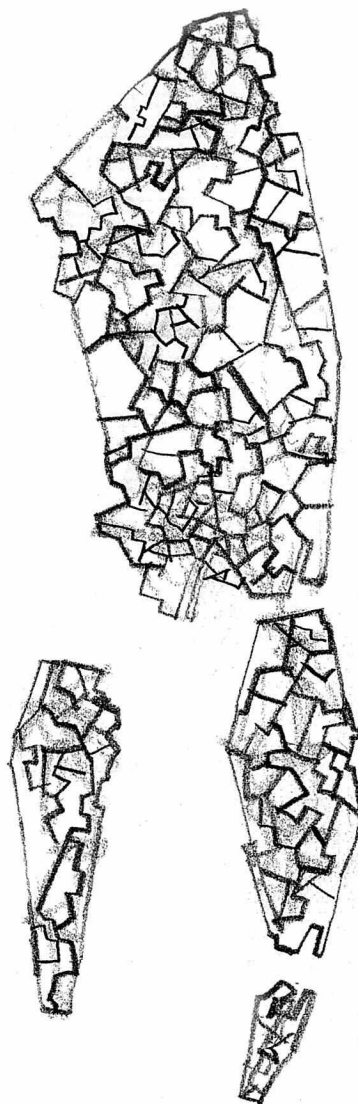
Som mennesker står vi i et vedvarende og uafslutteligt forhold til hinanden, og det er ikke muligt at opretholde sin egen subjektivitet, hvis vi objektgør 'den anden'. Når vi reducerer og objektgør 'den anden' devaluerer vi samtidig den anerkendelse, vi får fra 'den anden'. Det vil sige, vi fratager os selv oplevelsen af at blive set og hørt af et ligeværdigt andet subjekt.

Objektgørelse af den anden kan komme til udtryk som tab af åbenhed og nysgerighed i forhold til den andens motiver til at handle, som han eller hun nu gør, og vise sig i form af diagnostisering og kategorisering. I eksemplet med Karen og Peter ser vi, at Karen forestiller sig, at Peter nok benytter sig af splitting. Med denne forståelse betragtes Peters kritik af socialforvaltningen som et udtryk for en ubevidst indre problematik i Peter, der viser sig i forsvarsmekanismen splitting. Peters vurderinger reduceres til en psyko-dynamisk problematik, der findes uafhængigt af situationen og relationen. Det kan umiddelbart give Karen mere overblik over situationen, idet hun med denne fortolkning kan skabe mening i Peters udsagn, men der ligger samtidig en objektgørelse, idet Peters motiver defineres og kategoriseres af Karens ydre blik og vurdering – uafhængigt af Peters oplevelse og af relationen.

En alternativ fortolkning af Peters reaktion kunne være: "Min (Karens) oplevelse er, at sammen med mig har Peter, når han ikke har nogen penge, tendens til at opfatte andre mennesker i enten-eller kategorier." For det første gør Karen sig her klart, at det er hendes oplevelse.

For det andet forankrer det Peters reaktion i det konkrete samspil med Karen og i konkrete ydre omstændigheder. For det tredje muliggør det også, at Karen i højere grad kan leve sig ind i Peters forståelse. Hvem har ikke prøvet at forenkle og generalisere forståelsen af andre mennesker og af situationen, når vi er under pres?

Imidlertid ser vi også, at Karen objekt-



gøres. Hun reduceres af Peter til en arbejdsperson, hvis opgave er at støtte Peter ud fra Peters præmisser. "Er det ikke dit arbejde at støtte mig", siger Peter. Karen reduceres til en funktion. Det kunne også være noget af det, Karen reagerer på i kampen om bevarelse af subjektivitet.

Når vi objektgør den anden, taber den andens reaktion værdi, fordi den i vores (bevidste eller ubevidste) fortolkning ikke kommer fra et levende, selvstændigt subjekt i relation til mig som professionel, men derimod fra et individ, jeg har objektgjort gennem min entydigt ydre definering. Når vi definerer den anden udefra som eksempelvis angst, usikker, træt, ligeglad, umotiveret uden at have været i dialog med den anden, reduceres brugeren til

en kategori. Set i det lys er en konsekvens af den professionelle underkendelse af brugerens subjektivitet, at den professionelle selv underkendes. Resultatet er, at der udvikles et samspil præget af faste og forudsigelige mønstre, ofte båret af frustration.

Det kan indebære, at den professionelle begynder at opleve kontakten og relationen til brugeren som meningsløs og udsigtsløs, og i et længere perspektiv kan det bidrage til psykisk nedslidning hos den professionelle, hvis arbejde i så høj grad netop baserer sig på den næring, der er i det relationelle. Hvis vi opfatter den anden, brugeren, på én bestemt måde, vil brugerens reaktion på os ses i det lys, og det devaluerer automatisk responsen.

Når vi taler om ligeværd, autenticitet og subjektivitet bliver det vigtigt for mig at nævne, at det at være til stede som subjekt ikke er det samme som at være til stede som privatperson med alt, hvad det indebærer af sym- og antipatier. At være til stede som subjekt betyder, at den professionelle er personligt til stede med sine selvoplevelser og sin bevidsthed i forhold til brugerens behov og problemer. Altså at der sker en personlig involvering, og at man arbejder bevidst med egne værdier, kæpheste og uafgrænsede følelser – der netop hører det private til.

Centralt i forståelsen af anerkendelsens betydning ligger, at der ikke er tale om en tilstand, om noget man som menneske eller professionel bare kan være stort set altid. Anerkendelse er en bestræbelse på hele tiden at fastholde oplevelsen af og bevidstheden om den anden som subjekt. Dette må imidlertid i sin yderste konsekvens være umuligt, eftersom det kræver en bevægelighed, der kan hamle op med menneskers indbyggede trang til at fastholde betydning, skabe orden og struktur og gøre den anden forudsigelig – blandt andet ved hjælp af færdige fortolkninger. I mødet med den anden, i interpersonelle samspil, ser vi spontant den andens udtryk, vi kan iagttage den andens initiativer, det vil sige handlinger, følelsesudtryk og sproglige udsagn, men hvad der motiverer den andens initiativer, kan vi ikke vide. Vi kan så at sige iagttage den

anden som objekt, og fra perceptionspsykologien ved vi, at vi som mennesker spontant tolker de impulser, der rammer vores sanser. Typisk tolker vi spontant ud fra vores tidligere erfaringer, vores aktuelle behov, og hvad der umiddelbart giver mest mening. I kraft heraf kommer vores umiddelbare tolkning af den anden ikke til at fortælle ret meget om den anden, men derimod en hel del om os selv. Imidlertid kan vi føle os overbeviste om, at det er brugeren, vi ser og opfatter, og denne opfattelse kan så deles og konsolideres med kolleger i personalegruppen, således at vi som professionelle i fællesskab etablerer faste forestillinger om brugeren, der i praksis betyder, at brugeren objektgøres og derved reduceres. Også derfor er det nødvendigt at arbejde processuelt i praksis både med individuelle og kollektive forståelser af sig selv og de andre. Og det er nødvendigt at vide, at anerkendelse er en grundlæggende indstilling til andre mennesker og os selv, som vi hele tiden må prøve på at få til at vise sig i praksis og finde udtryk i vores relationer.

ANERKENDELSE OG VURDERINGER

I vores almindelige dagligdags forståelse betragtes anerkendelse ofte i snæver sammenhæng med ros, enighed eller positiv feedback. I den hverdagslige forståelse af anerkendelse bliver det altså ofte knyttet sammen med positiv vurdering i en eller anden variant. Som vi kan se af eksemplet med Karen og Peter, er det væsentlige ikke, om Karen er enig med Peter eller ej, om hun kan finde det positive eller ressourcerne i hans handlinger, synspunkter eller følelser. Det væsentlige er, at Karen kan forlade sit eget ståsted, sine egne synspunkter og deltage i Peters, og med indlevelse undersøge, se og mærke, hvordan verden ser ud fra Peters sted. Det er imidlertid lettere sagt end gjort, specielt hvis den andens sted opleves som farligt eller forkert, hvilket ofte er tilfældet i psykiatrien. Det vil udfordre uafgrænsede følelser og personlige værdier i den professionelle. At slippe sit eget sted kan være angstprovokerende og vil nok altid indebære en oplevelse af usikkerhed. Det forudsætter altså, at den professionelle kan

rumme sin egen usikkerhed og har tillid til, hvor hun selv står, og tillid til, at hun kan komme tilbage til sig selv igen.

Anerkendelse kan belyses med det engelske begreb recognition, som både betyder anerkendelse og genkendelse, og altså også indebærer "at kende noget igen", "at se noget om igen". Anerkendelse i relationen betyder, at den enes perspektiv i mødet med den andens bliver genkendt, styrket og afgrænset. Man kan sige, at man får sit perspektiv reflekteret i den andens bevidsthed og tilbage som genkendt af den anden. Idet man anerkendes, ser man så at sige sig selv, sit eget perspektiv udefra og fra den andens bevidsthed. Anerkendelse betyder i Schibbys forståelse, at den andens eksistens bekræftes, den anden ses og høres på sine egne betingelser som et unikt individ – uanset aktuel tilstand. Det indebærer som nævnt ikke, at alle ønsker skal tilgodeses, men det indebærer, at alle ønsker findes og har gyldighed for den, som udtrykker ønsket eller oplevelsen. En anerkendende grundindstilling indebærer, at vi er optaget af brugerens særlige egenart, intentioner og motiver til at tænke, føle, opleve og handle som personen nu gør. Det givende ved Schibbys forståelse af anerkendelsen er, at den bestræber sig på at undgå de vurderinger, der uundgåeligt også ligger i fx ros, og den kunstighed, der kan ligge i kun at fokusere på 'det gode' og give positiv feedback. At anerkende den anden vil sige at fastholde et blik på både brugeren og sig selv som levende subjekter. Det vil sige grundlæggende at opfatte både brugeren og sig selv som individer i bevægelse, i proces, med hver sine særlige forudsætninger for at tænke, handle og føle, som vi nu engang gør. Og med en åben og nysgerrig interesse for den andens særlige måde at være menneske på.

Anerkendelse er en grundlæggende holdning, en indstilling til den anden som den afgørende autoritet i forhold til sin egen oplevelse. En anerkendende grundindstilling er således optaget af oplevelsesaspektet, hvilket betyder, at det at blive anerkendt bidrager til individets kontakt med sig selv, til selvafrænsning og selvrefleksion. Afrænsning og refleksion knyt-

ter sig i denne forståelse ikke overvejende til vores tænkning, men knytter sig til sammenkoblingen mellem følelser, sansninger og tænkning. Det vil jeg vende tilbage til.

ANERKENDELSE OG SELVETS UDVIKLING

Det virksomme 'stof' i anerkendelsen er todelt, idet anerkendelsen støtter den andens udvikling af selvets dobbelte bestræbelse, nemlig både at etablere nærhed og distance. Når en relation er anerkendende, støttes individets evne til:

- * Selvhævdelse og individualitet (den anden ses som individ, som afgrænset).

- * Tilknytning og bekræftelse (den anden bekræftes som betydningsfuld for mig).

Når anerkendelse styrker begge sider – som er sammenhængende – er det fordi det at være optaget af den andens individualitet, netop styrker den andens adskillelse fra andre mennesker, den andens særlige individualitet, særlige intentioner og oplevelser. I samspillet mellem Karen og Peter ser vi, at Karen med sin respons kan bidrage både til at Peter bliver mindre reflekteret på sit perspektiv (første version, hvor han skruer op for og forenkler sit perspektiv) og mere reflekteret (anden version, hvor han begynder at få bevægelse i sit perspektiv, idet det deles med Karen). Samtidig styrker anerkendelsen også nærheden til andre mennesker, tilknytningen, idet vi med interessen, indlevelsen og det intersubjektive fællesskab viser den anden en særlig interesse. Vi involverer os i den anden, og i involveringen viser vi den anden særlig betydning.

Anerkendelse er uforenelig med strategiske og instrumentelle tilgange. Derfor handler det heller ikke om at finde bestemte måder at udtrykke sig på, eller at kommunikere på en særlig måde. Det handler snarere om at finde frem til og udvikle autentiske måder at vise anerkendelse på. Det vil sige måder, der opleves som autentiske for den professionelle, og som bidrager til brugerens udvikling og erkendelse.

Set i det lys er en anerkendende tilgang i socialpsykiatrisk praksis ikke en metode, men derimod ideelt set underlæggende

enhver metode, der baseres på det relationelle, og hvor opgaven er at støtte andre mennesker og bidrage positivt til deres udvikling og evne til at leve et selvstændigt liv. Ikke desto mindre nævner Schibbye en række ingredienser i anerkendelse.

ANERKENDELSENS INGREDIENSER

Det kan forekomme ukonkret at tale om en anerkendende grundindstilling, for hvordan ser sådan en ud? Ved at se på hvilke ingredienser anerkendelsen indeholder, kan vi gøre det mere konkret. Anerkendelsens ingredienser er *at lytte, forstå, acceptere, tolerere og bekræfte*, forstået som sammenhængende dele der gensidigt er hinandens forudsætninger. Når vi lytter, viser vi den anden respekt, og det er næppe muligt at forstå uden at lytte osv

I arbejdet med professionelle i socialpsykiatrien har det givet god mening at undersøge med konkrete eksempler, hvad der skal til for at den enkelte medarbejder kan udvikle og opretholde en anerkendende grundindstilling. Vi har arbejdet undersøgende med hvornår og i hvilke situationer, det er muligt at lytte, forstå, acceptere, tolerere og bekræfte, og hvilke barrierer, man i praksis møder. Nogle af de barrierer, der har været genkommende, er:

- * Forholdet mellem hensynet til fællesskabet og den enkeltes behov. Det kunne eksempelvis dreje sig om brugerens adfærd over for andre brugere og professionelle, overtrædelse af husets normer, konventioner og regler. I den forbindelse blev det vigtigt at arbejde med at adskille anerkendelse af oplevelsen og accept af en bestemt adfærd.
- * Bekymring for at være ukollegial, hvis man anerkender brugerens kritiske eller direkte negative syn på andre professionelle. Eksempelvis som i Karens tilfælde.
- * Bekymring for at gøre en tilstand eller et problem større ved at anerkende det.
- * Sammenstød mellem brugerens synspunkter og værdier og den professionelle.
- * Sammenstød mellem uafgrænsede følelser i brugeren og den professionelle.

AT LYTTE

Lad os se på Schibbys forståelse af anerkendelsens ingredienser. Ved *at lytte* forstår Schibbye noget mere end dette blot at høre ordene i det, der bliver sagt. Hun peger på det væsentlige i at kunne være nærværende til stede i nuet og høre bag om ordene. At lytte forudsætter at den professionelle kan holde sine egne vurderinger og forestillinger ude og give plads til brugerens perspektiv i sin bevidsthed. På denne måde bliver det at lytte, som en del af anerkendelsen, til en aktiv proces, der forudsætter, at den professionelle kan være åben og fokuseret på den andens tanker, oplevelser og følelser, samtidig med at den professionelle bevarer sig selv. Schibbys forståelse af det at lytte kan sammenlignes med Carl Rogers', og indebærer at den professionelle må 'risikere' at forandre synspunkt, tolkninger og følelser i situationen.

AT FORSTÅ

Sammenhængende med at lytte er *at forstå*. Schibbye skelner mellem *indre og ydre forståelse*. Den *ydre forståelse* retter sig overvejende mod at udtrykke sympati og kognitiv genkendelse. I samspillet mellem Karen og Peter kunne ydre forståelse fra Karen eksempelvis lyde som: "*Det er forståeligt, at du er vred på socialforvaltningen*".

Peters vrede på socialforvaltningen giver mening for Karen og hænger også i hendes opfattelse fint sammen med situationen. Det kan være godt for Peter at få denne respons. Det kan styrke hans oplevelse af sig selv som i orden og med reaktioner, der hænger sammen med den ydre virkelighed og også kan give mening for andre. Men responsen inviterer ikke til at dele indre tilstande. Det gør *indre forståelse* derimod, hvilket betyder at indre afgrænsning af følelser støttes. En indre forståelse fra Karen kunne eksempelvis lyde: "*Så du sidder måske tilbage med en følelse af slet ikke at kunne få den hjælp, du har brug for, eller hvordan....?*" Indre forståelse kræver udstrakt grad af indlevelse og nærvær, ligesom den professionelle evne til at tåle egne svære følelser udfordres. Indre forståelse udtrykkes på

baggrund af indlevelse, og når Karen lever sig ind i Peters oplevelser og følelser, vil hendes egne erfaringer og mulige oplevelser af hjælpeløshed og afmagt kunne dukke op.

I socialpsykiatrien arbejdede vi en del med forskellen mellem indre og ydre forståelse, og vi så på, hvad der skulle til i relationen, for at indre forståelse kunne være en del af dialogen. Imidlertid blev det nødvendigt for os at etablere endnu en kategori, for meget af den forståelse, der spontant blev udtrykt, kunne dårligt kategoriseres på denne måde. Vi måtte etablere en tredje, som jeg valgte at kalde pseudoforståelse. Pseudoforståelse er den form for forståelse, som har konventionel karakter. Et eksempel på pseudoforståelse er: *Karen siger til Peter: "Jeg kan godt forstå, du er træt af ikke at have nogen penge, og at du gerne vil have hjælp, men det er jo det samme hver måned, og du får ligeså mange penge som alle andre...."* Karen erklærer sin forståelse, men kommunikativt fungerer den overvejende konventionelt og som optakt til præsentation af hendes eget synspunkt som det, der har gyldighed.

AT ACCEPTERE OG TOLERERE

I anerkendelse ligger også *accept og tolerance*, det vil sige, at den professionelle kan tåle brugerens situation og brugerens oplevelse af sig selv, andre og situationen. At kunne tåle den andens tilsyneladende urimelige oplevelse og perspektiv – set fra den professionelle vinkel – udfordrer vores behov for at regulere, skabe orden og rationalitet i den andens forståelse. Professionelle i socialpsykiatrien fortæller om, hvordan deres realitetstestning og appel til fornuft gang på gang kommer til kort og bliver en hindring for kontakten. Den professionelle realitetstestning medvirker ofte til udvikling af et fastlåst mønster, hvor brugeren indtager sin oplevelse, der måske rummer mindre rationelle elementer og en virkelighedsforståelse, der er vanskelig for den professionelle at genkende. Og den professionelle omvendt gang på gang gentager sin i almen forstand mere rationelle opfattelse.

I forhold til dette problem har jeg erfa-

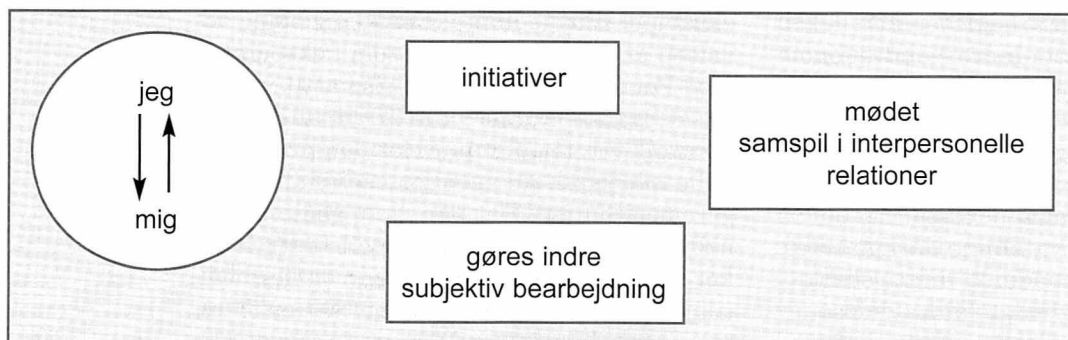
ret det som meget givende at fokusere på fænomenet *timing*. Altså at den professionelle kan kontakte det, der ligger bag brugerens udsagn ved at lytte og forstå *før* den professionelle præsenterer sit eget. For eksempel tilbyde kontakt omkring oplevelsen af at mangle støtte (som i eksemplet med Peter og Karen), en følelse af at være udsat, ikke at kunne være i fred, at blive kontrolleret, forfulgt mm, *før* den professionelle markerer sin egen forståelse af brugerens situation. Det kan være godt og nødvendigt, at den professionelle udtrykker sin forståelse af situationen og dermed tilbyder en alternativ tolkning, der er mere tryk. Men det afgørende er, at de følelser og konsekvenser, forestillingen har for brugeren, får lov at blive udtrykt og få sprog.

Det er som bekendt meget vanskeligt at få andre mennesker til at føle noget andet eller opleve noget andet ved at fortælle dem, at det skulle de gøre. I kraft af den professionelle accept og tolerance kan brugeren i bedste fald gøre accepten indre og lade den blive til selvaccept, hvilket er nødvendigt for at skabe bevægelighed i opfattelsen eller oplevelsen.

AT BEKRÆFTE

Den sidste ingrediens Schibbye explicit nævner som en del af anerkendelse, er *bekræftelse*, der egentligt må siges at indgå i de øvrige, der er nævnt. Eller sagt med andre ord, bekræftelse ligger i at lytte, i at have indre forståelse, i accept og tolerance, og der er tale om en umiddelbar tilbagemelding på den andens indre tilstand – ikke en strategi, der motiveres af, at det er en god ide at positiv-bekræfte for at få brugeren til at gøre mere af 'det gode'. Helt fundamentalt i det at bekræfte ligger, at den andens oplevelse gælder, og det er oplevelsen, den andens måde at se på, der bekræftes. Den andens ønsker og behov tilgodeses som sagt ikke nødvendigvis. At få bekræftet sine motiver, sin inderside, er ofte en forudsætning for at vi kan slippe en forestilling eller et perspektiv. Noget tyder på, at det er nødvendigt at opleve ens eget perspektiv, ens egen holdning eller følelse uden for sig selv, anerkendt af den anden, for at vi kan slippe og nuancere og få proces i indre tilstande.

Der er altså en snæver sammenhæng mellem det, der foregår inden i os, og det, der foregår i relationen til andre mennesker. Det kan illustreres med denne model:



Grænserne omkring individet er ikke lukkede. Det er for at illustrere, at individet ikke blot og bart er en fast afgrænset enhed. Vi er som individer hele tiden mere eller mindre påvirkelige i udveksling med andre, og mange gange kan det være vanskeligt at adskille egne følelser, oplevelser, værdier og ideer fra andres. Schibbye taler ligefrem om, at vi i vores relationer af og til må "forhandle om", hvor følelser og oplevelser hører hjemme.¹⁰

Fra nyere udviklingspsykologi¹¹ ved vi, at mennesker er sociale fra fødslen, at vi tager initiativer til kontakt, samspil og relationsdannelse fra vi fødes til vi dør, og at vi har vores individuelle måde og stil, når vi tager kontakt og indgår i samspil. Helt afgørende er imidlertid, hvordan vi bliver mødt på de initiativer, vi tager, idet den måde vi mødes på, og de oplevelser med samspil og relationer vi får, aflejrer sig som erfaringer indeni os, i "selvet", som erfaringer med os selv i samspil med andre. Der er imidlertid ikke tale om nogen 'neutral' internalisering af oplevelsen. Der er tale om en subjektiv bearbejdning af oplevelsen med samspillet (jf modellen). Det er således samspillet, som det opleves af individet, der udgør vores erfaringer.

I forhold hertil knytter Schibbye direkte an til Daniel Sterns opfattelse af, at vores indre verden struktureres på grundlag af samspilserfaringer. Han taler om det, der er indeni os, det intrapsyriske, som "måder at være sammen med andre på".¹² Set

på den måde kommer vores erfaringer til også at danne udgangspunkt for de initiativer, vi tager. Vores oplevelser generaliseres og kommer til at udgøre vores forventninger til, hvordan noget vil forløbe, til os selv, andre mennesker og relationer mellem mennesker. Som illustration: En af Peters bevidste eller ubevid-

ste antagelser om relationer med andre mennesker kunne være "Når man har problemer, er samspil med professionelle hjælpere en kamp. Det handler om at have ret eller uret". Hvis det er sådan for Peter, bliver det udgangspunktet for hans bidrag i samspillet med Karen.

Mange erfaringer med underkendelse vil paradoksalt nok kunne bidrage til, at vi oplever flere samspil, hvor vi underkendes, fordi vores eget bidrag i relationen umiddelbart kalder på eksempelvis afvisning eller regulering og ydre styring.

Lad os se på første version af samspillet med Karen og Peter i lyset af den forståelse og modellen. Peter tager handleinitiativer, "flytter lidt på askebægeret og ryger" og han tager med sit ansigtsudtryk følelsesmæssige initiativer. Karen tolker det som "sur og irriterende", hvilket understøttes af hendes opfattelse af hans måde at ryge på som "hektisk". Selv om Peter umiddelbart blot sidder i sofaen, tager han altså initiativer, der fortæller omverdenen om, hvem han er, og hvordan han har det. Karen reagerer da også. Hun spørger: "Nå, hvordan går det, Peter?" Og det svar, Peter giver, fortæller, at det går dårligt, fordi broren ikke vil låne ham flere penge, og socialforvaltningen er nogle idioter, der ikke fatter en skid og ikke er dygtige nok.

Forklaringen på Peters situation lægges uden for Peter, og det er måske det, der kalder på Karens regulerende reaktion, der kaster situationen tilbage på Peter selv. Hun fortæller, at han får lige så

mange penge som andre, og at hun ikke synes, socialforvaltningen er idioter. Dialogen foregår, som vi har set, som en kamp om hvis vurdering af situationen, der er den rette. De følelser, motiver og indre tilstande, der er til stede, får ingen opmærksomhed. Det indebærer, at Peter underkendes som subjekt, altså som et menneske, der har vurderinger, følelser, oplevelser, som har at gøre med hans reaktion. Ligesom Karens bestræbelse på at hjælpe Peter reduceres til at være et spørgsmål om, om hun passer sit arbejde med at støtte ham. Omvendt ser vi i den anden version med Karen og Peter, at Karens reaktion åbner for kontakt om indre tilstande og bringer proces og begyndende nuancer ind i Peters forståelse, ligesom Karen får lejlighed til at træde frem som subjekt med sit perspektiv.

I forbindelse med arbejdet med praksisbeskrivelser har modellen bidraget til at fastholde, at der er sammenhæng mellem individ og relationer, skabe overblik over mulige sammenhænge mellem indre tilstande og ydre relationserfaringer, og til at blive klar over hvilke initiativer, der blev taget, hvordan der blev reageret, og hvad der prægede relationen. Ikke mindst har den også givet anledning til dialog om, hvordan anerkendende reaktioner på brugerens initiativer kunne se ud, og hvilke ændringer i vores relation til os selv og til andre mennesker, det kunne betyde for både bruger og professionel. Jeg har i arbejdet erfaret, hvor væsentlig sensitivitet overfor brugerens initiativer er, når det, vi vil, er at støtte brugeren i overensstemmelse med brugerens eget perspektiv. Når den professionelle er nærværende og har øjne og ører åbne, har det vist sig, at brugerne selv viser vejen i den respons, der er brug for. Ved at følge brugerens initiativer får vi information om, hvornår pausen eller stilheden måske skaber for megen usikkerhed, hvornår det er godt at dele indre tilstande, og hvornår det er bedre at blive mødt med ydre forståelse og på den måde først og fremmest få delt et synspunkt og få bekræftet sin forståelse af virkeligheden

Vi har arbejdet ud fra to refleksions-spørgsmål:

- * Hvad kunne brugeren fortælle sig selv med sine initiativer?
Det vil sige, på hvilken måde kunne brugerens initiativer tænkes at stabilisere brugerens "selv" og identitet?
- * Hvad kunne brugeren fortælle andre mennesker?
Det vil sige, hvilke motiver og begrundede grunde kunne initiativet have. Hvad kunne brugeren have brug for at blive mødt med?

Arbejdet med disse spørgsmål har i processen henledt opmærksomheden på, at adfærd kan være motiveret af forskellige behov, følelser, oplevelser, forventninger etc., og at vi som professionelle må forholde os åbent og i dialog med brugerne til, hvad en bestemt adfærd kunne være motiveret af. Der er som bekendt sjældent glasklar overensstemmelse mellem det ydre og det indre, når vi presses og oversvømmes af indre tilstande, vi ikke selv har godt tag i. Imidlertid har de fleste af os, uanset om vi er brugere eller professionelle, som regel selv nogle bud på, hvordan vi ser ud inden i, og hvordan det kunne have med vores adfærd at gøre.

Jeg har i det foregående nævnt flere begreber, der knytter sig til Schibbys meta-psykologiske forståelse. Det drejer sig om hendes forståelse af selvet, selvafrænsning, selvrefleksion og sprog. Afslutningsvis vil jeg i det følgende lave en kort ekskurs til disse begreber.

HVAD ER SELVET?

Vores relationelle oplevelser organiseres i selvet, der således ikke kan beskrives en gang for alle. Selvet, og de relationer selvet indgår i, påvirker gensidigt hinanden¹³. Vores forhold til os selv og vores forhold til andre mennesker hænger sammen. Hos Schibbye inddeles selvet i et 'jeg' og et 'mig', der står i et dialektisk forhold til hinanden.¹⁴ De udgør tilsammen selvet forstået som en helhed, der rummer både bevidste og ubevidste dele. Jeg'et er den side, der reflekterer, forholder sig til og vurderer mig'et. Jeg'et kan forholde sig til mig'et, der er den side af selvet, der opleves som den, 'jeg er'. Sprogligt kan vi høre dette forhold som eksempelvis "Jeg føler

mig usikker” eller “Jeg føler mig underligt opstemt og glad i dag, selv om jeg vist også er i tvivl om ...”. Mig’et indeholder både bevidste, førbevidste og ubevidste indre tilstande og følelser. Det vil sige, at mig’et også indeholder vores usymboliserede og uafgrænsede sum af følelser og indre tilstande. Det kan for eksempel dreje sig om: smerte, fortvivlelse, ked-af-det-hed, vrede, håbløshed mm og glæde, begejstring, omsorg, engagement mm. Det er forskelligt, hvilke indre tilstande og følelser vi er i stand til at symbolisere og umiddelbart dele med andre. Det afhænger af individuelle relationserfaringer. Jeg’et organiserer og fortolker erfaringer, men processen sker i relationen jeg-mig (det intra-psykiske) og selv-andre (det interpersonelle). Vores fortolkning af oplevelser hænger altså både sammen med intrapsykiske processer, vores individuelle forhold til os selv, og den eller de relationer oplevelserne foregår i.

Mig’et rummer vores relationserfaringer og tidligere påvirkninger, men med jeg’et har vi mulighed for at forholde os til disse erfaringer, at reflektere over dem, at sortere dem og afgrænse dem, hvis vi er blevet mødt med anerkendelse på vores initiativer. En forudsætning for at vi kan forholde os til os selv, at jeg’et kan forholde sig til mig’et, er at nogen har forholdt sig anerkendende til os i relationen, så vi i relationen kan komme i nærheden af vores indre tilstande, idet vi møder dem uden for os selv, anerkendt af den anden. Den måde, som betydningsfulde andre forholder sig til os, danner udgangspunktet for den måde, vi forholder os til os selv.

Man kan sige, at mig’et og jeg’et yder hver sit bidrag til individets livsudfoldelse. Jeg’et og mig’et repræsenterer to modstridende menneskelige behov, der indgår i et dialektisk forhold til hinanden, nemlig behovet for stabilitet, nærhed og tilknytning, behovet for at føle at ‘man er den, man er’ (mig’et) og behovet for selvstændighed og forandring (jeg’et). Udvikling og selvrefleksion knytter sig altså til forbindelsen mellem jeg’et og mig’et, og til i hvilket omfang jeg’et kan få adgang til mig’et og til de værensprocesser, der findes i individet. Man kan sige det sådan, at de sider af selvet, som jeg’et ikke har et reflekteret

forhold til, lever vi typisk ud i relationen til andre. På den måde kan man måske sige, at samspillet mellem Karen og Peter i første version udlever hjælpeløshed og afmagt, som ingen af dem kan forholde sig til, når de er sammen, men som Karen efterfølgende har begyndende refleksion på, idet hun skriver “Bagefter sad jeg med en følelse af afmagt...”

De sider, vi ikke kan forholde os til, men udlever i relationen, kan især iagttages i gennemgående mønstre og konflikter i relationen. Det betyder, at den måde individet håndterer relationen og temaer i relationen fortæller om, hvordan individet forholder sig til sig selv.

SELVAFGRÆNSNING, SELVREFLEKSION OG ANERKENDELSE

I modellen har vi set, at grænserne omkring individet ikke er helt lukkede, og vi har været inde på, at indre tilstande kan være mere eller mindre afgrænsede. Udvikling indebærer en stadig afgrænsning af indre tilstande og af sig selv i forhold til andre. Selvfølgelig er således ikke noget, man er eller ikke er, det er noget man er mere eller mindre i forskellige situationer og i forhold til forskellige følelser, temaer og relationer. Og vores afgrænsning kan sættes under pres af vores egne indre processer eller af oplevelser i relationen. Man kan således sige, at i første samspil mellem Karen og Peter sættes Karens afgrænsning af hjælpeløshed muligvis under pres i relationen.

At være selvfølgelig relaterer sig både indadtil i forhold til at kunne skelne indre tilstande fra hinanden, at kunne skelne mellem at være vred, ked af det, bange, bekymret, begejstret, i tvivl, mm og udadtil i forhold til at kunne skelne nogenlunde imellem, hvad der foregår i en selv og i andre. En forudsætning for selvrefleksion og at kunne forholde sig til egne indre tilstande og til eget bidrag i relationen er selvfølgelig. Det vi ikke er afgrænset i forhold til, kan vi ikke forholde os til, og det vi ikke kan forholde os til, kan vi ikke afgrænse. Det flyder sammen med andre indre tilstande og med andre mennesker i relationen. Set på den måde bidrager vores selvfølgelig af indre tilstande til

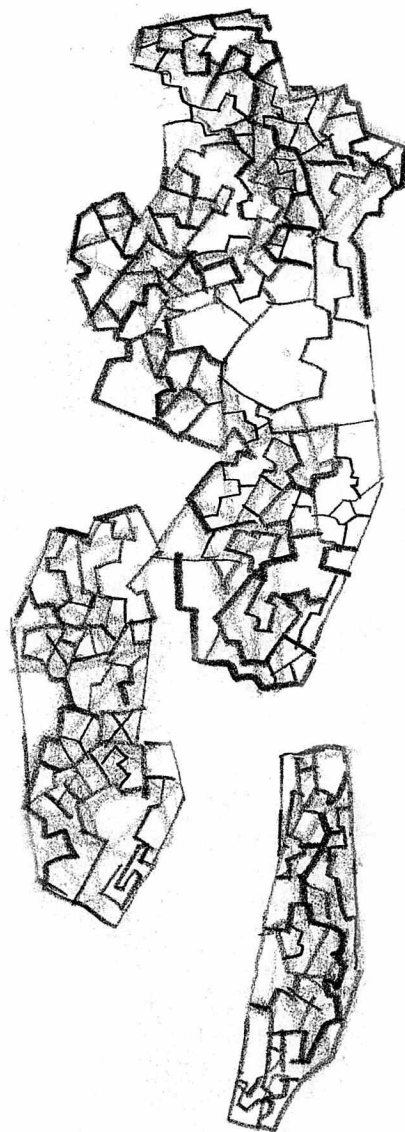
selvstændighed. Når vi kan mærke og forholde os til indre processer som afgrænsede og som vores, kan vi træffe valg i forhold til, hvad vi vil gøre med følelsen eller tilstanden. Og så er vi tilbage ved det relationelle som afgørende, for det er i de interpersonelle relationer vores selvafgrænsning og selvrefleksivitet udvikles. De følelser, tilstande, tanker og oplevelser individet kan blive mødt med anerkendelse på, afgrænses i det intersubjektive fællesskab. Det vil sige de samspil mellem mennesker, hvor indre tilstande deles, og der opstår en følelse af oplevelsesfællesskab.

De indre tilstande, vi ikke kan forholde os til som vores subjektive, forsvinder ikke væk fra selvet. Vi lever dem i stedet ud i samspillet, ikke bevidst og ofte som ubrydelige mønstre, der kan give oplevelse af fastlåsthed og gentagelser af frustrerende relationserfaringer.

Selvrefleksion indebærer, at vi har en umiddelbar, direkte og fleksibel adgang til egne følelser og oplevelser.¹⁵⁾ Det siger vel næsten sig selv, at det i praksis betyder et livslangt arbejde og en livslang udfordring for alle mennesker. Imidlertid er det efter min mening særligt vigtigt at forholde sig til denne udfordring, når man arbejder med andre mennesker. For det, vi ikke kan forholde os reflekteret til, lever vi typisk ud i relationen, og det kan blive en del af et fastlåst mønster i vores måde at relatere på. Eksempelvis er en forudsætning for, at Karen kan forholde sig åbent og anerkende Peters tvivl og usikkerhed (hvis det er det, han er), at hun kan forholde sig til sin egen.

SPROG, REFLEKSIVITET OG ERKENDELSE

I socialpsykiatrisk praksis betyder samtalen mellem brugerne og mellem brugere og professionelle meget; men at tale med andre mennesker er som bekendt et vidt begreb. De fleste af os har erfaringer med, at samtalen med et andet menneske kan være givende, levende og autentisk, ligesom den også kan være det modsatte. Vi oplever måske billedlig talt at ordene svæver frit i luften uden egentlig forankring, at ordene ikke rigtig har rod i os selv, eller



at vi selv og andre begynder at tale i klicheer og generaliseringer, der ikke rigtig får fat i vores virkelighed. I Schibbyes forståelse indtager verbalsproget en særstatus i forhold til udvikling af selvrefleksion og selvstændig individualitet. Det verbalsproglige får her en særlig betydning, fordi sproget støtter sortering og afgrænsning af indre tilstande og derved støtter den enkeltes evne til at forholde sig mere bevidst til sig selv og til sit eget bidrag i samspil med andre mennesker. Imidlertid mener Schibbye, der er en dobbelthed indbygget i vores sproglige kompetence. Hun skriver blandt andet:

“Sproget kan aldrig være helt sammenfaldende med oplevelsen. Der opstår altid

en forskel eller en spaltning, mellem oplevelsen og ordene..."¹⁶⁾

Hun peger her på forskellen mellem oplevelser, som de umiddelbart erfares, og som de repræsenteres i sproget. Også her ser vi Schibbye knytte an til Daniel Stern, der siger, at "sproget er i virkeligheden et tveægget sværd. (...) Det driver en kile ind mellem to samtidige former for interpersonel oplevelse: sådan som den leves, og sådan som den repræsenteres verbalt."¹⁷⁾

Vi kender til oplevelser af, at ordene ikke slår til, at oplevelsen så at sige er større end sproget. Vi kan høre det i faste vendinger som for eksempel: "Jeg har svært ved at finde ord for det", "Her slår ordene ikke rigtigt til" eller "Jeg ved ikke...det var ikke helt sådan det var".

Mennesker erfarer hele livet mere komplekst end den struktur og formgivning, verbalsproget umiddelbart tilbyder. Erfaringer i livet med andre mennesker rummer følelser, tanker og sansninger i en sammenvævet form og er så at sige større end den verbalsproglige formgivning. Men ikke-verbale processer og erfaringer kan kontaktes gennem sproget,¹⁸⁾ og i og med sprogliggørelsen kan erfaringer reflekteres og skabe bevidst erkendelse.¹⁹⁾

Vi er som bekendt ikke født med at kunne bruge verbalsproget. Ordene kommer fra den ydre verden, og det er derfor væsentligt, at vi gør dem til vores.²⁰⁾ Det ses tydeligt i barnets sprogudvikling, hvor gentagelser er helt centrale og leg med sprog er afgørende for barnets udvikling af et sprog, der knytter sig til barnets personlige oplevelse. Det gælder imidlertid ikke kun for børn, at vi kan have brug for gentagelser og må prøve os frem for at finde de ord, der passer bedst. Livet igenem må de fleste mennesker arbejde med at udvikle et personligt sprog – specielt når vi bevæger os ud i ukendte områder, når det drejer sig om vigtige eksistentielle sider af tilværelsen eller indre tilstande, vi ikke har tag i. I forhold til socialpsykiatrisk praksis må det betyde, at vi i samtaler med brugere (og med hinanden) kan være til stede på en måde, der giver plads til, at brugeren kan udvikle sit eget sprog, sine egne defineringer af oplevelser. I anden version af samspil mellem Karen og

Peter ser vi, at Karen med sine prøvende formuleringer inviterer til, at Peters opfattelse af Johanne kan få sprog – selv om det stadig er lidt uklart for Peter, der siger "Jeg ved ikke..." og "Måske er hun anderledes."

Schibbye siger om det verbalsproglige "Ordene må være nær værenssiden, dvs. nært knyttet til oplevelse",²¹⁾ hvilket i hendes forståelse ikke er nogen enkel sag, for "(...)ord kan føre os bort fra det ordet egentlig står for".²²⁾ Noget tyder altså på, at der skal en særlig indsats til, der giver rum til fordybelse, dvælen og anerkendelse, for at det levede livs erfaringer, og hermed også både brugerens og professionelles erfaringer i praksis – om end ikke fuldt ud, så dog i højere grad – kan kontaktes verbalsprogligt.

Når der sættes ord på erfaringer, på de følelser, tanker og værdier, de rummer, bliver erfaringer reflekteret i den enkelte, og med sprogliggørelsen skabes mulighed for at formgive erfaringer på en måde, så de kan deles og reflekteres i et fællesskab med andre mennesker.

Set i lyset heraf er det væsentligt at arbejde processuelt med at få verbalsprog og erfaringer til at passe så godt sammen som muligt. Det gælder for brugere, og det gælder for professionelle. Denne proces kræver som nævnt fordybelse og en skærpet opmærksomhed på, om ordene har at gøre med de faktiske oplevelser, følelser, tanker, forestillinger, stemninger og sansninger. Med sproget kan vi give form til og skabe sammenhæng i erfaringer, men sproget kan også føre os væk fra erfaringen, idet verbalsproget kan fortælle om handlinger, følelser og tanker mm, erfaringen måske ikke rummede, men som vi bevidst eller ubevidst opfatter som mere acceptable. Som modvægt hertil står det anerkendende møde mellem mennesker.

Lis Møller er lektor i psykologi ved Aalborg Socialpædagogiske Seminarium, CVU Nordjylland.

NOTER:

1. Anne-Lise Løvlie Schibbye er psykolog, Ph.D. og psykoterapeut og har i mange år været forsker ved Universitetet i Oslo, Psykologisk Institut. Hendes tænkning har tidligere været præsenteret her i tidsskriftet. Se eventuelt Berit Bae: "På vej i anerkendende retning", *Social Kritik* nr. 88, 2000 og Niels Peter Uhre og Flemming Pommer: "Relationer – et modigt synteseprojekt" *Social Kritik* nr. 99, 2005, der

- er en anmeldelse af den danske oversættelse af Schibbys hovedværk.
2. Anne-Lise Løvlie Schibbye: "Å bli kjent med seg selv og den andre: om selvrefleksivitet og undring i dialektisk relasjonsteori."
 3. I forhold til afklaring af den socialpsykiatriske opgave kan jeg anbefale Åste Herheim: *Socialpsykiatri – en lærebog*, der bidrager til definering og afgrænsning af socialpsykiatrien.
 4. Anne-Lise Løvlie Schibbye: *Relationer – Et dialektisk perspektiv* s.40.
 5. Med begrebet fagpersonlig forstår jeg den måde, den professionelle individuelt integrerer og forvalter sin faglige viden og sine erfaringer fra praksis.
 6. Bo Jacobsen: *Voksenundervisning og livserfaring*.
 7. Den subjektive bearbejdning af oplevelser sker ifølge både Daniel Stern og Schibbye i en fortællende struktur. Se eventuelt *Relationer – Et dialektisk perspektiv* s. 82. Den måde, vi fortæller om os selv og andre på – også i professionelle relationer – har betydning for, hvordan vi spontant forstår os selv. Stern skriver: "De fortællinger om ens egne erfaringer, som man fortæller sig selv og andre, bliver ens livs officielle historie" *Spædbarnets interpersonelle verden* s. 25.
 8. *Relationer – Et dialektisk perspektiv* s. 297.
 9. At være subjekt indebærer at være og blive set som et individ, der har viden om sig selv, handler og tager initiativer og har personlige tanker, følelser og oplevelser. At opretholde sig selv som subjekt kræver, at vi også ses og mødes sådan af andre. At være objekt indebærer at blive set udefra med den andens blik som det væsentligste, fortolket og vurderet og betragtet som om vi ikke har en 'underside' (subjektivitet).
 10. "Fra begrænsning til afgrænsning: synspunkter om grænsesætning og udvikling af selvrefleksivitet hos børn."
 11. Eksempelvis Daniel N. Stern, som Schibbye støtter sig til i forbindelse med sin udviklingspsykologiske forståelse og sin opfattelse af intersubjektivitetens afgørende betydning i menneskeligt fællesskab.
 12. Daniel N. Stern: *Spædbarnets interpersonelle verden*.
 13. Schibbye henter blandt andet sit filosofiske grundlag fra filosofen G. W. F. Hegel (forståelsen af dialektik, ligeværd og anerkendelse) og fra Søren Kierkegaard. Inspirationen fra Kierkegaard ser vi eksempelvis i hendes forståelse af selvet, der forholder sig til sig selv. I indledningen til Kierkegaards *Sygdommen til døden* udfolder Kierkegaard sin antropologi, og her lyder det blandt andet: "Men hvad er Selvet? Selvet er et Forhold, der forholder sig til sig selv (...)" Selvrefleksion, at vi kan forholde os til os selv og derved overskride det givne (nødvendighed), opfattes her som det specifikt menneskelige. I Schibbys forstand at jeg'et kan forholde sig til mig'et i en uafsluttelig proces.
 14. Også Mead bruger "jeg-mig" i forståelsen af selvet, men Schibbys forståelse er, som det fremgår, en anden. For en udbygning af forskellen se *Relationer – Et dialektisk perspektiv*, s. 115, note 1.
 15. *Relationer – Et dialektisk perspektiv* s. 93.
 16. *Relationer – Et dialektisk perspektiv* s. 81.
 17. *Spædbarnets interpersonelle verden* s. 211.
 18. Verbalsproget kan symbolisere indre tilstande, give form og afgrænsning og muliggøre, at vi forholdsvist præcist kan kommunikere med hinanden. Imidlertid er verbalsproget abstrakt, og som vi har set, kan det opleves som vanskeligt at få til at gribe oplevelsens kompleksitet. Æstetiske processer og kunstens sprog som eksempelvis musik, dans, det poetiske sprog, billeder mm kan opleves som symboliseringer, der bedre udtrykker vores indre verden. Schibbye taler om at det poetiske sprog kan "strække" hverdagssproget, så det "svækker" tingsliggende aspekter." Se eventuelt "Språk og endring. Om å bruke språket for å skape endringsøyeblikk i psykoterapi."
 19. Schibbye skelner mellem to niveauer i bevidstheden: det organismiske, der rummer vores førsproglige erfaringer og vores kropslige og sansemæssige erfaringer og det symbolske, hvortil det verbalsproglige knytter sig. Udvikling forstås ikke lineært, men i en cirkulær proces mellem det organismiske og det symbolske. "Selvet skapes blant annet i konfrontasjon mellom organismiske fornemmelser og symboliseringen". *Familien: tvang eller mulighet*, s. 44.
 20. *Relationer – Et dialektisk perspektiv* s. 29
 21. *Relationer – Et dialektisk perspektiv* s. 29
 22. *Relationer – Et dialektisk perspektiv* s. 280
- LITTERATUR
- Aanderaa, Inger: *Relationer i teamsamarbejde. Et psykodynamisk perspektiv*, Hans Reitzels Forlag, 2000.
- Bae, Berit: "På vej i anerkennende retning", *Social Kritik* nr. 88, 2000.
- Bae, Berit og Waastad, Jan Erik (red.): *Erkjennelse og anerkjennelse. Perspektiv på relasjoner*, Universitetsforlaget, Oslo, 1992.
- Billund, Lise og Zimmer, Anne: "Stof til eftertanke – om anerkendelse som næring til udvikling i relationer" i Helle Alrø og Marianne Kristiansen (red.): *Dialog og magt i organisationer*, Aalborg Universitetsforlag, 2004.
- Herheim, Åste: *Socialpsykiatri – en lærebog*, Systeime Academic, 2003.
- Højlund, Peter og Juul, Søren: *Anerkendelse og dømmekraft i socialt arbejde*, Hans Reitzels Forlag, 2005.
- Jacobsen, Bo: *Voksenundervisning og livserfaring*, Christian Ejlers' Forlag, 1998.
- Kierkegaard, Søren: *Sygdommen til døden* (1849), Samlede Værker bind 15, Gyldendal 1963.
- Møller, Lis: "Anerkendelse, samspil og relationer", *Psykiatrien Netop Nu*, Nordjyllands Amt, Nr. 1. 2005.
- Ritchie, Tom: "Anerkendelse og praksis – en fortælling fra en udflytterbørnehavn" i Tom Ritchie (red.) *Relationer i teori og praksis. Perspektiver på pædagogisk tænkning*, Billesø og Baltzer.
- Schibbye, Anne-Lise Løvlie: *Relationer – Et dialektisk perspektiv*, Akademisk Forlag, 2005 (norsk 2002).
- Schibbye, Anne-Lise Løvlie: *Familien: tvang eller mulighet. Om samspil og behandling*, Universitetsforlaget, Oslo, 1988.
- Schibbye, Anne-Lise Løvlie: "Fra begrænsning til afgrænsning: Synspunkter på grænsesætning og børns udvikling af selvrefleksivitet" i Tom Ritchie (red.) *Relationer i teori og praksis. Perspektiver på pædagogisk tænkning*, Billesø og Baltzer, 2004.
- Schibbye, Anne-Lise Løvlie: "Språk og endring. Om å bruke språket for å skape endringsøyeblikk i psykoterapi" i *Tidsskrift for Norsk Psykologforening*, nr. 38, 2001.
- Schibbye, Anne-Lise Løvlie: "Å bli kjent med seg selv og den andre: om selvrefleksivitet og undring i dialektisk relasjonsteori." i A.J.W. Anderson og B. Karlsson: *Psykiatri i endring – forståelse og perspektiv på klinisk arbejde*, Ad Notam, Oslo, 1998.
- Stern, Daniel N.: *Spædbarnets interpersonelle verden*, Hans Reitzels Forlag, (1991) 2001.
- Uhre, Niels Peter og Pommer, Flemming: "Relationer – et modigt synteseprojekt" *Social Kritik* nr. 99, 2005.