

Om å bry seg på verkeleg

- ein studie av tidlegare rusavhengige si oppleving av hjelpsam hjelp

Av Lillian Bruland

Avdeling for helse- og sosialfag

Høgskulen på Lillehammer

Masteroppgåve i helse- og sosialfagleg arbeid med barn, unge og deira familiar

Levert oktober 2009

Forord

Bakgrunnen for at eg starta arbeidet med akkurat denne oppgåva var eit engasjement for menneske med rusvanskar og ei interesse for å få auka kunnskap om kva som kan hjelpe dei ut av vanskaner. Arbeidet med oppgåva har vore svært givande og har ikkje gjort engasjementet og interessa for temaet mindre.

Det er mange som har medverka til at denne oppgåva har blitt realisert. Først av alt vil eg rette ei varm takk til hovudpersonane i oppgåva. Tusen takk til de fem som gav av tida dykkar og gav meg høve til å ta del i dykkar liv og erfaringar. Utan dykk hadde ikkje denne oppgåva blitt til. Takk til de i praksisfeltet som hjelpte meg med å kome i kontakt med desse fem ungdomane.

Takk til min rettleiar, Halvor Fauske. Dine innsiktsfulle kommentarar har vore lærerike og nyttige for meg.

Takk til leiing og kollegaer ved Høgskulen i Sogn og Fjordane, avdeling for samfunnsfag, for god tilrettelegging, oppmuntring og tru på prosjektet. De har skapt eit godt rom for læring og skriving. Ein spesiell takk til mastergruppa, leia av Sidsel Natland, for interessante diskusjonar og konstruktive tilbakemeldingar. Ein ekstra takk vil eg rette til kollega og medstudent Berit Marie Njøs. Våre felles turar, diskusjonar og refleksjonar vil bli sakna.

Takk til biblioteket ved Høgskulen Sogn og Fjordane, avdeling for samfunnsfag. De har vist stort tolmod og imponerande velvilje til alle mine førespurnader og manglande tilbakeleveringar.

Tusen takk til Marita Liabø for god hjelp med språket i oppgåva.

Til slutt vil eg reise ein stor takk til familien min. Hjelpa tanter, onklar og spesielt besteforeldre har gjeve med barnepass og anna praktisk hjelp har hatt ubetaleleg verdi. Tusen takk til Magne, Elias og Bertine for tolmodet de har med meg, og for evna dykkar til å skape glede i livet mitt.

Sogndal,
28.10.09

Lillian Bruland

Samandrag

Denne oppgåva er meint som eit bidrag til diskusjonen om kva som er hjelpsam hjelp i behandling av menneske med rusvanskar. Eg tar utgangspunkt i kvalitative intervju eg har gjennomført med fem unge menneske mellom 23 og 32 år som har fortalt om erfaringane sine med å ha hatt store rusvanskar og med å kome ut av dei. Dei hadde alle opplevd å få hjelpsam hjelp på vegen ut av avhengigheita til rusmiddel og fokuset i intervjuet var på kva som karakteriserte hjelpe som ungdommane opplevde som hjelpsam og korleis dei profesjonelle hjelpearne kunne fremme hjelpsame endringar. Problemstillinga eg har søkt å finne svar på er: kva er hjelpsam hjelp for unge menneske som har kome ut av rusavhengigheit? Eg har hatt eit fenomenologisk og hermeneutisk utgangspunkt og har som analytisk verktøy nytta meg av Ekeland sine tankar om endring som meiningsendring, det interaksjonistiske perspektivet med blant andre Becker og Skatvedt og omgrepet handlingskompetanse, kor Per Nygren er ein sentral bidragsytar.

Analysen av intervjuet med ungdomane har vist at endringsprosessen dei har gått gjennom inneheld fleire dimensjonar. Eg har kategorisert opplevingane deira i tre ulike prosessar som alle var vesentlege for å forstå vegen ut av avhengigheita til rusmiddel. Desse tre prosessane var for det første prosessen med å få tillit til og utvikle ferdigheiter til å nyttiggjere seg av det profesjonelle hjelpeapparatet. Den andre prosessen skildrar endringar i forholdet deira til rusmidlane. Ungdomane opplevde rusen både som eit gode, som skammeleg og som noko som tek styring. Alle desse ulike opplevingane opplevde dei ei endring i. Den tredje prosessen er knytt til det å etablere seg som ein nyktern deltakar i rusfrie miljø. Analysen viser at den nye identiteten som "streit" måtte erfarast og lærast. Dei tre prosessane med å bli klient, med å endre forholdet til rusmidlane og med å bli streit var alle naudsynlege delar av prosessen med å bli rusfri og dei verka inn på kvarandre. I oppgåva vert desse tre prosessane nærare presentert og undersøkt.

Ungdomane har fortalt om fleire hjelpsame møter med profesjonelle hjelpearar, og i oppgåva vert ulike aspekt ved den hjelpsame hjelpe drøfta. Det har til dømes synt seg sentralt at hjelpear tilbyr ei hjelp som er passe ulik til korleis ungdomen sjølv opplever og handterer situasjonar. Dette handlar blant anna om hjelpear sin evne til å sjå og verdsette ungdomane sin handlingskompetanse, samstundes som den ser og støy opp der ungdomen har manglande eller dysfunksjonell kompetanse. Handling vert løfta fram som ein sentral del av kommunikasjonen mellom klient og hjelpear og spesielt handlingar som vert opplevd av ungdommane som teikn på at hjelpear er engasjert og bryr seg om den andre, er hjelpsame. At

personlege sider ved den profesjonelle hjelpar vert synleggjort blir vurdert som ein potensiell ressurs i arbeidet, og uformell samhandling mellom hjelpar og klient har synt seg som ein viktig arena for utvikling og læring. Det vert og illustrert korleis ungdomane sine opplevingar talar for å fremme eit syn på profesjonalitet som situasjonsbestemt. Ungdomane sine behov varierer og det synes sentralt at hjelpeapparatet er lydhør for ungdomane sine blikk på situasjonen og tilpasser hjelpa etter behova til den andre.

Innhald

Forord	2
Samandrag	3
1. Innleiing - bakgrunn for prosjektet	7
1.1 Omgrepet hjelpsam hjelp	10
1.2 Omgrepet profesjonell hjelpar	11
1.3 Omgrepet rusavhengigheit	11
1.4 Fokus på vitenskapleg målbare effektar	12
Oppsummering av kunnskap om effekt av tiltak	13
Metodiske utfordringar med RCT-studiar	15
1.5 Fokus på gode hjelparar og gode relasjonar	17
Korleis fremme den gode relasjonen?	19
1.6 Fokus på gode prosessar:	20
Endring gjennom faser	20
Engasjement og tid	21
Endring av identitet	22
Kva kan kunnskapen om prosessar nyttast til?	23
2. Grunnleggjande idear og vegval i forskingsprosessen min	25
2.1 Fenomenologi og Edmund Husserl	25
2.2 Hermeneutisk perspektiv og Martin Heidegger	27
2.3 Kven og kor mange? Om personane eg intervjuar	29
2.4 Gjennomføringa av intervjuar	32
2.5 Transkribering – om å skrive samtalen ned i tekst	35
2.6 Analysen – om å forstå intervjupersonane sine forteljingar	36
2.7 Presentasjon av datamaterialet – om å uttrykke mi forståing	38
2.8 Etiske betraktningar – om å ta etisk ansvar for forskingsprosessen	39
2.9 Generalisering, validitet og reliabilitet – om kvaliteten på arbeidet	40
3. Inspirasjonskjelder undervegs i forskingsprosessen	43
3.1 Hjelpsam hjelp som meningsendring	43
3.2 Hjelpsam hjelp i eit interaksjonistisk perspektiv	45
3.3 Hjelpsam hjelp i lys av omgrepet <i>handlingskompetanse</i>	47
4. Å vere ein som misbruker rusmiddel	50
4.1 ”Eg hadde lyst å leve sånn” – rusen som meningsfull	50
4.2 ”Eg føler meg som ein hundelort” – rusen som noko skammeleg	52
4.3 ”Eg trudde ikkje eg skulle klare det” – rusen som noko som tek styring	55
4.4 Oppsummerande refleksjon: om ambivalens og manglande sidesyn	56
5. Å skape seg sjølv som klient	59
5.1 Uvisse, skuffelsar og håp – om smaksprøver av hjelpande relasjonar	59
5.2 ”Det skjedde eit eller anna med meg” – om møter som gav meirsmak	63
5.3 ”Han hadde forståing” – om å få tillit	66
5.4 ”Det var ikkje berre meg” – om forplikting	69
5.5 ”Då forstod eg at det er jo omsorg her” – om kompetanse til å nytte hjelp	70
5.6 Oppsummerande refleksjon – om gjerdesitting og måling av det hjelpsame	72
6. Rus: venn, herskar eller dårleg moral? – om endringar i forholdet til rusmiddel	75
6.1 ”Rusen har jo vore det næraste og kjæraste” – om å ta avskjed	75
6.2 ”Eg har ungar og alt, og så vel eg å ruse meg” – om skam og skyld	78
6.3 ”Eg klarte ikkje å slutte å ruse meg” – om å møte rusen når den tek styring	80
6.4 Oppsummerande refleksjon: om passe skilnad og verdsetting av kompetanse.	84
7. ”Heilt streite opplevingar”	86

7.1 "Det er ikkje så farleg der ute" – om å bli vist verda	86
7.2 "I mitt liv hadde eg ikkje så jævla mykje" – å få strengar å spele på.....	91
7.3 "Ok, korleis ville Per ha løyst dette?" – om å få rollemodellar	94
7.4 "Ut i verkelegheita" – om å prøve seg på eiga hand	95
7.5 Oppsummerande refleksjon – om utprøving og re-stempling.....	97
8. Oppsummerande drøfting.....	99
8.1 Hjelpsam hjelp som medskaping av mening.....	100
8.2 Hjelpsam hjelp som utviding av blick og utvikling av handlingskompetanse.....	102
8.3 Ein personleg og situasjonsbestemt profesjonalitet	107

[Vedlegg 1: Intervjuguide](#)

[Vedlegg 2: Spørjeskjema](#)

1. Innleiing - bakgrunn for prosjektet

Det er jævlig rart, men no når eg kom tilbake til livet, og plutseleg fann meg sjølv som pedagogisk medarbeider i ein barnehage, av alle ting, og eg sette meg ned med ein gjeng med ungar og hørte på Torbjørn Egner sin "Kasper, Jesper og Jonatan", så gjekk det eit lys opp for meg. For det einaste Kasper, Jesper og Jonatan trong når dei blei satt inn i fengsel, var omsorg frå Tante Sofie. Og tett etter at ho hadde gitt dei litt omsorg og vaska dei bak øyrene og litt sånn som det der, så kravde ho noko av dei. Og så plutseleg var Kasper, Jesper og Jonatan og redda Tobias i tårnet og heile Kardemomme by frå å brenne sønder og saman. Så jævlig enkelt er det. Veldig ofte. Berre litt anna input. Eit par gode menneske rundt som først gjev litt omsorg og som etterpå krev noko. Jævlig fin historie det der, har ikkje gått opp for meg før no, seier Tomas og ler.

Sitatet over er henta frå intervjuet eg hadde med Tomas på 29 år. Tomas og fire andre unge menneske mellom 25 og 32 år har fortalt meg om erfaringane sine med å ha hatt store rusvanskar og med å kome ut av dei. Sitatet er ein illustrasjon på tema eg har vore oppteken av og som denne oppgåva handlar om: om endring, om å kome seg ut av rusavhengigheit og om kva som kan hjelpe ein til å klare det.

Eg har tidlegare arbeidd med å hjelpe unge menneske som har hatt langvarige vanskar med rusmiddel. Nokre av dei klarte å bryte med dette livsmønsteret, andre ikkje. Eg har stor respekt for motet mange av dei har vist og arbeidet mange har gjennomført for å klare å bryte med eit liv prega av rusåtferd. Eg har opplevd det som ein mektig oppleving å følgje dei i det krevjande, intense og ujamne arbeidet ut av rusen, men eg syntest ofte det var vanskeleg å sjå kva som var oppoverbakkar og kva som var nedoverbakkar i vegen ut av rusvanskane. Kvifor blei det ein nedtur no, og kvifor går det brått så bra? Dei fleste ungdommane arbeidde saman med mange ulike hjelparar på vegen. Eg merka meg at talet på hjelparar dei hadde møtt var mange, men at ikkje så mykje av samarbeidet vart framheva som verdifylt og hjelpsam av ungdomen. Desse erfaringane har gjort meg nysgjerrig på kva som gjer at hjelp vert *opplevd* som hjelpsam. Eg har derfor valt å nytte denne masteroppgåva til å søkje å forstå meir av kva som gjer at hjelp vert opplevd som hjelpsam og korleis profesjonelle hjelparar kan fremme desse opplevingane.

Oppgåva er meint som eit bidrag til diskusjonen om kva som er hjelpsam hjelp i behandling av menneske med rusvanskar. Kva som er hjelpsam hjelp er eit stort og komplisert spørsmål – med mange svar. Eg vil seinare i dette kapittelet vise døme på kva andre teoretikarar og forskarar meiner er gode svar på spørsmålet. Eg vil i denne oppgåva gje mitt bidrag til drøftinga om det hjelpsame. Eg har ikkje som mål å gje eit fullstendig svar som er dekkande for alle, men eg vil bidra i debatten med å løfte fram nokre erfaringar og diskutere desse. Erfaringane eg vil løfte fram, er frå ungdom som sjølv har hatt rusvanskar, og som har samarbeid med hjelpeapparatet med å løyse vanskaner. Bakgrunnen for dette valet er fleire. For det første meiner eg at vi som menneske generelt berre kan få tak i avgrensa delar av røynda, og då òg av kva som verkar i rusbehandling. Oppfatningane våre vil vere farga av våre perspektiv og tolkingar. Dette gjeld både i kvardagslivet og i vitenskapleg forskingsarbeid. Slik vil ulike ståstadar og perspektiv kunne gje ulike opplevingar av kva som er hjelpsam, og det vert derfor viktig å få fram eit mangfald av perspektiv og ståstadar. Sandbæk hevdar i si doktorgradsavhandling at forskning om marginaliserte grupper i liten grad har latt dei menneska det gjeld kome til orde med sine erfaringar og vurderingar. Samstundes kan det sjå ut som det har vore ei dreining i velferdsforskinga, der ein i større grad no ser klientane som handlande og reflekterte aktørar i staden for å sjå klienten som passive hjelpemottakarar (Sandbæk, 2002; Williams, Popay, & Oakley, 1999). Også politisk har brukarmedverknad og myndiggjering av klienten fått auka merksemd (2001:22 NOU, 2001; 2005:3 NOU, 2005; St.meld.nr, 2009). Eg plasserer meg innanfor denne nye retninga i velferdsforskinga og har valt ut mine intervjupersonar utifrå ei oppfatning av at deira erfaring med å ha rusvanskar og med å samarbeide med hjelpeapparatet om desse, inneheld verdifull kunnskap. Eg vil fokusere på klienten sjølv som eit tolkande, reflekterande og handlande individ både i eige liv og i møte med hjelpeapparatet, og vil undersøkje deira erfaringar og refleksjonar.

Sandbæk peiker vidare på at forskinga om utsette grupper har vore prega av eit problemperspektiv der det vert fokusert på det som ikkje fungerer. Også her ønskjer eg å gjere ein motsats, og eg har medvite valt ut personar å intervju som det har gått bra med, og som opplever at dei har fått god hjelp frå hjelpeapparatet på vegen. Slik vil eg leggje til rette for ei utforsking av dei positive erfaringane. Her har eg blant anna blitt inspirert av den familierapeutiske tradisjonen der fleire retningar fokuserer på det ein får til, og utforskar dei vellykka løysingsforsøka (Anderson & Gehart, 2007; De Jong & Berg, 2005; White, 2008). Bakgrunnen for fokuset mitt er ei tru på at i det vellykka kan det liggje forståingar og handlingar som kan kome til nytte i fleire situasjonar, og eg vil i oppgåva løfte fram og

utforske døme på hjelpsam hjelp. Studiet tar òg for seg nokre situasjonar som ikkje vart opplevd som gode. Desse er med då eg opplever at dei ved å vere ein motsats seier noko om det hjelpsame.

At eg har valt å fokuserer på ungdomane si oppleving av hjelpsam hjelp i kontakt med profesjonelle hjelparar, betyr ikkje at eg avviser verdien av andre relasjonar, til dømes til venner og familie. Avgrensinga har vore nødvendig for å avgrense studiet sitt omfang og er ikkje eit teikn på at eg opplever andre hendingar og personar som å ha mindre verdi i endringsprosessen. Mitt avgrensa fokus gjer at det er mange perspektiv og fokus eg ikkje kan seie noko om. Eg har til dømes intervjuet eit utval på fem ungdomar, og eg kan ikkje vite om deira erfaringar er representative for andre som har klart å kome ut av rusavhengigheit. Eg har heller ikkje undersøkt opplevingar til menneske som *ikkje* har klart å kome ut av avhengigheita, og eg kan dermed ikkje gjere greie for eventuelle likskapar og skilnader i erfaringane dei har med hjelpeapparatet. I min studie manglar det òg ei meir systematisk oppfølging av dei elementa som vert trekte fram som hjelpsame. Min studie er meir å sjå som eit arbeid der visse erfaringar og synspunkt vert løfta fram. Ei meir systematisk utprøving av desse vil kunne vere eit neste steg, og kan gje grunnlag for nye studiar.

Problemstillinga mi er: Kva er hjelpsam hjelp for unge menneske som har kome ut av rusavhengigheit?

Sentrale spørsmål eg søker å svare på er:

Kva karakteriserer hjelpa som ungdommane opplever som hjelpsam?

Kva kjenneteiknar endringsprosessane dei skildrar?

Kva for meiningsdanningar skjer på vegen ut av avhengigheita?

Korleis kan dei profesjonelle hjelparane fremme hjelpsame meiningsendringar?

Det er mange måtar å gå fram på for å søkje etter det hjelpsame i ein endringsprosess. Eg vil i dette kapitlet presentere nokre av dei vegane som andre har gått og svara som andre i si forskning og sin teori har gjeve på spørsmålet. Eg har sjølv teke mine vegval i min søken etter svar på spørsmålet, og i metodekapitlet, kapittel 2, vil eg presentere vala og vurderingane mine nærare. Eg har òg blitt inspirert av teoretiske perspektiv i analysen min. Ein av dei som har inspirert meg i dette arbeidet, er Ekland med sine tankar om mening som medisin.

Becker, Skatvedt og Jærvinen har vore andre teorikarar som eg har nytta med av. Dei kan alle verte plasserte innanfor eit interaksjonistisk perspektiv. Omgrepet *Handlingskompetanse* slik det vert forstått av Nygren, har også synt seg nyttig i analysen. Både omgrepet handlingskompetanse, meiningsperspektivet og det interaksjonistiske perspektivet vil eg presentere nærare i kapittel 4. Kapittel 5, 6, 7 og 8 er empiriske kapittel. I desse vil eg presentere analysen min av intervjuar med ungdomane. I arbeidet med analysen av intervjuar opplevde eg tre dimensjonar ved endringsprosessen som sentrale for ungdomen. Desse tre dimensjonane gjaldt endringar i forholdet deira til profesjonelle hjelpearar, i forholdet deira til rusmidlane og i forholdet deira til den nyktre verda. Eg presenterer dei tre dimensjonane nærare i kvart sitt kapittel. For å forstå endringane slik dei vert opplevd hjå ungdomane, synest det sentralt å få fram korleis ungdomane opplevde det var å vere ein som misbrukte rusmiddel. Presentasjonen av empirien tek derfor til i kapittel 5 med ei skildring av deira oppleving av å vere ein som misbrukte rusmiddel. Siste kapitelet i oppgåva vert nytta til å oppsummere analysen og gjere greie for kva implikasjonar eg meiner analysen kan ha på arbeidet med rusavhengige.

1.1 Omgrepet *hjelpsam hjelp*

Omgrepet *hjelpsam hjelp*, blei nytta av Kanck då ho i hovudfagsoppgåve si undersøkte kva tilsette i barnevernet opplevde var den hjelpsame hjelpa i sosialt arbeid (2005). Ho trekkjer linjer tilbake til Søren Kierkegaard si skildring av det å bli *hjelpsam* for ein annan. Sjølv tenkjer eg ikkje først og fremst på Søren Kierkegaard når eg nyttar omgrepet *hjelpsam hjelp* – for meg er omgrepet godt fordi det først og fremst tydeleggjer at hjelp ikkje nødvendigvis treng vere *hjelpsam*. *Hjelp* er eit ord som skildrar ei handling eller ein opptreden som har som mål å hjelpe nokon ut av ein farleg eller vanskeleg situasjon (Knudsen, Sommerfelt, Noreng, & Bødtker, 2005, p. 206). Omgrepet *hjelp* seier i seg sjølv ikkje noko om korvidt ein faktisk oppnår det ein ønskjer. Omgrepet *hjelpsam hjelp*, derimot, skildrar at hjelpa har positive kvalitetar. Nokon har opplevd hjelpa som *hjelpsam*. Ein anna dimensjon ved omgrepet *hjelpsam hjelp* er at i kor stor grad hjelpa er *hjelpsam*, vil vere avhengig av kven som definerer hjelpa. Kva vi trekkjer fram som *hjelpsam*, vil kunne variere etter om vi spør hjelparen som utfører hjelpa, den som mottar hjelpa eller ein tredjeinstans, som til dømes leiaren av tenesta, pårørande eller ein forskar. Kva som vert framheva som *hjelpsam*, vil òg ha samanheng med korleis ein søkjer å måle det *hjelpsame*. Finn vi til dømes det *hjelpsame* ved å få fram personar sine kjenslemessige eller kognitive opplevingar av det *hjelpsame*, eller

måler vi det hjelpsame med å sjå etter kva effekt hjelpa har på handlingane? Kva vil det seie å bli betre? Kva vil det seie å ha det betre? Kva vil det seie å vere komen ut av avhengigheita? Korleis måler vi det, og kven skal definere det? Eg har i denne studien valt å søkje etter svaret på kva som er hjelpsam hjå personar som har motteke hjelp. Eg søkjer ikkje å finne eit objektivt svar, men søkjer å få fram subjektive tolkingar hjå ungdommar som har vore mottakar av hjelp. Min framgangsmåte for å søkje etter det hjelpsame er ein av mange mogelege. Seinare i kapittelet vil eg presentere nærare korleis andre studiar og teoretiske bidrag har definert og forstått betring og kva som er hjelpsam. Eg vil sjå kva for grunnidear og metodar ein har nytta for å søkje etter det hjelpsame. Forfattarane nyttar ulike nærståande omgrep om desse prosessane. *Hjelpsam*, *terapeutisk*, *betningsprosessar* og *læking* er alle omgrep som vil bli nytta i oppgåva.

1.2 Omgrepet profesjonell hjelpar

Med omgrepet *profesjonell hjelpar* forstår eg ein som er tilsett i ei yrkesrolle der ei av arbeidsoppgåvene er å hjelpe brukarar av tenesta med å løyse vanskar dei har. I denne samanhengen vil fokuset vere på profesjonelle hjelparar som samhandlar med unge menneske med rusvanskar for å hjelpe dei med vanskar som er knytt til rusbruken. Det er mange yrkesgrupper som er involverte i slikt arbeid. Eg har ikkje avgrensa fokuset til einskilde profesjonar, og har heller ikkje set krav til at hjelparen skal ha ei formalisert profesjonsutdanning. Tvert i mot har eg opplevd det som interessant å ha eit ope blick og la ungdomane sjølv trekkje fram dei hjelparane og dei hjelpetilboda som dei har opplevd det hjelpsam å vere i kontakt med. Hjelpsame augeblikk som vert utforska i denne oppgåva kjem frå eit mangfald av tiltak og møte med ulike hjelparar. Sosialkontor, legesenter, psykiatrisk poliklinikk og institusjonar for rusmiddelavhengige er døme på delar av hjelpeapparatet som vert trekt fram, og legar, sjukepleiarar, sosionomar og personar utan formalisert profesjonell utdanning er døme på hjelpsame hjelparar.

1.3 Omgrepet rusavhengigheit

Ei vanleg kategorisering av måten menneske bruker rusmiddel på er måtehaldsbruk, misbruk og avhengigheit. Ungdommane eg har intervjuat, fell inn under kategorien *avhengige*. Med *rusavhengige* forstår eg personar som ikkje greier å styre sitt forbruk av rusmiddel, og der både dei og andre opplever vanskar knytt til denne bruken (NOU 2003:4). I diagnosesystemet ICD-10 vert omgrepet *avhengigheitssyndrom* nytta om ”en rekke atferdsmessige, kognitive og

fysiologiske fenomener som utvikler seg etter gjentatt stoffbruk. Vanligvis har brukeren et sterkt ønske om å ta stoffet, vansker med å kontrollere bruken av den, fortsatt bruk til tross for skadelige konsekvenser, stoffbruken får høyere prioritet enn andre aktiviteter og forpliktelser, økt toleranse og noen ganger en fysisk abstinensstilstand. Avhengighetssyndromet kan dreie seg om et spesifikt psykoaktivt stoff (f eks tobakk, alkohol eller diazepam), om en gruppe stoffer (f eks opiater) eller et bredere spekter av farmakologisk forskjellige psykoaktive stoffer” (*ICD-10: den internasjonale statistiske klassifikasjonen av sykdommer og beslektede helseproblemer : systematisk del, alfabetiskindeks, opplæring, 2005 F10-F19.2*). I studie min er ikkje distinksjonen mellom misbruk og avhengigheit viktig. Eg kjem derfor til å nytte både omgrepa *rusavhengigheit*, *rusmisbruk* og *rusvanskar* i oppgåva.

Vidare i kapittelet vil eg presentere teoriar og undersøkingar om kva som verkar i behandling av rusavhengigheit og om endringsprosessar og hjelpsam hjelp generelt. Kva som er hjelpsam er naturleg nok eit sentralt spørsmål både i hjelpeyrka og i forskning på behandling og endring. Eg opplever at feltet er både innhaldsrikt og krevjande å få oversikt over. Det er mange aktørar, fleire framgangsmåtar og ulike fokus. Omfanget eg har til rådvelde, gjev at presentasjonen vert noko forenkla. Fokuset mitt er på hovudbodskapen i dei ulike bidraga og på likskap og skilnad dei imellom. Dette går noko på kostnad av at detaljer og nyanser i presentasjonen av det einskilde bidraget forsvinn. Eg har valt å gruppere min presentasjon i tre overskrifter etter kva eg opplever er sentrale fokus i dei ulike bidraga. Spørsmål som eg vil diskutere undervegs er :Kva for forståing av hjelpsam hjelp ligg til grunn? Korleis går dei ulike deltakarane fram for å måle det hjelpsame? Kva har dei funne ut er hjelpsam hjelp? Det første eg vil presentere nærare, er bidrag som eg opplever er opptekne av å finne effekten av hjelpetiltak og i å nytte vitenskapleg anerkjente metodar i søkinga.

1.4 Fokus på vitenskapleg målbare effektar

Å kunne arbeide etter veldokumenterte metodar og på eit vitenskaplege grunnlag har høg verdi i vårt samfunn. At eit hjelpetiltak har fått vitenskapleg dokumentert at det har effekt, er eit anerkjent mål på at det er hjelpsam. Ein vitenskaplege metode som har fått mange tilhengarar og som er høgt akta til å kunne avgjere om ei behandling verkar, vert kalla *Randomised, controlled Trials*, òg kalla *RCT-studiar* eller ”gullstandard” (Gossop, 2002). RCT-studiar vil seie at klientgruppa er tilfeldig valt ut, anten til ei behandlingsgruppe eller til ei kontrollgruppe. Kontrollgruppa får liksombehandling, medan behandlingsgruppa får den hjelpa som ein vil undersøkje om er hjelpsam. Ein prøver å få til at liksombehandlinga har

same mengde og hyppigheit som behandlingstiltaket den andre gruppa får, slik at helst verken hjelparane eller klientane veit kven som får den aktuelle behandlinga. Personane som er med i studiane, skal helst ikkje fylle kriteria til meir enn ein diagnose. Resultatet av behandlinga kan slik verte samanlikna med resultatet hjå ei tilsvarande gruppe som ikkje har fått denne hjelpa. Dette er ein fremgangsmåte som i lengre tid har vore nytta i medisinsk forskning. Til dømes må ein gjennomføre slike studiar før ein får godkjent nye medisinar (Fekjær, 2004). Den hjelpsame hjelpa vert slik målt etter i kor stor grad hjelpa har målbar effekt hos klienten samanlikna med personar som ikkje har fått hjelpa. Hjelp vert forstått som eit tiltak eller ein metode som vert gitt til klienten.

Oppsummering av kunnskap om effekt av tiltak

Den mest omfattande oppsummeringa som er gjort i Noreg av RCT-studier på rusbehandling, er gjennomført av ein kommisjon som blei oppnemnt av Sosial- og helsedepartementet i 2001 (N. o. u. NOU, 2003). Kommisjonen skulle gje ei kunnskapsoppsummering om blant anna kva som er effektiv behandling av rusavhengige. Målet var at politikarane skulle få eit best mogeleg grunnlag for framtidige rusmiddelpolitiske vegval. Kommisjonen skulle blant anna foreslå tiltak som utifrå forskingsbasert kunnskap kunne forsterke og effektivisere behandlinga av rusmisbrukarar. Kommisjonen såg ikkje sjølv på – og gjennomførte heller ikkje – einskilde studiar, men tok for seg oversiktsartiklar som dei meinte oppfylte visse krav til kvalitet. I tillegg nytta dei to andre kunnskapsoppsummeringar frå Sverige og Skottland, og dei henta inn evalueringar som var gjort av norske tiltak. Kommisjonen sitt fokus i kunnskapsoppsummeringa var på effekt av hjelpetiltak. Dei rangerte dei ulike vitenskaplege metodar som vert nytta til å studere effekt av ulike behandlingstiltak etter kva metodiske kvalitetar dei hadde. Randomiserte kontrollerte studiar vart trekte fram som det beste opplegget for effektstudiar. Deretter kom andre kontrollerte studiar som ikkje var randomiserte, og på tredjeplass kom studiar som har nytta ei før-etter-undersøking. Til sist kom kasusstudiar og tilrådingar frå ekspertar. Kommisjonen fann at dei tre første metodiske framgangsmåtane var gode nok til at studiar som hadde nytta desse metodane, vart tekne med i oppsummeringa. Kasusstudiar og uttale frå ekspertar blei ikkje teke med. Kommisjonen søkte med andre ord etter det hjelpsame ved behandling av rusmisbrukarar ved å sjå kva for tiltak som – etter vitenskapleg haldbare metodar – synte effekt. Med *effekt* meiner ein her i kva grad tiltaket etter at prosjektet eller forsøket var avslutta, oppfylte måla som var sette. Kommisjonen nemner redusert dødelegheit, redusert omfang av rusmiddelrelaterte skadar,

reduisert bruk av rusmiddel og betre livskvalitet og funksjonsnivå som aktuelle målsettingar på rusmiddelfeltet. Kommisjonen peikte likevel på at ikkje alle tiltak som vert sette i verk treng å ha vitskapleg grunngjeving. Tiltak som til dømes ”å gje ein seng å sove i” vert tilbydde av meir moralske og omsorgsfulle omsyn, uavhengig av om tiltaket har behandlingseffekt (N. o. u. NOU, 2003).

Det viste seg at det var få norske studiar som tilfredstilte dei metodiske krava kommisjonen hadde sett, og kommisjonen nytta i stor grad internasjonal forskning. Oppsummeringa til kommisjonen viste at eit fleirtal av studiane på effekt av hjelpetiltak fann ei klar betring både i eksperimentgruppa og i kontrollgruppa. Psykoterapi synes å ha middels effekt for opiatavhengige. Effekten er størst første året i behandling. Generell støttebehandling og læringsfokuserte behandlingsformer har ingen effekt. Familieterapi kan vere effektivt. Effektive metodar for å motverke vanskane med fråfall frå behandling vert trekt fram som eit felt der vi manglar kunnskap.

Norske enkeltstudiar som har studert effekt av tiltak er bl.a. Andresen og Jentoft sin analyse frå 2002 om nytte og kostnadar av legemiddelassistert rehabilitering for opoidavhengige. Dei fann at metadon er meir effektivt enn Subutex når det gjeld å få misbrukarane til å stå i behandling. Det er likevel enkelte grupper av misbrukarar der Subutex gjev betre resultat enn metadon (N. o. u. NOU, 2003).

Bødal og Fridhov evaluerte i løpet av ein periode på elleve år kva effekt fengselsstraff hadde for å hindre tilbakefall til narkotikalovbrot. Dei konkluderte med at den positive effekten av fengselsstraff var liten (N. o. u. NOU, 2003).

Duckert gjennomførte ein oppfølgingsstudie av 135 personar med eit problematisk alkoholforbruk som fekk anten individuell rådgjeving 7 gonger, gruppeterapi i 12 veker eller institusjonsbehandling i 3-5 veker. Alle gruppene av klientar viste ein klar nedgang i konsum sjølv om få blei heilt avhaldne. Ho fann ingen signifikant skilnad mellom dei to gruppene som fekk poliklinisk behandling. Klientane som fekk poliklinisk behandling drakk mindre enn dei som hadde fått institusjonsbehandling. Dei som hadde vore på institusjon hadde også hatt større vanskar før behandlinga tok til (N. o. u. NOU, 2003).

Lasse Eriksen samanlikna effekten av behandlinga for pasientar med rusvanskar som fekk sosial ferdigheitstrening i gruppe versus ei kontrollgruppe som fekk samtalebehandling i gruppe. Gruppa som fekk sosial ferdigheitstrening viste betre effekt enn kontrollgruppa både i at deltakarane drakk mindre og at dei hadde fleire dagar i arbeid (N. o. u. NOU, 2003).

Internasjonalt er ein av dei mest kjente RCT-studiane på rusbehandling *Project match*, som blei gjennomført i USA. Formålet med studien var å undersøkje effekten av å matche kvar einskild klient med den rette behandlinga. 1726 personar med alkoholvanskar blei valde ut til å delta. Dei blei grundig kartlagt før dei etter loddtrekning blei fordelte i tre grupper som fekk ulik behandling. Den eine gruppa fekk behandling etter 12-trinnsmodellen, den andre hadde fokus på å auke meistringsferdigheiter og den tredje la vekt på å auke motivasjonen. Behandlinga deltakarane fekk var standardisert og nøye overvaka. Det viste seg at resultatet av behandlinga var nokså uavhengig av kva slags behandling dei hadde fått (Fekjær, 2004).

Gjennomgangen av dei ulike studiane viser at fleire tiltak synest å ha effekt, men at det er vanskeleg å konkludere med at ei spesifikk behandlingsform ved rusvanskar er tydeleg meir effektiv enn andre. Smith og Glass gjennomførte i 1977 ein metaanalyse som viste mykje av det same. Dei gjennomførte ein statistisk analyse av resultatata på 375 enkeltstudiar som alle hadde undersøkt effekten av ulike psykoterapeutiske tiltak. Med sin metaanalyse konkluderte dei med at psykoterapi er hjelpesamt, men at dei fann lite skilnad i effekten mellom ulike terapiformer. (Ekeland, 1999). Fleire metaanalysar har seinare blitt gjennomførte – med i all hovudsak dei same konklusjonane. Det synest derfor godt dokumentert at psykoterapi er hjelpesamt, men meir uklart kva det er som gjer at det er hjelpesamt. Denne konklusjonen vert gjerne omtala som *dodo-erklæringa*. Namnet viser til dodo-fuglen i ”Alice in Wonderland” som hevda at alle i konkurransen hadde vunne og måtte få premie (Ekeland, 1999). Dodo-erklæringa har blitt møtt med nokre innvendingar, men hovudbodskapen er framleis haldbar.

Metodiske utfordringar med RCT-studiar

Det er kome kritiske innvendingar til RCT-studiar sin måte å søkje etter det hjelpesame på. Gossop er ein av dei som har reist kritiske innvendingar til RCT som verktøy for å få kunnskap om kva som nyttar i rusbehandling. Han hevdar at også RCT har sine metodiske svake sider. Han spør blant anna om det er eit tilfeldig utval av målgruppa slike studiar bygger på. Sidan deltakarene ikkje sjølv får velje behandling, men må godta ei tilfeldig tildeling av to ulike tiltak, kan det gjere at det er dei mest skadde og fortvila som i størst grad seier ja til behandling på slike premissar. I tilfelle gjer dette at grunnlaget for RCT-studiane ikkje er representativt. Han viser òg til DeLeon, som har problematisert bruken av RCT i behandlingforsking. Ei av dei sidene som DeLeon trekkjer fram som spesielt problematiske, er etablering av kontrollgruppe (Gossop, 2002). Rusmiddelavhengige er ei heterogen gruppe

med store individuelle skilnader. Dette gjer det så å seie praktisk umogeleg å danne ekte randomiserte oppsett der gruppene er like kvarandre. DeLeon synest òg det er etisk problematisk å plassere menneske som er i ein vanskeleg livssituasjon, og som ønskjer behandling for sine vanskar, i ei kontrollgruppe som ikkje får behandling fordi ein skal ta omsyn til vitskapelege krav. Seligman peiker på at rusmiddelavhengige som søker behandling ofte har mange og samansette vanskar. Det gjer at det metodiske kravet om at klientane skal ha berre ein diagnose, ofte er vanskeleg å fylle for denne gruppa (Gossop, 2002).

Ei anna utfordring med effektforskning er å verte sams om kva som er gode mål for å måle utbyttet av hjelpa. Froyd og Lambert fann i eit oversyn over psykoterapiforskning frå 1983 til 1988 at det var nytta 1430 ulike resultatmål der 840 av måla var nytta berre ein gong (Ekeland, 1999).

Sidan det er reist kritiske innvendingar til metoden, er Gossop skeptisk til den einerådande plassen RCT-studiar har fått i søken etter det hjelpsame i rusbehandling. Den dominerande posisjonen framgangsmåten har fått, kan gjere at data som ikkje har støtte frå RCT-studiar, blir oversett og sett på som ikkje gyldige. Gossop meiner denne haldninga hindrar ei open og kreativ kunnskapsutvikling på behandling av rusavhengige (2002). Eg synest innvendingane han kjem med er viktige. Kunnskaps-oppsummeringa dei norske politikarane fekk i 2003 er eit døme på utsiling av data. I dette tilfellet fekk ikkje politikarane tilgang til kunnskap som blei vurdert av kommisjonen som å ikkje tilfredstille metodiske minstekrav.

Sidan RCT-studiar har fått ein slik sentral posisjon er det viktig å vere medviten om kva kunnskap som kjem ut av slike studiar og kva kunnskap vi eventuelt ikkje får. Effektforskinga måler effekt, det vil seie resultatet av eit tiltak. Felles for effektstudiane eg har presentert er at det i sentrum for forskinga står ulike metodar eller tiltak som ein vil studere effekten av. Ulike metodar eller tiltak vert samanlikna for å finne ut kva som har best effekt og dermed kva slags metodar eller tiltak som er mest hjelpsame. Denne framgangsmåten legg til grunn ein idé om at det hjelpsame gøymer seg i ulike metodar, og det sentrale er å finne den beste metoden. Som dodo-erklæringa viser til, syner resultatata ofte at det ikkje er særleg skilnad i effekt mellom ulike tiltak og terapiformer. I effektstudiar får ein ikkje særleg kunnskap om kva som skjer undervegs i behandlinga og i endringsprosessen. Ein måler stoda før og etter behandlinga, men sjølve endringsprosessen vert lite undersøkt. I neste avsnitt skal eg presentere nærare nokre av dei teoretikarane og forskarane som har vore meir opptekne av å

undersøkje sjølv endringsprosessen. Desse bidragsytarane har det til felles at dei er opptekne av kvalitetane til hjelparane og av relasjonen mellom hjelpar og klient.

1.5 Fokus på gode hjelparar og gode relasjonar

Ein fellesnemnar for bidraga eg har samla under denne overskrifta er at dei har vore oppteken av væremåten og ferdigheitene til hjelparen. Fokuset på den vitskaplege framgangsmåten synest ikkje her å vere så styrande. Fleire av teoretikarane og forskarane eg presenterer i dette kapitlet er mykje nytta som pensum i sosialarbeidarutdanningane.

Rogers presenterte allereie i 1957 ein teori om korleis terapeuten sin evne til å vere genuin og syne respekt er viktige faktorar i terapi. Rogers trakk fram varme, empati og genuinitet som dei sentrale faktorane for at terapi skulle vere hjelpsam (Ekeland, 1999). Aamodt (Aamodt, 2005) presenterer hjelparen si evne til anerkjenning som sentral i ein god hjelperelasjon. Den gode relasjonen er både symmetrisk og asymmetrisk på same tid, og deltakarane må anerkjenne kvarandre som likeverdige, men samtidig ulike. Tronvoll (Marthinsen & Tronvoll, 2001) understrekar kor viktig innsikt i den andre sin situasjon er for å få til ein god hjelperelasjon. Røkenes og Hanssen (Røkenes & Hanssen, 2002) er opptatt av omgrepet *personleg profesjonalitet* – om den personlege måten å fylle yrkesrolla på. Røkenes og Hanssen hevdar det er viktig at fagpersonen vågar å vere seg sjølv også som fagperson og bruke sine eigne ressursar og livserfaringar. Shulman (Shulman, 2003) meiner at det finst ei rekkje felles prosessar i alle hjelperelasjonar i sosialt arbeid, og at desse felles prosessane kan studerast og ferdigheiter hjelparen treng kan skildrast. Shulman har definert 22 slike ferdigheiter. Nokre av ferdigheitene han trekkjer fram som mest sentrale, handlar om å kunne hjelpe klienten til å meistre kjenslene sine. Han konkretiserer det til at hjelparen må evne å utforske tystnad, setje ord på klienten sine kjensler, vise at den forstår klienten sine kjensler og gje uttrykk for eigne kjensler. Vidare treng hjelparen evne til å kunne hjelpe klienten til å meistre vanskane sine. Det vil seie at hjelparen må kunne avklare hensikt og rolle som hjelpar, søkje tilbakemelding hos klienten, dele opp klienten sine vanskar og støtte klienten når tabuområde kjem opp (Shulman, 2003).

Etter mitt syn er det tenleg å søke å setje fingeren på kva som er viktige ferdigheiter hos ein hjelpar. Samstundes synes eg presentasjonane av dei viktige ferdigheitene reiser ein del nye spørsmål. Leitinga synest å leggje til grunn ein idé om at ferdigheitene og væremåten til

hjelparen kan takast ut av konteksten og skildrast universelt. Eg stiller spørsmål ved om eigenskapar som å syne respekt og anerkjenning er universelle eigenskapar som den einskilde hjelpar har i større eller mindre grad, eller om ikkje kontekstuelle forhold verkar inn på i kva grad og korleis kvalitetane kjem til uttrykk. Eg synest dette perspektivet er i fare for å oversjå innverknaden den konkrete situasjon, relasjon og klient har på hjelparen sin væremåte og på opplevinga av væremåten.

Eg stiller òg spørsmål ved korleis dei ulike eigenskapane ser ut og kjem til uttrykk. Korleis ser til dømes respekt og anerkjenning ut? Har ein eigenskap eit universelt uttrykk, eller vil det kunne variere frå person til person og situasjon til situasjon? Eg opplever at positive kvalitetar gjerne vert presenterte som eintydige omgrep, men at dei i realiteten er mangetydige. Det har til dømes blitt forska på effekten av kvalitetane varme, empati og genuinitet som Rogers trakk fram som viktig, utan at ein har klart å konkludere på om ein finn empirisk støtte for at desse faktorane er dei mest sentrale i terapi. Ekeland meiner at mykje av desse vanskane botnar i at kvalitetar som varme og empati er vanskeleg å måle (1999). Duncan og Moynihan framhevar at verdien av empati er avhengig av korleis empatien vert oppfatta av klienten. Empati er ikkje ein bestemt eigenskap eller væremåte hos terapeuten, men skildrar meir relasjonelle forhold mellom klient og hjelpar (Ekeland, 1999). Ekeland viser til at det er klienten sin persepsjon av hjelparen si evne, som er det avgjerande. Det er derfor vanskeleg å ta eigenskapar hos hjelparen vekk frå konteksten og presentere dei som universelle konkrete kvalitetar. I kor stor grad kvalitetane kjem til uttrykk vil vere ein kommunikativ utfordring som heng saman med den andre si oppleving av situasjonen. Det er derfor vanskeleg å gje instrumentelle oppskrifter på kva som er hjelpsamt. I staden må det hjelpsamt skapast i det einskilde møte (2007).

Eg er av den oppfatning at ståstaden vi har og den meiningsramma vi set opplevinga inn i, påverkar korleis vi forstår eit fenomen. Kva som er hjelpsamt hjelp vil slik kunne bli opplevd ulikt, då ulike personar gjerne har ulike meiningsrammer. Eg meiner at kontekstuelle forhold er avgjerande for å forstå innhaldet i kvalitetane som har blitt presenterte. Ein presentasjon av kvalitetane lausrive frå kontekst vert mangelfull, då det er i den einskilde kontekst kvalitetane får innhald og mening. I søken etter å gje omgrepa innhald og mening opplever eg at det vet viktig å utforske og presentere hjelparane sin væremåte i samanheng med detaljert skildring av kontekst, av relasjon og av dei ulike deltakarane sin oppleving av situasjonen. Forsking om

kva som nyttar i psykoterapi, syner tydeleg at klienten si oppleving av hjelpearbeidet og prosessen i større grad seier noko om utfallet av hjelpa enn om hjelparen si oppleving. Det vil seie at det viktigaste ikkje er at hjelparen synest noko er hjelpsam, men at klienten sjølv opplever at noko er hjelpsam (Ekeland, 1999).

Sidan konklusjonen etter metaanalysane av effekt av ulike metodar har synt at ulike metodar synest å ha lik effekt, har fleire i staden framheva faktorar på tvers av metodane som det verksame. *Fellesfaktorar* har blitt ein omgrep som vert nytta for å skildre dette. Med fellesfaktorar siktar ein til faktorar som er sentrale i terapi som ikkje er knytt til ein spesiell metode eller ei spesiell teoretisk forståing. Duncan med fleire er sentrale namn knytt til forskning om fellesfaktorar (Hubble, Miller, & Duncan, 1999). Dei har bl.a. i boka "The heart and soul of Change" prøvd å gje ei samla oversikt over kva forskinga synest å vise om kva som verkar i terapi. Dei konkluderer med at fire fellesfaktorar er av størst betydning i terapi: Klienten sjølv er den som bidrar mest til å skape endring, då 40 % av endringane kjem av dei ressursane som klienten har med sjølv, som tillit, optimisme og mot, i tillegg til faktorar i klienten sitt liv utafør terapeutkontoret. Deretter er klienten si oppleving av relasjonen til hjelparen av stor betydning, då 30 % av endringa kan førast tilbake til opplevinga klienten har av ein positiv relasjon med hjelparen. Forventningar og håp om endring forklarar 15 % av endringa, og til slutt kan sjølve metoden og framgangsmåten hjelparen nyttar, forklare 15 %. Det vil seie at faktorar som ikkje er knytt til metodane som vert nytta står for 85 % av endringa ved vellykka hjelp, og at den faktoren som hjelparen synest å ha størst innverknad på, er relasjonen til klienten. Fleire av derfor blitt opptekne av relasjonen mellom klient og hjelpar og kva forhold som fremmer ein god relasjon.

Korleis fremme den gode relasjonen?

Ekeland viser til at det er stor semje om at relasjonen mellom klient og hjelpar er viktig (1999). Det som er meir uklart er kva ved relasjonen som er det viktige og korleis ein kan skildre relasjonen meir konkret. Ein av dei som er mest kjent og anerkjent for å sette fokus på relasjonen, er Carl Rogers (Ekeland, 1999). Rogers la i sin klientsentrerte terapi stor vekt på faktorane varme, empati og genuinitet. Han meinte desse tre faktorane var nødvendige og tilstrekkelege for at hjelpa skulle vere hjelpsam. Ideane hans har fått mykje merksemd og forskning utan at ein har greidd å konkludere. Ekeland meiner at hovudårsaka til at ein ikkje har greidd å konkludere, er knytt til vanskane med å operasjonalisere omgrepa (1999).

Eg deler oppfatninga av at *relasjon* er eit uklart omgrep. Mange av dei same utfordringane som dukkar opp i diskusjonen om dei gode kvalitetane ved hjelparen, meiner eg og dukkar opp her. Det er lett å vise til at ein relasjon er viktig, men vanskelegare å få eit klart bilete av kva ein god relasjon er og korleis ein fremmer gode relasjonar. For å få fram mangfaldet i kva som kan vere gode relasjonar, opplever eg at det kan vere verdifullt å få fram historier om gode prosessar. Kva fremmer til dømes hjelpsame relasjonar hos unge menneske med rusvanskar? Kva er sentrale hendingar i deira endringsprosess? Kva endringar fører dei gode relasjonane og prosessane til? Dette er spørsmål som har inspirert meg i studien min, og i neste avsnitt vil eg presentere andre som har vore opptekne av kva som kjenneteiknar dei gode endringsprosessane.

1.6 Fokus på gode prosessar:

Ekeland er ein av dei som er opptekne av prosessar. Han meiner at endring vert fremma av prosessar i klienten og i klienten sitt forhold til omgjevnadene. Den profesjonelle hjelparen sitt bidrag er berre ein del av dette. Jakta etter den beste metoden eller den riktige ferdigheita hos hjelparen skildrar han som ein arv etter den medisinske tankegangen, der ein leitar etter den beste medisinen. Han meiner at forskning på effekt av psykoterapi viser at dette ikkje er ein tenleg framgangsmåte når det gjeld å forstå kva som fremmer hjelpsam hjelp ved psykososiale vanskar. Det er heller betre, meiner han, å sjå det hjelpsame som sirkulære årsakssamanhengar der variablar verkar inn på kvarandre. Ekeland si forståing av endring og læking har inspirert meg i analysen av intervju mine. Eg vil derfor presentere tankane hans nærare i teorikapittelet.

Endring gjennom faser

Prochaskas og DiClemente er to andre som har vore opptekne av å skildre korleis menneske endrar seg både i og mellom terapitimar. Dei har gjennom fleire år studert empirisk korleis menneske endrar seg og har søkt å finne kva felles faktorar ein finn hos menneske som har klart å gjere ønska endringar i livet sitt (Diclemente & Prochaska, 1982; Prochaska, Diclemente, & Norcross, 1992). Ein svært sentral faktor som dei trekkjer fram, er om klienten er klar til endring. Dei meiner at endring ikkje berre må sjåast på som endring direkte i fungeringsnivå eller symptomuttrykk, men òg som endring i motivasjon for å ville gjere noko med vanskan. Prochaska og DiClemente skildrar seks fasar som ein person i endring går

gjennom – kvar av dei karakterisert av ei spesifikk åtferd og spesifikke kjensler, tankar og utfordringar (Hubble, et al., 1999). For at hjelpa skal vere hjelpsam er det sentralt at hjelparen klarer å tilpasse seg til det stadium i endringsprosessen som klienten er i. Dei ulike stadia vert gjerne framstilte som eit endringshjul der ein både kan stoppe opp ved eit stadium og gå tilbake i prosessen (Fekjær, 2004).

Engasjement og tid

Gro Th. Lie gjennomførte ein retrospektiv forløpsundersøking av ungdommar som hadde gjennomført behandling ved Selbukollektivet (Lie, 1999). Totalt har 27 ungdommar med rusvanskar vore knytt til kollektivet, og 25 av desse var med i undersøkinga. I snitt var ungdommane knytt til kollektivet – som inkluderte ettervern – i 5 og $\frac{3}{4}$ år. 88 % av ungdomane gjennomførte behandlingssopplegget. Dette er eit høgt tal samanlikna med undersøkingar frå andre behandlingstilbod. Forfattaren peiker på at berre halvparten av ungdommane var relativt stabilt tilstades på kollektivet – dei andre reiste vekk ein eller fleire gonger. Fem år etter inntak levde 61 % av ungdommane i eit tilvære som ikkje var fylt med rus. Ved oppsummeringa våren 1997 hadde 80 % av ungdommane ein rusfri kvardag. Dette er eit resultat som er signifikant betre enn det som er vanleg ved evaluering av behandling, noko som kan tyde på at noko hjelpsam har føregått på kollektivet. Forfattaren viser til nokre kvalitetar som ho meiner særleg prega behandlinga ved kollektivet, og desse er interessante å trekkje fram. For det første peikar ho på måten ambivalens og russprekkar blei møtt på. Når ungdommar reiste frå behandlingstaden eller ønskte å reise, engasjerte dei tilsette seg aktivt i å få ungdommen tilbake. Eit anna trekk var at dei tilsette var bestemte på at ungdommen skulle få den tida dei trong til hjelp og behandling. Det vil seie at ingen hjelpeforhold blei avslutta før ungdommen ønskte det.

Marit Borg og Alain Topor har intervjuet femten personar om deira erfaringar med å kome seg frå psykiske lidningar. I deira søken etter å finne det hjelpsame, har dei valt å søkje svaret i pasienten sine opplevingar av kontakten med hjelpeapparatet. Borg og Topor trekkjer fram relasjonen mellom pasient og hjelpar som ein sentral del av behandlinga. At hjelparen har tru på at det kan gå bra med pasienten, vert framheva som hjelpsam. Forfattarane trekkjer og fram stort engasjement hos hjelparen som viktig, og at pasienten kjenner seg utvalt av hjelparen. Når pasientane blei bedt om å fortelje om personale som var hjelpsame, var ein gjengangar historier om personale som tok initiativ til kontakt. Forfattarane forstår det som

hjelpesamt fordi hjelparen kommuniserer til pasienten at ”eg ser deg og bryr meg om deg”, noko som skaper ei kjensle av at ein er utvalt, og ein opplever at hjelparen ser noko meir hos pasienten enn berre ein pasient. Tid blir og trekt fram som viktig. Det var hjelpesamt for pasientane å oppleve at dei fekk tid til å utvikle ein relasjon til ein hjelpear og at hjelparen både gav av tida si og gav pasienten tid til å utvikle seg og endre seg. Forfattarane trekkjer fram verdien av at pasienten opplever seg sett som eit samansatt individ som er meir enn sjukdomen. Slike erfaringar gav grobott for at det vart utvikla eit rom for gjensidig samhandling der begge fekk noko ut av møta. Denne gjensidigheita vert vurdert som ein avgjerande faktor for at hjelpa vert opplevd som hjelpesam (Borg & Topor, 2007).

Endring av identitet

Kames McIntosh og Neil Mckeganey har leia ein studie der 70 personar som hadde klart å kome seg ut av avhengigheit til illegale rusmiddel, blei intervjuja om endringsprosessen. McIntosh og Mckeganey såg på kva som var bakgrunnen for at personane bestemte seg for å slutte med rusmiddel og kva for faktorar som fremme og hemma denne prosessen, og dei fann at avgjerda om å gje opp rusmiddel ikkje var ei ”ein gong for alltid-avgjersle”. Tvert i mot hadde dei fleste gjort fleire forsøk på å slutte. McIntosh og Mckeganey meiner at dei vellykka forsøka har som utgangspunkt for endringsprosessane ein refleksjon om kven ein er og eit ønske og ei avgjerd om å bli ein annan. Ein fokuserer på seg sjølv og si eiga sjølvkjensle meir enn på til dømes forhold i omgjevnadene. Forfattarane trekkjer fram trua på at endring er mogleg og at identiteten kan byggjast opp att som ei avgjerande kognitiv endring i avgjerda om å bli rusfri (McIntosh & McKeganey, 2002).

McIntosh og Mckeganey meiner at for å få til ei vellykka endring, må ein gjenopprette den gamle identiteten eller skape ein ny identitet som blir sosialt akseptert blant ikkje-avhengige. Dei meiner at oppbygging av ny identitet ikkje kjem av seg sjølv som rein konsekvens av at ein har slutta å bruke rusmiddel, men må byggjast opp gjennom til dømes deltaking i arbeidsfritids- og familieliv. Dei tidlegare rusavhengige må venje seg til å leve eit ganske så annleis liv som dei ofte kjenner seg utanfor i og opplever dei manglar ferdigheiter til. Dei må derfor lære sentrale sider ved ein meir konvensjonell livsstil. For at ein skal klare det, må ein distansere seg frå livet ein har levd og utvikle nye aktivitetar og nye relasjonar (McIntosh & McKeganey, 2002).

Det er grunn til å tru, seier McIntosh og Mckeganey, at dei mislykka forsøka hadde verdi. For nokre avhengige vil ein periode utan rusmiddel gjere det enklare å sjå kva liv ein har levd og kva konsekvensar det har fått for ein sjølv.

Forfattarane peikar på at ein person sine hjelpebehov vil variere over tid. Det er derfor sentralt at hjelpeapparatet tilpassar hjelpa etter behova til den andre. Det krev at ein må vere lydhør for kva den andre sitt blikk på situasjonen er, og på kva den andre treng. Hjelpeapparatet må ha eit mangfald av tiltak å tilby, slik at vi i størst mogeleg grad kan tilpasse hjelpa vi gjev til den andre (McIntosh & McKeganey, 2002).

Kva kan kunnskapen om prosessar nyttast til?

Å forske utifrå eit prosessperspektiv kan vere tidkrevjande og det kan vere vanskeleg å samanlikne og talfeste materialet då erfaringane er individuelle og komplekse. Forsking på prosessar kan derfor vere ein både arbeidskrevjande og ressurskrevjande arbeidsmåte, og ein kan stille spørsmålsteikn ved om korleis kunnskapen kan nyttast. Kan den til dømes generaliserast til å seie noko om fleire? Pape spør kvifor det er så viktig å fange opp nokre av klientane si oppfatning av eit tiltak. Ho peiker òg på at det ikkje er sikkert at det ein person opplever har vore meningsfylt og hjelpesamt, faktisk har vore det. Ho gjev døme på korleis klasseromundervisning med tidlegare rusmisbrukar vert trekt fram av ungdomar som givande, medan det ikkje har synt seg å ha noko effekt når det gjeld å redusere bruken av rusmiddel blant ungdom (Pape, 2003a). Eg vil peike på at det synest uklart om ungdomane opplevde at tiltaket hadde førebyggjande effekt for åtferda deira, eller om det meir blei opplevd som eit meningsfylt innslag i skulekvardagen. Eg vil òg stille spørsmålsteikn ved om alle forskingsfunn må statistisk kunne generaliserast til fleire for å ha verdi. Eg vil minne om at når tiltak vert sette i verk i praksis, er det nettopp overfor einskildpersonar i unike situasjonar. Eg meiner derfor det er av stor verdi å få kunnskap om einskilte personar sine opplevingar og erfaringar for å få ei forståing av kompleksiteten og nyansane i opplevingane.

Rusbehandling er prega av mange ulike tiltak og metodar, og eg opplever at det er nødvendig å ha systematisert generalisert kunnskap om kva som verkar. Samstundes synest eg det er av stor verdi å få fram einskildpersonar sine opplevingar og historier, slik at ein betre kan forstå mangfaldet i korleis hjelpa kan verte opplevd av den einskilte. Ulike perspektiv og ulike metodiske framgangsmåtar gjev ulike blikk og til dels ulike svar på kva som er hjelpesamt hjelp ved rusavhengigheit. Eg opplever at debatten om metodisk framgangsmåte og om kunnskapsgrunnlag til tider kan få preg av ein diskusjon om kva som er det beste og gjev det

mest riktige svaret. Eg synest det er meir tenleg å gå vekk frå ein slik ”anten/eller–diskusjon” og heller sjå på ulike perspektiv og metodar som ulike bidrag og sider ved komplekse problemstillingar. For å kunne hjelpe menneske med rusvanskar best mogeleg, trur eg det er tenleg med ei brei forståing av rusavhengigheit og vegen ut av avhengigheita. Ulike tilnærmingar er som ulike kart ein kan orientere seg i terrenget med, og eg meiner det er lite tenleg å tenkje at eit kart dekker heile terrenget, men heller sjå terrenget som så komplekst at vi treng ulike kart. Ved å sakleg drøfte ulike kart, det vil seie premissar for, avgrensingar for og nytteverdi av studiar og framgangsmåtar, kan ein få eit breiare og meir nyansert bilde. Min studie og andre studiar som har vore opptekne av prosess kan vere verdifulle bidrag – saman med fleire – til forståinga av kva som er hjelpsam i behandlinga av rusavhengige. Å velje kart handlar om både kva for spørsmål ein er interessert i å få svar på, og kva for vitskapsteoretisk grunnsyn ein har. Eg vil i neste kapittel gjere nærare greie for mitt vitskapsteoretiske grunnsyn og kva for metodiske val som ligg til grunn for studien min.

2. Grunnleggjande idear og vegval i forskingsprosessen min.

Anne Ryen viser i boka *Det kvalitative forskningsintervju* (2002) at det er mange vegval ein må ta i ein forskingsprosess. Vala ein tar vil påverke kva for forskingsresultat ein kjem fram til. Det er sentralt at ein er medviten om vala ein tar og at dei er grunna på fagleg innsikt og refleksjon. Ryen peikar på at vitskapsteori skal virke styrande for dei vala vi tar. Ryen hevdar vidare at forskaren bør kunne argumentere fagleg både for det ein vel og det ein vel vekk. I tillegg bør det vere samsvar mellom vala ein tar. Vitskapsteorien inneheld mange ulike perspektiv og meiningar om kva som er formålet med forskning og korleis ein best forskar. Omgrepa epistemologi og ontologi er mykje nytta for å skildre dette nærmare. Ontologi vil seie ideane ein har om verda, medan epistemologi skildrar ideane om korleis ein får gyldig kunnskap om verda (Ryen, 2002). Ulike retningar har forskjellige ontologiske og epistemologiske syn. Slik vil representantar for ulike vitskapsteoriar leggje vekt på ulike sider i ein forskingsprosess og gje forskjellige råd til korleis ein skal gå fram i forskingsprosessen. Eit perspektiv som eg er inspirert av, er det fenomenologiske perspektivet. Det er eit perspektiv som er opptatt av korleis fenomen trer fram for observatøren og korleis medvitet vårt har ei sentral rolle når vi skal skildre fenomen. Eg finn mange fellestrekk i formålet med problemstillinga mi og tenkinga til fenomenologane. Eg vel derfor å ta utgangspunkt i dette perspektivet og sjå kva råd representantane for fenomenologien gjev meg i forhold til forskingsprosessen min. Eg vil først og fremst lytte til Husserl, som vert oppfatta som grunnleggjaren av fenomenologien. Hermeneutikken er ein anna, men nærstående vitskapsteoretisk retning, som òg inspirerer meg. I denne retninga er ein oppteken av det ikkje finst ei eigentleg sanning, men at fenomen kan verte forstått på fleire ulike måtar. Ein av dei meste kjente representantane for det hermeneutiske perspektivet er Martin Heidegger (Thornquist, 2003).

2.1 Fenomenologi og Edmund Husserl

Når vi studerer verda må vi leggje vegen om medvitet. Husserl var oppteken av at medvitet vårt er intensjonalt, det vil seie at det er sjølve medvitet sin natur at vi er merksam på noko. Medvitet er aldri tomt, men alltid retta mot noko. Sansing er ikkje å passivt ta imot noko frå omverda, men å konstituere sanseintrykka ved hjelp av medvitet (Thornquist, 2003). Livsverda er for Husserl vår felles omgivande verd. Han hevdar vi sjeldan reflekterer over korleis vi forstår verda vår. Vi tar lett objektivitet for gitt, og tenkjer ikkje over at verda trer fram for oss som eit resultat av vedvarande aktivitet i medvitet vårt. Husserl skildrar at vi ved hjelp av medvitet gjev ”oppmerksam fokusering” på visse aspekt ved objektet. Visse sider ved

objektet vert fokusert på og framheva, medan andre får mindre vekt. Denne selektive fokuseringa, medviten eller ikkje, påverkar korleis objekt trer fram for oss (Alvesson & Sköldberg, 1994).

Tidsoppfatninga er, i følge Husserl, eit anna sentralt trekk ved medvitet. Tid får erfaringar til å henge saman i ein samanhengande ström. Fortid og framtid vert oppfatta i lys av notida. På same måte vert erfaring i notid forstått i lys av tidlegare erfaringar og utsikter for framtida. Persepsjon vert forstått som ein aktiv prosess som i stor grad involverer subjektet. Det vi erfarer er eit resultat av det vi sansar og det vi legg til. Dei ulike sansane vil òg flette seg inn i kvarandre. Vi organiserer ein heilskap samansatt av fleire sansar, tidlegare erfaringar og forventningane våre (Alvesson & Sköldberg, 1994).

Ein er i fenomenologien opptatt av korleis fenomen trer fram for subjektet. Det er ikkje mogeleg å studere objekt utan å sjå det i relasjon til det medvitet som ser på den (Thornquist, 2003, p. 89). Subjektivitet vert ein føresetnad for å forstå. Fenomenologar legg vekt på fylldige, erfaringsnære skildringar som òg skildrar kontekst. Vi må søkje å kome til det vi vil studere opent – utan fordommar, ferdige kategoriar og teoriar. Fokuset i forskinga vert retta mot verda slik ho vert erfart av subjektet (Thornquist, 2003). Vi tar vekk fokuset på om erfaringa er sann eller har objektiv relevans, og konsentrerer oss heller om ideane om fenomen. Dette kallar Husserl for den fenomenologiske reduksjon. Verda kan nemlig aldri bli noko anna enn det ho er for medvitet vårt (Alvesson & Sköldberg, 1994). Husserl bruker omgrepet ”å setje i parentes” når han snakkar om prosessen med å søkje å forstå eit fenomen: Vi må søkje å setje til side personlege interesser for fenomenet – om vi er einige, om det synest riktig og så vidare.

Husserl peikar på at vi ikkje kan erfare andre sitt medvit direkte, men at vi via førestillingsevna vår kan overskride vårt eige perspektiv og slik erfare andre si verd. Slik eg forstår Husserl kan eg som forskar få tak i dei tidlegare rusavhengige si forståing av hjelpsam hjelp. Eg må då nytte mi eiga forstillingsevne til å overskride perspektivet mitt og slik få kunnskap om dei tidlegare rusavhengige sitt syn. Schutz, som arbeidde med Husserl i mange år, poengterer at vi har ein del felles førestillingar gjennom felles kultur og sosialisering. Alle erfaringar vil likevel til slutt vere personlege, og vår forståing av andre vil vere prega av vår unike erfaring. Slik sett vil eg berre få indirekte kunnskap om andre. Eg vil derfor som forskar ikkje klare å få fullstendig tak i dei tidlegare rusavhengige si oppleving, då både mi og deira

erfaring vil vere farga av våre personlege liv. Mi utfordring som forskar vert å leggje til rette for størst mogeleg grad av intersubjektivitet.

I arbeidet med å få fram informantane sine opplevingar ber Husserl meg setje alt mitt til sides. Eg ser verdien av å klare det, men eg er tvilande til om det er mogeleg å få det til fullt og heilt. Sjølv om eg prøver å halde att mine eigne førestillingar og vere bevisst på mine idear, synest eg det verkar vanskeleg å setje alt i parentes. Eg synest det verkar vanskeleg å få auge på alt som er mitt, då eg må sjå mi eiga livsverd *frå* mi eiga livssverd. Mange av føresetnadene mine vil eg vere umedviten om, og søken etter mine føresetnader byggjer òg på mine føresetnader. Det er vanskeleg for meg å sjå alt som er påverka av meg, for kva skal eg då sjå det med? For meg vert den fenomenologiske reduksjon eit ideal som eg skal arbeide mot, men som er urealistisk å oppnå fullt og heilt. Eg opplever derfor at eg óg treng eit reiskap til å hjelpe meg med å reflektere over korleis eg best kan tolke den andre sin bodskap utifrå mi eiga livsverd. Til dette arbeidet synes eg det er nyttig å ta med Heidegger sine tankar. Heidegger, som er sett på som ein av dei fremste representantane for det hermeneutiske perspektivet, meinte at alle skildringar, inkludert fenomenologane sine, alltid vil vere ei fortolking.

2.2 Hermeneutisk perspektiv og Martin Heidegger

Hermeneutikken er eit samleomgrep for eit vitenskapsteoretisk perspektiv som har fleire ulike retningar, men visse fellestrekk. Ein fellesnemnar ved det hermeneutiske perspektivet er at ein er oppteken av kva forståing er, og korleis ein skal gå fram for å få fruktbare fortolkingar (Thornquist, 2003).

Heidegger sitt ontologiske utgangspunkt er at mennesket er karakterisert ved at vi er tolkande tilstades i verda. Hermeneutikken er for Heidegger eksistensiell, det vil seie eit grunnleggjande forhold. Vi relaterer oss til oss sjølve, verda og til andre gjennom tolking (Alvesson & Sköldbberg, 1994). Eitt fenomen vil alltid stå i samanheng med den tida og det rommet det står fram i. Og denne samanhengen er Heidegger oppteken av at vi ikkje må misse (Alvesson & Sköldbberg, 1994).

Heidegger er òg oppteken av den meiningsramma vi set fenomen innanfor. Kvar einskild av oss er eit knutepunkt for eit nett av meiningar som vi plasserer fenomen innanfor. Den

daglege praksis vi samhandlar med verda i, legg grunnlaget for vår forståing av verda. Vi kan aldri bli fri for våre førestillingar som vi møter verda eller andre si oppleving av verda med. Heidegger peikar på at vår forforståing er ein føresetnad for å forstå ein annan, men samstundes er vår forforståing eit hinder for å forstå.

Heidegger skildrar ikkje ein bestemt forskingspraksis som gjev oppskrift på korleis ein skal gå fram og korleis ein skal tolke. Heidegger var oppteken av at vi har ein umiddelbar tilgang til verda gjennom vår praktiske omgang med henne. Fenomen står fram for oss gjennom den funksjonen og det virke dei har. På same vis vil opplevinga av eit fenomen vere ramma inn av kva for historisk og fysisk kontekst vi er i. Personane eg har intervjuar si oppleving av hjelpsom hjelp vil vere påverka av den tida og samanhengen den einkilde er i – deira ”væren-i-tida”. Det vert derfor sentralt, utifrå Heidegger sitt perspektiv, at eg søker å få ei forståing av den meiningsramma dei set fenomenet hjelpsom hjelp inni. Kva er deira forståinga av tida og samanhengen hjelpa skjer i? Kva for praksisar møter dei verda i? Kva for gjeremål pregar deira møte med verda?

Utifrå Heidegger sitt syn vil denne masteroppgåva vere uløyseleg knytt til meg som person og fagperson. Sjølv om eg i god fenomenologisk ånd søker å setje mitt eige i parentes, så vil eg likevel ikkje klare å setje verken informasjonen eg får, analysen eller framstillinga av oppgåva fri frå meg som person. Min forståing vil vere påverka av den historiske, sosiale og kulturelle samanhengen eg står i. Eg vil møte intervjupersonane med ein forforståing som rammar inn og siler inntrykka og forståinga mi. Likeeins vil intervjupersonane sine opplevingar vere uløyseleg knytte til deira forståing og den samanhengen dei står i. Intervjuet vil på denne måten vere eit produkt av vår samskaping i ein gitt kulturell og historisk kontekst. Mi tolking er dessutan uavslutta på den måten at ho er eit produkt av mi forståing våren og hausten 2009. Kanskje vil forståinga mi, slik ho vert presentert i denne oppgåva, kunne føre til nye tankar og oppfatningar hos andre. Slik vil nye forståingar og tolkingar kunne avdekkje og opne seg.

Eit viktig val i forskingsprosessen er kva for metode ein ønskjer å bruke. Steinar Kvale peikar på at metode betyr vegen til målet (Kvale, 1997). Ei av avgjerdene eg har måtta ta, var korleis eg ville gå fram for å få tak i intervjupersonane si oppleving av hjelpsom hjelp. Valet av metode påverkar kva for data ein vil få. Målet mitt har vore å få fram informantane sine opplevingar og meiningar knytte til fenomenet hjelpsom hjelp. Det sentrale var ikkje å få

statistisk generaliserbare data, men å utvikle ei forståing. Konklusjonen min var at kvalitative intervju var best eigna til å nå målet med undersøkinga. Det kvalitative intervjuet si form gav meg fleksibilitet til å utforske informantane sine meiningar utan at eg var bunden til fastlåste spørsmål som var bestemte på førehand. Det kvalitative intervjuet gav meg òg rom til å endre vinkling og intervjuguide undervegs, slik at eg lettare kunne la informantane sine forteljingar påverke vegen vidare. Det kvalitative intervju er ein svært vanleg måte å samle informasjon på i ein forskingsprosess (Ryen, 2002). Forskaren får gjennom eit kvalitativt intervju nær tilgang til den andre si verd. Utanom den andre sine svar får ein òg tilgang til tonefall, stemning og kroppsspråk (Kvale, 1997). Formålet med intervjuet vil vere avhengig av problemstillinga og den vitskapsteoretiske ståstaden til forskaren. Utifrå ein hermeneutisk og fenomenologisk ståstad nytta eg det kvalitative intervjuet til å søkje tilgang til den andre sine opplevingar, samstundes som er var open for at vi saman skapte datamaterialet. I tillegg til det kvalitative intervjuet utarbeidde eg eit spørjeskjema med seks spørsmål om bakgrunn. Eg ville vite alder, kor lenge informanten hadde vore rusfri, kva for rusmiddel vedkomande hadde nytta og kor lenge vedkomande hadde hatt rusvanskar. Eg spurte òg om dei hadde opplevd ein god relasjon med ein eller fleire hjelparar, og kor desse hjelparane arbeidde. Dette skjemaet sendte eg ut til personane før eg skulle intervjuje dei. Formålet var å få avklart at personane var i målgruppa og få på plass nokre av bakgrunnsopplysningane før intervjuet.

2.3 Kven og kor mange? Om personane eg intervjuja

Eit sentralt spørsmål er kor mange eg treng å intervjuje for å få nok data og variasjon til å få den forståinga eg søker. Husserl trur på intuisjon, og at vi umedvite har ein kjensle av når vi har erfart det vesentlige ved eit fenomen. Bertaux (Ryen, 2002) skildrar at etter eit visst tal med intervju vil mange oppleve at dei kjem til eit mettingspunkt der dei opplever at dei ikkje får høyre noko særleg nytt. Eg synest denne skildringa minner om Husserl sin skildring av å intuitivt ane vesenskjenneiteikn. Bertaux skriv at det er vanskeleg å slå fast på førehand når mettingspunktet vil kome, då det avhenger av kompleksiteten i det ein undersøker. Di meir samansett problemstilling ein undersøker, di fleire intervju treng ein. Eg valde å ikkje bestemme på førehand kor mange intervju eg skulle ha, men ha som mål at eg skulle kome til eit slikt mettingspunkt og oppleve ein kjensle av å ha funne vesenskjenneiteikna ved hjelpsam hjelp. Samstundes var eg medviten om at dei praktiske rammene nok gjorde at talet ikkje kunne vere høgare enn sju. Eit par fall frå undervegs og eg enda opp med å intervjuje fem. Etter

å ha intervjuet desse fem opplevde eg at eg hadde fått mykje interessant informasjon og at det ikkje var nødvendig med fleire intervju.

Eit sentralt spørsmål som eg òg måtte ta stilling til, var kven eg skulle intervjuet. Heidegger var oppteken av at den væren ein har i verda påverka korleis verda ser ut. Eg ville intervjuet tidlegare rusavhengige fordi eg har ei oppfatning av at deira ståstad er interessant å få kunnskap om. Erfaring med å ha hatt rusproblem og praktisk erfaring med å få hjelp gjev perspektiv på fenomenet hjelpsom hjelp som eg opplever som verdifull å få kunnskap om. Med å gjere ei slik utveljing har eg påverka innramminga av fenomenet hjelpsom hjelp med mine førestillingar. Burde eg gjort fleire eller andre avgrensingar? Ville til dømes ei avgrensing til berre eitt kjønn fått fram andre vesenskjenne-teikn ved fenomenet? På same måte kunne eg avgrensa til ein viss alder, type behandling, omfang av rusproblematikk og liknande. Ville andre avgrensingar enn mine føre til at eg kunne ha funne andre vesenskjenne-teikn ved fenomenet? Alvesson og Skøldberg spør om leitinga etter vesenskjenne-teikn krev at vi veit på førehand kva som er grensa for variasjon. Dersom vi kjenner grensa, så er gjerne leitinga unødvendig, for då kjenner vi òg vesenskjenne-teikna. Eg synest Alvesson og Skøldberg peikar på noko sentralt. Eg har som mål å finne meiningsfull kunnskap om tidlegare rusavhengige si oppleving av hjelpsom hjelp, og kanskje finn eg nokre felles vesenskjenne-teikn som kan seie meg noko om hjelpsom hjelp, men så lenge eg ikkje skil på til dømes alder, vil eg ikkje kunne seie noko om korvidt alder har betydning. Eg må velje kva eg vil fokusere på, og det vil avgrense kunnskapen eg får.

Kriteria eg sette opp var at personane skulle vere i alderen 18 til 35 år. Dei skulle ha hatt vanskar med rusmiddel som dei hadde fått hjelp til å løyse. Dei skulle vidare ha erfart hjelpsam samhandling med ein eller fleire profesjonelle hjelpearar og ikkje hatt vanskar med rusmiddel siste seks månader. Eg ønskte og å ha nokolunde jamn fordeling på kjønn og på om dei var i frå by eller land. Alle eg intervjuet oppfylte kriteria eg sette opp. I følgjande oversikt kjem noko av bakgrunnen deira fram:

Namn	Alder ved intervju-tidspunkt	Frå by eller bygd/tettstad	Tid med rusvanskar	Type rusmiddel (rangert etter mest brukt)	Tid sidan rusvanskar	Erfart hjelpsam hjelp hjå: (tilfeldig rekkefølge)
Dina	27	By	ca 11 år	cannabis, opiat, sentralstim. middel og beroligande medikament	2 år	institusjon for rusmiddelavhengige
Eirin	28	tettstad	ca 10 år	opiat og beroligande medikament	1 år	barnevern, sosialkontor, legekontor, institusjon for rusmiddelavhengige, psykiatrisk poliklinikk
Herman	25	tettstad	ca 8 år	alkohol, opiat, sentralstim. middel og beroligande medikament	3 år	institusjon for rusmiddelavhengige, institusjon for psykisk helsevern
Sander	32	by	ca 12 år	opiat, sentralstim. middel, beroligande medikament, alkohol, cannabis.	3 år	sosialkontor, uteseksjon, institusjon for rusmiddelavhengige, institusjon for psykisk helsevern
Tomas	29	By	ca 11 år	opiat, sentralstim, beroligande medikament, cannabis, alkohol.	4 år	sosialkontor, institusjon for rusmiddelavhengige

Eg vel i oppgåva og omtala desse fem som ”ungdomane”. Med tanke på alderen deira hadde gjerne unge vaksne vore den mest presise nemninga. Eg vel likevel å nytte ordet ungdom då eg opplever omgrepet unge vaksne som lite nytta i språket vårt og noko lite lesarvennleg. Alle personane eg har intervjuar har blitt spurt om å bli intervjuar via ein annan. Eg gav informasjon om prosjektet til ulike personar som arbeidde innafor rusomsorga som ruskonsulentar, tilsette på sosialkontor og tilsette ved institusjonar for rusmiddelavhengige. Informasjonen vart gitt til dei munnleg over telefon og via eit informasjonsskriv dei fekk tilsendt. Dei fekk og tilsendt informasjonsskriv, spørjeskjema og svarconvolutt som dei kunne gje vidare til aktuelle intervjuarpersonar. Desse rekrutterte så intervjuarpersonar til meg. Eg fekk namn og telefonnummer til desse personane via mine hjelparar eller via returnert svarbrev. Etter kvart som eg fekk attendemelding om nokon som var interesserte i intervju, tok eg kontakt, og vi avtalte tid og stad for intervju.

2.4 Gjennomføringa av intervjuar

Intervjuar blei gjennomførte våren 2008. Alle intervjuar var halvstrukturerte. Det vil seie at eg på førehand hadde utarbeidd ein intervjuguide som sa noko om tema eg ønskte å snakke om, men samstundes var eg open for at tema i samtalen fekk utvikle seg der og då. Målet mitt var å forstå deira oppleving. Eg følgde derfor opp tema dei introduserte og omgrep dei brukte, sjølv om det ikkje stod noko om dei i intervjuguiden. Eg innleidde alle intervjuar med å informere om prosjektet, om formål og planen vidare. Eg informerte om rettar og bad om løyve til å nytte bandopptakar. Spørjeskjemaet som eg hadde sendt ut på førehand, hadde enkelte med seg ferdig utfylt, mens dei andre fylte det ut i byrjinga av møtet. Eitt av intervjuar blei gjennomført på mitt kontor, eitt i privat husvære og tre på lånt kontor. Intervjuar varte mellom ein og ein og ein halv time.

Som nemnt innleiingsvis har eg arbeidd i rusomsorga i fleire år og har utvikla mine egne idear og førestillingar om kva som er hjelpsam hjelp. Inspirert av Husserl var det viktig for meg å ikkje påverke intervjuar og analysen med mine idear, men sette mine egne førestillingar i parentes, slik at eg mest mogeleg ”reint” kunne lytte til den andre. Dette prøvde eg å få til ved at eg i førebuinga til intervjuar innstilte meg på å vere nysgjerrig og til å ha fokuset på den andre. Vidare var eg medviten på å streve etter å ikkje forstå den andre for fort. Dersom eg

raskt trur eg forstår kva den andre formidlar, er det lett for at eg plasserer den andre sitt bodskap inn i mi eiga forståingsramme, det vil seie i mi eiga livssverd. I staden prøvde eg å fortsette å vere nysgjerrig. Eg spurde til dømes ofte etter utdjupingar, for på den måten få meir tak i kva informanten la i ordvala sine. Eg var merksam på at det er lett å tenkje at vi legg same innhald i eit ord eller omgrep, sjølv om vi ikkje alltid gjer det. Eg var observant på kva for ord ungdomane sjølv brukte og kva dei la i dei einskilde orda. Til hjelp til det søkte eg å få historier og eksempel som viste orda omsett i praktisk handling. Slik søkte eg å få presise, detaljerte skildringar som var konkrete og nær deira erfaring.

Eit omgrep Husserl bruker for å skildre medvitet si rolle i forståing av fenomen, er oppmerksam fokusering. Han skildrar at vi ved hjelp av medvitet fokuserer på visse sider ved fenomenet, medan andre vert lagt mindre vekt på. Sidan eg ønskte å i størst mogeleg grad få fram intervjupersonane sine opplevingar av hjelpsam hjelp, vart det nødvendig å få fram deira fokuseringar, og påverke minst mogeleg med mine fokuseringar. I si ytste form skulle det gjerne ha ført til at eg hadde veldig opne og vide intervju med minimal styring frå mi side. Slik ville informanten sjølv kunne styre kva han eller ho ville leggje vekt på, avhengig av kva som var vesentleg for dei. Eg trur det ville setje krav til veldig mange intervju og eit formidabelt analysearbeid som ville sprengt kapasiteten eg hadde til rådvelde. Eg lagde derfor ein intervjuguide med tema og spørsmål som eg opplevde som relevante å kome inn på i intervjuet. Det vil seie at intervjuguiden vart styrt av mine førestillingar om hjelpsam hjelp. Samstundes prøvde eg å redusere påverknaden av mi forforståing mest mogeleg. Til dømes så var eg i mi forforståing meir oppteken av *prosess* for å forstå vegen ut av avhengigheit enn av einskilde tiltak og metodar. Likevel stilte eg opne spørsmål, som opna opp for andre erfaringar. Eg hadde òg konkrete spørsmål som handla til dømes om verdien av metodar og hjelparen sin ferdigheiter. Eg var medviten på å formulere spørsmåla og tema slik at personane eg intervjuar kunne velje dei vekk om dei opplevde dei som irrelevante. Inspirert av Husserl søkte eg å la mi oppmerksame fokusering i minst mogeleg grad påverke intervjupersonane si fokusering på fenomenet. Utifrå Heidegger sitt perspektiv kjem eg likevel ikkje ifrå at eg var med på å skape samtalen og forteljingane. Eg var til dømes innstilt på å stille spontane spørsmål i intervjuet, bygd på det personen fortalte, slik at personen i stor grad styrte utviklinga av intervjuet. Ei utfordring vart like fullt at den oppmerksame fokuseringa som Husserl skildrar òg gjeld meg som lyttar. Det betyr at mine subjektive opplevingar påverka kva oppfølgingsspørsmål eg stilte. Gjennom mitt medvit gav eg oppmerksam fokusering på visse sider ved det personane fortalte, medan andre vart lagt

mindre merke til. På same måte var intervjupersonane si merksemd og tolking av samtalen prega av deira førestillingar om meg, om intervjuet og om temaet. På den måten blei intervjuet eit resultat av ei samskaping mellom meg og informantene – ei samskaping der eg søkte å tone ned min rolle.

Schutz peikar på at god kommunikasjon krev at det er eit visst samsvar mellom førestillingane vi har om verda. Det vil seie at skulle eg forstå informantane mine, kravde det at vi ikkje hadde for ulike oppfatningar av det vi tar for gitt og måten vi tolkar på. Eit sentralt spørsmål er om det var nok samsvar mellom mine og informantane sine førestillingar om verda. Eg opplevde at ein styrke for meg som forskar, var at eg gjorde intervjuet på norsk med personar med same morsmål. Vi hadde alle vokse opp i Noreg – eit relativt homogent samfunn. Det auka trua på at vi har ein del felles kulturelle føresetnader for å ha eit samsvar i våre førestillingar om verda. I tillegg hadde eg nokolunde same alder som mine informantar, og dermed det same kulturelle generasjonspreget (Dencik & Schultz Jørgensen, 1999). Men det var og nokre sentrale skilje mellom oss. Den største skilnaden var truleg mellom å ha vore avhengig av rus eller ikkje, og mellom å ha vore hjelpar i rusomsorga i motsetnad til å ha mottatt hjelp i rusomsorga. Dette er svært ulike ståstar som kan gje ulike perspektiv på rus og på hjelpsam hjelp. Desse skilnadene i ståstar er noko av årsaka til at eg ønskte å intervju dei tidlegare rusavhengige. Det vart derfor viktig for meg å søkje å minimere denne avstanden mellom oss mest mogeleg. Det sette mellom anna krav til mi evne til å setje fagkunnskapen min i parentes. Tradisjonelt har fagkunnskap hatt høgre status enn brukar erfaring. Det har mellom anna ført til at fagterminologi får forrang føre meir erfaringsnære omgrep. Eg var derfor bevisst på at det var deira oppleving eg ville ha fram, med deira ordval og med deira tolkingar. Noko som eg opplevde som ein føremon i intervjuet, var at eg var nysgjerrig på problemstillinga. Sjølv om eg har arbeidd med rusbehandling i mange år og føler meg godt oppdatert på fagfeltet, opplever eg at eg ikkje hadde svaret på kva intervjupersonane opplevde som hjelpsam hjelp. Kva tidlegare rusavhengige har erfart som hjelpsam hjelp, er eit tema som har interessert meg lenge. Eg var derfor svært motivert for å forstå deira oppleving.

Nokre av dei eg intervjuet har vore klientar ved ein institusjon som eg tidlegare har arbeidd på. Vi var der ikkje samstundes, men dei visste likevel at eg hadde arbeidd der. Deira kjennskap til at eg hadde arbeidd der, kan ha påverka deira skildringar av tida på institusjonen. Til dømes kan det at eg kanskje kjente hjelparane deira, ha påverka korleis dei omtalte hjelpa. Denne felles erfaringsbakgrunnen kan òg ha verka inn på mine tolkingar av det dei fortalte.

Denne likskapen i bakgrunn kan ha ført til at eg raskare konkluderte med at eg forstod utan at eg nødvendigvis gjorde det. Eg var medviten om desse utfordringane og prøvde å møte informantane på best mogeleg måte. Sjølv om vi har erfaring frå same institusjon, så var eg medviten om at erfaringane våre ikkje treng å vere like. Tema i samtalanane var ikkje kven som var ein god hjelper og ikkje, men kva som karakteriserer hjelpsam hjelp. Forteljingane handla derfor meir om kva som vert opplevd som hjelpsamt og kvifor, meir enn om kven som gjorde kva. Eg trur dette fokuset i samtalanane minka faren for at min kjennskap til einskildpersonar på institusjonen vart forstyrrende på framstillingane deira.

Husserl og Heidegger skildrar at fenomen vert forstått i samanheng med rom og tid. Opplevingar er ikkje sjølvforklarande, men vi set dei inn i ein samanheng slik at det gjev mening. For å få tak i intervjupersonane sine opplevingar av hjelpsam hjelp, var eg derfor oppteken av å få fram den meningsberande samanhengen dei set fenomenet inn i. Eg valde å intervju *tidlegare* rusavhengige, det vil seie at dei skulle sjå tilbake på tidlegare hendingar og reflektere over korleis dei forstår dei no. Husserl skriv at fortid og framtid vert oppfatta i lys av notida. Opplevingane deira kan vere annleis no, enn om eg hadde intervju dei tidlegare eller seinare. Historiene deira representerer forteljingar om fortida slik dei ser ho på intervjutidspunktet. Slik vil ei oppleving alltid verte forstått i samanheng med den konteksten ho vert sett inn i. Eg valde å intervju *tidlegare* rusavhengige fordi eg ønskte å få med blikket som etterpåkløkskapen sin refleksjon gjev. Eg brukte òg tidsdimensjonen til å endre spørsmål frå intervju til intervju. Mi erfaring med å få fram deira oppleving gav meg nyttig kunnskap som eg nytta i det vidare arbeidet.

2.5 Transkribering – om å skrive samtalen ned i tekst

Eg tok alle intervju opp med digital bandopptakar og hørde på intervju via lydfil. For det aller meste var det greitt å få tak i kva som blei sagt i intervju. Transkriberinga hjelpte meg til å sjå grundigare på datamaterialet. På grunn av min heller langsame skriveteknikk fekk eg god tid til å lytte grundig til kva som vart sagt i samtalen. I skriveprosessen erfarte eg blant anna at intervjupersonane ikkje alltid sa det eg trudde dei sa. Sjølv om det nye ikkje var så veldig annleis, så førte det likevel til at innhaldet fekk ein litt annan meningsnyanse eller kjenslemessig lading. Denne erfaringa opplever eg hjelpte meg til å få auge på mine egne idear og til å bli meir medviten på å setje mitt eige i parantes.

Eg starta analysearbeidet umiddelbart etter at eg tok til å intervju informantane. Før dei første intervju var gjort, hadde eg fått idear til korleis innhaldet kunne verte forstått. Som Heidegger skildrar, så tolkar vi umiddelbart. Etter dei første intervju hadde eg ei intuitiv forståing av kva som låg i forteljingane. Eg synest ideane eg fekk var interessante, og eg noterte og las teoriar som utdjupa forståinga mi. Eg var på mange måtar klar til å gå vidare i analyseprosessen. Transkriberinga kravde derimot at eg gjekk tilbake til datamaterialet og arbeidde grundig med dei einskilde delane. Sjølv om dette til tider kunne opplevast som keisamt, då det hindra meg i å gå vidare med dei spanande funna, så førte det til at eg såg fleire og nye sider ved datamaterialet. Denne erfaringa minner mykje om Heidegger si skildring av korleis vi beveger oss mellom heilskap og delar og mellom vår eiga og andre si oppleving. Transkriberinga vart eit reiskap til å forstå. Som Husserl peikar på, har vi ein selektiv persepsjon som vi møter eit materiale med. Min selektive persepsjon gjorde at noko umiddelbart sto fram som interessant, medan andre sider ved materialet blei liggande i skuggen. Eg opplevde at transkriberinga hjelpte meg til å få fleire sider ved materialet fram i lyset.

Eg opplevde og at det var kostnader forbunde med å transkribere intervju. Eg synest at mange sider ved intervjusituasjonen forsvann i transkriberinga. Til dømes kjem ikkje blikka som blei delte, tenkjepausar og stemninga i rommet fram. Det som vart sagt var retta mot ein bestemt person i eit bestemt rom i ei bestemt tid. Transkriberinga tok orda ut av sin kontekst. Slik opplevde eg transkriberinga som ei framandgjerung og redusering av samtalen. Paul Watzlawick nyttar omgrepa *det analoge nivået* og *det digitale nivået* for å skildre ulike nivå i kommunikasjon (Hårtveit & Jensen, 2004). Med digital kommunikasjon forstår han kommunikasjon ved hjelp av teikn som språk. Den analoge kommunikasjonen vert uttrykt gjennom blant anna tonefall, kroppsspråk og blikk. Begge nivåa av kommunikasjonen er tilstades i eit intervju, men berre det digitale kom med i transkriberinga mi. Eg kunne prøve å få med det analoge nivået, ved til dømes å skildre ved hjelp av ord korleis eg opplevde blikka, tonefallet og pausar, men ville likevel fått ein reduksjon av informasjon, då den komplekse og mangetydige analoge informasjonen vanskeleg lar seg omsetje til ord.

2.6 Analysen – om å forstå intervjupersonane sine forteljingar

Analysen er namnet på prosessen frå forteljingane som blei delte og skapte i samtalen og fram til historiene eg enda opp med å fortelje i masteroppgåva mi (Kvale, 1997). Val av

analysemetode vert påverke av kva som skal analyserast og kva som har vore formålet med samtale. Kvale viser til at det ikkje er nokon standardmetode for tekstanalyse i kvalitativ forskning, men at det er utvikla fleire ulike tilnæringsmåtar til analysen. Ulike analysemåtar gjev ulike fokus og blikk på datamaterialet.

Eg valde i byrjinga å ikkje ha ein bestemt analytisk framgangsmåte på korleis eg skulle analysere materialet, men i staden ha ein open ”dialog” med materialet der eg tillet mine omgåande idear og intuisjonar å kome fram. Allereie under intervju fekk eg tankar om korleis forteljingane kunne verte forstått. Vidare heldt analysen fram gjennom transkriberinga av teksten. Etter å ha transkribert intervju hadde eg mange idear til korleis eg skulle forstå innhaldet og korleis eg skulle bringe dette vidare fram. Tilliks med Heidegger ser eg intuisjon som verdifullt og valde å bruke tid på mine første tankar før eg igjen gjekk tilbake til materialet. Eg trur og det er meir stoff i materialet enn det ein umiddelbart festar seg med, slik at når eg etter ei tid gjekk tilbake til datamaterialet var eg fokusert på å prøve å møte stoffet på nytt slik at andre sider i materialet kunne kome fram. I dette steget i analysen opplevde eg det som nyttig å arbeide meir systematisk med datamaterialet. Eg valde derfor å nytte ein analytisk framgangsmåte kalla meningsfortetting som vegvisar i arbeidet (Ryen, 2002).

Meiningsfortetting vil seie at eg først las intervju heilt gjennom og søkte å oppsummere kort kva heilskapen sa meg. Deretter gjekk eg gjennom kva intervjupersonane sa sekvens for sekvens og ga att kortare kva hovudinnhaldet i budskapet var. Slik fortetta eg innhaldet i historiene deira til kortare setningar. Eg søkte i denne prosessen å gjengi best mogeleg intervjupersonane sine ordval og opplevingar. I dette arbeidet blei det meir synleg for meg kva som var tema i ulike delar av intervju og kva som var sentrale meiningar i forteljingane. Eg grupperte deretter meningsytringane i ulike tema.

Eg brukte tid på analysen og gjekk mange gonger fram og tilbake mellom empirien og nye tankar og teoretiske inspirasjonar. Stadig såg eg nye sider ved materialet. Ryen peikar på at ei utfordring ved kvalitativ forskning er faren for at ein berre skildrar intervjupersonane sine erfaringar utan å gje materialet analytisk djupn (Ryen, 2002). Teoretiske perspektiv har vore nyttige for meg i min søken etter å gje analytisk meining til empirien. Eg har mest nytta eit meningsperspektiv, eit interaksjonistisk perspektiv og omgrepet *handlingskompetanse* til å kaste lys over ungdomane sine forteljingar.

I denne prosessen opplevde eg at det var krevjande å setje mitt eige i parantes. Til dømes var det stundom vanskeleg å sjå i kor stor grad anna forskning og teoretisk inspirasjon var noko eg la på empirien, eller om det var noko som empirien bar fram. Eg opplevde òg at behovet eg hadde for røde trådar og gode kategoriar stod i fare for å redusere empirien sin kompleksitet. Eg kjente med dradd mellom behovet for å på den eine sida skape ein god vitenskapleg analyse og lesarvennleg oppgåve og på den andre sida nå målet mitt med å vere empirinær og la ungdomane si stemme få kome fram.

Sidan formålet med intervjuet har vore å få auka forståing for tidlegare rusavhengige si eiga oppleving av kva som har vore hjelpsam hjelp, har eg søkt å la empirien i stor grad styre analysen. Eg opplever at eg til slutt fekk dette til. Sjølv om eg ikkje kan kome vekk i frå at analysen inneberer ein reduksjon av datamengda, så opplever eg at essensen i materialet er ivaretatt. Kapittelinnndeling og fokuset i analysen er bygd opp etter kva eg opplever empirien fortel. Vidare opplever eg at det ikkje er dei teoretiske perspektiva som har styrt kva eg ser i empirien, men at empirien heller har styrt kva teoretiske perspektiv eg til slutt enda opp med å nytte.

Tilnærminga mi er beslekta med *grounded theory* på den måten at eg søkte å forstå datamaterialet mitt mest mogeleg på datamaterialet sine eigne premisser. Det vil seie at eg søkte å gå inn i analysen utan førehandsdefinerte kategoriar og teoretiske oppfatningar, og at empirien var førande for kva som blei tema i oppgåva og for kva teoretiske tankar eg lot meg inspirere av i analysen.

2.7 Presentasjon av datamaterialet – om å uttrykke mi forståing

Eg har hatt eit mål om å ha ein empirinær studie. Denne målsettinga har vore viktig gjennom heile arbeidsprosessen, også når datamaterialet skulle presenterast. Eg har derfor søkt å la empirien vere i framgrunnen i oppgåva. Eg har tatt med mange sitat og søker å la ungdomane sine stemmer kome fram mest mogeleg autentisk. Eg har likevel ikkje alltid sitert dei heilt ordrett. Denne presentasjonen er ein anna kontekst enn sjølv intervjuet. Eg opplever at ordrett presentasjon av eit sitat vil gje ein illusjon om ei identisk attgjeving meir enn ei reell attgjeving, då kroppsspråk, blikk, stemmebruk og liknande er borte. Ein ordrett attgjeving vil heller kunne risikere å gje feil inntrykk, då formulering og ordval er annleis i skriftleg form enn i ein munnleg dialog. Sidan forma eg skal presentere intervjuet i er skriftleg, har eg valt å omsetje inntrykka eg fekk gjennom munnleg dialog til ei skriftleg form, meir enn å gje

ordrette transkripsjonar. Det vil seie at eg har teke vekk tankelydar, halve setningar og liknande når eg opplever at dei ikkje har relevans for innhaldet i budskapen. Eg har òg gjort nokre endringar for å ivareta personvernet. Namn på personar og institusjonar er fiktive, og omtaler på konkrete hendingar som kan knyttast til einskilte personar, er omskrivne. Anonymitetsomsyn har òg ført til at same person nødvendigvis ikkje har same namn gjennom heile teksten. Då det kan vere eit relevant analytisk poeng å få fram ein heilskapleg personleg prosess, har eg valt å la den eine personen eg har intervjuet, Sander, bli presentert gjennomgåande i analysen. Også hjå Sander har eg endra og fjerna identifiserande forhold.

2.8 Etiske betraktningar – om å ta etisk ansvar for forskingsprosessen

Eg opplever at det er eit stort etisk ansvar knytt til det å gjennomføre ein forskingsprosess. Det etiske ansvaret kjem til syne på ulike måtar gjennom heile prosessen. Nokre sider av ansvaret vert sikra gjennom NSD sine krav til ein forskingsprosess. Eg har søkt NSD om løyve til å setje i gang prosjektet og har følgd deira krav. Men det etiske ansvaret handlar om meir enn dette. Eg opplever blant anna å ha eit ansvar for at ungdomane som har gitt meg av sin tid og sine personlege erfaringar, opplevde det som ei positiv erfaring og at dei blei tekne på alvor. Eg kjenner òg på eit ansvar for å formidle deira historie på ein god måte. For det første vil det seie å forstå historiene deira, for det andre å fortelje dei vidare på ein respektfull måte. Alle eg intervjuet fortalde historia si på ein oppvakt og reflektert måte. Slik vil eg og at ho skal stå fram etter at ho har vore gjennom mine hender og mitt blikk. Det er blant anna bakgrunnen for at eg har valt å ikkje presentere den skriftlege attgjevinga av intervjuet identisk med den verbale.

I tillegg har eg eit ansvar omkring omsynet til tredje person. Under intervjuet skjedde det fleire gonger at andre namngitte personar vart omtala. Dette var personar som eg ikkje hadde spurt om samtykke av. Eg har søkt å ivareta personvernet deira på ein grundig måte og tatt omsyn til at dei ikkje får fortelje om sine opplevingar med egne ord.

Noko av det eg problematiserer i oppgåva er tendensen til å fokusere på personane sin identitet som rusavhengig. På mange måtar kan eg seiast å gjere det same sidan det er desse erfaringane som dannar bakgrunn for intervjuet. Er det ein fare for at oppgåva er med å sementere ein identitet som rusavhengig? Det som kan synest annleis i desse intervjuet, samanlikna med deira tidlegare erfaringar, er at eg var interessert i suksesshistoriene deira. Intervjupersonane blei valde fordi dei hadde klart å kome ut av misbruket, og det var denne vegen eg ville høyre om. Eg opplever derfor at intervjuet slik sett ikkje var med å sementere

ein negativ identitet, men heller førte til at ressursane og meistringa kom fram.

Intervjupersonane formidla og at dei synest det å bli intervjuet var ei positiv oppleving. I presentasjonen av intervjuet i oppgåva har eg vore oppteken av å få fram at dei rusavhengige har fleire eigenskapar og dimensjoner ved seg enn dei som handlar om rusmisbruk. Eg nyttar eit interaksjonistisk blikk til å syne at det ungdomane viser, heng saman med samhandlinga med signifikante andre. Om oppgåva skulle bli lest av andre, vil ho forhåpentlegvis fremme eit syn på rusavhengigheit som noko som kan endrast og eit syn på rusavhengige som personar med mange positive kvaliteter.

2.9 Generalisering, validitet og reliabilitet – om kvaliteten på arbeidet

Vitskapsteoretikarane Alvesson og Sköldbberg hevdar at forskning tradisjonelt har vore tenkt på som at ein gjennom å nytte vitskaplege metodar kan skape objektiv og sann kunnskap om verda. Denne oppfatninga er ikkje lenger like rådande, og perspektiv som det fenomenologiske og det hermeneutiske har vunne terreng. Kva som er kjenneteikn på god forskning vil vere avhengig av kva for syn ein har på kunnskap (Alvesson & Sköldbberg, 1994). Kvale viser til korleis omgrepa *generaliserbarheit*, *reliabilitet* og *validitet* tradisjonelt har hatt status som ein ”hellig, vitenskapelig treenighet” (Kvale, 1997 s. 158). Omgrepa har fått kritikk frå representantar for meir kvalitativt orienterte retningar, som hevdar omgrepa er undertrykkande, gamaldagse og lite eigna til mykje av den moderne forskinga. Kvale søker å gje dei gamle omgrepa eit nytt innhald som i større grad vert relevante for den kvalitative forskinga. Eg vil nytte bidraga hans i min diskusjon om kvalitet. Det første eg vil sjå nærare på er i kor stor grad funna mine kan generaliserast. Eg har ein vitskapsteoretisk ståstad der eg er kritisk til verdien av å utarbeide universelle lover om menneskeleg åtferd. Eg opplever at åtferda i større grad er situasjonsbunden og kontekstavhengig. Kvale viser til at det tradisjonelt har vore forskaren som har argumentert for i kor stor grad funna kan generaliserast. Ein anna variant er at ein i større grad lar lesaren sjølv gjere ei vurdering av om det er likskap nok til at funna kan nyttast i den situasjonen lesaren står i. I slike tilfeller er det viktig at forskaren gjev nok informasjon til at lesaren kan gjere ei vurdering av om det kan overførast. Eg synest denne måten å sjå generaliserbarheit på er tenleg og samsvarer med måla med studien min. Eg har ikkje som mål å utleie ein universell teori om menneskeleg åtferd, men presentere nokre forteljingar og nokre tolkingar av desse som kan gje lesaren ei utvida forståing av liknande situasjonar dei kan stå ovanfor. For å oppnå det har det vore viktig for meg å gje lesaren nok informasjon til at dei kan gjennomføre denne vurderinga.

Dette har eg søkt å oppnå ved å gjere grundig greie for mine metodiske og analytiske vegval og presentere mykje av empirien som eg byggjer tolkingane mine på.

Reliabilitet handlar om kor påliteleg studien min er. Kan lesaren lite på at presentasjonen min er sannferdig? Oppgåva sitt truverde heng saman med i kor stor grad eg har klart å vere tru mot empirien. Eg har søkt å vere grundig og påliteleg gjennom heile arbeidsprosessen. I intervjuja søkte eg å setje mitt eige i parentes og la ungdomane i størst mogeleg grad få fortelje om sine erfaringar – utan leiande spørsmål, avbrytingar, og med deira eigne ord. Ved transkriberinga av intervjuja skreiv eg ordrett ned og tok med alt dei sa utan å sile etter relevans for oppgåva. Eg har latt andre i ei rettleiingsgruppe lese delar av eit anonymisert intervju for å eventuelt få korrigert mine forståingar av intervjuja. I arbeidet med å analysere og presentere materialet har eg latt empirien styre val av kategoriar og fokus. I dette arbeidet møtte eg dei største utfordringane med å vere tru mot empirien. Mine behov for god struktur og god vitenskapleg analyse slåss med empirien om å styre fokuset. Eg opplever at eg etter kvart fann ein form som samsvara med ungdomane sine forteljingar. Eg presenterer mykje av intervjuja direkte i oppgåva i form av sitat. Dette meiner eg aukar truverdet, då det gjer det lettare for lesar å sjå kva data som ligg til grunn for tolkingane mine.

Det siste spørsmålet eg vil undersøkje for å vurdere oppgåva sin kvalitet, er gyldigheit. I tradisjonell positivistisk tilnærming har vurderinga av gyldigheit handla om i kor stor grad vi måler det vi trur vi måler. I kvalitativ forskning er ikkje målinga knytt til tal, og validiteten vert meir forstått som i kva grad ein metode undersøker det han er meint å undersøkje. I min situasjon vil det seie om intervjuja eg gjennomførte med fem ungdomar faktisk seier noko om problemstillinga mi; viser oppgåva ungdomane si oppleving av hjelpsam hjelp? Oppgåva si gyldigheit heng blant anna saman med i kor stor grad ungdomane har gjeve meg eit sannferdig innblikk i deira opplevingar. Eg kan naturlegvis ikkje garantere det, men eg har ei svært sterk oppleving av at ungdomane var grundige, reflekterte og ærlege i skildringane sine. Fokuset var på deira opplevingar av hjelp og hjelparar, og eg ser derfor heller ikkje at ungdomane skulle ha behov for å ikkje fortelje sanninga. Tvert i mot opplevde eg at dei synest temaet for oppgåva var viktig og at dei ønskte å fortelje om sine erfaringar. Å fortelje sin historie vil alltid vere farga av kva ein husker og korleis ein husker det. Slik vil eg ikkje ha nokon garanti for at ungdomane under intervjuet huska alt som hadde verdi om kven og kva som var hjelpsam på vegen ut av avhengigheita. Noko som eg meiner styrkjer inntrykket av historiene sitt truverde er at historiene deira har fleire fellesnemnarar. Erfaringane deira har òg

fellesnemnarar med kva andre forskarar har funne i liknande forskning, til dømes studiane til McIntosh og McKeganey og Borg og Topor (Borg & Topor, 2007; McIntosh & McKeganey, 2002).

Järvinen og Mik-Meyer gjer i boka *At skape ein klient* greie for korleis hjelpeapparatet sine oppfatningar om korleis ulike vanskar kan verte forklart, forstått og løyst verkar inn på klientane sine forståing av hjelp og av seg sjølv. Førestillingane hjelpeapparatet har vil påverke klienten sine eigne førestillingar. Utifrå dette resonnementet kan ein spørje i kor stor grad ungdomane sine opplevingar er deira "eigentlege", eller om skildringane uttrykkjer forståinga til hjelpeapparatet dei har samhandla med. Målet med studien min har ikkje vore å finne det "eigentlege" på den måten at ungdomane sine opplevingar skal utforskast reinska for andre sine førestillingar. Eg kombinerer det fenomenologiske med eit hermeneutisk grunnsyn der eg legg til grunn at oppfatningane våre vil vere påverka av konteksten vi er i. Oppfatningane, anten dei er ungdomen eg har intervjuet eller andre sine, vil vere farga av tida og rommet dei er skapte i.

Eit relevant spørsmål er om det ungdomane meiner har vore hjelpsam for dei, faktisk har hatt innverknad på rusbruken deira. Er det samband mellom kva ungdomane sjølv opplever som hjelpsam og kva som faktisk hjelper? Forskar Hilde Pape viser i artikkelen "Farlig frykt for tall" at ein strategi for å førebyggje utvikling av rusvanskar har vore at tidlegare rusavhengige har reist rundt og informert om vanskanane i skuleklassar. Dette tiltaket har vore opplevd av elevane som svært givande og interessant, men tiltaket kan ikkje syne til noko førebyggjingsseffekt når ein bruker andre måleinstrument (Pape, 2003b). Kan det same vere tilfelle i min studie? Kva som er hjelpsam i rusbehandling opplever eg er eit komplisert spørsmål som eg trur har fleire svar. Eg har ikkje hatt som mål å gje eit fullendt svar på kva som er hjelpsam hjelp. Eg har ønska å gje eit bidrag til biletet av kva det hjelpsame er, ved å løfte fram opplevingane til nokre av dei som har vore mottakarar av hjelp. Andre undersøkingar som er gjennomført om kva som har vore viktige hendingar i ein hjelpeprosess, syner at det er klienten si oppleving som i størst grad gjer endring sannsynleg. Det er klienten meir enn hjelparen som har innverknad på om behandlinga vert vellukka (Ekeland, 1999; M. A. Hubble, Miller, & Duncan, 1999). Både på bakgrunn av denne forskinga og av etiske omsyn synest eg det er viktig og riktig at brukarane sine eigne stemmer kjem fram.

3. Inspirasjonskjelder undervegs i forskingsprosessen

I prosessen med å forstå og analysere intervjuer med ungdomane har eg blitt inspirert av fleire forskarar, praktiskarar og teoretikarar. I det følgjande kapittelet skal eg presentere nærare tre av dei perspektiva som har vore mest nyttige for meg i analysen av materiale mitt; Ekeland sine tankar om endring som meningsendring, det interaksjonistiske perspektivet med blant andre Becker og Skatvedt og omgrepet *handlingskompetanse*, der Per Nygren er ein sentral bidragsytar.

3.1 Hjelpsam hjelp som meningsendring

Ekeland ser i si doktorgradsavhandling på kva som karakteriserer læking av psykososiale vanskar (1999). Han konkluderer med at dei viktigaste føresetnadene for at læking skal skje, har med kontekstuelle forhold å gjere. Han hevdar at det biomedisinske paradigme har vore rådande i synet på sjukdom og læking, men at perspektivet har vanskar med å forklare mange av dei empiriske funna som forskning på psykoterapi gjev. Han viser blant anna til vanskane ein har med å sjå einskilte metodar i psykoterapi som meir verksame enn andre, og at klienten si oppleving av hjelpa, av terapeuten og av samhandlinga i større grad seier noko om utfallet. For at endring skal skje er ein avhengig av at klienten er aktivt mottakeleg for hjelparen sitt bidrag. Ekeland hevdar at det synest som den medisinske modellen med å leite etter den rette medisinen er lite tenleg i forståinga av psykoterapi. Han hevdar at det spesielle ved psykoterapi ikkje er essensen i det som går føre seg, men konteksten som vert utvikla. Det terapeutiske er ein prosess inne i klienten og i klienten sitt tilhøve til omgjevnaden. Hjelpa er berre ein del av denne prosessen.

Sentralt i Ekeland si forståing er omgrepa *informasjon* og *mening*. Søken etter mening ser Ekeland som sentralt for menneskeleg tilvære. Vi treng struktur, samanheng og støleik i vår daglege samhandling med omgjevnaden. Underskot på mening eller tap av mening vil kunne skape mentale vanskar. Korvidt ein terapeutisk teori lækjer, er avhengig av om han bidrar til å skape mening for klienten. Kultur ser Ekeland på som kollektivt oppsummerte meningar. I kulturen vår skaper vi meningsystem til dømes om sjukdom og læking. Utifrå våre oppfatningar av kva som er sjukdom og læking skaper vi våre praksisar om lækjeprosessar. Desse praksisane er vidare med på å kommunisere meningar. Slik påverkar praksis og

meningssystem kvarandre i ein sirkulær prosess. Skal vi forstå den individuelle lækjeprosessen, må vi analysere han i samheng med det kulturelle meningssystemet. Mening lækjer, og kva mening som lækjer, vil vere kulturelt forankra. Tett saman med omgrepet *meinung* finn vi omgrepa persepsjon og kommunikasjon. For å persipere må vi oppfatte noko som informasjon. Ekeland nyttar Bateson sine tankar om informasjon for å utdjupe. For at noko skal erkjennast må vi etablere ein skilnad. Skilnader vert råmaterialet i mentale prosessar. Kva for stimuli som har informasjonsverdi, kan ikkje definerast allment, men har samheng men den kulturelle konteksten av mening. I eitkvart meningssystem vil det bli etablert opplevingar av skilnader, og desse vert organiserte i kategoriar. Vi kategoriserer til dømes i frisk/sjuk eller rett/gale. Ekeland skildrar diagnosesystema våre som døme på ei kategorisering i eit meningssystem.

Punktuering er eit omgrep som Ekeland også har henta frå Bateson for å skildre nærare korleis vi oppfattar og kategoriserer. Ein samhandlingssekvens har ein uendeleg strøm av informasjon, medan vi legg merke til og skil ut einskilde sekvensar. Denne oppdelinga kallar Bateson for punktuering. Punktuering er måten kvart individ organiserer og skapar samheng av verda rundt seg på for å forstå den. Som følgje av punkteringa oppfattar vi noko som årsak og noko som verknad (Bateson, 2000). For at budskapet vi sender til den andre skal verte opplevd av den andre, er vi avhengige av at budskapet vert opplevd som ein informasjon av mottakar. Dette har vi ikkje råderett eller kontroll over. Slik kan ikkje ein hjelpar ha instruktiv effekt på klienten, berre korrigerande. Potensialet for hjelp er relatert til i kva grad hjelparen sin budskap passar inn i klienten sitt mentale bilde.

Kontekst er noko vi definerer gjennom kva vi set fokus på. Til dømes kan behandlingssituasjonen sjåast på som ein kontekst, men den må vidare sjåast i samheng med kulturelle og samfunnsmessige tilhøve. For å illustrere dette nyttar Ekeland omgrepa *den store forteljinga; kulturperspektivet*, og *den vesle forteljinga; det individuelle klientperspektivet*. For å få tak i kva som hjelper for den einskilde, må vi forstå kva som gjev mening i deira oppfatning av verda, i deira livssverd. Eg vil i denne oppgåva undersøkje både kva som er den store forteljinga om rusmisbruk og behandling og den einskilde ungdommen sin vesle forteljing.

Tillit vert skildra av Ekeland som ein vesentlig føresetnad for at ein terapeutisk kontekst skal vere hjelpsam. Tillit smittar. Tillit til èin kan auke tilliten til ein annan, noko som kan gje auka tillit til ein sjølv. Tillit skaper håp, og håp skaper forventningar.

Forventningar kan skape aktivitetar og handlingar som kan realisere håpet. Slik kan sjølvforsterkande prosessar skapast.

Ekeland vektlegg at når vi kommuniserer, så kommuniserer vi både om innhaldet og om relasjonen. Innhaldsplanet viser det saksmessige medan relasjonsplanet handlar om korleis forholdet mellom dei to vert tolka og oppfatta. Relasjonsplanet vil ha innverknad på korleis budskapet på innhaldsplanet vert oppfatta. Eit hjelpesamt innhald treng ein relasjon som kan bere budskapet og gjere mottakaren mottakeleg. Likeeins vil ein god relasjon, men utan eit innhald som gjev noko nytt, kunne vere omsorgsfull, men ikkje terapeutisk.

Ein anna dimensjon ved kommunikasjonen som Ekeland har fokus på, er at det må vere ein rimeleg balanse mellom det som er likt og det som er ulikt. Det like er grunnlaget for å oppleve seg forstått, medan det ulike skaper høve for endring. Det avgjerande for ein god hjelperelasjon, meiner Ekeland, er at det er balanse i forholdet mellom desse dimensjonane. Ingen av kvalitetane er kvalitetar som kan stå åleine – dei verkar saman.

I analysen min har eg nytta meg av Ekeland sine idear til å undersøke meiningsendringar hjå ungdomen og til å sjå nærare på kommunikasjonen mellom ungdomen og deira hjelparar. I tillegg til Ekeland sin teori om meiningsdanning har eg nytta meg av det interaksjonistiske perspektivet. Eg opplever at Ekeland ser interaksjonen som av stor verdi, men at han først og fremst har fokus på hjelpemottakaren sine meiningsdanningar. Eg ønskjer å utvide analysen til å sjå nærare på samhandlinga mellom ungdomane og andre, og spesielt på samhandlinga mellom ungdom og hjelpar. For å få eit reiskap til dette arbeidet har eg opplevd det som nyttig å ha med det interaksjonistiske perspektivet.

3.2 Hjelpesam hjelp i eit interaksjonistisk perspektiv

For representantar for det interaksjonistiske perspektivet er det, i tråd med Ekeland sitt syn, sentralt å få fram personane sine eigne opplevingar av situasjonar. I dette perspektivet er ein og oppteken av prosessar – av å få fram korleis hendingar kan sjåast i samheng med hendingar før og etter, og korleis prosessar vert påverka av interaksjon med andre. Becker er ein av teoretikarane som kan verte plassert innanfor eit interaksjonistisk perspektiv. Han er kjent for å ha studert korleis marihuanabrukarar vert avvikarar, og han har utvikla ein teori om stempling og avvik (Becker, Sjøgaard, & Järvinen, 2005b). Becker skildrar avvik som ein

sosial konstruksjon. Ein blir ein avvikar ved å delta i ein prosess der ein vert sett på som annleis. Ein er ikkje avvikar i essensiell forstand, men i andre sine og etterkvart egne auge. Avvik er eit relasjonelt fenomen. Becker meiner at eit avgjerande stadium i prosessen som fører til avvikande åtferd, er opplevinga av å bli oppdaga og offentleg stempla som avvikar. Å bli stempla som avvikar har avgjerande konsekvensar for den vidare deltakinga i sosiale samanhengar og for sjølvbiletet. Becker meiner at vi har ein tendens til å generalisere. Dersom ein person avvik på noko, til dømes ved å gjere ein kriminell handlingar som å nytte illegale rusmiddel, er det ein tendens til at vi generaliserer til at vedkomande er kriminell og kan gjere fleire kriminelle handlingar. Omgrepet *masterstatus* vert nytta til å skildre dette fenomenet, kor bestemte sider ved ein person sin identitet vert framheva, slik at dei overskyggar andre sider ved personen. Becker hevdar at å behandle ein person som ein generell avvikar blir til ein sjølvoppfyllande profeti. Det vil kunne føre til at den som blir sett på som avvikar, misser høve til deltaking i meir legitime grupper, til dømes ved at vedkomande ikkje får jobb. Slik ekskludering aukar sjansen for at den som blir sett på som avvikande søkjer ut i miljø der ein ikkje er ein avvikar, nemleg avvikande miljø. Opplevinga av å bli stempla som avvikar vert etter kvart internalisert, og ein stemplar seg sjølv som avvikar. Ein får ei oppleving av seg sjølv som avvikande på tvers av situasjonar. Denne oppfatninga av seg sjølv som avvikar påverkar handlingane, og ein handlar som ein avvikar (Becker, 1963).

Astrid Skatvedt leverte nyleg doktorgradsavhandling i sosiologi om det hjelpsame potensialet i uformelle allminnelege samhandlingssituasjonar (2009). Ho har studert alminnelege samværssituasjonar mellom hjelparar og klientar på ein behandlingssituasjon for rusavhengige i Noreg. Ho har analysert feltarbeidet inspirert av blant andre Becker. Avhandlinga er tenkt å gje kunnskap til behandlingfeltet om kva som verkar i behandling. Skatvedt har undersøkt korleis klientar på ein rusbehandlingssituasjon gjennom alminnelege samværssituasjonar med dei tilsette kunne bli anerkjent og møtt som verdige og normale. Slike erfaringar fremma utvikling av ein ny sjølvforståing hos klientane. Skatvedt nyttar Becker sine omgrep og idear til å analysere observasjonar ho gjorde, og ho skildrar korleis stemplingsprosessen kan gå den andre vegen. Ho skildrar ein prosess som kan føre klientane til normalitet gjennom positive stemplingar der dei blir re-stempla frå avvikar til normal. Dei nye samværserfaringane kan føre til at klientane tenkjer annleis om seg sjølv og kjenner seg mindre avvikande. (Skatvedt, 2009). Eg vil nytte meg av både Becker og Skatvedt sine perspektiv i analysen av intervjuet eg har gjennomført.

Mik-Meyer og Järvinen et to andre forskarar som nyttar eit interaksjonistisk perspektiv. Dei har fokus på interaksjonen mellom klient og hjelpar og hevdar at identiteten personane får som klient har samanheng med blikket institusjonen har på klientane (Mik-Meyer & Järvinen, 2003). Dei legg til grunn ei oppfatning av at ein person sin identitet vert etablert, halden ved like og endra i interaksjon med andre menneske. Slik vert òg klienten sin identitet påverka av interaksjonen med velferdsinstitusjonane. Mennesket er for komplekst til at nokon institusjon evnar å sjå heile mennesket. Dei ulike institusjonane har til dømes ulike førestillingar om kva som er problematisk og korleis vanskar vert skapte og løyste. Personen vert derfor i møtet med hjelpeapparatet forenkla og avgrensa til eit format som passar til institusjonen sine førestillingar og perspektiv. Personen vert ein klient.

Dei nemnte forskarane har det til felles at dei er opptekne av innverknaden samhandlinga med andre har på sjølvforståinga og på handlingane våre. Eg vil nytte det interaksjonistiske perspektivet til å undersøkje korleis samhandlinga mellom ungdomane og hjelparane verkar inn på endringsprosessane.

3.3 Hjelpsam hjelp i lys av omgrepet *handlingskompetanse*

Eit omgrep som synte seg som interessant og nyttig undervegs i prosessen med å analysere intervjua, var *handlingskompetanse*. Det blei tydeleg for meg at dei intervjuja ungdomane både hadde ein særeigen kompetanse, opplevde manglande kompetanse og fekk ny kompetanse i løpet av endringsprosessane. Eg vurderte det derfor som tenleg å ha fokus på kompetanse i analysen. Omgrepet kompetanse har ulike definisjonar og bruksområder, og eg har valt å nytte Per Nygren si forståing av omgrepet (Nygren, 2008a). Nygren nyttar omgrepet *handlingskompetanse* som eit overordna omgrep for å understreke at den einskilde er handlande subjekt i si eiga utvikling av kompetanse. Handlingskompetanse gjer den einskilde i stand til å handle for å løyse bestemte oppgåver og nå bestemte mål. Dersom oppgåvene vert endra, vert òg krava til kompetanse endra. Gjennom å delta aktivt i ulike dannelsings- og kvalifikasjonsprosessar vert det utvikla handlingskompetanse til å handle i ulike kontekstar. Korleis den einskilde subjektivt opplever oppgåvene, måla og behova verkar inn på korleis handlingskompetansen vert utvikla.

Nygren har delt *handlingskompetanse* inn i fem hovudelement: Kunnskap, ferdigheit, kontroll over ytre føresetnader for handling, identitet og handlingsberedskap. *Identitet* vert forstått som ein del av handlingskompetansen, då identitet blant anna fungerer motiverande, rettleiande og dirigerande på åtferda. *Kontroll over ytre føresetnader* er ein sentral del av handlingskompetansen då styringa ein har på ytre føresetnader i dei ulike kontekstane ein er i verkar inn på evna til å løyse oppgåver og nå mål. Kontroll over ytre føresetnader, identitet, ferdigheiter og kunnskap vert integrert og kjem til uttrykk gjennom ein person sin *handlingsberedskap*. Handlingsberedskapen får form av at personen i situasjonar den er i, har tendens til å handle på bestemte måtar.

Ulike sosiale og kulturelle vilkår gjev skilnader i kva for handlingskompetanse som vert utvikla. Slik kan den einskilde utvikle fleire handlingskompetansar som vert nytta i ulike kontekstar. Ein kan skilje mellom den ålmenne og potensielle handlingskompetansen til ein person og den operative handlingskompetansen som kjem til syne i spesifikke kontekstar (Nygren & Fauske, 2004). Nygren nyttar omgrepet handlingskompetanse først og fremst til å drøfte profesjonelle personar sin utvikling av yrkeskompetanse. Eg vil óg nytte omgrepet til sjå nærare på kva for handlingskompetanse ungdomane har utvikla i tida som rusavhengig og kva kompetansekrav arbeidet med å bli rusfri set. Nygren skildrar handlingskompetansen som ”dobbel situert”, då han er situert både i personen sine mentale prosessar og i den einskilde konteksten han vert utvikla og nytta i (Nygren, 2008b s.42). Handlingskompetansen sin samanheng med kontekst og den einskilde si subjektive oppleving av verda gjer at eg synest omgrepet er ein naturleg og konstruktiv brubyggjar mellom Ekeland sin skildring av meiningsdanning og det interaksjonistiske perspektivet.

Eg har altså tatt utgangspunkt i eit meiningsperspektiv, eit interaksjonistisk perspektiv og omgrepet handlingskompetanse til å søkje å svare på forskingsspørsmåla:

Kva karakteriserer hjelpa som ungdomane opplever som hjelpsam?

Kva kjenneteiknar dei endringsprosessane dei skildrar?

Kva for meiningsdanningar skjer på vegen ut av avhengigheita?

Korleis kan dei profesjonelle hjelparane fremme hjelpsame meiningsendringar?

Dette er spørsmål som vert undersøkt i oppgåva mi, og utgangspunktet har vore å forstå korleis intervjupersonane har opplevd hjelpa dei har motteke. I arbeidet med å analysere forteljingane til ungdomane om endringsprosessane deira og om den hjelpsame hjelpa, opplevde eg at historiene deira omhandla tre ulike prosessar som alle var vesentlege for å forstå vegen ut av avhengigheita. Den første prosessen er knytt til det å få tillit til og utvikle ferdigheiter til å nyttiggjere seg av det profesjonelle hjelpeapparatet. Den andre prosessen skildrar endringar i forholdet til rusmidla, og den tredje prosessen er knytt til det å etablere seg som ein nyktern deltakar i samfunnet. Desse tre endringsprosessane utviklar seg parallelt og verkar inn på kvarandre. Alle tre viser sentrale dimensjonar på vegen mot å bli rusfri.

For å skape ei oversiktleg framstilling av empirien og analysen, har eg valt å strukturere presentasjonen av empirien etter desse tre prosessane, og gjeve kvar delprosess sitt kapittel. Før eg undersøker prosessane nærare, vil eg sjå på korleis ungdomane opplevde det å vere ein som misbrakte rusmiddel. Ekeland peikar på at for å forstå kva som er hjelpsam, må ein sjå kva meiningsramme problemet vert sett inn og kva for kontekst hjelpar og hjelpemottakar møtest innanfor (Ekeland, 1999). Eg har derfor vurdert det som relevant å først sjå på ungdomane si oppleving av å vere ein som misbruker rusmiddel, og eg nyttar neste kapittel til å presentere nokre av opplevingane deira.

4. Å vere ein som misbruker rusmiddel

Ungdomane eg har intervjuar har ei fortid som rusavhengige. I mellom åtte og tolv år brukte dei narkotika dagleg, og mykje av tida har dei vore i lag med andre som nytta rusmiddel. Nokre av ungdomane har i periodar vore i jobb eller gått på skule, men i hovudsak har den daglege verksemda vore aktivitetar kopla til rus. Eg vil i dette kapittelet undersøkje kva forståing ungdomane har til dette livet og til seg sjølv. Ungdomane har presentert fleire historier som viser ulike sider ved rusen og ruslivet, og i analysen av historiene har tre dimensjonar ved rusen synt seg å vere sentrale: rusen som meiningsfull, rusen som skammeleg og rusen som ein kontrollerande kraft. Eg vil det fylgjande presentere dei nærare.

4.1 "Eg hadde lyst å leve sånn" – rusen som meiningsfull

Ei av dei sentrale opplevingane knytt til ruslivet er rusen som eit gode. Rusen og ruslivet har gjeve ungdomane mykje som dei opplever har vore verdifullt. Forutan sjølve rusopplevinga har ruslivet gjeve venner og tilhøyre. Som "Herman" seier: "Akkurat i byrjinga er det veldig fantastisk, kjekt, får venner." Fekjær presenterer i boka *Rus* ulike motiv for å nytte rusmiddel (2004). Han viser til at rusen i tillegg til den kjemiske verknaden også har ein symbolsk verknad og er ein måte å fremme kjensle av fellesskap og tilhøyre på. Rusen kan dempe kjensler av angst og nederlag. Ein annan som har utforska rusen sine positive sider er Svensson. I boka *Heroinmisbruk* skildrar han heroinen sin verdi i både ruslivet, film og musikk (2005). Svensson viser korleis menneske som har organisert livet sitt rundt heroinen, skildrar rusmiddelet sine effektar i svært positive ordelag. Heroinen vert omtala som eit kjærleiksobjekt som gjev ro, avkopling og nyting (Svensson, 2005). Ulempene vert ikkje kopla til rusen i seg sjølv, men til konsekvensane rusmisbruket fører med seg (Svensson, 2005). "Eirin" fortalte i intervjuet at i dei første åtte åra ho rusa seg, ville ho ikkje ha hjelp til å slutte å ruse seg. Ho heldt rusbruken skjult for omverda og for hjelparane, for ho hadde ikkje noko ønske om å endre forholdet sitt til rusmidla:

Eg var veldig flink til å halde det skjult, så ein såg ikkje eigentleg kor ille det eigentleg var. Eg var ikkje klar for å få hjelp. Eg hadde ikkje lyst på hjelp. Eg hadde lyst å leve sånn. Det har med innstillinga til kva ein vil og sånn, men ...Det var jo eit slitsamt liv, men samtidig såg eg ikkje den heilt store vitsen med å vere rusfri heller. For eg hadde ikkje noko som ... Ja, det freista ikkje det livet heller, for det var på ein måte tomt åleine. Eg hadde ikkje noko motivasjon. Eg hadde ikkje lyst til å ha det fælt sånn som eg hadde det, men eg hadde det ikkje noko godt når eg var rusfri heller (Eirin).

Eirin skilder livet som rusmisbrukar som eit liv ho hadde valt å leve. Livet som rusmisbrukar blir sett i kontrast til livet utan rusmiddel, og livet med rusen blir vurdert som det minst vanskelege livet. Rusen vert ei løysing på eit liv som vert opplevd som tomt. Valet synest ikkje å vere motivert først og fremst av at livet med rusen synest å vere så bra, men det opplevdes å vere betre for henne enn livet utan rusen. Opplevingane til Eirin har likskapsteikn med korleis Prochaska og DiClemente skildrar det dei kallar for førvurderingsfasen – ein fase som er prega av at personen ikkje tenkjer seriøst på å gjennomføre endringar i livet sitt. Livet som rusavhengig vert opplevd som betre enn eit liv utan rusmiddel.

Opplevinga av rusen som noko meningsfylt synest å vere ein sentral oppleving hjå ungdomane eg har intervjuet. Rusen gav livet mening. Gjennom å leve med rusmiddel har ungdomane utvikla ein handlingskompetanse og lært seg ein måte å meistre livet på. Dei har til dømes utvikla kunnskap om bruk og effekt av ulike rusmiddel, og om språket og dei sosiale spelereglane i rusmiljøet. Dei har utvikla ferdigheiter i å nytte rusmiddel og lært seg måtar å skaffe seg pengar og rusmiddel på. Dei har funne måtar å få kontroll over ytre føresetnader på, som til dømes korleis få pengar frå sosialkontoret eller korleis roe ned urolege foreldre. Dei har utvikla ein identitet som rusavhengig og utvikla ein handlingsberedskap til korleis dei skal handle i ulike situasjonar. Sandberg og Pedersen, som har studert rusmiljøet ved Akerselva i Oslo, kallar kompetansen som ungdomane i rusmiljøet har utvikla for *gatekapital* (2006). Dei hevdar at kompetansen som ungdomane har utvikla synest å bli opplevd som å ha liten overføringsverdi til andre sosiale arenaer. Sandberg og Pedersen viser òg til Bourgois, som i si forskning brukte Bourdieu sitt omgrep *kulturell kapital* til å skildre kompetansen til seljarar av rusmiddel i El Barrio. Han peikar på at den kulturelle kapitalen på gata skil seg frå den tradisjonelle forståinga av kulturell kapital då den i liten grad kan overførast til andre sosiale felt. Tvert i mot, hevdar Bourgois, kan kunnskap og kompetanse frå gata som kjem til syne på andre sosiale felt, virke stigmatiserande og ekskluderande (Sandberg & Pedersen, 2006). Ungdomane eg har intervjuet synest å dele denne oppfatninga. Dei skildrar ei oppleving av å ikkje ha kompetanse i å delta i andre miljø enn rusmiljøet. Dei opplever seg tvert imot sett ned på og mislikt av menneske som ikkje bruker rusmiddel. Denne opplevinga karakteriserer ei anna sentral oppleving ved det å vere rusavhengig og vil bli utforska nærare i neste avsnitt.

4.2 ”Eg føler meg som ein hundelort” – rusen som noko skammeleg

Sander fortalde at han hadde rusa seg hardt i over ti år. Han brukte dagleg heroin og hadde tilknytning til eit rusmiljø som var synleg og kjent for andre i byen.

Går du lenge nok i rusmiljøet, så føler du deg som ein drit, du føler deg ikkje akseptert nokon plass. Føler det er ingen som vil ha noko med deg å gjere. Ja, føler deg null verdt. Ein liten hundelort [...] Når du går lenge nok, så mister du all sjølvrespekt og du føler seg som ein hundelort. Det gjekk jo mange år, eg er jo så paranoid. Eg var litt innblanda i tyngre miljø. Det var nokre alvorlege kriminelle hendingar og eg hadde litt forbindelsar til dei som stod bak dette her. Litt for nære forbindelsar, slik at eg gjekk i fleire år og følte at veldig mange visste om dei forbindelsane eg hadde der. Ergo så linka dei meg opp til at eg hadde ein rolle i dette her. Så eg følte meg rett og slett hata og null verdt (Sander).

Sander skaper ikkje si meining om seg sjølv og sin rusbruk i einsemd. Han set opplevinga av livet sitt i samanheng med korleis han vurderer at andre ser han. Dei andre synest å vere dei ”streite”, dei som ikkje har vanskar med narkotika. Opplevinga hans seier noko om hans oppfatning av andre sitt bilete av dei som misbruker rusmiddel. Det er tydeleg at han opplever at måten han levde livet på, ikkje var anerkjent og akseptert. Det var ein måte å leve livet på som andre ikkje ønskte for seg, eller for samfunnet. Sander nytta sterkt negativt ladde ord som tyder på ei oppleving av at han gjorde noko gale. Ordet ”hundelort”, til dømes, tyder på ei oppleving av å vere uønska, noko som forsøpla og noko ein ønskjer å få vekk frå samfunnet. Sander si historie tyder på ei oppleving av å vere annleis. Sjølv om det finst mange måtar å leve livet på, synest dei fleste å vere innanfor ein felles kategori av det normale. Sander, derimot, opplevde at han levde eit unormalt og feilaktig liv.

Noko av det vi menneske er mest sårbare for, er avvisning. Vi treng andre menneske for å eksistere, og avvisning kan vere eit teikn på at vi ikkje er ønska i det sosiale fellesskapet. Skam er eit teikn på opplevd avvisning. Skamkjensla er ein emosjon som er nært knytt opp til ei negativ sosial vurdering. Skamkjensla treng ikkje vere udelt negativ. Ho kan hjelpe oss til å opptre slik at vi vernar våre band til andre. Vanskane kjem når skamma og sjølvforakta får ein storleik som hindrar ein i å glede seg over sine eigne ressursar. Gjentekne erfaringar av avvisning og skam kan gje ei kjensle av å leve i verda som ein uønska person og gje ei kjensle av å ikkje vere elskeleg (Gulbrandsen, 2006). Sander si skildring av korleis han opplever seg

sett av andre, tyder på ei kjensle av skam og ei oppleving av å vere uønska. Opplevinga til Sander er truleg verken oppsiktsvekkande eller eineståande. Både Kaufman og Fekjær reknar rusmisbruk og avhengigheit som tilstander som særskilt ofte er knytt til høg grad av skam (Fekjær, 2004; Gulbrandsen, 2006). Fekjær syner til at mange har vore plaga av kjensler av skam allereie før rusvanskane utvikla seg. Ei stor norsk undersøking gjennomført i 1997 av personar i behandling syner at 70 % hadde læring og åtferdsvanskar i skulen, halvparten hadde minst ein foreldre med alkoholvanskar og 38 % hadde blitt mobba i barneåra (Gulbrandsen, 2006). Den utfordrande oppveksten har for mange ført til eit negativt sjølvbilete og ei kjensle av skam som kan vere medverkande til at ein søker mot rusen og rusmiljøet. Skamma og den negative sjølvkjensla vert halden oppe og forsterka av samfunnet si oppfatning av rusvanskar og rusmiljøet (Fekjær, 2004).

Det kan synest som at ein ved rusvanskar legg til grunn ei forståing av at viljen har stor innverknad og at ein kan slutte å ruse seg viss ein verkeleg vil. Denne oppfatninga kan kome til uttrykk ved at til dømes familie og arbeidsgjevarar set krav om at ein skal slutte med den skadelege åtferda, elles vert ulike tiltak sett i verk. Jessica Palm gjennomførte ein studie av haldninga til rusvanskar blant dei tilsette i rusomsorga i Stockholm, og ho fann at majoriteten av dei spurte meinte at den avhengige sjølv var delvis ansvarleg for å ha blitt avhengig og fullt ansvarleg for å kome seg ut av avhengigheita (Palm, 2004). Dei tilsette delte altså den oppfatninga at dei rusavhengige kan la vere å ruse seg om dei vil det nok. Denne oppfatninga, som synes dominerande både i samfunnet generelt og hos dei profesjonelle hjelparane, synest eg gjev ein viktig ramme for å forstå opplevingar av skam og skyld knytt til det å vere rusavhengig.

Skamma og skyldkjensla vert truleg forsterka ved at rusvanskane ofte rammer familien og vener sterkt (Fekjær, 2004). Åtferdsendingar som ofte kjem i kjølvatnet av rusvanskane, rammer pårørande, og løgn og konflikhtar kan prege relasjonane. Eirin fortel om erfaringar med det: "Du prøver å lure deg litt unna, og ... Sånn er det ein er når ein rusar seg. Den eine den skjuler det, den andre lyg litt òg. Det er sånn ein ikkje er som person, men ..." Eirin synest å oppleve at rusbruken fører til handlingar som ein elles ikkje ville ha utført. Oppfatninga hennar synest annleis enn den rådande ideen om at rushandlingane er viljestyrte. Ideen om at rushandlingar er viljestyrt kan føre til ei oppfatning av at ungdomen har lav moral som ikkje sluttar med

noko som går utover uskyldige andre. Ei slik haldning til rusvanskar kan fremme kjensla av skam og negativ sjølvkjensle hos den som bruker rusmiddel.

Fredriksen og Fugelli peikar i artikkelen ”Myk ondskap” på kor vanskeleg og kanskje umogeleg det er å vise spesifikke og klare årsakssamanhengar når ein jobbar med personlege vanskar (2006). Livet er for komplisert og årsakssamanhengane for samanvevde til å finne enkle forklaringar. Likevel synes det som vi i vårt samfunn lett overvurderer kor stor kontroll vi har over livet vårt. Denne ideen gjer at vi står i fare for å leggje større ansvar for vanskar og sjukdomar på klienten personleg enn det er grunn for (Gulbrandsen, 2006). Det kan sjå ut til at den generelle tendensen i samfunnet vårt til å gjere einskildmennesket ansvarleg, har auka i det som vert kalla det postmoderne eller det seinmoderne samfunnet (Bauman, 2002; Dencik & Schultz Jørgensen, 1999; Gulbrandsen, 2006). Sander og Eirin sine opplevingar synest å vere ein del av den same kulturelle oppfatninga. Liva deira har ikkje teke riktig veg, og dei må sjølv bere skulda og skamma for det.

Omgrepet *punktuering* vert nytta til å syne korleis vi oppfattar ein prosess ved at vi legg merke til og skil ut einskilde sekvensar i ei samhandling (Bateson, 2000). Måten vi punktuerer på har innverknad på kva vi ser og korleis vi forstår det vi ser. Historiene til ungdomane gjev ei forståing av at rusbruken fangar mykje av merksemda vår. Dei synest å oppleve at rusbruken deira er ein svært sentral del av deira identitet. Det er eit trekk ved livet deira som blir eit synleg og dominerande kjenneteikn både for omgjevnadene og for dei sjølve. Andre sider ved identiteten til ungdomane synest å vere sette i bakgrunnen. Becker kalla det for *masterstatus* når bestemte sider ved ein person sin status overskyggar andre sider ved personen (Becker, Sjøgaard, & Järvinen, 2005a). Skildringa Sander gav av korleis han følte seg sett av andre, illustrerer dette omgrepet godt. Kva for utsjånad Sander har, kor lojal han var som ven, kor kunnskapsrik han var eller evnene hans til å spele tennis var til dømes eigenskapar som ikkje syntest å ha innverknad på biletet av kven han var. Eit anna døme er frå når Eirin fortel om opplevingane hennar med å vere gravid. Ho skilder at blikket ho opplevde ho blei møtt med av andre, ikkje var på henne som gravid, men på henne som rusavhengig. Ho sakna å bli sett på som gravid: ”At dei kanskje hadde tatt litt meir vare på meg og det at eg var gravid. Gått litt ut og sett på barneklede, gjort alt sånt som andre som er gravide gjer.” Thommesen har i sitt doktorgradsarbeid intervjuja menneske med både psykiske og rusrelaterte vanskar og funne noko av det same. Ho viser i artikkelen ”I rusmisbrukerens

skygge” korleis rusmisbruket vert det framtrudande trekket ved personane (2009). Personar ho intervjuar opplevde til dømes at det var tankekjør som var deira grunnleggjande problem, mens rusmisbruket blei sett og gjort til hovudproblemet av hjelparane. Eigenarten deira vert ikkje sett eller blei i beste fall redusert til ein konsekvens av rusmisbruket. Thommesen meiner nøkkelforteljingane om rusmisbrukarar i vårt samfunn framhevar avstanden mellom rusbrukaren og det ”normale” mennesket. Ho meiner essensen i dei rådande forteljingane om rusmisbrukaren i vår kultur er at dei ikkje er som oss andre. Ho spør om ikkje rusmisbrukaren er meir lik oss enn det vi liker å tru.

Det postmoderne samfunnet har blitt karakterisert som prega av at vi har mange ulike subjektivitetar (Dencik & Schultz Jørgensen, 1999; Nelson, 2002). Vi beveger oss i ulike miljøer der vi syner fram og får merksemd på ulike sider ved oss sjølv. Denne skildringa av det postmoderne samfunnet synes ikkje å vere så dekkande for ein person med omfattande vanskar med rusmiddel. Desse personane synest i større grad å ha ein identitet; rusmisbrukar. Skamma og skyldkjensla som synest å vere kopla tett opp til denne identiteten, vert derfor ein sentral del av sjølvbilete til ungdom med store rusvanskar. Nyansane i likskap og skilnad mellom menneske synest å bli viska vekk. Igjen står kategoriar og dikotomiar. Ungdomane med rusvanskar vert først og fremst rusavhengige, annleis og skyldige, medan befolkninga elles, utan desse rusvanskane, vert ”dei andre”, ”dei normale” og ”dei problemfrie”.

4.3 ”Eg trudde ikkje eg skulle klare det” – rusen som noko som tek styring

Ein tredje sentral dimensjon ved opplevingane av å vere avhengig av rusmiddel, er opplevinga av rusen som noko som tek styring. Herman, til dømes, hadde lenge ønskt å slutte å ruse seg, utan at han hadde gjort seriøse forsøk på å få det til:

For meg har det handla om at eg ikkje orka å slutte og at eg ikkje trudde eg skulle klare det. Det er for skremmande å tenkje på å skulle vere nyktern. Det har ikkje så mykje positivt ... Eg trur dei fleste kunne ønskt at dei ikkje rusa seg (Herman).

Slik Herman her omtalar rusen, var ikkje det gode ved rusen lenger grunnen til at han ruste seg. Han held fram med å ruse seg fordi han opplevde at han ikkje hadde noko alternativ. Å leve utan rusen vart opplevd som skremmande og noko som var for vanskeleg for han. Ruslivet var ikkje noko han valte å leve fordi han ønskte det, men noko han ikkje kom seg ifrå. Opplevinga Herman presenterte her er ganske så annleis enn den vi såg Eirin skildre

tidlegare i kapittelet. Medan Eirin rusa seg på bakgrunn av ei vurdering av at det var det beste for henne, ruste Herman seg fordi han opplevde at han ikkje klarte noko anna.

Sander opplevde seg som vanskeleg å hjelpe i mange år. Han skildrar at han forneakta omfanget av rusvanskane og at han ikkje avdekka det heile og fulle problemet. Han var ”så full av problem” sjølv at han opplevde at han ikkje klarte å sjå verken omfanget av vanskane eller å gjere noko med dei. Han opplevde at han hadde såpass mykje problem at han sjølv ikkje var i stand til å forstå dei, men han trur det hadde vore mogeleg at andre kunne ha hjelpt han til å forstå.

Rusen vert ikkje, verken av Herman eller Sander, sett som gode løysingar, men som noko som skaper meir problem enn han løyser. Skildringa deira tyder på at dei opplever å ikkje ha kontroll over rusen og vanskane han fører med seg. Opplevingane minner om det Nygren kallar *dysfunksjonell handlingskompetanse*. Rusbruken blei ein gang opplevd som ei god løysing, men no er biverknadane større enn nytten, og ungdomane opplever at dei sjølve ikkje er i stand til å gjere noko med det.

4.4 Oppsummerande refleksjon: om ambivalens og manglande sidesyn

I dette kapittelet har eg presentert ungdomane sine skildringar av livet som rusavhengig. Opplevingane av livet som rusmisbrukar synes å ha fleire fasettar som til dels er motstridane. Rusen vert på den eine sida opplevd som det som gjev livet meining. Rusen gjev opplevingar som er lystbetonte. Rusen organiserer kvardagen, fremmer relasjonar og gjev ungdomane kompetanse og identitet. Rusmidla gjev ungdomane ein kompetanse til å finne løysingar og meining i tilværet. Samstundes vert rusen opplevd som noko som dei ikkje har styring og kontroll over. Rusen fører med seg kaos og vanskar som gjer at dei ikkje klarer å sjå omfanget av vanskane sine eller gjere noko med dei. Rusen fører til val, handlingar og konsekvensar som dei ikkje ønskjer. Kompetansen til å ruse seg synes å vere dysfunksjonell på den måten at han kan hjelpe ungdomane til å løyse vanskar på kort sikt, medan han på lengre sikt kan føre til ei oppleving av kaos og nye vanskar. Kompetansen dei innehar, synest heller ikkje å ha stor overføringsverdi til andre sosiale arenaer. Tvert i mot vert bruken av rusmiddel opplevd av ungdomane som noko andre ser på som feil og uønska. Denne vurderinga av dei og deira kompetanse gjev ungdomane ei oppleving av å ikkje meistre livet og ikkje vere gode nok, og at dei heller ikkje har kompetanse til å meistre livet på nokon anna måte.

Dei ulike fasettane ved ruslivet skaper ein ambivalens til rusen. Rusen vert både ein venn og ein fiende. Prochaska og DiClemente skilder via sin faseteori denne ambivalensen på ein interessant måte: Dei viser til korleis rusavhengige si oppleving av rusmidla endrar seg gjennom dei ulike fasane. I byrjinga meiner Prochaska og DiClemente at klientane overvurderer rusen sine positive sider og undervurderer dei negative. Dersom klienten etter kvart tydelegare ser rusen sine negative sider, vil motivasjonen til endring auke. Klienten er då komen over i ein ny fase i endringsprosessen (Prochaska, et al., 1992). Vurderinga som dei presenterer, som kan føre til auka motivasjon til å slutte å ruse seg, fokuserer på vektinga av rusen sine positive sider opp mot rusen sine negative sider. Eg synest Prochaska og DiClemente si faseinndeling kan vere tenleg til å forstå noko av ambivalensen knytt til rusen, men samstundes synes eg den har svakheiter ved at den i så stor grad punktuerer på rusen og legg til grunn ei vurdering av rusen som grobotn for endring. Eg stiller spørsmålsteikn ved om ei veging av ruslivet sine negative og positive sider er så avgjerande i endringsprosessen som Prochaska og DiClemente legg opp til. Eg stiller spørsmålsteikn ved om det ikkje og er andre meiningsdanningar som er sentrale for å få til endring. Ein meiningsdanning som i denne analysen står fram som viktig er å få skapt eit truverdig og attraktivt biletet av kva for liv ein vil ha og kan ha dersom ein ikkje skal ruse seg.

Eirin skildrar livet utan rus som tomt. Dette er eit ord som synest dekkande for fleire av ungdomane si oppleving av livet utan rusmiddel. Ungdomane synest i desse utdraga å mangle førestillingar om korleis livet deira kan og vil sjå ut dersom dei ikkje rusar seg. Ønska, drømmene og planar for eit alternativt liv kjem foreløpig ikkje fram. Dette kan vere eit resultat av mine spørsmål, men det kan òg vere teikn på ungdomane sine oppfatningar. Rusen og ruslivet synes å vere det dominerande biletet, medan alternative bilete av kva liv ungdomen kan leve om dei ikkje skal ruse seg, synes å vere utan farge og innhald. At ungdomane rusar seg synes å vere ein svært sentral del av deira identitet. Uansett om dei samhandlar med hjelparar, familie eller andre som rusar seg, synest det å vere identiteten deira som rusmisbrukar det vert punktuert ved. Dette punktueringsmønsteret opplever eg fremmer ei oppleving av avstand mellom dei rusavhengige og dei andre rusfrie, og denne avstanden synest å vere med å gjere det vanskeleg for ungdomane å sjå alternative bilete av kva livet deira kan innehalde. Herman og Dina uttrykte til dømes at dei hadde kome fram til ei erkjenning av at dei ville slutte å ruse seg, men frykta for det ukjente og tvilen på om dei kunne klare det, heldt dei att frå å gjere seriøse forsøk på å slutte.

Eg opplever at Proschaska og DiClemente sin stadieteori òg fokuserer mykje på den rusmisbrukande identiteten til personane. McIntosh og McKeaney har i sin studie i større grad fokusert på alternativ til ruslivet. Dei fann at dei fleste intervjupersonane deira hadde gjort fleire forsøk på å slutte å ruse seg. Til grunn for eit vellukka endringsforsøk meinte McIntosh og McKeaney at det låg ei tru på at endring var mogeleg, og at ein ny identitet kunne byggjast opp att. Deira funn støtta opp under ei oppfatning av at endring av rusåtferd er meir enn endring av forholdet til rusmidla, og at det er sentralt at ungdomane får skapt eit bilete av kor dei vil, og ikkje berre kva dei vil vekk frå. Eg vil seinare i oppgåva sjå nærare på kva som kan fremme danning av bilete av seg sjølv som nyktern.

Ei anna meiningsdanning som synest viktig, er opplevinga av å ha tillit til hjelpeapparatet. Ein person som er skamfull venter forakt og avvisning (Gulbrandsen, 2006). For å beskytte seg sjølv er det naturleg å halde seg vekke frå situasjonar som kan føre til nye avvisningar. Å ta i mot hjelp og behandling krev at ein viser seg og situasjonen sin fram for eit anna menneske. Dette er ein situasjon som i seg sjølv er potensiell skammeleg og som gjer ein var for krenkingar. Ein kjensle av skam kan derfor føre til at ein trekkjer seg tilbake og ikkje søker kontakt med andre menneske, som til dømes profesjonelle hjelparar. Å få profesjonell hjelp til å kome ut av rusavhengigheita krev at ungdomane må gå inn i nye roller og andre samhandlingsformer enn dei er vande med i livet som rusavhengig. Dei må utvikle ein ny identitet som klient. Denne identiteten fører med seg behov for ny kompetanse. Alle ungdomane eg har intervjuar har etablert denne identiteten og utvikla kompetanse i å vere klient. I neste kapittel vil eg undersøkje denne prosessen.

5. Å skape seg sjølv som klient

I metodekapittelet peika eg på korleis ungdomane sine historier kan vere påverka av hjelpeapparatet sine opplevingar av hjelpsam hjelp, og eg nytta bidrag frå boka *At skape en klient* i diskusjonen. Forfattarane av boka, Järvinen og Mik-Meyer, nyttar institusjonsteori og symbolsk interaksjonisme til å utforske korleis hjelpeinstitusjonane er med å skape og forme klienten (2003). Dei avviser ikkje at andre perspektiv er relevante for å studere relasjonen mellom klient og hjelpar, men har valt å fokusere på dette perspektivet. Eg synes bidraga deira er interessante og tenlege til å auke forståinga av samspelet mellom klient og hjelpar. Min ståstad er likevel noko annleis. Eg nyttar òg eit interaksjonistisk perspektiv til å sjå på samhandlinga mellom hjelpar og klient, men samstundes vil eg fokusere på korleis klienten sjølv er eit handlande og reflektert individ som observerer, tolkar og kategoriserer i møtet med hjelparar og hjelpesystem. Eg har valt å kalle dette kapittelet ”å skape seg sjølv som klient” for å poengtere at det er ungdomane som *meningsdannande subjekt* som er i fokus. Eg vil i det følgjande presentere nokre av tankane ungdomane skildra i prosessen med å bli klient.

5.1 Uvisse, skuffelsar og håp – om smaksprøver av hjelpande relasjonar

Første gong Herman var i kontakt med profesjonelle hjelparar for rusproblemet sitt, gjekk han til ein privatpraktiserande psykolog. Han syntest det var veldig rart at han skulle leggje pengar i eit pengeskrin som stod der: ”Eg aner ikkje kva eg gjorde der, aldri snakka med nokon såne før, og visste ikkje kva eg skulle. Og så måtte eg så tydeleg betale for det.” Herman skildrar ei oppleving av å ikkje vite verken korleis han skulle oppføre seg eller korleis han skulle nyttiggjere seg hjelpa. Herman mangla kunnskap og ferdigheiter om korleis han skulle samhandle med hjelparen. Møtet blei opplevd som lite hjelpsam og han møtte ikkje opp fleire gonger.

Tomas uttalte at han truleg var vanskeleg å hjelpe dei første åra. Det var meir familien hans enn han som var motivert for endring, og han opplevde seg sjølv som krevjande:

Dei siste ti åra før eg kom på den siste behandlingstinstitusjonen, så har eg jo møtt verda med eit rusa blikk. Og verda har sett på meg med sitt blikk og. Det har blitt ein sånn gjensidig misnøye mellom meg og resten av verda. Også på sosialkontoret. Det har sikkert noko med at når eg har møtt opp der, så har eg hatt klørne ute, og forsvaret på, liksom. Og då er det veldig mange menneske som går i nøyaktig same fella igjen (Tomas).

Tomas si skildring tyder på ei oppleving av at det ikkje var dei konkrete personane som var i framgrunnen i møta, men *kategoriane* hjelpar og rusmisbrukar. Hjelparane blei ikkje presenterte av Tomas ved namn og Tomas opplevde seg ikkje sett som noko subjekt, men som ein representant for ein gruppe. Tomas opplevde seg sett som ein rusmisbrukar og det var identiteten som rusmisbrukar han viste. Handlingskompetansen som var knytt til identiteten som rusavhengig vart den operative og synlege i denne situasjonen. Å ha ”klørne ute og forsvaret på” var ein del av Tomas sin handlingsberedskap som han kunne møte andre personar med. Nygren og Fauske viser til at vi har ein tendens til å bruke visse deler av vår handlingsberedskap medan andre potensielle handlingar og ferdigheiter vert liggande i dvale (2004). Slik Tomas skildra det, kan det synest som at han i dei siste ti åra før han kom på den siste behandlingstilstanden, hadde ein tendens til å møte verda med ein beredskap som var knytt til ein rusa handlemåte. Forutan at denne beredskapen handla om å ruse seg, inneheld han òg ein beredskap i å vere i forsvar og i å møte andre menneske med klørne ute. Denne åtferda opplevde Tomas blei møtt med liknande åtferd av den andre. Ein sirkulær prosess synest å oppstå der deltakarene gjensidig stadfesta kvarandre som representantar for ei gruppe utan å bli kjende med det særigne med kvarandre som personar.

Skildringane ungdomane gjer av dei første forsøka på å få hjelp med rusvanskane sine gjev inntrykk av at ungdomane var skeptiske til om kontakten med hjelpeapparatet kunne vere hjelpsam. Det var gjerne krav frå omgjevnaden som var bakgrunnen for møta meir enn ein tru på eit utbytte. Utdraga tyder og på at ungdomane hadde lite tillit til hjelpeapparatet, og lite kunnskap om korleis dei skulle nytte kontakten for å få den hjelpa dei trong. Denne opplevinga hadde dei til tross for at dei hadde fleire år bak seg der dei har samarbeidd med hjelparar. I livet som rusavhengig var det vanleg å samarbeide med eit profesjonelt hjelpeapparat. Ungdomane hadde til dømes i liten grad ordinær lønnsinntekt og var i kontakt med hjelpeapparatet for å få hjelp til livsopphald og bustad. Denne hjelpa synest å bli opplevd som annleis enn å få hjelp til å endre sjølve forholdet til rusmidla. Dina skildra at ho lenge hadde lyst til å få hjelp til å slutte å ruse seg, men frykt og skepsis har halde henne att:

Eg har villa veldig, veldig, veldig, men eg har vore så redd for at eg ikkje skulle klare det, og så har eg vore redd for å ikkje bli trudd. Desse her narkomane som berre lyg og steler. Det er vel det at eg ikkje har tort å satse på det 100 %. Eg har villa, men likevel halde igjen på ein del av desse tinga. Lenge (Dina).

Dina kunne, slik ho skildrar det, tenkt seg å leve livet annleis. Frykta for at ho ikkje skulle meistre livet utan rus, har hindra henne. I tillegg var ho redd for korleis hjelparane ville sjå på henne. Dina skildrar ein redsel for at hjelparen ville møte henne med eit stereotypisk, negativt bilete av ein narkoman, framføre å sjå henne som den personen ho opplevde at ho var. Frykta ho skildrar minner om skildringa Thommesen gjev i artikkelen ”I rusmisbrukerens skygge” (2009). Thommesen intervjuar menneske med både psykiske og rusrelaterte vanskar om deira erfaring med samhandling med hjelpeapparatet. Desse personane opplevde det vanskeleg å bli sett som den personen dei var, men opplevde seg sett og handsama som kategorien rusmisbrukar. Redselen Dina har for å bli møtt på denne måten synest å hindre henne i å søkje hjelp.

Enkelte av ungdomane sine møte med hjelparar, tidleg i endringsprosessen, blir likevel trekte fram som gode og hjelpsame. Sander fortel om eitt slikt møte. Han brukte mykje tid i eit område i byen der fleire rusavhengige samla seg. I blant kom nokre hjelparar bort til området og tok initiativ til kontakt med Sander. Dei same hjelparane kom og bort til han dersom han kom innom servisekontoret som dei hadde.

Ja, berre det at de kom til meg, sånn uoppforda og på ein måte sette seg ned med meg. Viss de treffe meg ute, for eksempel, eller dei gongene eg kom nedi der for å få meg mat eller skulle ta ein telefon til sosialkontoret eller eit eller anna sånt, så synest eg det var ganske spesielt at dei på ein måte viste litt interesse heile tida. Eg fekk ein god kontakt med dei, spesielt ein der nede, og vi snakka veldig mykje om forskjellig former for behandling eg skulle prøve ut, liksom. Men eg var ikkje klar for det då, så eg jatta veldig mykje med. Men berre det å kunne ha den kontakten, at dei kom bort til meg, det gav meg ein sånn følelse av at: ja, ja det er faen meg nokon som bryr seg. Som faktisk er litt interessert i ... Eg skjønner jo at det er jobben deira, men likevel. Det er jo fint å ha noen å snakke med, som gir deg ein respons som er utover det du får i miljøet. Der er jo berre rus og kriminalitet. Kan jo ikkje snakke om noko anna (Sander).

Sander sin historie er eit døme på at sjølv om Sander på dette tidspunktet var lite innstilt på å gjere seriøse endringar med rusvanskane sine, erfarte han likevel møte med hjelparar som gode og meningsfulle. Møta synest å ha vore hjelpsame sjølv om dei ikkje der og då førte til endringar i rusbruken. Ekeland viser til at potensialet for hjelp er knytt til i kva grad hjelpar sitt budskap passar inn i klienten sin livsverd. Ekeland meiner det er meir korrekt å seie at klienten behandlar seg sjølv gjennom at han selektivt hentar ut hjelpsame bidrag frå den konteksten som er skapt av klient og hjelpar. Kva er det så Sander hentar ut av desse møta?

Sander fortel at dei tilsette snakka mykje om ulike former for behandling som han kunne prøve ut. Dette temaet hadde eit anna fokus enn Sander hadde på denne tida. Sander skildrar at han ikkje var klar for det og jatta med. Bateson poengterer at ein skilnad må vere passe stor for å gjere ein skilnad (Bateson, 2000; Ekeland, 1999). På dette tidspunktet var det å tenkje behandling eit altfor stort steg for Sander, og han tok ikkje forslaget seriøst inn over seg. Han nemnte likevel møtet med desse hjelparane som ei god oppleving. Han skildra at det var fint å ha nokon å snakke med – ”som gjev meg respons utover det eg får i miljøet.” I førre kapittel viste eg korleis rus synest å få stor plass i samhandlinga hjå menneske med rusvanskar. Dette synes og å vere gjeldande for Sander i rusmiljøet. ”Der er det jo berre rus og kriminalitet”. Sjølv om han ikkje var klar for behandling synest det som Sander opplevde det som godt å bli sett som ein person som har fleire sider enn rus og kriminalitet. Fellesnemnaren i møtet mellom hjelpar og Sander synest å vere at Sander fekk respons på noko som Sander òg opplevde var han, og som det var fint å bli sett som. Denne responsen heldt fram sjølv om Sander ikkje endra rusåtferda si. Mykje var ulikt i relasjonen mellom hjelpar og Sander: Sander var rusa og hjelpar var nyktern. Sander hadde rusvanskar og hjelpar hadde det ikkje. I førre kapittel viste eg korleis Sander opplevde seg uønska og hata av omgjevnadene. Kontakten mellom Sander og hjelparane eg no nemner, kommuniserte andre budskap. Kontakten var initiert av hjelparane, og dei tok kontakt gjentekne gonger sjølv om Sander var rusa, og sjølv om han ikkje var komen i gang med behandling. Initiativet som dei tok gjentekne gonger, ser det ut som Sander tolka som eit teikn på at dei var interesserte i han. ”Det er faen meg nokon som bryr seg”. Den sentrale meiningsendringa som synest å ha skjedd hos Sander i desse møta, er ei opplevinga av at det var nokon som bryr seg om han. Møtet han hadde med desse hjelparane gav han sterkare tru på at det var nokon som ikkje såg negativt på han, men som hadde tru på at han kunne endre seg og som såg at han hadde andre sider i seg enn dei som kom til uttrykk i rolla som rusmisbrukar.

Tillit vert skildra av Ekeland som ein vesentlig føresetnad for at hjelp i ein terapeutisk kontekst skal vere hjelpsam (1999). Tillit til hjelpesystemet er avgjerande for at ein søker hjelp, og for at ein trur på og investerer i hjelperelasjonen. Tillit er ikkje noko hjelparen kan ta for gitt at den andre har. Å skape tillit er derfor grunnleggjande i hjelpearbeid. Har tillit blitt skapt, kan det smitte over til andre relasjonar. Møta Sander hadde med denne hjelparane skapte tillit, og den tilliten kan ha auka tillit til hjelpeapparatet generelt og skapt ein spirande idé om at livet kan vere annleis. Historia til Sander viser at møte med hjelparar kan vere

hjelpsame, sjølv om Sander på det tidspunktet ikkje var klar for endring i si rusåtferd, og sjølv om tema for samtalanane ikkje blei sette i verk.

5.2 ”Det skjedde eit eller anna med meg” – om møter som gav meirsmak

Eit anna møte som Sander trekkjer fram som svært hjelpsam, er frå når han var 28 år og sona ein lengre dom i fengsel. Han skildra at han då var lei av ruslivet og ønskte å prøve noko nytt, men at han ikkje var ”motivert nok til å få den ballen til å rulle av seg sjølv.” Han hadde prøvd fleire gonger å slutte på eigenhand og med hjelp frå vener og familie, men hadde ikkje klart det. Så fekk han besøk frå sosialkontoret:

Eg sat i fengsel, så heilt uopfordra frå mi side fekk eg ein telefon frå dei og dei hadde lyst å kome inn å snakke med meg. Det var litt sånn der: Kvifor? Men ja, må jo berre komme. Eg hadde ikkje noko formeining om kva det ville bli ut av det, liksom. Då kom de to stykk. Faktisk ein sjef for den avdelinga, og så saksbehandlaren min. Dei sette seg ned og vi hadde ein lang samtale der på halvannen time. Då når dei møtte der, så blei vi einige om at eg skulle søkast inn på eit behandlingstilbod. Eg husker når eg var ferdig den dagen der, eg hadde ein veldig letta følelse. Det var ikkje meir enn nokre månader før eg skulle lauslatast. Dei lovde meg når dei reiste derifrå at dei skulle jobbe aktivt med dette her, heilt frå dei drog derifrå den dagen og fram til eg vart lauslaten. Då fekk eg etablert ei trygging om at eg hadde eit apparat i ryggen som skulle hjelpe meg [...] I og med at dei kom og stilte to stykk der, så fekk eg ei lita oppvaking. Eg skjønnte at her er det faktisk ... Eg trong den foten i ræva. Eg kunne liksom ikkje seie nei, eg kunne ikkje sitte å snakke det vekk ... Eg kunne ikkje la den sjansen gå frå meg. Eg var såpass klar for å ønskje noko anna, og eg hadde prøvd alt mogeleg anna. Eg fekk ein sånn genuin følelse når eg satt der at dei var interesserte i å hjelpe meg og ta vare på meg, og det husker eg rørte meg veldig den gongen. Eg kom til eit punkt der eg forstod at eg kan ikkje gjere noko anna enn å berre seie ja til dette og gå i behandling, og sjå kva som kjem ut av det [...] Det blei eit startskot for meg den gongen der (Sander).

På det tidspunktet Sander fortel om var han begynt å bli lei, og ønskte noko anna, men samstundes var han ikkje motivert nok til å ta initiativ til å søkje behandling sjølv. For ungdomane syntest det skremmande å tenkje på at ein skulle vere rusfri, og dei skildra ein redsel for at dei ikkje skulle klare det. I førre kapittel spurte eg om det berre er ei oppleving av at ruslivet har fleire negative sider enn positive som er naudsynt for at ein skal bli motivert for behandling, og eg stilte spørsmålet om ikkje det òg er naudsynt med ei tru på at ein kan få til noko anna og at det finst nokon som kan og vil hjelpe ein. Å til dømes reise til ein institusjon for behandling for rusvanskar vil seie at ein må ta avstand frå sitt kjente miljø og gå inn i noko nytt og ukjent. Dette ukjente er skremmande og noko ein må gå inn i utan hjelp av rusmidla

som dei vanlegvis nyttar til å meistre livet. Det vil seie at dei ikkje kan nytte den handlingskompetansen som dei vanlegvis nyttar. Sander viser korleis besøket i fengselet gav han ei oppleving av at han hadde eit apparat i ryggen, og at han ikkje var åleine. Denne erfaringa rørte ved kjenslene hans. Samstundes fortel Sander at han var klar til å få den opplevinga. Dette synest som eit godt døme på at kva som er hjelpsam vil vere avhengig av korleis hjelpa passer inn i hjelpemottakaren si livssverd. Sannsynlegvis vert det ikkje opplevd som daglegdags og vanleg av Sander at dei tilsette på sosialkontoret reiser rundt og tilbyr hjelp og behandlingsplass. Dei trong strengt tatt ikkje kome til fengselet for å gjere jobben sin, og Sander var overraska når dei ringte han. Sander sat truleg att med ei oppleving av at hjelpar gjorde noko meir enn den yrkesmessige plikta dei hadde overfor klientane sine. Dette ekstra blei eit kraftfullt budskap om at dei brydde seg. At dei valde ut akkurat *han* som den dei besøkte, rørte ved han. Han var ikkje ein i rekka av alle på kontoret som hadde rusvanskar, men ein dei la merke til og ein dei ønskte å hjelpe.

Ekeland hevdar at skilnader er råmaterialet i mentale prosessar. For at vi skal erkjenne noko må det verte etablert som ein skilnad. Kva som vert opplevd som ein skilnad, har samanheng med den kulturelle konteksten. Mykje av vårt hjelpeapparat er organisert slik at klientane sjølv tar kontakt med hjelpeapparatet og ber om hjelp når dei treng det. Slik er det og med sosialkontoret. Sander har i tillegg skildra ei oppleving av at folk såg på han som ein hundedit og ikkje ønskte å ha noko med han å gjere. At hjelpar sjølv tok initiativ til kontakt, blei ei annleis handling enn Sander forventa. Skatvedt meiner at når nokon gjer overraskande brot med det forventa, gjev det autensitet til det som skjer. Opplevinga av autensitet forsterkar budskapet (Skatvedt, 2009). Det uventa gjer at handlingane står fram for Sander som eit markant og kraftfullt budskap som vekte han og rørte ved han. Erfaringa gav han nye tankar og førte til nye handlingar. For første gang la Sander seg inn på ein behandlingsstad for rusvanskane sine. Sander hadde fått ny kunnskap som utvida handlingskompetansen hans og fremma nye handlingar.

Tomas skildra óg verdifulle erfaringar knytt til møter med hjelparar. I samband med eit fengselsopphald søkte han seg over til ein behandlingsplass for alternativ soning dei siste månadene (§12 soning). Motivasjonen låg først og fremst i ønsket om å få ei lettare soning, men så gjorde han nokre nye erfaringar:

Tomas: Når eg sat i fengsel, så kjente eg at det her, det gidd eg ikkje. Enten så får du gje faen i å leve, eller så får du gjere det ordentlig. Eg klarer ikkje å ha det bra viss eg skal gå rundt å vere kriminell

rusmisbrukar. Og eg var ute etter ei mildare soning, det er ikkje vanskeleg å få folk til å tru noko anna. Men det som er så bra med denne institusjonen, det er at på dei to månadene eg hadde §12-soning, så skjedde det eit eller anna med meg som gjorde at eg ikkje er interessert i å berre får ei mildare soning. Få eit betre liv og.

Lillian: Kva trur du skjedde som gjorde at du ...

Tomas: Det var kjensla av at her blir eg tatt på alvor sjølv om eg har den bakgrunnen her. Mi meining blei verdsett. Her får eg ansvar, det var folk der som med ein gang såg kva kvalitetar eg hadde ... Eg følte gjerne at eg blei forstått, eg fekk følelsen av at her er det ein eller annan som forstår kva eg snakkar om.

Bakgrunnen for at Tomas var i kontakt med hjelpeapparatet var ikkje først og fremst for å få hjelp til rusvanskane sine, men for å få ei mildare soning. Erfaringar han gjorde seg skapte endringar i oppfatningane hans om hjelpeapparatet og om det ”streite” livet. Desse nye oppdagingane gav auka motivasjonen til å gå i behandling. Eg har tidlegare peika på at ungdomane synest i livet som rusavhengig å ha eit tomt bilete av kva alternativ dei har. Slik syntest det òg å ha vore med Tomas. Han skildra at han var begynt å bli lei av ruslivet og ikkje hadde det noko bra som kriminell rusmisbrukar. Han ville vekk frå det livet, men syntest ikkje å ha noko bilete av kva han ville til. Ikkje før han gjorde seg nokre erfaringar på behandlingsinstitusjonen. Opphaldet ser ut til å ha gitt han erfaringar som gjorde han meir interessert i å få eit anna liv. Møta han hadde på institusjonen gav han nokre innblikk i kva eit nykternt liv kunne innehalde, og han likte det han såg. Biletet av eit alternativt liv og ein alternativ identitet fekk innhald. Nye innhald i identiteten blei blant anna å bli sett som ein som skulle takast på alvor, bli forstått og ha kvalitetar. Dei nye blikka han blei sett med, ville han oppleve meir, og opplevingane gav han tiltru og motivasjon til å ta imot meir behandling. Skatvedt hevdar at signifikante andre kan fremme re-stempling ved å anerkjenne andre sider ved dei rusavhengige enn det som har blitt stempla som avvikande (2009). Erfaringane til Tomas kan sjåast på som byrjinga på ein slik prosess.

Den sentrale meiningsendringa for Tomas og Sander synest å vere at dei fekk auka tiltru til hjelpeapparatet, og at dei fekk auka tru på at dei hadde potensial til å vere noko anna enn ein rusavhengig. For både Sander og Tomas synes erfaringane å ha auka motivasjon for endring.

5.3 ”Han hadde forståing” – om å få tillit

For at endring skal skje legg Ekeland vekt at klienten må vere aktivt mottakeleg for hjelparen sitt bidrag. Det er dei metodane som klienten aksepterer og synest best om, som verkar best. Som eit ledd i dette er det avgjerande at klienten har tillit til hjelparane og til hjelpesystemet. Eg vil i denne delen av oppgåva sjå nærare på kva som skaper denne tilliten. Eirin, Dina og Herman har kvar sine opplevingar. For Eirin var det fastlegen som blei den viktige hjelparen:

Legen min var veldig forståingsfull. Han sa rett ut til meg at no får du den Temgesic'en her, og viss du har sug etter noko anna eller andre problem, så må du komme til meg og seie det. Så skal vi finne ein måte å hjelpe deg på. I staden for at du øydelegger for deg sjølv. Han kunne eg vere ærleg med. Det trur eg er første gang eg er ærleg sånn at eg ... Det var tøft for meg då , men eg kunne komme til han og seie at no har eg drite meg litt ut, no har eg brukt opp medisinane mine. Han kunne bli veldig sint på meg, men då fekk eg hjelp. Han blei jo sint, så det var ikkje slik at eg utnytta det heller. Der fekk eg litt tillit til han, blei forstått. Så då fekk eg ikkje lyst å lure han. Eg fekk lyst til å følgje det opplegget som han lagde. Då prøvde eg verkeleg hardt, og eg klarte det. Eg hadde ikkje ureine prøver, og eg kom til han og sa det viss eg hadde brukt opp medisinane. Og då var det forståing for det. Det var første gang eg kunne oppleve å vere ærleg, og ikkje prøve å lure meg unna. Det var veldig godt [...] Eg følte han hadde forståing. Eg sa at eg treng dei medisinane. Og det er ikkje så mange legar som gjev deg dei. Men eg følte at det hjelpte meg. Og han gav meg mogelegheit til å bevise at det gjorde det. Eg fekk den hjelpa som eg bad om. At han hørte på meg. I staden for det som ein ofte opplever: at dei som skal gje hjelp har lese i ein bok korleis dei skal hjelpe, og så blir du hjelpt på den måten, sjølv om eg seier at det er ikkje på den måten eg treng hjelp. Eg treng det på ein annan måte (Eirin).

Ein av Dina sine viktige hjelparar var sakshandsamar på sosialkontoret:

Ho ringte og sjekka at ting var bra, det virka som ho brydde seg på verkeleg. Det var ikkje berre ei dame som du leverte inn søknad til som det ofte er på sosialkontor. Så får du eit vedtak med namnet på, og du veit nesten ikkje kven dei er. Ho tok meg inn til jamne samtalar. Ho visste namna på ungane mine og mor mi. Ho sette seg inn i historia mi. Det var ikkje berre det økonomiske heller. Eg trur ho hadde eit oppriktig ønske om å hjelpe meg. Prøvde å setje inn alle mogelege tiltak for å hjelpe meg. Ho vurderte fram og tilbake. Følgde meg på poliklinisk behandling nokre gonger. Eg fiksa ikkje å reise inn til byen åleine med bussen, for då visste eg at eg hadde gått i sprekk. Kontoret låg rett ved sidan av ein pub. Det gjekk ikkje, så då blei ho med meg inn nokre gonger. Ho følgde opp det ho hadde sett i gang. Det var ikkje berre eit vedtak, så var det ut av døra (Dina).

Herman trekkjer fram ein miljøterapeut som arbeidde på institusjonen han var innlagt på som viktig for han:

Herman: Når eg kom på institusjonen, så trur eg "Trine" sprang etter meg i eit halv år. Eg skugga banen heile tida.

Lillian: Kan du seie litt meir om å springe etter deg, kan du gje eksempel på kva det vil seie?

Herman: Ho prøvde å ha kontakt heile vegen, henta meg ... Ho lagde mat til meg og. Eg ville jo helst berre gå rett forbi. Eg synest det var kjempevart med masse folk som skulle snakke om alt mogeleg heile tida. Eg er kjempeglad for at ho ikkje lot meg skli. Ho gav ikkje opp.

Lillian: Kva gjorde det med deg at ho ikkje gjorde det?

Herman: Det var det at ho var interessert i å bli kjent med meg. Brydde seg oppriktig, for ... Hadde det vore andre som ikkje var så engasjerte i jobben, så kunne eg kanskje berre sklidd forbi. Eg fekk vel opp sjølvkjensla på at eg var verdt noko, at eg betydde noko. At det kanskje var eit håp om at det her skulle vi fikse. Ho trudde på det, og då kunne kanskje eg tru på det og ... Det tok jo lang tid før eg torde, skjønnte at eg kunne klare det. Så eg trur det var viktig at nokon andre trudde på meg.

Hjelparane som ungdomane har trekt fram som hjelpsame og viktige i deira endringsprosess, har gått fram på ulike måtar, arbeid på ulike arbeidsstader og hatt ulike yrkesbakgrunnar. Likevel kan det sjå ut som det er noko felles i hjelpa dei har gjeve. Alle hjelparane synest å har tilbydt hjelp som på den eine sida passar til ungdomane si oppleving av kva dei treng, medan dei samstundes tilbyr noko anna i samarbeidet enn ungdomen gjer. Ein lege gav Eirin medisinen som ho ønskte, samstundes som han kravde urinprøver og kontroll. Ein sakshandsamar sette inn tiltak og følgde opp der Dina ikkje meistra. Ein miljøterapeut fortsette å ta initiativ til kontakt sjølv om Herman skugga bana. Historiene synest å støtte opp under Ekeland sin påstand om at hjelpsam hjelp må innehalde ein balanse mellom det som er likt og ulikt. Hjelpar og ungdomen har etablert ein felles plattform som dei har samarbeidd utifrå, samstundes som hjelpar representerer og nytter ein anna handlingskompetanse enn ungdomen.

Ekeland hevdar at det er klientane sine opplevingar av hjelpa og av samhandlinga mellom hjelpar og klient, meir enn metodane i seg sjølv, som seier noko om utfallet av hjelpa.

Metodane dei nemde hjelparane nytta seg av, blei opplevde som hjelpsame for ungdomane, då dei synest å passe inn i deira mentale rammer. Ungdomane opplevde seg sett som den personen dei var, og ikkje som ein kategori. Hjelparen viste interesse og nysgjerrigheit til å forstå akkurat dei, gav plass til handlingskompetansen dei hadde og tok ansvar for handlingskompetansen som dei mangla. Til dømes kan Eirin sitt ønske om å få Temgesic sjåast på som ein kompetanse. Ho hadde erfart at desse medisinarne kunne hjelpe henne til å meistre livet. Legen gav plass til hennar kunnskapar og erfaringar i vurderinga av kva hjelp ho skulle få. Samstundes sette han grenser, slik at han kunne gripe inn om kompetansen hennar skulle kome til kort. Slike møter synes å fremme at ungdomane opplever seg forstått, tålt og hjelpt.

Eit anna fellesstrekk ved hjelpa dei tre nemnde hjelparane har gitt, er at hjelpa synes unik og noko meir enn ein vanlegvis forventar. Legen gav medisinar som Eirin opplevde at legar vanlegvis ikkje gav. Sakshandsamar på sosialkontoret og miljøterapeuten følgde opp og sette i gang tiltak som ungdomane opplevde var meir omfattande enn det som var vanleg. Denne uvanlege hjelpa gav dei opplevingar av at hjelpar "brydde seg på verkeleg" og hadde eit "oppriktig ønske om å hjelpe." Vala av ord tyder på ei oppleving av at hjelparane brydde seg utover rolla som hjelpar. Hjelpa dei gav blei eit teikn på autensitet, på at personen bak hjelperolla blei synleg og brydde seg. Opplevinga av autensitet synest å vere ein sentral oppleving for å få tillit.

Elin Berg studerte samhandlinga mellom klientar med innvandrarakgrunn og tilsette i rusmiddelomsorga (2003). Ho fann at *snakking* var behandlinga sitt sentrale element. Gjennom å snakke om ulike tema skulle klienten endre seg frå å vere en stoffmisbrukar til å bli en rusfri sjølvstendig person. Ho opplevde at fleire av klientane opplevde denne snakkekuren som lite tenleg. Ho etterlyser eit meir fleksibelt tilbod meir retta inn mot den einskilde sine individuelle behov (Berg, 2003). Intervjua eg har gjennomført synest å støtte opp under ei oppleving av at hjelpsam hjelp er meir enn å snakke. Dei tre historiene eg har presentert, har først og fremst fokus på handlingane til hjelparane. Analysen av intervjua har synt at det er avgjerande for ungdomane å oppleve at hjelparen verkeleg bryr seg om dei og har tru på at dei kan bli nyktre. Ungdomane synest, til tross for fleire års kjennskap og samarbeid med profesjonelle hjelparar generelt, å vere skeptiske til om hjelpar eigentleg vil hjelpe. Med det utgangspunktet treng ikkje utsegn som "eg kan hjelpe og vil hjelpe", vere informasjon som gjer ein skilnad for ungdomane. Dersom ikkje ungdomen har tillit til at hjelparen sin

motivasjon til å hjelpe er ekte, kan budskapet til hjelparen heller bli tolka som eit resultat av yrkesmessig plikt meir enn eit teikn på at dei faktisk ønskjer å hjelpe. Kommunikasjon som i større grad synes å bli oppfatta som verdifull informasjon, er handling som i praksis viser at hjelpar bryr seg og vil hjelpe. Døme på slike handlingar kan vere at hjelparen gjev Temgesic sjølv om det ikkje er vanleg, at hjelparen kan namna på barna, at vedkomande følgjer opp tiltak han eller ho har sett i verk, og at vedkomande tar initiativ til kontakt. Noko av det verdifulle ved slike handlingar synest å vere at ungdomane ser dette som handlingar som hjelparane strengt tatt ikkje treng å utføre for å fylle yrkesrolla si. Handlinga kjem derfor ikkje som konsekvens av at personen har denne jobben, men er meir eit resultat av at personen har eit personleg ønske om å utføre handlingane. Handlingane vert derfor tolka meir som ekte teikn på at hjelparen verkeleg bryr seg. Den personlege dimensjonen ved samhandlinga trer meir fram. Når den personlege dimensjonen vert større, synest den hjelpsame krafta i samhandlinga å verte større. Dette erfaringa samsvarar med Borg og Topor sine erfaringar frå intervju med personar med psykiske vanskar (2007). Borg og Topor trekkjer fram hjelparen sitt engasjement som viktig. Initiativ til kontakt utover kva rutinar og reglar på arbeidsplassen set krav til, blei tolka som teikn på at hjelparen brydde seg og ville hjelpe. Denne opplevinga var verdifull og hjelpsam.

5.4 ”Det var ikkje berre meg” – om forplikting

Sander fortel om tida etter at han hadde fått besøk i fengselet. Han hadde fått plass på ein behandlingsinstitusjon og var blitt lauslaten ti dagar før tida for å reise direkte på institusjonen. Han grudde seg svært og var veldig freista til å la vere å reise. Han hadde utvikla ein handlingskompetanse i å meistre vanskelege situasjonar med rus. No var han i ein krevjande situasjon og var nær ved å nytte dei gamle løysingsstrategiane:

Eg var klar for behandling, men likevel ikkje klar for det. Veldig mye frykt inne i det bilde der ... For kva eg ville møte. Eg hadde veldig mykje blanda følelsar. Når eg var komen på bussen sat eg faktisk å vurderte om eg berre skulle gå av på neste stopp. Så i tvil var eg. Eit augeblikk var eg letta fordi eg hadde bestemt meg for at, ja, eg går av på neste stopp. Så tar eg berre buss inn att til byen. Men så raste ein haug med tankar gjennom hovudet på meg. Blant anna tilbake til den dagen dei var i fengselet og eg følte meg ... Det var ikkje berre meg. Eg følte meg litt forplikta og ... Sidan dei hadde engasjert seg sånn den dagen. Litt det, og så selvfølgelig hadde eg eit ønske om å bli rusfri (Sander).

Besøket i fengselet to måneder tidlegare hadde gjeve Sander ei oppleving av at han ikkje var åleine. Profesjonelle hjelparar var interesserte i å hjelpe han og ta vare på han, og desse erfaringane skapte nye meiningsdanningar og kjensler som synest å ha verka inn på tankane og handlingane hans då han sat på bussen. Dei nye meiningsdanningane synest å ha skapt ein kjensle av tilhøyre og fellesskap som fremma ei kjensle av forplikting. Det kan sjå ut til at det å erfare at den profesjonelle hjelparen verkeleg brydde seg, fremma ei erkjenning av at Sander sine val og handlingar verka inn hjelparen. Nygren har skildra korleis handlingskompetansen vår verkar handlingsdirigerande. Handlingsberedskapen som Sander vanlegvis nytta i vanskelege og skremmande situasjonar, var bruk av rusmiddel. Denne gongen klarte han, ved å hente inn minne frå møte med profesjonelle hjelparar, å handle på ein ny måte. Den nye opplevinga av forplikting til hjelparane verkar inn på korleis Sander tenkte, følte og handla i situasjonen på bussen. Sjølv om ingen av dei profesjonelle hjelparane fysisk var tilstades på bussen, så henta han dei fram i minnet sitt, og kontakten dei hadde hatt verkar inn på korleis han tenkte og avgjerda han tok. Herman omtalte liknande erfaringar og skildra forpliktinga han opplevde som ein verdiallianse: "Så er det at du har gått inn i ein allianse med dei og skal jobbe fram til eit mål. På institusjonen vågde dei å gå inn i ein verdiallianse med deg. Vise at dei bryr seg og at du betyr noko for dei. Og då kan det verte vanskeleg å skuffe dei." I førre kapittel viste eg korleis ungdomane skildra ei oppleving av å bli sett ned på av andre og vere uønska. Historiene eg no har skildra, tyder på ei anna oppleving – ei oppleving av at andre ønskjer å samarbeide med dei og har tru på dei. Den nye fortolkingsskema som dei ser handlingane sine i, synest å skape nye tankar og fremme andre handlingar.

5.5 "Då forstod eg at det er jo omsorg her" – om kompetanse til å nytte hjelp

Nygren skildrar at vi utviklar fleire ulike handlingskompetansar i ulike kontekstar (2008a). Eg vil hevde at å vere klient krev handlingskompetanse. Å vere klient kan sjåast på som ein identitet ein har i gitte kontekstar. I desse kontekstane treng ein kunnskap og ferdigheiter til å løyse dei oppgåvene og utfordringane ein står ovanfor. Eg synest Tomas i det komande utdraget på ein informativ måte skildrar korleis han har utvikla kompetanse i å vere klient. Han fortel om erfaringane med å vere innlagt på ein behandlingsinstitusjon der han spesielt opplevde at samarbeidet med miljøterapeuten "Per" var hjelpsam. Via samarbeidet med "Per" fekk han tillit til han som hjelpar, og denne tilliten smitta over til kontakten med andre hjelparar:

Eg var veldig i forsvar. Eg var ikkje interessert i å høyre på ein som eg opplevde stamma litt og var usikker på det som blei sagt i grupper eller i individualsamtaler. Men etter at han karen her hadde gjort sitt, då var eg meir open også, og kunne faktisk ta i mot hjelp frå dei som berre ville meg godt. Dei hadde gjerne ikkje den enorme kunnskapen, men dei var interessert i å hjelpe lite grann. Dei som var interesserte i å vere tilstades. Først då forstod eg at, steike, det er jo omsorg her. [Latter] Vanskeleg å sjå det av og til. ... Viss eg vel, nei, her på denne institusjonen er det berre fjerne folk som jobbar, her gidd eg ikkje vere, så er det jo mitt val. Eg må jo på eit eller anna tidspunkt innsjå at, hallo, desse fjerne menneska har lyst å hjelpe deg. Uansett på kva måte dei spør eller forklarar eller uansett korleis det verker. Eg måtte jo faktisk på eit tidspunkt slutte å stille så jævlig høge krav til dei rundt meg. Men det er litt sånn for å verne meg sjølv (Tomas).

Tidlegare var det få Tomas hadde tillit til og torde å stole på. Etter at han hadde tord å stole på ein av hjelparane opplevde han seg som opnare. Han hadde erfart at folk, sjølv om dei ikkje var perfekte, kunne og ville hjelpe han. Tilliten Tomas hadde utvikla til "Per", smitta over til andre hjelparar. Å ha tillit er ein sentral evne når ein skal ta imot hjelp. Slik eg ser det, har Tomas utvikla ein kompetanse i å ta i mot hjelp – til å vere klient. Den nye handlingskompetansen hans gjer at han lettare klarer å opne seg og gjere seg nytte av kompetansen til hjelparar. Tidlegare stilte han store krav til hjelparane før han klarte å sleppe dei inn på seg. Dette var ein strategi han hadde lært seg for å beskytte seg sjølv. Men no hadde han gjort erfaringar som tilsa at dei ikkje var så "farlege", og han utvikla ein ny ferdigheit i å vere meir open. Evna til å vere meir open synest å vere ei nyttig ferdigheit for å få dekkja behov han hadde for hjelp. Det synest òg å ha blitt lettare å hjelpe Tomas etter at han hadde utvikla nye ferdigheiter. Fleire hjelparar kom gjennom nålauget og kom i posisjon til å kunne hjelpe. Tomas fortel blant anna om samtalar han hadde med "Britt" som arbeidde på institusjonen som miljøterapeut: "Eg hadde ikkje greidd å nytte meg av hennar eigenskapar, hadde det ikkje vore for at "Per" opna meg, eller var med å opne meg." Samtalane med "Britt" opplevde han som svært givande og hjelpsame. I neste kapittel vil eg presentere ei av samtalane nærare. Tomas skildrar òg korleis han har fått meir kompetanse i å samhandle med hjelparen: Dei samtalane eg hadde før, hadde eg ein eigen evne til å manipulere. Eg lurte jo ingen andre enn meg sjølv, men eg snakka rundt det som egentlig var kjernen av problemet. Eg greidde å framstille meg sjølv som betre enn det eg egentlig var. Men når eg fekk tillit til ein person, gjennom samhandling, då endra eg meg." Herman skildrar den nye kompetansen slik: "Eg er meir meg sjølv, klarer å dele meir. Eg stoler på at dei toler og kan ta imot det eg kjem med."

Tomas og Herman viser korleis dei nye ferdigheitene gjorde at dei i større grad klarte å snakke om det dei hadde behov for og trong hjelp til. Dei skildra ein auka tillit til at dei blei tolt av den andre. Å ta imot hjelp kan føre til at ein må vise andre noko av det som ein er minst stolt over i livet og mest redd for at andre ikkje vil godta. Å leve eit liv som rusmisbrukar inneberer ofte handlingar som ein opplever andre menneske fordømmer. Å likevel skulle vise desse til andre er risikabelt. Tomas og Herman viser korleis dei via erfaringar med møte med hjelparar som ikkje har fordømt og avvist dei, har lært at dei kan ta den risikoen. Denne læringa gjer at dei lettare tør å satse på andre hjelparar, og dei har meir kompetanse i korleis dei skal samhandle for å få den hjelpa dei treng.

5.6 Oppsummerande refleksjon – om gjerdesitting og måling av det hjelpsame

Eit vanleg fokus når ein drøftar korleis ein kan fremme rusfridom, er å diskutere kva kompetanse hjelparen treng for å kunne gje god hjelp. Intervjua med ungdomane synleggjer at det òg er verdifullt å diskutere kva kompetanse hjelpemottakaren treng, for å kunne nyttiggjere seg hjelpa på ein god måte. Å bli ein klient er ein prosess som kan sjåast på som utvikling av handlingskompetanse. Analysen av intervjupersonane sin endringsprosess kan tyde på ei utvikling og endring i evna til å nyttiggjere seg hjelpa. Utvikling av tillit til hjelpesystemet og til hjelparen står sentralt. Slik tillit er verken medfødd eller naturgitt. Tvert imot kan det synest som fleire av ungdomane i utgangspunktet mangla grunnleggjande tillit til at hjelpar kunne og ville hjelpe. Ungdomane var skeptiske og frykta blant anna at hjelparane var prega av den store negative forteljinga om rusmisbrukarar. Denne skepsisen gjorde at dei blei tilbakehaldne med å ta kontakt.

Prochaska og DiClemente peikar på at ei rådande oppfatning i fagmiljøet er at det er vanskeleg å hjelpe nokon før dei har kome fram til at dei ikkje vil ruse seg lenger, og at dei ønskjer hjelp til arbeidet med å bli rusfri. Denne oppfatninga har ført til at mange hjelparar vert sittjande og vente til dei rusavhengige ber om hjelp (1992). Prochaska bruker organiseringa av det amerikanske hjelpeapparatet som døme på korleis hjelparane i altfor stor grad vert sittjande på kontoret å vente til nokon ber om hjelp, og dei fleste profesjonelle har blitt trena til å vere passivt avventande. Forfattarane meiner dette set krav til ferdigheiter hjå hjelpemottakaren som mange rusavhengige ikkje har (Prochaska, et al., 1992). Analysen av intervjua eg har gjennomført støtter opp om dette synet. Også i Noreg er hjelpeapparatet i stor

grad organisert slik at brukarane sjølv tek kontakt når dei treng det. Intervjua syner at det er vanskeleg for ungdomane sjølve å ta initiativ til kontakt, og at det set store krav til deira kompetanse i å vere klient. Eg deler Prochaska si vurdering av at ei ”vent til dei kjem på døra”-haldning kan føre til at mange ikkje vert hjelpne. Dersom ungdomen i utgangspunktet er tilbakehaldne og skeptiske til hjelpeapparatet, medan hjelparane på si side ventar på initiativ som teikn på motivasjon, kan det føre til ein fare for at begge partar blir sittande på gjerdet og vente, og vi risikerer at potensialet for hjelpsam hjelp og utvikling ikkje vert nytta. Eg ser det som verdifullt at ein utviklar andre former for hjelp der ein går meir aktivt ut og oppsøker ungdomane. Oppsøkande avdeling og ambulante team som har blitt etablert i mange kommunar, ser eg som eit viktig steg i riktig retning.

Ungdomar skildra ei oppleving av å vere annleis og vurdert negativt av andre. Rusmisbruket synest å vere i fare for å bli ein altoverskyggande identitet som set andre sider ved personane sin identitet i bakgrunnen. Handlingane til hjelpar bærer ein viktig bodskap til klienten om korleis han eller ho blir sett av hjelparane. Elin Berg fann at hjelparar i stor grad fokuserte på språket sitt og spørsmåla dei gav som det sentrale i hjelpa. Mine intervju tyder på at hjelparane sine *handlingar* i større grad bør få merksemd som kommunikasjon. Det var handlingar – meir enn ord – som kommuniserte engasjement og oppriktigheit til ungdomane eg intervjuar. Gjennom handlingane sine kan hjelpar til dømes fremme ei utvikling av tillit hos ungdomane. Når ungdomen har utvikla tillit til ein hjelpar, har dei utvikla auka kompetanse i å samhandle med hjelpar, noko som gjer at dei lettare kan nyttiggjere seg møter med hjelpeapparatet. Det synest òg lettare for hjelpar å vere ein god hjelpar når den møter ein klient som har kompetanse i å vere klient. Hjelparen møter då ein person som i større grad har tillit og som har kunnskapar om korleis ein skal gå fram for å få det ein har behov for. Hjelparar som har fremma slik kompetanse hjå ungdomen, har vore hjelpsame. Samtidig treng ikkje utvikling i denne kompetansen omgåande føre til endring i rusåtferd. Ei hjelp kan vere hjelpsam sjølv om ho ikkje der og då fører til endring i rusåtferd.

Prochaska omtalar den amerikanske forskinga og meiner ein har ein tendens til å fokusere på handling ved endring, noko han omtalar som *eit handlingsorientert paradigme*. Han meiner dette paradigmet har dominert klinisk praksis dei siste femti åra, og han oppfordrar oss til å revidere dette synet, då ikkje all endring er synleg i handling, og endring i handling utgjer ikkje meir enn ein del av endringsprosessen (Prochaska, et al., 1992). Intervjua eg har

gjennomført støtter opp om denne oppfordringa. I gjennomgangen av tidlegare forskning om kva som er hjelpsam ved rusbehandling, viste eg at måling av effekt er ein sentral metodikk også i Norge. Denne effektmålinga kan ha ulike målevariablar, men sentralt er måling av endring i rusåtfærd og levetfunksjonar. Eg synest det er viktig å vere medviten om at ikkje all endring vert fanga opp når ein knyt måling tett opp til åtfærdsendring. Endringar som til dømes handlar om kunnskap og ferdigheiter i å vere ein klient er med å danne plattformar for at ein skal klare å ta i mot hjelp for rusvanskane. Erfaringar som utviklar kompetansen i å vere klient er derfor hjelpsame, men vil kunne gje lite utslag i effektforsking som måler rusåtfærd og levetfunksjonar. Dersom målinga av det hjelpsame er avgrensa til åtfærdsendring kan vi risikere at hjelparar og hjelpetilbod som er hjelpsame, fordi dei til dømes er gode på å skape tillit og von om endring, ikkje vert dokumentert som hjelpsame. Det er viktig å vere medviten om at klienten sjølv er ein sentral aktør, og at klienten sin motivasjon og evne til å gå inn i ein hjelperelasjon er av stor verdi for kontaktforholdet og for utbyttet av hjelpa.

6. Rus: venn, herskar eller dårleg moral? – om endringar i forholdet til rusmiddel

I kapittel fire viste eg tre ulike opplevingar ungdomane skildra i sitt forhold til rusmidla. Dei skildra rusen som meiningsfull, som skammeleg og som noko som tok styring. I dette kapittelet vil eg sjå nærare på desse tre opplevingane av rusen og undersøkje kva som har vore konstruktive endringar i desse opplevingane og korleis hjelpar har vore hjelpsam i å fremme endringane.

6.1 ”Rusen har jo vore det næraste og kjæraste” – om å ta avskjed

Rusen har gjeve mykje positivt for ungdomane eg har intervjuet, og det å slutte med rusmidla vil seie å misse noko som har vore viktig i livet. Å bli rusfri vil seie å bryte med det som har vore den daglege aktiviteten, bryte med miljø som ein har opplevd tilknytning til og bryte med ein identitet og ein måte å løyse livet på. Rusen har vore det som i stor grad har gjeve mening til livet. Å bli rusfri fører derfor med seg svære omveltingar for ungdomane. Endringane er så store at dei rører ved grunnleggjande spørsmål om korleis der er best å leve livet. Kva for liv ønskjer ein? Er livet best med eller utan rusen? Ungdomen skildrar ein lang prosess med å finne svar på desse spørsmålet. Som ledd i denne prosessen har ungdomane blant anna bevega seg fram og tilbake mellom det nykterne livet og ruslivet. Dei har til dømes vore ein periode på ein institusjon der dei har vore rusfri, for så å gå tilbake til ruslivet for ei stund, før dei har gått tilbake til behandling. Slike turar tilbake til rusen og rusmiljøet vert omtala som sprekkar. Denne vandringa fram og tilbake mellom eit rusmiljø og eit rusfritt miljø blei og trekt fram av McIntosh og McKeganey som vanleg (2002). Sander hadde fleire sprekkar i den tida han var innlagt på institusjon. Han skildrar denne vandringa fram og tilbake som nødvendig og ei nyttig erfaring på vegen mot ei avskjed med rusen:

Det er merkeleg nok ei positiv side med å ha dei sprekkene og mens du er i behandling. For det er noko med at på eit tidspunkt i behandlinga ... Rusen har jo vore det nærmaste og kjæraste du har hatt i mange år, og når du då skal kutte det ut, sit du igjen og har ei slags kjensle av sagn til det. Det blir litt sårt å kutte det ut. Det er den einaste vennen din, omtrent. Undervegs, på eit tidleg tidspunkt i behandlinga, så vil du jo på ein måte ha russuget med deg lenge. Det er jo der. Eg har hatt behov for å rett og slett få bekrefta for meg sjølv at ... Men så fekk eg erfare med ein gang at det hjelper meg ikkje. Eg blei berre endå meir bekymra etter det. Eg blei i stand til å forstå at det blir for dumt å leike med elden igjen berre for den opplevinga du får akkurat i det du skyter skotet. Dei første minutta, den første halve timen av rusen. Før

du begynner å tenkje gjennom "korleis skal eg klare å komme meg gjennom denne dagen her, då." Og neste og ... Altså begynne å lyge, komme meg ut av dette uten å bli tatt (Sander).

Det hjelpsame i denne prosessen vert skildra av Sander som først og fremst å få rom til å gå gjennom prosessen, ved at ein til dømes får kome tilbake etter eit besøk i ruslivet. Suget etter rusen, etter det gamle livet, var der sjølv om Sander var nyktern og på ein rusfri stad. Han opplevde der derfor som nyttig å bli på minna på korleis det tidlegare livet var og få stadfesta for seg sjølv at det hadde mykje negativt med seg.

Ein vanleg måte å forstå sprekkar på er som eit teikn på tilbakefall, ambivalens eller manglande motivasjon til å bli rusfri. Å bli møtt med rom og forståing ved tilbakefall kan utifrå ei slik forståing vurderast som uheldig, då det kan sjåast på som at det gjev løyve og rom til å bruke gamle løysingar. Utifrå ei slik forståing vil ein i staden kunne forstå det hjelpsame som å vere tydeleg og konsekvent på kva som er gale med rusåtferda. I kva grad ungdommen oppsøker hjelpeapparatet på nytt etter sprek, vert utifrå ein slik tenking eit teikn på om det er nok motivasjon tilstades for å bli rusfri.

Ein alternativ forståing av sprekkar og handtering av desse er å sjå dei som bruk og utvikling av handlingskompetanse. Å kome tilbake til ruslivet kan gjere det enklare å sjå kva ruslivet inneheld på godt og vondt. Sander har over fleire år utvikla ein handlingskompetanse i å mestre livet med rusmiddel. Når han er komen på behandlingstilstand, skal han ikkje nytte denne kompetansen lenger. Det tar tid å lære ny kunnskap og nye ferdigheiter. Russuget kan sjåast på som teikn på at den gamle handlingsberedskapen framleis er der. Russuget er ei påminning om nytten og hjelpa som er i rusmidla. Når Sander hadde tilbakefall og rusa seg på nytt, brukte han gammal handlingskompetanse, men samstundes kan handlingskompetansen vere noko annleis. Han hadde prøvd å vere nykter, og han hadde vore i nye kontekstar med nye menneske og slik utvikla ny kunnskap og nye ferdigheiter. Den nye kompetansen kan gjere at ein ser dei gamle handlingane og opplevingane på ein ny måte. Udraget frå Sander si forteljing kan sjåast på som eit døme på at han blei minna om og fekk stadfesta at dei gamle løysingane med å ruse seg, ikkje var gode nok. Opplevinga til Sander har fellesskapstrekk med funna til McIntosh og McKeganey. Dei hevda, på bakgrunn av studiane sine, at tilbakefalla til ruslivet hadde verdi. Ein periode utan rusmiddel gjer at ruslivet og konsekvensar det kan ha, vert sett på ein anna måte. Å gå tilbake til ruslivet med dei nye erfaringane kan gje nye refleksjonar som fremmer motivasjonen til å slutte å ruse seg.

Opplevinga av at rusmidla ikkje gjev det same lenger, og at rusmiljøet ikkje er så tiltrekkande vert trekt fram av McIntosh og McKeganey som ei sentral meiningsendring som fremmer endringsprosessen (2002).

Hjelpar kan truleg fremme denne læringsprosessen ved å vere ein som ungdomen kan reflektere saman med, og som kan hjelpe ungdomen tilbake til det rusfrie livet. Lie fann i si undersøking av Selbukollektivet at halvparten av ungdomane var relativt ustabile under opphaldet og hadde fleire tilbakefall til ruslivet. Lie trekkjer fram dei tilsette sine reaksjonar på desse tilbakefalla som noko av det særeigne ved hjelpa som forklarar den gode behandlingsprosenten. Dei tilsette engasjerte seg aktivt i arbeidet med å få ungdomen tilbake på institusjonen og reiste til dømes ut og oppsøkte ungdomar som hadde reist derifrå for å ruse seg (Lie, 1999).

At hjelparane har vore tilstades i denne prosessen, synest å ha vore viktig for Sander og hjelpt han til å lære av erfaringane:

Når eg har vore i sprekkar, så har eg vore i direkte kontakt med den behandlingsstaden eg har vore på. Berre det at eg har ein knapp eg kan trykke på telefonen, så har eg kontakt med dei. Og dei har ringt til meg. Ja, for du vil ha det litt ut av systemet. Ja, så merker du at det var jo ikkje så jævla spesielt likevel. Det er noko med det. Viss det skulle vore slik at dersom du gjekk i sprekk så kunne du ikkje komme tilbake igjen, så kva pokker kjem ut av det, egentleg?. Du får litt drahjelp, du veit at du har moglegheit til å komme tilbake igjen, dei ringer deg for å høyre korleis det går og avtaler møte og sånne ting. Så eg trur det er viktig å ha tett oppfølging sjølv om du går i sprekk. Det er eg helt overbevist om (Sander).

McIntosh og McKeganey fann i sin studie at avgjerda om å gje opp rusmidla ikkje var ei avgjerd personane tok ein gong for alltid. Tvert i mot hadde dei fleste gjort fleire forsøk på å slutte, og hadde fleire tilbakefall til ruslivet. Eg har tidlegare i oppgåva synt at ungdomane tidleg i endringsprosessen ytra ønske om å slutte å ruse seg, medan biletet av kva dei ønskte å gjere i staden, var uklart. Det å bevege seg fram og tilbake mellom rusmiljøet og eit rusfritt miljø kan auke forståinga av skilnaden og likskapen mellom dei to levestilane og gje meir innhald til livet som rusfri. Å bli følgt opp av hjelparen medan ein har sprekkar kan òg vere eit kommunikativt budskap som har verdi for ungdomen. Når ein ikkje vert avvist sjølv om ein rusar seg, kan ein få ei oppleving av å bli tolt og forstått av nokon som er nyktre, og denne opplevinga kan fremme motivasjon for vidare kontakt med nyktre miljø og utvikling av ny handlingskompetanse.

6.2 ”Eg har ungar og alt, og så vel eg å ruse meg” – om skam og skyld

I kapittel fire viste eg korleis ungdomane opplevde det å vere ein som misbrukte rusmiddel, som noko skammeleg. Skamma og skyldkjensla vart opplevd som tyngande og vanskeleg, og dei syntest usikre på om dei kunne bli godtekne av andre. Alternative forståingar av kvifor ein har rusa seg, kan vere døme på nye meiningsdanningar som reduserer dei vanskelege kjenslene. Ei av dei som har erfart ein reduksjon i skyldkjensle er Dina. På grunn av rusvanskane mista Dina omsorga for barna sine. På den eine institusjonen ho var innlagt på, hadde ho samtalar med tilsette om oppvekst og erfaringar ho har gjort i livet sitt. Dette var hjelpsam for henne, då ho kunne setje handlingane sine inn i ein ny meiningsramme som har vore mindre sjølvbebreidande:

Dei har vore flinke til å få meg til å tru at det handlar ikkje om at eg er eit dårlig menneske, at eg har tatt dårlige val eller at det er min feil at eg er ein rusmisbrukar. Få meg til å lære å sjå på det som at det kan skje den beste og at alt det dårlege samvitet går det an å jobbe seg igjennom. Det er ikkje min feil at alt har blitt som det har blitt. Det er jo mange som kallar det for ein sjukdom og det er mange grunnar til at ting er blitt som dei er. Både arv og miljø og ... Når eg kunne sjå det på den måten, så har det hjulpet meg til å få vekk ein del av den skamma og skylda som eg har hatt på meg sjølv. Eg tenkjer på det at eg har ungar og alt, så vel eg å ruse meg. Men det er jo ikkje slik at eg har valt det. Det har hjulpet meg masse (Dina).

Sander fortel om liknande erfaringar:

Eg har jo alltid synest at eg er ein sånn som skal eksperimentere med alt mogeleg. Derfor har eg kome bort i rusmiddel og feile miljø og så vidare. Men saka er ei heilt anna. Eg har hatt ein del opplevingar frå barndommen som på ein måte har gjort at eg har søkt i retning av, ja, dratt meg ut i, djupare og djupare, ut i rusproblemet (Sander).

Dina og Sander skildra at det hadde skjedd ei endring i måten dei tenkte om og forstod bakgrunnen for at dei hadde rusa seg. Fortolkingsramma dei brukte å nytte var at dei var eit dårlig menneske eller ein type som absolutt skulle eksperimentere med alt mogeleg. Dette var forklaringar som kopla handlingane til eigenskapar ved dei som person. Gjennom samhandlinga med hjelparar fekk dei nye rammar som dei tolka handlingane innafor. Dei nye fortolkingsrammene knytte handlingane mindre til kven dei var som personar, men meir til erfaringar og handlingar som hadde skjedd i fortida. Desse nye meiningsrammene var hjelpsame, då dei reduserte skam og skyldkjensla. Det var ikkje dei som personar som var

problemet, men hendingar som var problematiske. I samhandling med hjelparane har ungdomane utvikla ein grunnleggjande annan måte å forstå og tolke på.

Ungdomane fortel historier som viser at dei òg fekk endra oppfatninga av seg sjølv ved måten hjelparen deltok i samhandlinga med ungdomen på. Ved at hjelparen var tilstades og ikkje avviste dei, kommuniserer dei gjennom handling at ungdomen var akseptert. Meiningsendring vart skapt via menneskelige møter. Eit døme er Sander sitt samarbeid med miljøterapeuten ”Kari”. Han hadde mange samtalar med henne og fekk ei ”genuin kjensle av at ho var interessert i å hjelpe”:

Eg kunne fortelje henne heile mi livshistorie og kva eg har drive med, så likevel hadde det ikkje noko å seie for ho. Ho var i stand til å sjå bak det igjen utan å dømme meg. På eit så tidleg stadium i vegen mot eit rusfritt liv, så treng du ein følelse av at dei som er rundt deg, dei som er der for å hjelpe deg, og du har kontakt med daglig, dei du skal ha tillit til at kan hjelpe deg. Du må vite at dei ikkje dømmer deg. Ser på deg som alle andre (Sander).

Relasjonen mellom Sander og ”Kari” har vore ei konkret erfaring for Sander, der han, til tross for fortida og handlingane sine, følte at han vart tolt og akseptert av ein nykter person. Dette var viktig for Sander, først og fremst for at ”Kari” skulle vere ein god hjelpar for han. Skulle han tore å vise ho kven han var og kva han trong hjelp til, trengte han å ha tillit til at ho ikkje dømte det ho såg. Opplevinga synest óg å ha hatt effekt også utover sjølve hjelperelasjonen. Kari var ein rusfri person, og erfaringane med å møte henne kan ha gitt nye tankar om korleis andre rusfrie menneske vil kunne møte ein. Skatvedt skildrar i si forskning på uformelle samværsituasjonen mellom hjelpar og klient korleis samværa kan ha ein stemplande effekt, men i motsatt veg enn Becker omtalte det som. Skatvedt hevdar at dei tilsette, som edru, alminnelege folk, har autorisasjon som stemplorarar. Dei kan, via samværet med klientane, stemple klientane som alminnelege folk. Ungdomane ser seg sjølv som streite, normale og verdige gjennom at dei opplever seg sjølv som det i hjelparen sine auge. Hjelparane vert ein viktige representant for andre sine blick, og slik kan hjelparen sitt blick vere mektig, med kraft til å fremme endring (Skatvedt, 2009). Intervjua eg har gjennomført, gjev støtte til Skatvedt sin analyse. Ungdomane har skildra korleis samvær med hjelparar har anerkjent dei som verdige medmenneske og gjeve dei auka tru på at dei kan bli godkjent av andre rusfrie menneske.

6.3 ”Eg klarte ikkje å slutte å ruse meg” – om å møte rusen når den tek styring

Nokre av forteljningane til ungdomane viser at dei ønskte å slutte med rusmiddel, men at dei opplevde at dei ikkje klarte det. Rusmidla blei opplevd som noko dei måtte ta sjølv om dei ikkje ville. Eit døme er frå når Dina hadde lagt seg frivillig inn på ein behandlingsstad for å få hjelp med rusvanskane sine. Ho var gravid, og opplevde at ho ikkje klarte å la vere å ruse seg.

Eg var gravid, men klarte ikkje å halde meg. Det var forferdeleg å ikkje klare å stoppe, som om det er ein vond spiral. Det var forferdeleg vondt for meg ... Det var berre kjeft å få, og eg merka det på haldninga. Men det var ikkje hjelp, berre kjefting å få, og truslar om kva som kom til å skje viss eg gjorde det ein gong til, og om eg ikkje skjønnte kor forferdeleg det var at eg gjorde det og ... Eg skjønnte kor gale det var, men det gjorde det jo enda verre for meg at folk gjekk rundt som om eg ikkje skjønnte at det var gale. Frå at eg følte meg helt forferdeleg, fekk eg trykka på meg kvar dag kor fæl eg var. Eg prøvd å forklare at det gjer det ti gonger verre, sant. Men eg følte ikkje at dei skjønnte det. Dei gjekk til og med ut i møte med barnevernet og sa at dei trudde ikkje at eg skjønnte at det var gale å ruse seg når ein er gravid. Det var ganske sårande for meg når folk som skal hjelpe deg seier såne ting om deg. Eg klarte ikkje å slutte å ruse meg. Det var heilt umogeleg for meg (Dina).

Dei tilsette sine utsegn kan tyde på at dei hadde ei oppfatning av at Dina kunne la vere å ruse seg om ho ville det nok. Når ho heldt fram å ruse seg var det eit teikn på at ho ikkje i stor nok grad forstod konsekvensane av vala sine. Hjelpa dei tilbydde var innspel som skulle få henne til å tenkje annleis om situasjonen og forhåpentlegvis velje å ikkje ruse seg. Denne tankerekka bygger på ein anna forståing av forholdet til rusmidla enn Dina sjølv opplevde i denne situasjonen. Den var så annleis at Dina ikkje opplevde seg forstått, men fordømt. Ekeland poengterer at skal noko verke hjelpsam så må det som vert presentert innehalde noko nytt, men samstundes må ikkje avstanden til korleis hjelpemottakaren sjølv opplever situasjonen, vere for stor. I dette tilfelle synes det klart av avstanden mellom Dina si oppleving av situasjonen, og hennar oppleving av hjelparen si forståing, blei for stor. I situasjonar kor ungdomen sjølv opplever lite styring på rusbruken, kan ei annleis forståing hjå hjelpar føre til at hjelpa vert lite hjelpsam. Jessica Palm fann i sin studie av haldningar til stoffproblem blant 344 tilsette på ulike behandlingsstader i Stockholm at dei fleste tilsette meinte at den rusavhengige delvis var ansvarlig for å ha blitt avhengig, og fullt ansvarlig for å komme ut av misbruket. Mange hjelparar hadde den oppfatninga at dei rusavhengige kunne la vere å ruse seg om dei ville det nok (Palm, 2004).

Intervjuutdraget over viser at Dina hadde erfaring på at hjelparane sine oppfatningar kunne vere ganske annleis enn hennar eigne, og det kunne skape utfordringar for samarbeidet. Ekeland hevdar at det er informasjonen budskapet til hjelpar har som ber potencialet for hjelp. Budskapet i denne hjelpa var, slik Dina oppfatta det, at ho var eit fælt menneske som skada barnet sitt. Ho opplevde seg ikkje forstått, og ikkje hjelpt. Ved spørsmål frå meg om korleis Dina kunne ønskt at ho blei møtt, svara ho:

Eg kunne ønskt at eg blei møtt med litt meir forståing, litt meir omtanke, at dei kanskje hadde tatt litt meir vare på meg, og det at eg var gravid. Gått litt ut og sett på barneklede, gjort alt sånt som andre som er gravide gjer. Eg veit ikkje om noko hadde hjelpt eigentleg. Eg trong å bli tvangsinnlagt ... Men eg hadde hatt det betre med litt meir forståing rundt meg, for det var forferdeleg vanskeleg for meg òg (Dina).

Dina blei til slutt innlagt på tvang og hindra frå å ruse seg. Dette opplevde ho som vondt, men hjelpesamt. I tillegg opplevde ho det som hjelpesamt å seinare bli møtt som ein som skulle bli mor. Punktueringa var fram til tvangsinnlegginga, slik ho opplevde det, at ho var ein som rusa seg og skapte vanskar for fosteret. Fokuset som ho sakna, var på henne som ei som venta barn. Slik merksemd ville ha støtta opp om ei anna side ved identiteten hennar. Å vere gravid er noko som mange kvinner opplever gjennom livet. Det er normalt og noko som ofte blir opplevd som positivt. Graviditet er òg noko som ein lett får merksemd for. Folk tar på magen og er interessert i å snakke om graviditeten og det komande barnet. Dina opplevde at denne merksemda var vanskeleg å få. Antakeleg var det fleire på institusjonen der Dina var som sjølv hadde vore gravide, og graviditeten kunne ha vore ein potensiell arena for fellesskap og likskap. Dette felles opplevde ikkje Dina at det vart punktuert ved. Det vart i staden lagt merke til det som var ulikt, at Dina rusa seg. Denne opplevinga illustrerer Becker sitt poeng om at det avvikande ved menneske er det som vert synleg og får merksemd. Det er på mange måtar forståeleg at hjelparane fokuserte på rusmisbruket til Dina, då ein veit at det å ruse seg er svært uheldig for foster. Dette fokuset blei like fullt ikkje opplevd som hjelpesamt for Dina. Ho reduserte ikkje den skadelege rusinga, heller tvert i mot. Å få fokus på graviditeten og det at ho skulle bli mor blei av Dina i større grad opplevd som hjelpesamt.

Nokre av forteljingane til ungdomane syner ei oppleving av å ikkje alltid kunne kontrollere og velje vekk vaner og væremåtar som er knytte til ruslivet. I desse samanhengande vert det opplevd som hjelpesamt at hjelpar tek styring og kontroll. Ein av hjelparane som Dina

opplevde tok styring og kontroll, var ”Jon”. Han arbeidde som miljøterapeut på ein av institusjonane ho var på.

Han var ein svær mann. Kjempestreng. Skreik av og til til meg, til og med. ’No høyrer du på meg.’ Når eg prøvde å sette i gang med manipuleringa, fekk eg berre beskjed om å klappe igjen. Samtidig, når vi sat ute på trappa og røykte, så kunne han halde rundt meg å seie at du er no lille godjenta, sjølv om du er ein jævel. Sat sånn og tulla. Han viste at han var glad i meg. Og samtidig kjefta og skreik han, fortalte at eg var ei flott jente sjølv om eg var ein tussebukk til tider. Han var veldig flink til å få frem begge delar. Og det der med at ’eg må jo sette ned foten, for det klarer du ikkje sjølv’. ’Dette er berre noko eg er nøydtt til å gjere for deg, for du er ikkje i stand til det sjølv, no for tida.’ Han var så tydeleg på kva han meinte. Han var alltid veldig, veldig klar på kvifor han gjorde det han gjorde. Så eg blei trygg sjølv om han skreik, rett og slett (Dina).

Når vi kommuniserer, formidlar vi budskap både på eit innhaldsplan og på eit relasjonsplan. At hjelpar set grenser, kan vere ein måte å kommunisere at ein ser. Når Jon kjefta eller sette ned foten, tolka Dina det som eit teikn på at han brydde seg om henne og ville henne vel. Engasjementet for henne gjorde at han tok seg bry med å ta opp kampen med henne når det var nødvendig. Grensesetjinga synest å bli opplevd som noko som skapte trygging. Ved at hjelparen viste kva han meinte var riktig og gale, viste han seg som menneske. Grensesetjinga vart sett i samanheng med omsorga og vørnaden han viste. Han samhandla òg med henne på andre måtar. Han sat til dømes på trappa og røykte saman med henne. Dette er samhandling som er annleis enn den grensesetjande. Den felles røyken på den same trappa kommuniserer likskap og fellesskap. Jon tok initiativ til å klemme og kallar henne ”godjenta”. Slik kommuniserte han til Dina at han likte henne og brydde seg om henne. ”Sjølv om du er ein jævel” tyder på ein røff, munter sjargong mellom to som er trygge på kvarandre og kjenner kvarandre. Relasjonen mellom dei verka inn på korleis handlingane til Jon vart tolka av Dina. Dina hadde tillit til at Jon brydde seg om henne, og ho tolka handlingane hans som omsorg og hjelp. Om meiningsramma ho hadde tolka handlingane hans inn i hadde vore annleis, kunne grensettinga han gjennomførte og skrikinga hans blitt tolka på ein anna måte og ikkje nødvendigvis blitt opplevd som hjelpsam.

I situasjonar der ungdomar ikkje kjende seg trygge på at dei ikkje ville falle tilbake til rusen kunne det vere hjelpsam at hjelpar tok på seg rolla som kontrollør. Då kunne hjelparen overvake om rusen hadde tatt kontrollen. Ein slik kontrollørfunksjon hadde legen til Eirin.

Han gjekk med på å la henne få medisinar som ho opplevde at ho trong, men han sette krav til kontrollprøver:

Og så fekk eg då, etter kvart, medisinar hos legen. Temgesic. Og det hjelpte meg veldig. Det som var viktig, var at han var veldig streng. Det var urinprøver og alt sånt. Det var veldig godt, eigentleg. Eg visste at det ville vise på urinprøvene om eg rusa meg og at eg ville misse medisinane. Det var veldig godt å føle at nokon sette ned foten litt, samtidig som dei ville hjelpe (Eirin).

Eirin skildra ein kjensle av trygging over å vite at nokon reagerte om ho miste kontrollen. Hjelpa tok ansvar for det ho i einskilde situasjonar ikkje hadde kompetanse til å klare. Å ruse seg har vore ein del av handlingskompetansen Eirin har utvikla og nytta seg av tidlegare. Å vere rusfri vil seie at ho måtte meistre oppgåver og behov med bruk av andre kunnskapar og ferdigheiter enn dei ho hadde nytta i ruslivet. Eirin skildra ei oppleving av at legen vil hjelpe henne med å utvikle alternative løysingstrategiar og ta ansvar for å setje grenser om ho ikkje meistra det.

Ungdomane fortalde om ei utvikling der dei etter kvart opplevde å få større kontroll over rusen. Handlingskompetansen deira blei utvida, og dei fekk meir kunnskap og fleire ferdigheiter i å møte sinnstemningar, behov og hendingar utan å nytte rusmiddel. Tomas skildra det slik:

Og eg er så sterk i trua, at eg kan drikke meg drita full i ein eller anna samanheng, og bli tilbydt "my drug of choice", og berre bli forbanna,ingen ting anna. Be dei ryke og reise til helvete. Han var med å gje meg den styrken der. Eg meiner viss du er kristen og trur på Gud og Jesus og sånt, så sluttar du jo ikkje å tru på Gud og Jesus sjølv om du er drita full, og sånn er jo det med meg, og eg trur på mitt liv og meg sjølv, og å bli rusfri for alltid. Eg sluttar jo ikkje å tru på det, sjølv om eg blir drita full, det er jo så innprenta. Eg elsker dotter mi over alt på jord. Eg sluttar jo ikkje å elske henne sjølv om eg vert drita full. For meg så er ikkje det der ei unnskyldning i det heile tatt (Tomas).

Utsegnene til Tomas viser høg grad av kraft og sjølvtilit. Slik Tomas no skildrar seg sjølv, står han fram som å ha stor grad av nyktern kompetanse. Han kjenner seg trygg på at han har ferdigheiter til å takle dei vanskelegaste situasjonar utan å ruse seg, og opplever at ingenting kan få ha til å nytte den gamle handlingsberedskapen att. Identiteten han hadde som rusmisbrukar, er sett i skuggen, og identiteten som nykter, sterk og far er i framgrunnen.

6.4 Oppsummerande refleksjon: om passe skilnad og verdsetting av kompetanse.

I dette kapitlet har eg sett nærare på forholdet ungdomen skildra å ha til rusmidla og korleis dette forholdet kan endre seg. Vi har sett at ungdomen blant anna kan kjenne sorg og sakn til rusen. Rusen har vore ein meningsfull og sentral del av livet deira, og ungdomane synest det er hjelpsam å få tid og rom til å samanlikne, reflektere og resonnerer seg fram til kva liv som er best for dei. Rusen vert òg opplevd som skammeleg. Skamma synest å vere tyngande og destruktiv, og det har vore hjelpsam for ungdomane å få hjelp til å redusere kjensla av skam og skyld. Kjensla av skam og skyld kunne bli redusert til dømes ved at hjelpar tilbød nye tolkingsrammar ungdomen kunne forstå seg sjølv og livshendingane sine i, eller ved at hjelpar ved sitt nærvær kommuniserte at ungdomen var verdsett. Til sist undersøkte eg korleis ungdomane kan oppleve å misse styring over dei gamle løysingstrategiane og til dømes ruse seg sjølv om dei ikkje ønskte det lenger. I desse situasjonane kunne ungdomane oppleve det som hjelpsam at ein dei hadde tillit til, sette grensene som dei sjølv ikkje klarte å setje.

Denne gjennomgangen syner noko av det kompliserte og krevjande i arbeidet med rusavhengige. Kva som er ein hjelpsam reaksjon, synest å variere både etter kva for opplevingar av situasjonen ungdomen har, og kva for relasjon ungdomen har til hjelpar. Det er variasjon i kva funksjon rusen har i livet til ungdomen og variasjon i kva kompetanse ungdomen har til å møte behova dei har. Opplevingane og behova endrar seg ettersom ungdomen beveger seg mellom ulike oppfatningar av rusmidla, og endrar oppfatning gjennom endringsprosessen. Dette fører til at det av og til er rett å gje ungdomen tid og handlingsrom, medan det andre gonger vert viktig at hjelparen tek styring. Denne variasjonen i kontekst gjer det vanskeleg å gje spesifikke metodar og retningslinjer på kva som er den mest hjelpsame framgangsmåten. Som Tomas seier: ”God timing. Gode hjelparar. Dei veit når dei skal pushe og når dei skal backe. Kor tid dei skal støtte og kor tid dei skal krevje.” Denne forståinga av det hjelpsame set store krav til hjelparen sin evne til å sjå den einskilde sine behov, og forståinga utfordrar òg tanken om likebehandling, som har vore ein sentral verdi i den tradisjonelle forståinga av profesjonalitet (Nygren & Fauske, 2004).

Ungdomane sine endringar i opplevingane av rusmidla og endringane deira i korleis dei handterer livet sitt, kan sjåast som utvikling av handlingskompetanse. Dei møter hjelparar med ein anna handlingskompetanse, og gjennom nye erfaringar utviklar ungdomane

handlingskompetansen sin. Når ungdomane ønskjer hjelp til å handtere forholdet sitt til rusmidla, kan det sjåast på som eit teikn på at handlingskompetansen deira vert opplevd som mangelfull. Dei klarer ikkje åleine, på bakgrunn av sin eigen handlingskompetanse, å slutte å bruke rusmiddel. Hjelparen sin handlingskompetanse kan slik sjåast på som ein ressurs som ungdomen treng å få ta del i. Samstundes er det ikkje slik at ungdomen er utan nyttig kompetanse, og intervjuar viser verdien av at ungdomen sin kompetanse vert sett og verdsett. Det å sjå og gje plass til ungdomane sin handlingskompetanse kan setje krav til at hjelparane må setje sin eigen handlingskompetanse i parentes og la ungdomen kome til syne med sin.

Noko som synest felles i dei ulike måtane hjelpar har gjeve hjelpsam hjelp på, er at hjelpar har tilbode ei hjelp som har vore passe ulik til korleis ungdomen har opplevd og handtert ein situasjon. På den eine sida har hjelparen sitt bidrag passa inn i ungdomen si forståing. Ungdomen har kjent seg hørt, sett og møtt på si oppleving. På den andre sida viser analysen av intervjuar at det hjelpsame òg handlar om at hjelpar tilbyr noko som er annleis enn kva ungdomen sjølv ser og gjer. Det kan vere at hjelparen har ei litt anna tolkingsramme, eller at vedkomande har kompetanse til å handtere situasjonar på ein annan måte enn ungdomen. Dersom ungdomen er tilbakehalden med å ta kontakt, til dømes, kan hjelparen ta initiativ. Om ungdomen ikkje kjenner seg trygg på at han eller ho handterer rusuget, kan hjelparen ta kontroll over situasjonen. Viss ungdomen kjenner seg motlaus, kan hjelparen halde fast på trua. Den hjelpsame hjelpa inneheld ein verdifull balanse mellom det like og det ulike. For at hjelparen skal greie å gje ein hjelp som samsvarar nok med ungdomen sin oppfatning, vert det viktig at hjelparen stadig er nysgjerrig og lydhøyr for kva som er ungdomen si oppleving. Samstundes vert det viktig at hjelparen er medviten om kva haldningar og blick den sjølv har og reflekterer over korleis egne oppfatningar kan virke inn på korleis ungdomen vert sett. Dersom ein hjelpar til dømes meiner, slik Palm fann i si undersøking (2004), at ungdomen sjølv kan ta ansvar for ikkje å ruse seg, vil det kunne vere vanskeleg å sjå situasjonar der ungdomen ser annleis på det. Likeeins vil, slik Tommesen fann (2009), hjelparar som meiner at rusvanskane er det sentrale problemet, kunne ha vanskar med å sjå klienten som opplever at andre vanskar er viktigare. Hjelparen sine egne erfaringar og oppfatningar kan slik stå i veggen for å sjå ungdomane sine opplevingar.

Rørsla, mellom medverknad og styring, set store krav til hjelparane si evne til sensibilitet for den andre si oppleving av situasjonen. Hjelparar må evne å både sjå og verdsette ungdomane sin handlingskompetanse, samstundes som dei ser og støyr opp der ungdomen har manglande eller dysfunksjonell kompetanse.

7. ”Heilt streite opplevingar”

Å kome ut av rusavhengigheit handlar om meir enn å endre forholdet sitt til rusmiddel. Å bli rusfri krev òg at ein endrar på innhaldet i kvardagen sin og deltar i andre sosiale miljø. Ein må bli ein av dei ”andre”, dei ”streite”, og ein må meistre det normale livet. Biernaci meiner at for å få til ei vellukka endring må dei tidlegare rusavhengige klare å skape ein ny identitet og bli akseptert blant ikkje-avhengige (1986). Oppbygginga av den nye identiteten kjem ikkje av seg sjølv som konsekvens av at ein har slutta å ruse seg, men den må byggjast opp og ein treng kompetanse til å meistre det ny rusfrie livet. Fleire av historiene til ungdomane handlar om vegen tilbake til det rusfrie samfunnet, og dette kapittelet handlar om denne prosessen.

7.1 ”Det er ikkje så farleg der ute” – om å bli vist verda

Det nyktre livet vart opplevd av ungdomane som svært annleis enn ruslivet. Strukturen på dagane, gjeremåla dagane vert fylt med, normer og praktiske og sosiale ferdigheiter blei opplevd som annleis og noko som set krav til andre ferdigheiter av dei. Ungdomane skildra ei uvisse knytt til om det nyktre livet var noko dei ville meistre og trivast med. Ein av dei som fortalte om det var Dina. Ho skildra prosessen med å bli kjent med normer og sosiale spelereglar i den nye sosial arenaen som eit rusfritt miljø vart opplevd som.

Handlingskompetansen ho hadde med seg frå livet som rusavhengig, vart ikkje opplevd som noko som kunne overførast til den nye sosiale konteksten. Ved at hjelparane tok Dina med på rusfrie aktivitetar og inn i rusfrie miljø, fekk ho hjelp til å få tilgang til ein arena for læring.

Dina trekte fram ein av dei kvinnelege miljøterapeutane på behandlingsinstitusjonen som god til dette:

Ho fekk meg til å kople heilt ut. Ta meg med og lære meg å sjå ting i livet. Sosiale aktivitetar. Ho fekk meg sakte men sikkert interessert. Alt som ikkje har med behandling å gjere. Ho lærte meg at det finst eit liv der ute. Alt handlar ikkje om rus og eit elendig sjølvbilete og ei dårleg historie. Eg var så redd for å reise til byen på treningsturar at eg gjekk jo berre ute på institusjonen heile tida, kunne jo bli ko-ko av det. Så eg trong å bli litt reven med, og bli vist at det finst ei verd. Den balansen er litt viktig, trur eg. Bli pressa litt og vist at det er ikkje så farleg der ute (Dina).

Verda som Dina skildrar som ukjent og farleg, og som ho trong hjelp til å bli vist, er den same byen som ho vaks opp i og budde i fram til ho kom på institusjonen. Dina er på mange vis lommekjent i byen. Men ho kjenner byen som *rusavhengig*. Som rusfri opplevde ho byen som

annleis og ukjent. Det å bli rusfri og fjerne seg frå det gamle og kjente i byen, for så å tre inn i ein ny, nyktern verd i den same byen, utgjer eit stort sprang for ungdomane. Dina har mykje erfaring og kunnskap, men ho opplever at erfaringa og kunnskapen ho har, er uvanleg og lite nyttig på den nye arenaen. Dina sin oppleving er samanfallande med opplevingane til fleire av dei McIntosh og McKeganey intervjua. Dei trakk fram korleis dei tidlegare rusavhengige måtte venje seg til å leve eit liv som blei opplevd som annleis og som dei opplevde dei mangla ferdigheiter til (2002).

Kva som er normalt og kvardagsleg varierer i tid og rom. Kva som har vore normale kvardagshandlingar i rusmiljøet, vart opplevd som svært annleis enn kva som var det forventa i det ungdomane opplevde var den normale verda. Dina skildra at endringa i kompetanse som vart opplevd som naudsynt, krevde ei endring i både vaner, tankar og identitet:

Bryte ut av mønster som er bra fastgrodd og lære seg å tenkje på nytt og få sunne vaner .Berre det å velje nye ruter når ein går rundt i byen. Den gamle ruta er sånn som du gjer utan å tenkje deg om. Framleis kan eg ta meg sjølv i at eg trekkjer blikket mitt mot folk som er rusa, og så kjenner eg sånne stikk av identitet. Så kjem eg heim, så kjenner eg at nei, nei, det er feil. Det er jo der min identitet heile tida har vore. Eg har hørt til der ... Eg trur det er ein lang prosess å føle at ein høyrer til desse streite A4-menneska som vi har sett ned på. Dei som går på jobb og alt det der. Berre å akseptere det at ein har blitt ein del av dei der streitingane. Dei er jo helt fjernt, dei tar seg jo ikkje ein fest ein gang. Kjedelege menneske, drikk berre i helgene, så ... Men det er godt å vere ein av desse (Dina).

Tidlegare i oppgåva har eg vist korleis den store forteljinga om rusmisbrukaren synes å punktuerer på ulikskapen mellom dei nyktre og dei rusavhengige og skape ein dikotomi mellom ”vi” og ”dei”. Dette kan synest å gjelde óg frå dei rusavhengige sin ståstad. Dei ”streite” vart i utdraget over skildra som annleis og kjedelege og sett ned på. Mangfaldet i levesett blant nyktre forsvann og forenklingar og stereotypiane vart framtrédande. Dette blikket på dei nyktre kan ha vore med å fremme ei oppleving av avstand mellom ”vi” og ”dei”.

Ein arena for læring kan vere å ta ungdomane med ut i verda ”der ute”, men ein viktig arena kan òg vere her-og-no-situasjonar, i sosial samhandling mellom ungdomen og ein profesjonell hjelper. Ved at til dømes Dina deltok i kvardagslege situasjonane saman med hjelperane, fekk ho høve til å få eit nærare innblikk i korleis samvær i den nykterne delen av verda føregår og kva for ferdigheiter som trengdes. Dina utdjupa:

Eg har ikkje så veldig mykje erfaring på såne sosiale settingar, å sitte og prate. Kva pratar ein om, kva er greitt å snakke om, kva er ikkje greitt? Kor går grensa for kva som går an å snakke om? Berre det å lære seg at det er ok å sitte og preike saman. Det har eg kome veldig langt på veg med, berre det at dei er i stua og spelar litt og ikkje treng gjere nokon ting. Det har eg lært mykje av (Dina).

Aktivitetane som Dina omtalte, vert gjerne sett på som vanlege kvardagslege samvær for ein rusfri, men for Dina var dei nye. Å delta i uformell samhandling med tilsette på ein behandlingstusjon, vart ein måte å tileigne seg kunnskapar og ferdigheiter om den rusfrie verda på. Dei tilsette vart sett på som representantar for det rusfrie sosiale miljøet, og ved å vere saman med dei og observere dei i aksjon, fekk Dina kjennskap til og døme på praktiske og sosiale ferdigheiter. Dina fortalte vidare:

Ting som eg har tenkt var ... Det å seie at "Gud, eg føler meg så usikker", eller "Gud, kor eg saknar mor mi". Sånne ting har eg ikkje turt å seie ein gang, for det var jo flause. Berre det å høyre heilt normale menneske som ikkje har rust seg eller noko sitte å seie det same rundt middagsbordet. "Gud, no kjenner eg at eg er nervøs". Berre det å seie det høgt ... Det er jo ikkje farlig likevel. Det er berre eg som har vore litt redd (Dina).

Sitatet viser at skilnaden på opplevingar og væremåte i rusmiljøet og i det rusfrie livet ikkje treng vere så stor som Dina trudde. Kjensler og reaksjonar som ho trudde dei nyktre ikkje hadde eller viste, blei uttrykte likevel. Dei streite tenkte og følte til dels det same som ho tenkte og følte. Slike erfaringar gjorde truleg den opplevde avstanden mellom "meg" og "dei" mindre enn ho frykta. Opplevinga av at reaksjonsmåttane ikkje var så ulike betyr at deler av handlingskompetansen som Dina hadde med seg, framleis kunne nyttast. Det var til dømes greitt å vere nervøs og det var lov å vise det. McIntosh og McKeganey hevdar at ein erfaring på at det er mogeleg å byggje opp dei naudsynte ferdigheitene er ein avgjerande kognitiv endring på vegen ut av ein rusavhengigheit. Utifrå synspunkta deira vil oppdagingane som Dina her refererer til truleg vere svært hjelpsame for Dina.

Hendingane som vart trekte fram som lærerike, var ikkje først og fremst frå terapirommet, men frå uformelle sosiale situasjonar. I slike situasjonar viste dei profesjonelle seg fram i meir uformelle rollar. Når dei fortalte at dei var nervøse før ei hending eller når dei sat i sofaen og spelte musikk, var det dei som privatpersonar meir enn dei som profesjonelle hjelparar som var framtrudande. Det kan synest som at det å få innblikk i korleis dei tilsette var, følte, tenkte og handla som privatpersonar, var det som vart trekt fram som det mest

lærerike når dei skulle utvikle kompetanse om nyktre menneske og nyktre miljø. Nye meiningsdanningar kunne bli skapt, der dei i større grad såg likskap mellom seg sjølv og ”dei nyktre”. Ved at ulikskapen vart redusert, vart truleg vegen til det nykterne samfunnet og det å bli streit, kortare.

Sander trakk òg fram hjelpsame erfaringar han hadde med å delta i uformell samhandling med ein av miljøterapeutane på den eine institusjonen han var på. Noko av det han trekte fram som givande i samarbeidet, var høve til å ha ein nyktern relasjon:

Berre det å sitte å snakke med meg om alt mogeleg forskjellig og fortelje historier frå sitt liv. Ho kom heile vegen inn til meg og spurte meg om ting. Vi fekk eit sånt spesielt forhold når eg var der. Det var ikkje berre ... Ho tok meg med på ein del turar, rundt omkring. Så vi fekk ei sånn kompiskjensle. At det ikkje berre var eit sånt klinisk, terapeutisk, sosionomisk forhold. Så fekk jo eg mykje trening på normal vaksenkontakt. Det syntes eg var både gøy og spanande. Ho gav meg ein veldig smak av korleis det på ein måte er å ha eit rusfritt liv. At ho kan blotte sitt liv lite grann. For min del handla det litt om at ho viste litt av sine menneskelege sider. Ho viste kven ho var. Ho viste humoren sin, veldig mange av dei feminine sidene sine og profesjonaliteten sin (Sander).

At hjelparen ”kunne blotte sitt liv lite grann” kan sjåast på som å vere hjelpsam av fleire grunner. Ved at ho viste litt av kven ho var, gav ho Sander innblikk i ein nykter person sitt liv. Via samhandlinga med hjelpar fekk Sander kunnskapar om korleis ho tenkte, reagerte og levde. Sander opplevde at ho gav han respons som menneske, ikkje berre som profesjonell hjelpar. Han fekk dermed opplevinga av å delta i normal, nyktern vaksenkontakt. Ho synest å ha blitt ein representant for det vaksne, streite, og samhandlinga blei for han eit døme på korleis samhandling med andre streite kan vere. Han likte det, og det kan ha gjeve han auka motivasjon til å delta i det rusfrie livet og auka sjølvtilitt på at han kan meistre det.

Det at hjelparen viste Sander menneskelege sider, synest òg å ha vore hjelpsam då det i seg sjølv kommuniserte viktige budskap om han og om relasjonen deira. Den personlege dimensjonen vart meir framtrudande i relasjonen, og hjelparen formidla ein budskap om likeverd. Ved at hjelparen gav av si tid, og ved at ho viste Sander sitt personlege eg, kommuniserte ho til han at ho verdsette han og at ho synest han var eit menneske som var verdig i å få ta del i hennar meir personlege sider. Det ser ut til at ho viste meir til Sander enn han opplevde at ho måtte for å fylle yrkesrolla si. Det ho gav ekstra, vart eit teikn på at han og

relasjonen hadde verdi for henne. Samhandlinga fekk eit innhald som kan tolkast som teikn på vennskap. Ein vennsapsrelasjon har andre ingrediensar enn ein terapeutisk relasjon. Medan den terapeutiske relasjonen først og fremst handlar om at ein skal hjelpe ein annan, handlar vennskap om likeverd og gjensidig utbytte. Ved at hjelparen viste interesse for å samhandle med Sander som ein ven, sa ho noko om kven han var for henne. I vennskap punktuerer ein i større grad på likskap enn i eit terapeutisk forhold. Rollene er meir likeverdige og begge har gjensidig utbytte av samhandlinga. Gjennom vennskap kommuniserer ein at ein er i lag med den andre fordi ein set pris på den andre og har utbytte av samværet. Opplevingane til Sander synest å støtte opp om nokre av funna Skatvedt gjorde i si doktorgradsavhandling. Ho trakk fram verdien av at tilsette tok initiativ til samvær som stadfesta dei rusavhengige som vanlege folk (Skatvedt, 2009). Interaksjonen mellom hjelpar og klient i denne situasjonen kan sjåast på som ein omvendt stemplingsprosess. Hjelparen kommuniserte via handlingane sine at ho såg på den rusavhengige som normal og at ho inkluderte han.

Det å vise seg fram for andre menneske er risikofylt, då ein vert sårbar for avvisning. I teorikapittelet viste eg til at dersom ei kjenner på skam og skyld, så er ein menneskeleg forsvarsreaksjon å søkje å skjule det skammelege. Det skammelege er uønska, og i frykt for ikkje å bli godteken dersom folk hadde kjent til det skammelege, lar ein vere å vise det. Sander tok likevel sjansen og viste hjelparen dei sidene som han opplevde var vanskelege og skammelege. At han tok sjansen tyder på at han hadde utvikla tillit til hjelparen. Denne tilliten vart forsterka, som han seier: "Eg kan fortelje henne heile mi livshistorie og kva eg har drive med, så likevel så hadde det ikkje noko å seie for henne. Ho var i stand til å sjå bak det igjen utan å dømme meg". Han opplevde at ho tålte og ikkje dømte han, til tross for det han fortalte. Tvert i mot viste ho via handlingane sine at ho framleis ønskte å vere saman med han og framleis syntest at han var eit interessant menneske. Denne måten å bli møtt på er ein annan enn den Sander var vand med og frykta. Han har tidlegare skildra at han opplevde seg hata og mistrudd på grunn av identiteten som rusmisbrukar. Identiteten som rusmisbrukar har vore i framgrunnen og tatt fokuset vekk frå andre sider ved han. Interaksjonen med denne hjelparen var annleis. Ho såg andre sider ved Sander og viste han, via samværet deira, at ho såg han som ein interessant person som ho syntes det var verdifullt å vere i lag med – til tross for rusbruken og fortida hans. Hennar oppleving fremma truleg ei meir positiv sjølvoppleving hjå Sander.

Skatvedt framheva i sitt forskingsarbeid verdien av at dei tilsette til tross for at dei visste om klientane sin bakgrunn og sosiale status, tok initiativ til samvær som stadfesta dei

som verdige og alminnelege. Skatvedt meinte at opplevinga av å bli inkludert og anerkjent av tilsette som kjente til deira tabulagde sider, var emosjonelt sterkare enn å bli anerkjent av andre som ikkje kjente til desse sidene (2009). Dette framhevar potensialet dei profesjonelle hjelparane har som omvendte stemplrar.

7.2 ”I mitt liv hadde eg ikkje så jævla mykje” – å få strengar å spele på

Ved sidan av å bli kjent med den rusfrie verda og utvikle kunnskap og ferdigheiter om rusfrie miljø, syntest det sentralt for ungdomane å finne ut om dei ville trivast i, meistre og bli akseptert i det nye miljøet. Fleire av historiene til ungdomane handla om erfaringar og refleksjonar omkring dette spørsmålet. Tomas fortalte blant anna om ein samtale han hadde med ein av miljøterapeutane på institusjonen. Dette var ei kvinne som han visste sjølv hadde slitt med angst og rusvanskar tidlegare.

Tomas: Då var ho så grådig opptatt av korleis eg hadde greidd å komme meg ut av dei angstgreiene som eg sleit med, eller har slitt med i mange år. Så fortalte eg ho om korleis eg opplevde angst og korleis eg plutselig begynte å oppleve angsten annleis, og av den grunn klarte å kome meg ut av det på eigen hand. Eg husker ikkje kva ho sa, men der fekk ho plutselig blod på tann. Ho hadde masse å seie, og avslutta med å seie at ”Tomas, du kjem til å utrette noko stort i livet ditt. Viss du speler korta dine riktig no, og fortset på den galeien du har begynt, på så kjem du til å utrette store ting.” Å få høyre noko sånt når ein er i behandling, av eit menneske som har vore i behandling sjølv, eller som ein i utgangspunktet har mykje respekt for, det er stort, altså. Ho ville aldri ha sagt det om ho ikkje meinte det.

Lillian: Du såg at det var ekte?

Tomas: Eg såg det, ho hadde følelsar i blikket. Det var veldig svært. Det blir som å sjokk-booste batteria, liksom, ”whao!”

Ramma rundt kommunikasjon mellom ein profesjonell hjelpar og klient er ofte at samtalen skal vere til hjelp for klienten. Som eit ledd i hjelpearbeidet stiller gjerne hjelpar spørsmål for at klienten skal få hjelp til å tenkje nye tankar eller kome opp med løysingar, eller for at hjelpar treng opplysningar for å kunne hjelpe. Ingen av desse formåla synest å vere bakgrunnen for hjelparen sine spørsmål i situasjonen Tomas skildra. Hjelparen synest å spørje fordi ho personleg ønskte å vite. Tomas var i denne situasjonen ein som var kompetent og som gav av si erfaring til ein annan. Hjelparen viste Tomas på ein sannferdig måte at ho var imponert over kva han hadde gjort, og Tomas opplevde responsen som autentisk og ekte. Det

var personen i hjelperolla som tredde fram i denne situasjonen, og det var personen som blei imponert. Sander visste at ho visste kor krevjande det han hadde klart, kunne vere. Ho hadde sjølv hatt personlege vanskar og vore i behandling. I denne situasjonen kom rollene deira som hjelpar og klient i bakgrunnen, og dei møttes som to menneske som hadde erfaring med menneskelege utfordringar og vekst. Ho punktuerte ikkje på han som kriminell eller som problemløser, men tvert i mot som ein kompetent person som andre kunne lære av og som kunne utrette ”store ting”. Denne verdsettjninga gjorde sterkt inntrykk på han – ho ”sjokk-boosta” batteria hans, Ordvalet hans kan tyde på at han fekk tru og kraft ut av samtalen og at han blei motivert til å halde fram med endringsprosessen.

Ein anna person som gav Tomas auka håp og tru om framtida, var miljøterapeuten ”Per”. Eg spurde korleis ”Per” gjorde det, og Tomas fortalte:

Tomas: Med å seie gode ting til meg. Når det var tid for det. Han var flink til å finne dei tinga som eg likte å bli sett på. Han var jævlig god på å sjå meg, rett og slett. Eg veit ikkje korleis han såg meg. Han var rett og slett på jobb og dyktig i jobben sin.

Lillian: Kan du seie nok meir om dette med at han kunne sjå dei gode tinga?

Tomas: Plutselig fann han ut kva som var viktig for meg. I mitt liv så hadde eg ikkje så jævla mykje å henge ting opp på. Men det som var viktig for meg, det var at folk gav meg anerkjenning for at eg var intelligent. Eg hadde ikkje så jævlig mykje anna, men akkurat det hadde eg. Sånn at når han sa det eit par gonger, så trudde eg på han. Og då var det ikkje berre eit tall på ein IQ- test som viste at det var tilfelle, men han sa det, og då blei det liksom ein streng eg kunne spille på. Og så fann han ut at eg var grådig omsorgsfull for andre og hadde ein masse medmenneskelege eigenskapar, og så klarte han å løfte det opp, også fekk eg endå ein streng å spele på.

Per trekte fram sider ved Tomas som ikkje var nye. Intelligens og medmenneskelege eigenskapar var evner Tomas hadde når han rusa seg òg, men sidene synest ikkje å ha fått den same merksemda då. Eg har tidlegare i oppgåva vist korleis identiteten som rusavhengig tek merksemda vekk frå andre sider ved personen. Slik synest det og å ha vore hjå Tomas, og han skildra at han opplevde å ha få evner som blei opplevd som positive. Ved at Per sette søkelyset på Tomas som intelligent og omsorgsfull, vart eigenskapane trekt fram frå skuggen og gjeve liv og styrke. Ved at dei vart vitaliserte på nytt, syntest dei i større grad å verte ein del av Tomas sin handlingsberedskap. Sjølv om testar hadde vist Tomas at han skåra høgt på

intelligens, hadde det ikkje så stor innverknad på tankane og opplevingane hans som når ein som hadde verdi for han viste han det same. Det var verdifullt å bli sett og få vellæte av ein annan. Kompetansen til Tomas blei på denne måten utvida. Ikkje ved at han fekk nye ferdigheiter, men ved at han fekk hjelp til å sjå og anerkjenne ferdigheiter som ikkje hadde vore gitt slik merksemd tidlegare. Dette viser at kompetanseutvikling ikkje berre handlar om å utvikle ny kompetanse, men òg om kva blick ein har på den kompetansen ein allereie har. Tomas fekk i denne situasjonen hjelp til å sjå at han hadde kompetanse som vart verdsett i ein rusfri kontekst.

Ein anna måte som synest hjelpsam å vise ungdomane at dei har evner og kompetanse på, er ved å gje tillit og setje krav. Herman er ein av dei som trekte fram verdien av å få tillit:

Lillian: Kva meiner du med å få tillit?

Herman: At det ikkje er låste dører, at eg får låne bil til sentrum. Få ta telefonen.

Lillian: Kvifor har det vore viktig?

Herman: Det har litt med sjølvhevdinga å gjere. Hadde dei på ein måte låst dørene, så hadde du indirekte opplevd at dei sa at vi stoler faktisk ikkje på deg. Og då trur eg det verkar motsatt, av og til. Då hadde eg heller ikkje blitt til å stole på. Kva for forventningar ein set ... Dersom ein set døra open og forventar at her skal ingen ta noko ting, så stiller ein krav, på ein måte. Og det trur eg er godt å få, for det har ein kanskje ikkje fått før. Folk har gitt litt opp.

Lillian: Er det ein måte å vise at ein ikkje har gitt ein opp?

Herman: Ja. "Vi vel å stole på deg." Og det er litt godt, for kanskje ingen har stolt på deg på lenge. Fordi du ikkje har vore til å stole på fordi du har rusa deg. Ja, du føler deg litt meir verdt. Eg husker når eg begynte å få låne bil, det var ei skikkeleg tillitserklæring, og eg vaks litt på deira syn.

Døma Herman gav på situasjonar som hadde vore hjelpsame å få tillit i, trur eg mange utan rusvanskar ville oppleve som lite oppsiktsvekkjande. Å få låne telefonen til nokon eller at dei ikkje låser døra, vil truleg mange ta som naturleg og sjølvsgt. Slik var det ikkje for Herman. Å få låne bilen eller vere bak ulåste dører blei bodskap han festa seg ved. Han tolka handlingane som teikn på at hjelparane hadde tillit til han. Han var ikkje vande med å få

denne tilliten, og det å få tillit blei informasjon som han la merke til og som blei viktig for han. Å få tillit kommuniserer at ein blir sett på som ein person som ein kan stole på. Det gav næring til andre sider ved identiteten til Herman enn sider som tidlegare har vore punktuert ved. Herman viste korleis forventningane han blei møtt med, verka inn på handlingane hans. Nygren skildrar korleis handlingsberedskapen heng saman med kva kunnskap, ferdigheit og identitet ein har, og historia til Herman er eit døme. Ved at han opplevde seg sett og møtt som ein person ein kunne stole på, oppførte Herman seg meir som ein som andre kunne stole på. Det at andre kunne stole på han, treng ikkje vere nye ferdigheiter – det kan ha vore ein del av den potensielle handlingskompetansen hans. Men denne evna fekk lite merksemd medan han var rusavhengig. Omgjevnadene sine forventingar og Herman sine egne forventningar til seg sjølv fremma bruk av andre delar av handlingsberedskapen hans. Når Herman blei møtt med nye blikk og nye handlingar, vart ferdigheitene revitalisert og i større grad operative.

7.3 ”Ok, korleis ville Per ha løyst dette?” – om å få rollemodellar

Ungdomane eg intervjuar framstilte enkelte profesjonelle hjelparar som rollemodellar. Dei profesjonelle hjelparane blei opplevd som å ha kunnskapar og ferdigheiter som ungdomen ønskte å nytte seg av. Tomas fortalte blant anna om miljøterapeuten ”Per”:

Per var mitt første skikkelege farsførebilete, mannlige førebilete. Gjennom han lærte eg korleis eg skulle forholde meg til andre menneske på ein annan måte enn på ein miljømåte eller kriminell måte eller rusmisbrukarmåte. Eller på ein sint måte. (Tomas).

Tomas skildra ein oppleving av at måtane ein går fram på i forhold til andre menneske, vil variere etter kva sosialt miljø ein er i. I rusmiljøet handla ein annleis overfor kvarandre enn i eit nyktern miljø. Tomas syntest å vurdere handlingskompetansen Per hadde som å fungere godt i eit rusfritt miljø, og noko han ville lære av. Ved å observere og vere saman med Per fekk Tomas tilgang til korleis ein kan samhandle på rusfritt vis, og Tomas fekk utvida sin eigen handlingskompetanse. Ein annan Tomas trakk fram som ein lærerik rollemodell, var arbeidsgivaren han fekk på arbeidsplassen han begynte på medan han var i behandling:

Og så var eg så heldig at eg fekk ein fantastisk arbeidsgivar i ein mann som heiter Tom. Han også har vore ein sånn type. Både Per og Tom har vore ein sånn der ... Når eg har kome opp i ein vanskeleg

situasjon, så har eg tenkt ok, korleis ville Per ha løyst dette her, eller kva ville Tom ha sagt no. Og sånne førebilete har eg aldri hatt i heile mitt liv (Tomas).

Tomas illustrerte korleis minna frå samarbeidet med hjelparane blei tatt fram att i nye situasjonar der han trong det. Slik var desse personane til hjelp i situasjonar der dei ikkje var tilstades, óg etter at samarbeidet var avslutta. Hjelparane eksisterte i minnet og i tankane til Tomas. Ved at han henta dei fram i minnet, vart delar av deira handlingsberedskap tilgjengelege for han. Ved å lagre møta med desse personane i minnet, utvida Tomas sin eigen handlingskompetanse.

7.4 ”Ut i verkelegheita” – om å prøve seg på eiga hand

Ungdomane skildra korleis dei gradvis prøvde seg fram i rusfrie miljø. Dei flytta for seg sjølv, begynte i jobb eller på skule, fekk fritidsaktivitetar og fekk venar utafor institusjonen. Å delta i nye sosiale miljø gav dei nye erfaringar og lærdomar, men det var òg krevjande. Dei nye situasjonar var prega av uvisse og forsiktig utprøving av nye, skjøre ferdigheiter og identitetar. Ungdomane eg intervjuar trakk fram verdien av at dei profesjonelle hjelparar framleis var tilstades, at dei var med dei på ferda. Herman var ein av dei som understrekar at det var viktig for han:

Nei, du tar ein sjanse når du flyttar. Mykje utryggleik i det, i alle fall i begynninga når ting er nytt. Sjølv om du har trena på mange ting, så vert ting veldig annleis når du kjem ut i verkelegheita. Og det å oppleve at dei framleis er der for deg, betydde veldig mykje (Herman).

Institusjonsoppghaldet vart skildra som ein prøveperiode, medan tida etterpå vart ein slags eksamen der ferdigheitene skulle prøvast ut. Livet er komplekst, og mange situasjonar oppstår på ein annan måte enn ein har planlagt. Dei uplanlagde hendingane set ekstra krav til handlingskompetansen. Er den nyktre handlingsberedskapen god nok til å løyse desse situasjonane, eller fell ein tilbake til gamle løysingsstrategiar? At hjelparane framleis var der synest å ha auke trygginga til ungdomane på at dei ikkje var åleine og at det var høve til å få hjelp dersom det var naudsynt. At hjelparen framleis var der synest òg å vere hjelpsam fordi det i seg sjølv innehaltd eit hjelpsam budskap. Når hjelparen framleis viste interesse og tok initiativ til kontakt, kommuniserte hjelparen at ungdomen hadde verdi. Det var ikkje slik at når ungdomen var ute av auge, så var han eller ho ute av sinn. Denne opplevinga synest i seg sjølv å ha vore anerkjennande og hjelpsam.

Når ungdomane opplevde at dei meistra nye situasjonar i nyktre sosial miljø, synest det å auke motivasjonen for og trua på eit rusfritt liv. Sander fortalde:

Eg fekk sånne opplevingar ... Eg kunne sitje i stunder med meg sjølv. Enten det var mens eg såg på tv eller låg i senga på kvelden, og tenkte før eg skulle sovne, så kunne eg sitte å tenkje over ein eller annen tur eg hadde hatt enten heime eller med nokre rusfrie venner. Heilt streite opplevingar: Berre ein tur, i møte med eit eller anna, altså fått ei oppleving av ei meistringskjensle av det, sant. Og sjølv om det gjerne ikkje gjekk så knirkefritt som eg hadde håpa det gjorde, men eg hadde i alle fall gjort det og klart meg ganske bra, og komen meg ut av det utan å vere helt skjelven. Når du først har hatt nokre sånne opplevingar, då er det viktig at du har vore rusfri ein viss periode, så av ein eller anna grunn går det plutselig opp for deg at ... Det gjev ein så god følelse av at du har klart å meistre dei tinga der at, berre det at eg kunne sitte i mange dagar etterpå å ... Eg hadde gjerne berre vore ein tur til byen og gått litt for meg sjølv. Gått nokre rundar i butikkar og sånn som det der. Helt sånne banale ting. Berre det at eg meistra det utan å ha det store russuget, så går det nokre dagar, så dukkar det opp igjen av seg sjølv. Masse tankar rundt det der, så får eg ein så god følelse av det. Det var eit sånt signal for meg om at dette her er vegen å gå. Og i og med at dei tankane kom av seg sjølv i ettertid, det fortalte meg at rusfri – det er det eg skal vere. Ja, for å seie det sånn. Eg har det jo så mykje betre når eg er rusfri. Ja, det er meir sånne små ting som gjev så mykje betre opplevingar enn å ruse seg (Sander).

Hendingane Sander mimra over er hendingar som av mange kan verte opplevd som kvardagslege og alminnelege. Å gå tur, møte andre og gå i butikken er gjeremål som dei fleste av oss gjere utan å reflektere over det. Det er handlingar som inngår i eit allminneleg liv. Desse opplevingane var ikkje kvardagslege for Sander. Tvert imot var dette nye opplevingar som han festa seg ved, som han reflekterte over og som blei viktige for han. Erfaringane gav han gode kjensler og førte til nye meiningsdanningar. Opplevingane av at han meistra og treivst med desse aktivitetane, gav han ein stadfesting på at han ville bli rusfri. Eit interessant spørsmål er kva det var han opplevde i desse situasjonane som blei viktig og som fremma denne stadfestinga? Utifrå eit interaksjonistisk perspektiv kan vi forstå desse hendingane som identitetsoverskridande. Den gamle identiteten til Sander som rusavhengig var ikkje tilstades i desse opplevingane. Sjølv om det ikkje nødvendigvis gjekk helt knirkefritt, som han sa, så sto han fram som ein ”streiting”. Han gjorde alminnelege aktivitetar som andre streitingar gjer. Han var rusfri, og han samhandla med andre rusfrie. Det store russuget var heller ikkje tilstades. Identiteten som rusmisbrukar som han tidlegare skildra som overskyggande, var skove tilsides. Erfaringane er heller ikkje knytt til livet på behandlingsinstitusjonen eller til

han som klient. Det er heilt andre sider ved Sander som er synlege og ein ny identitet som er etablert: Sander som streit. Dette var nytt for han, og han treivst med det. Desse kvardagslege erfaringane med å leve som rusfri blei opplevd av Sander som betre enn å leve med rusen, og dei gav han vissheita på at det var ein identitet og eit liv som streit han ville ha.

7.5 Oppsummerande refleksjon – om utprøving og re-stempling

I dette kapitlet har eg undersøkt vegen ungdomane har gått frå å vere ein deltakar i eit rusmiljø til å bli ein deltakar i eit rusfritt miljø, og prosessen ungdomane har gått gjennom for å utvikle ein identitet som streit. Denne prosessen synest å vere sentral for at dei skal halde fram med å vere rusfri. Kapitlet viser at den nye identitet som streit ikkje kom av seg sjølv som rein konsekvens av at dei slutta å ruse seg, men den nye identiteten måtte erfarast og lærast. Ungdomane skildra i intervju ei endring i opplevinga dei hadde av seg sjølv. Frå å oppleve seg som ein rusavhengig person som hørte til blant andre rusavhengige og som kjende seg svært annleis samanlikna med ”dei streite”, gjorde dei erfaringar i møte med nyktre menneske som endra opplevinga av både dei streite og av seg sjølv. Ved å oppleve kontakt, likskap og fellesskap med andre rusfrie, vart det fremma erkjenningar av at dei kunne og ville høyre heime i eit rusfritt miljø.

Analysen eg har gjennomført har fleire fellestrekk med analysen McIntosh og McKeganey gjennomførte. Dei fann at ein viktig faktor til at forsøk på å bli rusfri var vellukka handla om personane si oppleving av identitet. Ein vellykka endringsprosess inkluderte nesten alltid ei endring av oppleving av identitet og ei erkjenning av at dei ikkje lenger ønskte å vere ein rusbrukar (McIntosh & McKeganey, 2002). Fokuset i studien til McIntosh og McKeganey har først og fremst vore på kva for kognitive prosessar som fremmar enn endringsprosess. Dei konkretiserte ikkje i særleg grad korleis hjelparane kunne fremme desse prosessane. Eg har i min studie i større grad sett nærare på dei profesjonelle hjelparar sin rolle. Når eg har studert den hjelpsame hjelpa, opplevde eg at noko av det hjelpsame var at dei profesjonelle medverka til denne endringa i identitet. Til dømes har uformell samhandling på behandlingsinstitusjonar mellom ungdom og hjelpar vore ein viktig arena for observasjon, læring og utprøving av nye sosiale spelereglar og utvikling av nye relasjonar. Samhandlinga på institusjonane vart ein prøveplass før ungdomane bevegde seg ut i rusfrie miljø utanfor institusjonen. Dei tilsette synest å bli opplevd som representantar for ”dei nyktre”, og erfaringane dei gjorde i samhandlinga med tilsette, vart overført til samhandling med andre nyktre. Spesielt var dette

gjeldane i samhandling som hadde eit meir uformelt preg. I det terapeutiske samværet har ein i større grad ulike roller som hjelpar og klient, medan historiene til ungdomane eg har intervjuja, viser samhandling der rollene var annleis. Ungdomane trekk fram situasjonar der dei møttest meir som to allminnelege personar – som menneske – som samhandla i kvardagslege aktivitetar som å spele spel eller le av ein god historie. I desse samhandlingane punktuerte dei i større grad på andre sider ved *identiteten* til ungdomen, enn ved ungdomen som rusavhengig eller klient. Fokuset var på ungdomen som normal og på det som var sams mellom ungdomen og ”dei streite”. Desse erfaringane støtta opp om ein identitet som allminneleg. Å bli behandla som allminneleg gav ungdomane auka tru på at dei kunne vere allminnelege. Dei såg seg sjølv gjennom hjelparane sine blick.

Trua på at endring er mogeleg og at ein ny identitet kan byggest, blei slått fast av McIntosh og McKeganey som ei essensielt kognitivt endring i avgjerda om å bli rusfri (2002). Min analyse støtter opp om denne vurderinga. Ungdomane sine skildringar viserer korleis trua på at dei kunne bli akseptert i det nyktre miljøet, var avgjerande for at dei haldt fram i arbeidet med å bli rusfri. Først når dei kjente seg heime i det rusfrie miljøet, var dei meir sikre på at det var rusfri dei ville vere. Opplevinga av at dei kunne meistre ei alternativ framtid vart ikkje skapt i eit tomrom, og dei profesjonelle hjelparane synte seg som signifikante andre i denne meiningsdanninga.

8. Oppsummerande drøfting

Innleiingsvis i oppgåva presenterte eg Tomas som arbeidde i barnehage og fortalte om ein gang han las Torbjørn Egner sin historie om Kasper, Jesper og Jonathan til barna i barnehagen. Han fortalte om dei tre røverane som blei satt i fengsel for røveriane sine og fekk omsorg, vask bak øyra og krav av Tante Sofie. Deretter redda dei Tobias i tårnet og blei heltar i byen. ”Jævlig fin historie det der, har ikkje gått opp for meg før no” sa Tomas og lo. Eg er einig med Tomas at det er ein fin historie, og det synest eg og om dei andre historiene eg har fått frå Tomas og dei fire andre ungdomane eg har intervjuet. Det er mange fellesskapstrekk i ungdomane sine historier og i Kasper, Jesper og Jonathan sin. Enkelt sagt så handlar alle historiene om endring; om endring i identitet og kompetanse, i levemåte og omdømme og historiene handlar om hjelpsam hjelp.

Eg har i denne oppgåva på grunnlag av intervjuet eg har gjort studert fem slike endringsprosessar. Ungdomane sine historier om endring kan skildrast som ein bevegelse i identitet og i handlingskompetanse. Dei skildrar ei endring frå ein identitet som rusavhengig til ein identitet som streng. På vegen har dei fått profesjonell hjelp og hatt identitet som klient. Analysen av intervjuet med ungdomane har vist at endringsprosessen er kompleks og inneheld fleire dimensjonar. Eg har trekt fram tre dimensjonar ved denne endringsprosessen. For det første skildrar ungdomane ein utvikling i forholdet deira til hjelpeapparatet. Frå å vere utrygge, skeptiske og uvitande til korleis dei skulle samarbeide med hjelpearane vart dei tryggare, meir tillitsfulle og meir medvitne om korleis dei skulle samhandle for best å kunne nyttiggjere seg hjelpa. Ungdomane utvikla ein kompetanse i å vere klientar. Denne kompetansen hjelpte dei, og hjelpearane, til å få til ei endring ved dei andre dimensjonane. Den andre dimensjonen eg har trekt fram er endringar i forholdet til rusmidlane. Eg har gruppert opplevingane deira av rusmidla i tre ulike kategoriar; rusen som eit gode, rusen som skammeleg og rusen som noko som tek styring. Alle desse ulike opplevingane opplevde dei ei endring i; Dei nyanserte bildet av rusen som noko positivt og klarte å handtere tapet det var å slutte å ruse seg. Dei fekk nye tolkingsrammar på kvifor dei ruste seg, noko som gjorde skamma og skyldkjensla lettare å bære. Hjelpearane var med å sette grenser når det var naudsynt fram til ungdomane sjølv klarte å ta styringa over rusen og russuget. Den siste dimensjonen eg har undersøkt handla om vegen mot å bli ein av dei streite. Ungdomane endra biletet av seg sjølv og av dei streite og såg i større grad likskap og fellesskap. Dei utvikla kunnskap om det rusfrie livet og utvikla ferdigheiter til å meistre det på ein sosialt akseptabel

måte. Dei tre prosessane med å bli klient, med å endre forholdet til rusmidlane og med å bli streit var alle naudsynlege delar av prosessen med å bli rusfri og dei verka inn på kvarandre.

I dei fire førre kapitla har eg sett nærare på kva som karakteriserer desse ulike dimensjonane ved endringsprosessane og korleis dei profesjonelle hjelparar har fremma endring. Eg har nytta meg av eit meiningsperspektiv, eit interaksjonistisk perspektiv og omgrepet handlingskompetanse til å analysere intervju. I dette siste kapitlet vil eg søkje å summere opp kva bidrag desse intervju og analysen av dei kan gje til diskusjonen om kva som er hjelpsam hjelp i behandling av menneske med rusvanskar. Eg vil og sjå nærare på kva implikasjonar desse kunnskapsbidraga kan ha for praksis. Eg vil gje nokre svar og stille nokre spørsmål.

8.1 Hjelpsam hjelp som medskaping av mening

Menning har vore eit sentralt omgrep i analysen. Eg har sett på korleis ungdomane sine oppfatningar har vore kring tema som å vere rusmisbrukar, å vere klient og å vere streit. Ungdomane syner gjennom forteljingane sine endring i korleis dei har opplevd og oppfatta desse identitetane. Oppfatningane deira har vore dynamiske og blitt påverka av interaksjon med andre. Endringane som har skjedd i oppfatningane deira har vist seg å vere sentrale på vegen mot å bli rusfri. I analysen av korleis desse meiningsendringane har skjedd synest møte med andre menneske å ha vore viktig. Meiningsskaping skjer ikkje i eit tomrom, men gjennom interaksjon med andre menneske. Eg har i denne oppgåva ikkje undersøkt alle viktige interaksjonar, men hatt fokus på samhandlinga med ungdomane og profesjonelle hjelparar. Analysen av intervju viser korleis samhandlinga med profesjonelle hjelparar har fremma konstruktive meiningsendringar. Hjelparane har vore hjelpsame ved at dei har vore medskaparar av ny mening. Møte med ein profesjonell hjelpar er møte med ein annan person sine oppfatningar. Intervju har vist døme på møte der opplevingane har vore for ulike. Ungdomane har opplevd møta som lite hjelpsame og der dei heller ikkje opplevde seg forstått og møtt. Andre møter har derimot blitt opplevd av ungdomane som hjelpsame møter der hjelpar og ungdomen sine opplevingar har vore passe ulike. Dei har vore like nok til at ungdomen kjente seg forstått og sett, men ulike nok til at møta skapte ei endring i ungdomen sine oppfatningar. Analysen av intervju viser at ungdomen si oppleving av om hjelp er hjelpsam er nært knytt opp til i kor stor grad hjelpa passer til ungdomen si oppleving av situasjonen, av forholdet deira til rusmidlane, av deira oppleving av seg sjølv og av hjelparen.

Det hjelpsame passer saman med ungdomen sine eigne meiningsdanningar. Det kan synes vanskeleg å slå fast i kor stor grad det er hjelparen som har evna å tilpasse sine bidrag til ungdomen sin forståing eller om det er ungdomane sin forståing av seg sjølv og av problemet som passer til hjelparen og hjelpeapparatet sin forståing. Eller er det rein flaks, at samarbeidet har fungert så godt fordi ungdomen og hjelparen har passa til kvarandre? Sjølv om det kan synes vanskeleg utifrå dette studiet å slå fast kven som har evna å tilpasse seg til kven, er eg interessert i å peike på korleis hjelparen kan fremme hjelpsam hjelp. Utifrå analysen av intervjuane synes eit tenleg perspektiv i hjelpearbeidet å vere på om kor vidt hjelparen og ungdomen sine oppfatningar er passe ulike. Ei medviten haldning hjå hjelpar på i kor stor grad hjelpe den tilbyr er passe ulik ungdomen si oppfatning synes å vere hjelpsam. For at hjelparen sine bidrag skal passe til ungdomane sine eigne opplevingar, vert det viktig at hjelpar har evne til å vere lydhøyr for ungdomane sine opplevingar og forståingar. Sidan ungdomane sine opplevingar er subjektive og under endring vert og kva som er hjelpsam hjelp individuelt og avhengig av den konkrete situasjonen.

I første kapittelet i oppgåva peika eg på korleis metodar og generelle rettleiingar synes å ha ein rådande plass i dagens kunnskapsutvikling. Eg opplever generell kunnskap og metodar som nyttige i arbeidet med rusavhengige då det kan gje idear og inspirasjon til hjelparen, men eg ser det ikkje som tilstrekkeleg. I tillegg er det naudsynt at hjelpar får kunnskap om den einskilde ungdom sine spesifikke opplevingar og forståingar slik at hjelpar kan tilby hjelp som er tilpassa den. Dette krev at den profesjonelle hjelparen gjer ei vurdering av kva for metodar som er mest tenleg å nytte i kvar einskild situasjon, og at hjelparen har handlefridom til å gjere dette valet. Om det til dømes er medikamentfri hjelp eller hjelp med å få metadon som er mest hjelpsam, vil vere avhengig av den einskilde ungdom si oppfatning og tru på medikamentet. Likeeins vil klienten sin tillit til andre og kompetanse i å vere klient verke inn på om poliklinisk eller institusjonell behandling er det beste. Min studie utforder ideen om standardisering av den profesjonelle hjelpe. Studien kan heller sjåast på som eit bidrag til å skjerpe blikket og nysgjerrigheita for den einskilde ungdom sine opplevingar ved å vise døme på korleis fenomen som rus, hjelp og rusfridom kan verte opplevd på ulikt vis og korleis opplevingane kan endre seg. Mening har i min studie tredd tydeleg fram som eit dynamisk, interaksjons- og kontekstavhengig omgrep.

Sjølv om eg er oppteken av at det hjelpsame må sjåast i samanheng med den einskilde sine opplevingar og forståingar, ser eg, som nemnt, samstundes verdi ved generelle teoriar og

metodar. Generell kunnskap kan gje idear til hjelparen på kva hjelp som kan vere hjelpsam i møte med den einskilde ungdom. Ungdomar som treng hjelp kan ha felles erfaringar og opplevingar som gjer at generelle kunnskapar kan passe til den einskilde. I studien min fann eg til dømes at sjølv om meiningane til ungdomane synte ulike dimensjonar og var under endring, var det og fleire likskapstrekk. Til dømes hadde ungdomane eg intervjuar i perioden dei ruste seg ein levestil som i vårt samfunn vert sett ned på og vurdert som annleis, feil og kriminell. Rusmisbruk synes også å vere ein identitet som overskygger andre identitetar. Becker kallar det for masterstatus (Becker, et al., 2005a). Det vil seie at det er identiteten deira som rusavhengig som var framtrudande i deira blick på seg sjølv, og i deira oppleving av andre sine blick på dei. Sjølv om dei til dømes kunne vere ei kjærleg mor, engasjert muskar, lojal ven eller dyktig kortspelar så var det ikkje dei eller andre positive sider ved identiteten deira det vart gjeve merksemd til. Det var det avvikande og det negative som kom i fokus. Opplevinga av å først og fremst bli sett på som noko negativt, som ein narkoman, gjorde dei blant anna skeptisk til om profesjonelle hjelparar eigentleg ville hjelpe dei. Dei uttrykte og ein skepsis for at hjelparen kom til å sjå dei som kategorien rusmisbrukar, og ikkje som personen dei opplevde dei var. Denne skepsisen gjorde dei tilbakehaldne med å søkje profesjonell hjelp. Hjelparar som oppførte seg annleis enn forventa, som var aktive, anerkjennande og tok initiativ til kontakt gav ungdomane nye erfaringar og oppdagingar. I møte med desse hjelparane fekk ungdomane opplevingar av at det var nokon likevel som hadde eit oppriktig ønske om å ville hjelpe dei, og som såg noko meir enn rusmisbrukaridentiteten. Slike erfaringar synest å ha vore hjelpsame og ha fremma konstruktive meiningsendringar. Opplevingane gav ungdomane auka tillit til desse hjelparane og tilliten kunne smitte over til andre hjelparar. Opplevingane synest og å auke trua på at det var mogeleg å få til ei alternativ framtid. Utifrå desse erfaringane kan det synest som at det generelt er hjelpsam at hjelparar som vil hjelpe ungdom med store rusvanskar tek initiativ til kontakt og samarbeid, og at hjelparen er medviten på å ikkje bli fanga i det stereotypiske bildet av den narkomane, men søker å sjå det meir nyanserte og unike biletet av ungdomen. Samstundes vert det viktig at hjelparar legg til rette for at rusavhengige kan få nyanserte bilete av rusfrie. Om denne generelle vegvisaren passar i det konkrete møte med den einskilde må den profesjonelle sjølv gjere ei sjølvstendig vurdering av.

8.2 Hjelpsam hjelp som utviding av blick og utvikling av handlingskompetanse.

Terapeutisk endring kan verte forstått som ein prosess inne i klienten og i klienten sitt tilhøve til omgjevnaden (Ekeland, 1999). Eg synest handlingskompetanse er eit tenleg omgrep for å skildre nærare denne prosessen som skjer inne i klienten og i klienten sitt tilhøve til omgjevnaden. Handlingskompetanse kan verte forstått som ein del av ein person sitt handlingsgrunnlag og noko som gjer den i stand til å oppnå bestemte mål innafor ein bestemt sosial kontekst (Nygren, 2008b). Handlingskompetanse vert utvikla i ein sosial kontekst, i interaksjon med andre. Intervjua med ungdomane har handla om ein endringsprosess frå rusavhengigheit til rusfridom. I denne endringsprosessen har ungdomane utvikla sin handlingskompetanse. I tida dei ruste seg var dei deltakarar i eit rusmiljø, utvikla identitet som rusmisbrukar og utvikla handlingskompetanse knytt til denne livsforma. Rusen blei ein sentral ingrediens i handlingsberedskapen som dei fekk ein auka tendens til å nytte. Dette var ein handlingskompetanse som i byrjinga blei opplevd som god. Rusen gav løysing, mening, innhald og identitet. Etter kvart skildra ungdomane at ruslivet kosta meir enn det smakte. Handlingskompetansen blei opplevd å vere det Nygren skildrar som dysfunksjonell. Det vil seie at den i det lange løp ikkje fungerte tilfredstillande. Ungdomen skildra korleis dei utvikla eit ønske om å slutte å ruse seg, og hadde fleire forsøk utan å lykkast. Å slutte å ruse seg vil seie å slutte å nytte seg av ein handlingskompetanse ein har opparbeidd. Det vil meir konkret seie at ein ikkje lenger skal fylle dagane med dei same gjeremåla, ein skal ikkje lenger vere med vener og kollegaer i rusmiljøet og ein skal ikkje møte angst, uro eller andre kjensler med løysingane ein tidlegare har brukt. Ungdomane synest i byrjinga av endringsprosessen å ha vage eller uklare bilete av kva dei skal skifte ut desse handlingsberedskapane med. Dei alternative handlingsberedskapane synes diffuse. Tru og positive forventningar til endring vert trekt fram av Ekeland som avgjerande i endringsarbeid, og dei manglande ideane og kompetansen hjå ungdomane på kva dei alternativt skulle gjere synest å verke hemmande på endringsprosessen.

Oppleving av kva som er gyldig og funksjonell kompetanse heng saman med kva blick ein nyttar på søken etter kompetanse og kva som vert definert som kompetanse. I ulike kulturelle kontekstar har ein ulike blick og vurderingar av kva kompetansar som er gyldig og tenleg. Handlingskompetansen ungdomane har utvikla som narkotikabrukar vert i rusfrie miljø sett på som dysfunksjonell og lite brukbar. Sandberg og Pedersen fann òg i sin studie av rusmiljøet ved Akerselva i Oslo at kompetansen som ungdomane hadde utvikla synest å bli opplevd som å ha liten overføringsverdi til andre sosiale arenaer (Sandberg & Pedersen, 2006). Intervjua eg har gjennomført synte at ungdomane opplevde eit stort gap mellom kompetansen dei hadde

utvikla i rusmiljøet og kompetansen dei opplevde dei trong for å meistre eit liv i eit rusfritt miljø. Denne opplevinga deira synest å vere samanfallande med det rådande kulturelle blikket på rusmiljøet og på det rusfrie miljøet. Den store forteljinga om rusmisbrukaren punktuerer på likskap rusavhengige i mellom og på ulikskapen mellom dei rusavhengige og dei streite. Historia framhevar skilnader og avstand mellom dei rusfrie og dei rusavhengige. Forteljinga dei rusavhengige har om dei streite synes å gjere det same: den punktuerer på likskap dei streite i mellom og på ulikskap til dei rusavhengige. Dette punktueringsmønsteret fremmer ei oppleving av avstand mellom dei rusavhengige og dei streite og ei oppleving av at vegen ungdomane må gå for å kome ”over” til det rusfrie livet som svært lang. Lenger enn den kan synest faktisk å vere. Intervjua med ungdomane syner at når dei gjorde reelle erfaringar med det rusfrie miljøet eller med samhandling med rusfrie menneske så var ikkje skilnaden så stor som dei frykta. Mønsteret med å punktuerer på ulikskap mellom rusavhengige og rusfrie synest uheldig for endringsprosessen fordi det skapar eit bilete av avstanden som større enn den treng å vere og dermed på kompetansen dei manglar som større enn den treng å vere. Opplevinga av manglande kompetanse til å meistre eit rusfritt liv synest å hemme forventningane og trua på eit alternativt rusfritt liv.

Nygren skildrar handlingskompetansen som dobbelt situert på den måten at den har forankring både i den einskilde personen sine mentale prosessar og i den sosiokulturelle konteksten personen skal handle i. Min studie illustrerer korleis den einskilde ungdom si oppleving av handlingskompetanse var påverka av både deira eigne meiningsdanningar, det kulturelle blikket og av samhandling med andre. Analysen viser at handlingskompetansen kan endre seg i møte med nye blikk.

Tradisjonelt har kompetanse ofte blitt delt opp i kunnskapar, ferdigheiter og haldningar (Handal & Lauvås, 2002; Pettersen, 2005). Nygren plasserer identitet som ein viktig del av ein person sin handlingskompetanse då han meiner opplevinga av identitet verkar dirigerande og rettleiande for handling (Nygren, 2004). Studien min støtter opp om denne vurderinga. Analysen av ungdomane sine forteljingar viser korleis deira oppleving av kven dei er, har innverknad på kva del av handlingsberedskapen dei nyttar. Identiteten som rusmisbrukar har synt seg som ein masterstatus som trekk blikket til seg. Det vil seie at blikket vert avgrensa til å sjå kompetansen som er knytt til identiteten som rusavhengig. Andre kompetansar og identitetar som ungdomen eventuelt måtte ha, vart i mindre grad sett og gjeve eksistens. Manglande merksemd fører til at alternative ferdigheiter og identitetar vert mindre synlege og dermed i mindre grad operative. Intervjua har vist korleis dette kan endre

seg gjennom nye samhandlingserfaringar. Ungdomane ser seg sjølv gjennom andre menneske sine auge og slik kan ungdomane si oppleving av identitet verte endra gjennom interaksjon med andre menneske. Profesjonelle hjelparar har i dette studiet synt seg som viktige andre for ungdomen. Interaksjonen mellom hjelpar og ungdomen vert ein sentral arena for identitetsutvikling og utvikling av handlingskompetanse. Gjennom møte med gode hjelparar fekk ungdomane hjelp til å utvide blikket dei har på seg sjølv. Fleire av dei gode møta som ungdomane har trekt fram viser hjelparar som punktuerer annleis enn det dominerande kulturelle blikket. Ungdomane opplevde at hjelparen såg ”meg”. Det vil seie at hjelpar såg forbi stereotypiar og masterstatus og såg meir av det ungdomane opplevde som deira eigenart. I det komplekse biletet av den einskilde var og kompetansar og eigenskapar som ikkje var stigmatiserte og ikkje opplevd som dysfunksjonelle. Slike evner kunne til dømes vere humoristisk sans, intelligens og evne til omsorg. Dei nye blikka som ungdomane blei møtt med hjelpte dei til å sjå kunnskapar, ferdigheiter og identitetar som allereie var ein del av deira potensielle handlingskompetanse, men som ikkje hadde fått same merksemd som dei rusrelaterte. At desse sidene fekk merksemd og verdsetting av ein annan person gav denne alternative handlingsberedskapen auka kraft og gyldigheit og gjorde den meir operativ. Slik fremma nye blikk nye handlingar. Auka fokus på andre meir funksjonelle handlingsberedskapar verkar tilbake på ungdomen si oppleving av seg sjølv. Ungdomane sin identitet og handlingsberedskap blei påverka og endra i interaksjon med hjelparane. Ved at hjelparen punktuerer på likskap mellom ungdomane og andre rusfrie reduserte dei den opplevde avstanden i identiteten og kompetansen som rusmisbrukar og som nyktern. Når avstanden vart opplevd som mindre, vart truleg trua og forventningane til at den kunne handterast auka.

Ein praktisk implikasjon av denne analysen synes å vere verdien av at både forskarar og profesjonelle hjelparar er medviten på korleis det kulturelle blikket påverkar oss til å feste blikket ved nokre kunnskapar, ferdigheiter og identitetar medan andre ferdigheiter og kunnskapar vert sett i skuggen. Det kan vere tenleg å utfordre det kulturelle blikket og utvikle alternative blikk som får vitalisert identitetar og ferdigheiter som ligg i dvale.

Hjelpsam hjelp kan og vere å utvikle kompetanse og handlingsberedskap som ungdomen manglar. Til dømes kan den profesjonelle hjelpar tilby av sin eigen handlingsberedskap der ungdomen ikkje når sine mål på grunnlag av sin eigen handlingskompetanse. Ein

handlingskompetanse som synest generelt å få lite merksemd i behandlingforskinga er kompetansen i å vere klient. For at ungdom med rusvanskar skal ta i mot profesjonell hjelp for å endre på livet sitt treng dei kompetanse i korleis dei skal nyttiggjere seg denne hjelpa. Dei treng både å ha tiltru til hjelpar og å ha ferdigheiter i å samhandle med hjelpar på ein konstruktiv måte. Dette er kunnskap og ferdigheiter som ungdomane i utgangspunktet synest å ha lite av sjølv om dei hadde opparbeidd mykje erfaring og kompetanse i å samarbeide med hjelpeapparatet i livet som rusavhengig. Å skulle samarbeide med hjelpeapparatet for å bli rusfri synest å bli opplevd som annleis og setje andre krav. Ungdomane skildra i byrjinga ein skepsis til om hjelparen eigentleg ville hjelpe dei og dei hadde liten tillit til at hjelpar ville forstå. Denne manglande tilliten og opplevinga av manglande kompetanse til å samhandle med hjelpar gjorde ungdomane tilbakehaldne i kontakten. Eit vendepunkt synest å vere når dei møtte hjelparar som var aktivt oppsøkande og på ein overtydande måte kommuniserte til ungdomane at dei ville og kunne hjelpe. Slike erfaringar utvida ungdomane sin kompetanse både om hjelpeapparatet og om seg sjølv. Hjelpar hadde ein annan handlingskompetanse enn ungdomen og nytte den til å få etablert eit samarbeid. Gjennom interaksjon med hjelparar utvikla ungdomane handlingskompetanse i å vere klient. Denne kompetansen hadde dei nytte av i seinare møte med andre hjelparar.

Via samhandlinga med hjelparane fekk ungdomane og kunnskap i og ferdigheiter i korleis ein handlar i ein anna sosial arena. Samhandlinga med hjelpar gav ungdomane erfaringar og arena for å utvikle handlingskompetanse og identitet som nykter. Gjennom møte med hjelpar fekk ungdomane kjennskap til sosial spelereglar, kommunikasjonsformer, og løysingsalternativ i ein nyktern kontekst. Desse erfaringane synes viktige og verdifulle på vegen med å byggje opp identitet og handlingskompetanse som streit.

Å sjå på ungdomane sine handlingar og forståingar som kompetanse fremmer to sentrale dimensjonar ved den hjelpsame hjelpa; det kontekstavhengige og det dynamiske. Det dynamiske vil seie eit fokus på at kompetanse er under stadig endring. Det gjev eit optimistisk syn på utvikling og endring. Ungdomane kan utvikle ny kunnskap og ferdigheiter i å vere klient og i å vere rusfri. Ny kunnskap kan stadig lærast. Eg synest det dynamiske blikket gjev eit frigjerande blikk då det betyr at ein treng ikkje vente på at ungdomen har kome til eit visst stadium eller fase. Ungdomen vil alltid ha høve til å utvide sin handlingskompetanse. Sentralt vert heller i kor stor grad det nye som vert presentert passar inn til den handlingskompetansen

ungdomen allereie har. Bateson sitt omgrep om ein passe skilnad synest eg er nyttig for å forstå korleis den nye kunnskapen må den passe inn i kunnskapsgrunnlaget og ferdigheitene ungdomane har frå før. Til dømes har intervjuar vist at ei organisering av hjelpeapparatet som legg til grunn at ungdomen sjølv skal bestille den hjelpa den treng set krav til ein handlingskompetanse som mange av dei ikkje har.

8.3 Ein personleg og situasjonsbestemt profesjonalitet

Historiene ungdomane har fortalt om kva hjelp som har vore hjelpsam viser at hjelpa er knytt til møte med andre menneske. Det er i mindre grad spesifikke tiltak eller metodar som ungdomane har festa seg ved, men hjelpa er knytt til namngitte menneske og det hjelpsame er knytt til bestemte augeblikk, til møte med menneske. Det hjelpsame kan oppstå plutselig og springe ut i frå små, korte augeblikk. Opplevinga desse korte augeblikka har gitt kan vare ved langt utover augeblikket. Ungdomane fortalte om møter som hadde skjedd fleire år tilbake i tid med ein intensitet og verdi som om det hadde skjedd nyleg. Dei henta fram minner frå desse hjelpsame augeblikka når dei stod i nye situasjonar, og erfaringane frå desse hjelpsame augeblikka blei hjelpsame på nytt i nye situasjonar. Menneskelege møter har synt seg som kraftfelt for hjelpsam hjelp. Eg vil minne om at det kan vere mange ulike møter som har denne krafta, men fokuset i oppgåva mi har vore på kontakten mellom ungdomane og profesjonelle hjelpearar.

Krafta synest å handle om at det har vore ein personleg kontakt i møta som har rørt ved kjenslene deira. Personane har vore i framgrunnen i møta meir enn rolla dei har som hjelpear og klient. Dei to personane rørte ved kvarandre og det dei to sa og gjorde vedkom kvarandre. Det er ikkje i rolla som yrkesutøvar hjelpear synest å ha mest kraft til å røre ved den andre, men når den vert sett av ungdomen som ein person. Hjelpear synest å stå fram for ungdomen som eit døme på eit rusfritt menneske. Korleis ungdomen opplever seg møtt av hjelpear og korleis dei opplever det er å vere saman med hjelpearane gjev ungdomen ein smakebit på korleis samværet med andre rusfrie menneske kan vere. Spesielt synest denne opplevinga å vere tilstades når samhandlinga med hjelpear har ein meir uformell karakter. Ungdomane uttrykker behov for å bli akseptert og sett som menneske av dei profesjonelle hjelpearane ikkje berre som klient. Dei søkjer ein kontakt menneske til menneske, og har behov for ikkje å bli dømt for å vere den personen dei er. Å erfare at hjelpear ikkje dømmer

til tross for at dei kjenner til val og handlingar som kan opplevast som feile og skammelege, gjev håp om at andre rusfrie kan gjere det same.

At nokon innehar rolla som profesjonell hjelpar har lenge vore ein del av vårt samfunn og vår kultur. Ekeland viser til korleis ideen om profesjonalitet er med å skape legitimitet til handlingane til den profesjonelle (1999). At hjelparen har fullført ei profesjonell utdanning eller innehar ei viss stilling synes ikkje å vere nok til at ungdomane eg har intervjuar har tillit til dei profesjonelle hjelparane. Dei synest heller i utgangspunktet å vere skeptisk til om den profesjonelle kan hjelpe dei. Tillit er noko som vert utvikla undervegs etter møte med hjelparar som ungdomane opplever som hjelpsame og tillitsvekkande.

Nøytrale kjensler, distanse og likebehandling er kjenneteikn som tradisjonelt har vore knytt til omgrepet profesjonalitet. Etter kvart har desse idealane, spesielt innanfor helse- og sosialfaga, blitt utfordra av andre ideal som i større grad ser engasjement og kjensler som ressurs i arbeidet (Nygren, 2004). Tidlegare i oppgåva presenterte eg bidrag frå Borg og Topor og frå Røkenes og Hansen som alle framheva verdien av at den profesjonelle hjelpar viser av seg sjølv og av sitt engasjement (Borg & Topor, 2007; Røkenes & Hanssen, 2002). Erfaringane til ungdomane eg har intervjuar gjev óg næring til ideen om ein meir personleg og brukarorienterte profesjonalismen. Møta som ungdomane trekk fram som hjelpsame synest å gje støtte til andre kvalitetar enn dei som tradisjonelt har blitt assosiert med profesjonell hjelp. Kvalitetar som vert trekt fram er evna hjelparane hadde til å vise kjensler, til å ta initiativ og til å vere personleg. Å vere personleg og å ta initiativ til kontakt synes å vere døme på handlingar som vert opplevd som teikn på at hjelpar er ekte og autentisk. Slike handlingar vert opplevd av ungdomane som teikn på at mennesket som innehar den profesjonelle rolla vert synleg og viser at den bryr seg og vil hjelpe utover det den er programforplikta til å gjere. Analysen av ungdomane sine skildringar av ein god hjelpar synleggjer at ungdomane har behov for å sjå og møte personen bak den profesjonelle rolla. Dersom dei opplever at dei har sett at hjelpar har gjort noko ekte og autentisk vert det eit teikn på at personen bak rolla har handla. Den hjelpsam hjelpar viser engasjementet sitt og inviterer ungdomen inn i ein nær og ekte samhandling.

Eg er av den oppfatning at ei profesjonell utøving av ei hjelperolle alltid vil vere personleg. Med personleg meiner eg dei særtrekk kvar einskild hjelpar har som resultat av personlegdomen og livserfaringane dei har. Personen som innehar den profesjonelle rolla vil sette sitt personlege avtrykk på arbeidet. Slik kan overskrifta eg har valt på dette avsnittet, ”personleg profesjonalitet” verke overflødig og som smør på flesk. Eg har valt likevel å nytte omgrepet som eit analytisk omgrep då eg vil få fram verdien av at den profesjonelle viser meir av det personlege avtrykket enn det tradisjonelle biletet av profesjonalitet har opna opp for. I staden for å leggje lokk på meir personlege sidene ved yrkesutøvinga som til dømes kjensler og engasjement, vil eg tale for at desse kan nyttas medvitent som ein ressurs i det profesjonelle arbeidet.

Vil dette seie at det hjelpsame handlar om kven ein er som privatperson? Handlar kjenneteikn ved den gode hjelpar om å ha dei rette kjenslene, dydane og personlegdomen? Vil det seie at å vere ein god hjelpar er avgrensa til dei som har dei rette personlege eigenskapane, eller kan desse ferdigheitene lærast? Eg vil argumentere for det siste. Eg vil hevde at både eit medvit om korleis eigen personlegdom kan virke inn på yrkesutøvinga og evne til å nytte den i arbeidet på ein hjelpsam måte, kan lærast og utviklast.

Vektlegginga av det personlege som til dømes engasjement, humor og initiativ hjå hjelparen kan stå i fare for å verte forstått og nytta instrumentelt og standardisert. Til dømes kan ideen om at det er bra å besøke klientar som sit i fengsel, og at det er bra å vise engasjement, verte generelle strategiar som hjelparen skal nytte ovanfor klientar i visse livssituasjonar. Studien min talar ikkje for ein slik forståing. Sjølv om generelle idear kan vere hjelpsame kjem den profesjonelle ikkje vekk i frå at den må gjere ein sjølvstendig vurdering av om det generelle passer i den konkrete situasjonen. Ungdomane sine opplevingar talar for å fremme eit syn på profesjonalitet som situasjonsbestemt. Kva som er hjelpsam vil vere avhengig av den einskilde klient sine meningsoppfatningar og kompetansar og vere påverka av samspelet mellom hjelpar og klient. Det er derfor sentralt at hjelpeapparatet er lydhør for den andre sitt blikk på situasjonen og tilpassar hjelpa etter behova til den andre. Dette set krav til den profesjonelle hjelparen sin evne til både å lytte, kartlegge og reflektere og til å regulere handlingane sine etter vurderingane den gjer. For å kunne imøtekomme dei varierende behova til den andre vert det naudsynt at hjelparen og hjelpeapparatet kan tilby eit mangfald av tiltak og hjelp. I staden for evner til å gjennomføre standardiserte metodar set dette krav om ein hjelpar som både er lydhør for den einskilde sine behov og er kreativ og modig i forsøka på å

få dekkja dei. Nygren skildrar kontroll over relevante ytre føresetnader som viktig del av den profesjonelle handlingskompetansen (2004). Analysen eg har gjort illustrerer verdien av å sjå kontroll over relevante ytre føresetnader som sentral del av handlingskompetansen. Skal hjelpar kunne handle etter kunnskapen den har om klienten sine individuelle behov, set det krav til at hjelpar har høve til å handle i tråd med vurderringane sine.

Studien min har gjeve med nokre svar på kva som er hjelpsam hjelp. Studiet opnar og opp for nye viktige og interessante spørsmål. Eit av dei utforska tema er kjensler. Kjensler er truleg av stor verdi ved menneskeleg endring og meiningsdanning. Kjensler har likevel hatt lite fokus i studien min. Det kunne vore interessant å undersøkt nærare korleis kjenslene hjå både klient og hjelpar fargar og påverkar endringsprosessen

Eg har heller ikkje sett på dei organisatoriske rammene kring den hjelpsamen hjelpa. Eg har tala for ein personleg og situasjonsbestemt profesjonalitet. Eg har peika på evnene som hjelpar har til å vere engasjert, personleg, lydhør og kreativ som viktige ferdigheiter. Eit sentralt spørsmål er kva for organisatoriske rammer som fremmer desse ferdigheitene hjå hjelpar. Kva kontekstar fremmer nære, personlege og uthaldande relasjonar mellom hjelpar og klient? Dei same spørsmåla er interessante i forhold til utdanning av helse- og sosialarbeidarar. Korleis kan vi gjennom utdanningane leggje til rette for at studentane utviklar evnene til å nytte det personlege på ein positiv måte i det profesjonelle arbeidet?

Ein anna viktig problemstilling er korleis vi kan sikre at den personlege og situasjonsbestemte hjelpa er kvalitativ god? Sjølv om eg har tala for at ei meir situasjonsbestemt hjelp og ein synleggjering av det personlege, kan dette også vere risikabelt. Det er innlysande at ikkje alle situasjonsbestemte vurderingar, kjensler og oppriktige meiningar er like hjelpsame. Ein styrke ved til dømes standardiserte metodar er at dei gjev verktøy til å kontrollere og kvalitetssikre arbeidet den profesjonelle hjelpar gjer. Då kan ei vurdering av i kor stor grad hjelpar arbeider etter gitte metodar eller manualar vere ein indikator på om hjelpa er god. Ein profesjonalitet som i større grad er individuelt tilpassa set krav til at hjelpar har handlefridom. Det vil seie at det er vanskeleg å skape generelle retningslinjer på kva som er god praksis då det vil vere avhengig av behova til den einskilde klient. Samstundes treng ikkje det at ei hjelp er tilpassa den einskilde situasjon vere eit teikn på at hjelpa er god. Eg ser behov for at det vert undersøkt nærare korleis ein kan kvalitetssikre den personlege og situasjonsbestemte hjelpa.

Eg ønskjer openheit for mange perspektiv både i forkinga og i hjelpetilbod. Ikkje minst er det viktig at vi er medvitne om at ungdomen sjølv sit med verdifull kunnskap. Husserl åtvarar oss mot å sleppe kontakten med det konkret opplevde i prosessen med å generere ålmenne omgrep. Verda er subjektiv og kva som vil vere hjelpsam for den einskilde vil vere avhengig av kva for tankar og opplevingar den har av både seg sjølv, av forholdet sitt til rusmiddel og til å ta i mot hjelp. Meir enn å sjå funna i denne oppgåva som ei retning på korleis hjelpa skal vere, ønskjer eg at den skal stimulere og inspirere til å forstå akkurat den ungdomen som hjelparen eller forskaren har fram føre seg.

Litteraturliste

- Alvesson, M., & Sköldbberg, K. (1994). *Tolkning och reflektion : vetenskapsfilosofi och kvalitativ metod*. Lund: Studentlitteratur.
- Anderson, H., & Gehart, D. (2007). *Collaborative therapy: relationships and conversations that make a difference*. New York: Routledge.
- Bateson, G. (2000). *Steps to an ecology of mind*. Chicago: University of Chicago Press.
- Bauman, Z. (2002). *Det individualiserade samhället*. Göteborg: Daidalos.
- Becker, H. S. (1963). *Outsiders : studies in the sociology of deviance*. London: Free press of Glencoe.
- Becker, H. S., Sjøgaard, S., & Järvinen, M. (2005). *Outsidere : studier i afvigelsessociologi*. København: Hans Reitzel forl.
- Berg, E. (2003). *Samhandlingens monolog: en studie av interaksjon mellom klienter med innvandrerbakgrunn og ansatte i tiltaksapparatet for rusmiddelmissbrukere*. Oslo: SIRUS.
- Biernacki, P. (1986). *Pathways from heroin addiction : recovery without treatment*. Philadelphia: Temple University Press.
- Borg, M., & Topor, A. (2007). *Virksomme relasjoner : om bedringsprosesser ved alvorlige psykiske lidelser* (2. rev. utg. ed.). Oslo: Kommuneforl.
- De Jong, P., & Berg, I. K. (2005). *Løsningsskapende samtaler*. Oslo: Gyldendal akademisk.
- Dencik, L., & Schultz Jørgensen, P. (1999). *Børn og familie i det postmoderne samfund*. København: Hans Reitzel.
- Diclemente, C. C., & Prochaska, J. O. (1982). Self-Change and Therapy Change of Smoking-Behavior - a Comparison of Processes of Change in Cessation and Maintenance. *Addictive Behaviors*, 7(2), 133-142.
- Ekeland, T.-J. (1999). *Meining som medisin : ein analyse av placebofenomenet og implikasjonar for terapi og terapeutiske teoriar*. Bergen: Institutt for samfunnspsykologi, Psykologisk fakultet, Universitetet i Bergen.
- Ekeland, T.-J. (2007). *Kommunikasjon som helseressurs*.
- Fekjær, H. O. (2004). *Rus : bruk, motiver, skader, behandling, forebygging, historie* (2. utg. ed.). Oslo: Gyldendal akademisk.
- Fredriksen, S., & Fugelli, P. (2006). *Myk ondskap*.
- Gossop, M. (2002). Randomiserte og kontrollerte, men relevante? *Rus og avhengighet*(4), 10-13.
- Gulbrandsen, P. (2006). *Skam i det medisinske rom*. Oslo: Gyldendal akademisk.
- Handal, G., & Lauvås, P. (2002). *På egne vilkår: en strategi for vejledning med lærere*. Århus: Klim.
- Hubble, M. A., Miller, S. D., & Duncan, B. L. (1999). *The Heart & soul of change : what works in therapy*. Washington, D.C.: American Psychological Association.
- Hårtveit, H., & Jensen, P. (2004). *Familien - pluss én: innføring i familieterapi*. Oslo: Universitetsforl.
- ICD-10: den internasjonale statistiske klassifikasjonen av sykdommer og beslektede helseproblemer : systematisk del, alfabetiskindeks, opplæring* (2005). Oslo: Sosial- og helsedirektoratet.
- Järvinen, M., & Mik-Meyer, N. (2003). *At skabe en klient: institutionelle identiteter i socialt arbejde*. København: Hans Reitzels Forlag.
- Kanck, R. (2005). *"Hva er den hjelpsomme hjelpen i sosialt arbeid?"*. Oslo: R. Kanck.
- Knudsen, T., Sommerfelt, A., Noreng, H., & Bødtker, K. E. (2005). *Norsk riksmålsordbok online*. [Oslo]: Kunnskapsforl.
- Kvale, S. (1997). *Det kvalitative forskningsintervju*. Oslo: Ad notam Gyldendal.

- Lie, G. T. (1999). *Selbuungdommene før, under og etter hjelpetilhørighet til kollektivet: en retrospektiv forløpsundersøkelse*. Bergen: Universitetet i Bergen, HEMIL-senteret.
- Marthinsen, E., & Tronvoll, I. M. (2001). *Sosialt arbeid : refleksjoner og nyere forskning : et innblikk i feltet ved Institutt for sosialt arbeids 25-års jubileum*. Trondheim: Tapir.
- McIntosh, J., & McKeganey, N. (2002). *Beating the dragon: the recovery from dependent drug use*. Harlow: Pearson Education.
- Mik-Meyer, N., & Järvinen, M. (2003). *At skabe en klient : institutionelle identiteter i sosialt arbejde*. København: Hans Reitzels Forlag.
- NOU (2001). *Fra bruker til borger*
En strategi for nedbygging av funksjonshemmende barrierer
- NOU (2005). *Frå stykkevis til helt. En samanhengende helsetjeneste*.
- NOU (2003). *Forskning på rusmiddelfeltet*.
- Nygren, P. (2004). *Handlingskompetanse: om profesjonelle personer*. Oslo: Gyldendal akademisk.
- Nygren, P. (2008a). Barn og unges kompetanseutvikling i et komplekst samfunn (pp. S. 28-38).
- Nygren, P. (2008b). En teori om barn og unges handlingskompetanser (pp. S. 39-54).
- Nygren, P., & Fauske, H. (2004). *Ideologisk beredskap: om etikk og verdier i helse- og sosialfag*. Oslo: Gyldendal akademisk.
- Palm, J. (Writer) (2004). The nature of and responsibility for alcohol and drug problems: views among treatment staff [Article], *Addiction Research & Theory*: Taylor & Francis Ltd.
- Pape, H. (2003). Farlig frykt for tall. *Rus og avhengighet*, 2003(03).
- Pettersen, R. C. (2005). *Kvalitetslæring i høgere utdanning: innføring i problem- og praksisbasert didaktikk*. Oslo: Universitetsforl.
- Prochaska, J. O., Diclemente, C. C., & Norcross, J. C. (1992). In Search of How People Change - Applications to Addictive Behaviors. *American Psychologist*, 47(9), 1102-1114.
- Ryen, A. (2002). *Det kvalitative intervjuet : fra vitenskapsteori til feltarbeid*. Bergen: Fagbokforl.
- Røkenes, O. H., & Hanssen, P.-H. (2002). *Bære eller bryte : kommunikasjon og relasjon i arbeid med mennesker*. Bergen: Fagbokforl.
- Sandberg, S., & Pedersen, W. (2006). *Gatekapital*. Oslo: Universitetsforl.
- Sandbæk, M. (2002). *Barn og foreldre som sosiale aktører i møte med hjelpetjenester*. Trondheim: Institutt for sosialt arbeid og helsevitenskap, Fakultet for samfunnsvitenskap og teknologiledelse, Norges teknisk-naturvitenskapelige universitet.
- Shulman, L. (2003). *Kunsten å hjelpe*. Oslo: Gyldendal akademisk.
- Skatvedt, A. (2009). *Alminnelighetens potensial: en sosiologisk studie av følelser, identitet og terapeutisk endring*. Institutt for sosiologi og samfunnsgeografi, Det samfunnsvitenskapelige fakultet, Universitetet i Oslo, [Oslo].
- St.meld.nr (2009). *St.meld. nr. 47 Samhandlingsreformen*
Rett behandling - på rett sted - til rett tid
- Svensson, B. (2005). *Heroinmissbruk*. Lund: Studentlitteratur.
- Thommesen, H. (2009). I rusmisbrukerens skygge. *Fontene Forskning*, 1.
- Thornquist, E. (2003). *Vitenskapsfilosofi og vitenskapsteori : for helsefag*. [Bergen]: Fagbokforl.
- White, M. (2008). *Kort over narrative landskaber*. København: Hans Reitzels Forlag.
- Williams, F., Popay, J., & Oakley, A. (1999). *Welfare research: a critical review*. London: UCL Press.

Intervjuguide

Innleiing, takke, informasjon om formålet, personvern, bandopptakar ol..

Bakgrunnsdata:

Spørjeskjema viser

Kan du fortelje litt om misbruket ditt? Årsak og konsekvensar

Hjelpeapparatet generelt:

Når kom du i kontakt med hjelpeapparatet?

Kan du fortelje litt generelt om dine erfaringar frå møte med hjelpeapparatet?

Kva har fungert godt?

Kva har fungert mindre bra?

Kva gjer at du har klart å kome deg ut av misbruket?

Dei positive erfaringane spesielt:

Kven og kva har hjulpet deg?

Spesielle personar?

Kva karakteriserer hjelpa du har fått hos den hjelparen du har trekt fram som spesielt hjulpsam?

Gje døme

Kva er det som er annleis med denne hjelparen i forhold til andre hjelpearar du har møtt?

Gje døme

Korleis vil du skildre samhandlinga, relasjonen mellom dåkke?

Gje døme

Er det noko annleis med deg i den relasjonen vs andre?

Kva kjenneteiknar den gode hjelparen sin forståing av rusproblem og rusavhengigheit.

Gje døme

Rusepisodar /sprekkar

Kva kjenneteiknar hjulpsam forståing og reaksjonar på rusing?

Gje døme

Kva for utfordringar er der med å få til ein god relasjon?

Konfliktar

Er det nokon som kjenneteiknar måten konfliktar vert løyst på ved god samhandling?

Tid:

Kor lang tid samarbeidde du og din gode hjelpear?

Korleis trur du tid verkar inn på hjelpa?

Prøve å gje eit bilde ut av hjelparen, kva kan det vere?

Beskrive samhandlinga mellom dåkke med eit ord, kva er det?

Er det nokre episodar, situasjonar du husker som spesielt gode, hjelpsame?

God hjelp generelt:

Råd/Tips til oss lærarar på Høgskulen?

Dersom du var leiar av kommunen kva ville du vektlagt/ endringar ville du ha gjort ift tilbodet til rusmisbrukarar?

Verdiar?

Er det nokon verdiar du vil trekke fram som du synest karakteriserer arbeidet til den gode hjelpar?

|Gje døme

Ferdigheiter?

Metode

Er det nokon særskilte metodar, framgangsmåtar som karakteriserer arbeidet til den gode hjelpar?

Personligdom?

Samarbeid med andre delar av hjelpeapparatet

Kva karakteriserer hjelparen sitt samarbeid med andre hjelparar; delar av hjelpeapparatet?

Samarbeid med din familie?

Tieplikt, informasjon

Nokon kommentarar til slutt?