

MÖTET MED EN MAMMA

Uppsats i 2-årig Systemisk/Narrativ vidareutbildning

Maryam Fetrak

Vårterminen 2013

Om att hjälpa

Om jag vill lyckas med att föra en människa
mot ett bestämt mål
måste jag först finna henne
där hon är och börja just där.

Den som inte kan det
lurar sig själv,
när han tror
att han kan hjälpa andra.

För att hjälpa någon måste jag visserligen förstå
mer än vad han själv gör
men först och främst
förstå det han förstår.

Om jag inte kan det
så hjälper det inte
att jag kan och vet mer.

Vill jag ändå visa hur mycket jag kan,
så beror det på att jag är fåfäng och högmodig
och egentligen
vill bli beundrad av den andre
i stället för att hjälpa honom.

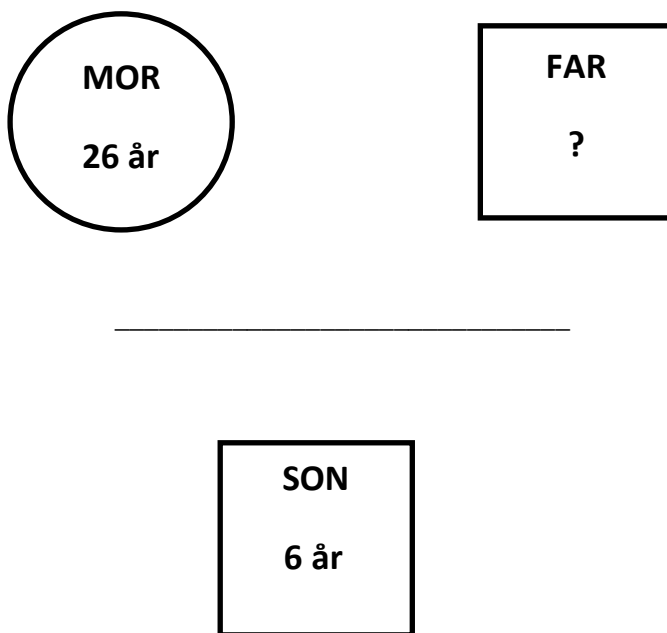
All äkta hjälpsamhet börjar med ödmjukhet
inför den jag vill hjälpa
och därmed måste jag förstå
att med att hjälpa
inte är en vilja att härska
utan en vilja att tjäna.

kan jag inte detta
så kan jag inte heller
hjälpa någon.

Sammanhanget för skrivandet av denna uppsats är en 2-årig systemisk/Narrativ vidareutbildning genom GCK och denna uppsats är en slutprodukt av dessa två åren. För min del har utbildningen varit en utvecklande resa med spännande diskussioner, rollspel, uppgifter, litteratur samt tankearbete på vägen. Vi har haft workshops samt gästföreläsare från olika verksamheter som berättat för oss om sitt arbete med att utveckla systemiskt tänkande. Dessa föredrag och efterföljande diskussioner har varit inspirerande och hjälpt mig i mitt sociala sammanlag och mitt arbete och kontakten med mina klienter. Att processa och anamma systemisk har för min del, även inneburit en betydelsefull utveckling på ett personligt plan. Denna synsätt har gett mig verktyg att våga ge mig in på nya banor. Den har gett mig modet att öppna dörrar under min färd som länge varat stängda.

Min ambition är att i första hand skriva för mitt eget lärande. Jag tänker belysa några arbetsmetoder som används inom min verksamhet och som många gånger är en utgångspunkt i det utredande arbetet. Till min hjälp kommer jag att använda mig av ett ärende som jag har jobbat med tidigare. Ärendet är avslutat vid tiden för skrivandet av denna uppsats.

Ärende/Praktik



Genogram över familjen

Kvinnan och hennes son som hade sitt påbrå i Somalia blev aktuella i ett faderskapsärende hos mig när jag började mitt arbete hos Familjerättsbyrån. I tidigare dokumentation i ärendet kunde jag se att kvinnan inte kommit på sina besökstider under två års tid. Mitt uppdrag var att kalla henne på nytt och om hon kommer utreda fadern. Det vill säga med hjälp av uppgifter från henne utreda och fastställa faderskapet, alternativt att lägga ner utredningen om jag inte får tillräckligt mycket uppgifter om fadern. Jag träffade kvinnan vid sammanlagt två tillfällen. Vi hade tolk under samtalen. Kvinnan sa under första besöket hos mig att hon

inte vågade berätta sanningen om hur barnet blivit till då hon var rädd för konsekvenserna. Hon var ambivalent och till slut brast hon i gråt. Min avsikt under hela samtalet var att bygga upp en allians med kvinnan och få hennes tillit till mig som myndighetsperson. Samtidigt ville jag hålla en inbjudande stämning och inte låta henne att känna sig pressad. Jag bröt samtalet där och erbjöd kvinnan en ny tid efter ett par veckor. Gången efter som kvinnan kom till byrån var hon mycket mer avslappnad och trygg. Hon inledde samtalet med att berätta att hon blev gravid med sin son efter en överfallsvåldtäkt i hemlandet. Hon kände igen mannen som var från en grannby. Han hotade henne att inte berätta för någon om det som hände annars skulle han förfölja och skada henne för alltid. Kvinnan sa att det inte är någon mer som vet om denna händelse och var noga med att påpeka att det får inte avslöjas. Till sonen hade hon berättat att pappan avlidit i kriget och barnet hade accepterat det.

TEORETISKA UTGÅNGSPUNKTER

För att få en förståelse i hur jag agerade i detta ärende och vilka förhållningssätt och metaforer som jag använde mig av för att skapa nyanser i kvinnans berättelse och skapa en tillåtande och tillförlitlig anda i samtalet, kommer jag att i huvudsak använda mig av följande systemteoretiska begrepp: *Narrativ perspektiv, allians, återknytande samtal och det externaliserande samtalet.*

Systemteori är tvärvetenskaplig och en heterogen disciplin vars intresseområde förenas av begreppet system. Man kan också belysa systemtänkandet som ett förhållningssätt och teoretiskt utgångspunkt, där man framhåller kravet av förkunskaper om hela det system man är intresserad av, för att kunna förstå systemets delar (subsystemet) och hur alla delar påverkar varandra utifrån cirkulära och mångfaldigt cirkulära orsak-verkan.

NARRATIV PERSPEKTIV

En förgrening inom postmodernismen är Narrativ perspektiv, vilket betraktar verkligheten som ett oändligt antal möjliga berättelser. Det vill säga verkligheten åter blir levande i de berättelser som vi skapar tillsammans med andra. Självet och identiteten är något som skapas i språk, i en kontext och i relation till andra. Enligt detta perspektiv konsturerar vi många berättelser om oss själva i samspel med vår omgivning och ofta är det emellertid en berättelse som tenderar att bli den mest dominerande. Denna berättelse är ofta uppbyggd kring något som vi anser vara centralt i livet. Berättelsen kan vara positiv eller negativ. Enligt Mickael White är det essentiellt för individen att förhandla om den dominanta historien och underhistorierna i sitt liv så att det blir möjligt att styra vilken av de som ska dominera. En narrativ terapi befremjar polysemi (mångspråkighet) och tillåter ett icke-fackligt, målande och poetisk språk för att beskriva upplevelser och omskapa historien. Man konsekvent använder sig av pronomen ”jag” och ”du” när man berättar och när man återger nya versioner av det man vill berätta om.

Som jag tidigare lyft fram är berättandet och berättelser av stor betydelse för människor och kan till och med påstås vara en universell mänsklig aktivitet. Man kan hävda att det är grundläggande för mänskligt tänkande och skapande av kunskap. Berättandet är en av de tidigaste formerna för språklig kommunikation som vi lär oss som barn och som vi sedan använder genom hela livet. Berättelsen ger struktur, sammanhang och mening till våra

erfarenheter. Genom berättandets former blir de pågående sinnesintrycken, upplevelserna, inordnade i en form som gör världen överskådlig och hanterbar. Det kaotiska blir till ordning, det fragmentariska blir till helhet. Således får berättandet en djup existentiell betydelse såväl som psykologiskt, kulturellt socialt. Eftersom berättelser och berättande följaktligen har en avgörande funktion när det gäller hur vi förstår och handskas med våra liv, hur vi skapar vår sociala verklighet, och personliga och sociala identiteter, menar jag att det är viktigt att studera denna aktivitet.

Den feministiska sociologen Catherine Kohler Riessman poängterar att kärnan i narrativ analys är dess tolkande karaktär, tolkningar av sig själva och sin sociala värld. Förutom att användningen av narrativ metod och analys är en tolkande aktivitet kan man hävda att det är en reflexiv aktivitet. Det innebär att man reflekterar över hur man själv som behandlare, ser på, definierar, talar och skriver om den sociala verkligheten utifrån en specifik position, formad av bland annat relationer av genus, klass, sexualitet och så vidare. Det är ett tänkande runt sitt eget tänkande, ett slags metatänkande.

ALLIANS

Alliansen är det känslomässiga band som uppstår när klienten känner sig trygg och förstådd i relation med de professionella. Alliansen har visat sig avgörande för ett bra resultat, och handlar om kvaliteten i relationen. Klienten behöver känna sig förstådd, uppleva stöd och värme och att dennes unika berättelse tas på allvar. Att tillåtas känna sig trygg i att öppna sig och att man ägnas tid och plats att berätta sin historia och upplever sig förstådd. Det är viktigt att den professionelle ger ett känslomässigt stöd, vilket inte betyder att man håller med om allt eller aldrig sätter gränser. Men det är av betydelse att visa god vilja och vara stödjande i klientens process. Man kan likna det vid en god, härbärgerande förälder där man tål att höra vad klienten säger och orkar bära känslomässiga reaktioner. Den professionelle och klienten ska vara överens om hur de ser på problematiken, hur de ska arbeta med den tillsammans och vilket mål de har med kontakten. Båda ska vara överens om upplägget så att man inte "tvinga på" klienten några dolda agendan. Utvärdering av klientkontakten är ett av verktygen för att försäkra sig som professionell att man är på rätt bana i sitt yrkesutövande.

Giacomo skriver att det lyssnande och förtroendeskapande samtalet är grunden för en god arbetsallians. Det innebär att lyssna, uppmärksamma, samt validera klientens känslor och tankar kring sig själv och sina problem så patienten känner sig hörd och sedd. Giacomo skriver vidare att relationen mellan samtalsledaren och klienten omfattar tre olika komponenter. Han menar att dessa tre är målen med behandlingen, medlen att uppnå målen samt den känslomässiga bindningen som uppstår mellan parterna i en terapiesammanhang. Giacomo beskriver några kvaliteter som är viktiga för att terapeuten ska kunna skapa förutsättningar för en fungerande allians. För det första bör terapeuten ha en empatisk förståelse vilket handlar om att kunna kommunicera sin inlevelse i klientens aktuella känsloläge med ett språk som är anpassat till denne. Nästa kvalité handlar om att som terapeut inta en icke-dömande och accepterande hållning. Med det menar Giacomo att terapeuten ska acceptera klientens känslor och tankar som de är, och inte ta ställning till om de är rätt eller fel. Den sista kvalitén handlar om att terapeuten ska kunna visa äkthet och värme inför klienten.

ÅTERKNYTANDE SAMTAL

Återknytande samtal bygger på grundidén att individer gör medvetna val i sin identitetssökning och avsiktligt rör sig ständigt mellan sitt förflutna, nuet och tänkta framtida liv. Det handlar om direkt och indirekt kända gestalter och identiteter som formger och komponerar roller i människans historia och skapande. Återknytande samtal innebär att brygga liv i personens historia för att sammanföra olika berättelser. I ett återknytande samtal är klienten inte passiv, utan genom berättandet bidrar till utveckling av en flerstämning identitetskänsla. Samtalet öppnar potentiella banor för att granska sitt "livsmedlemskap" och utveckla ett sammanhang som är fördelaktigt.

Att återknyta livsöden på ett korrekt sätt kan göra dem möjliga att tolka. Det underlättar genom att klienten agerar för att begripliggöra sin tillvaro och för att uppnå en enighet och konsensus i avseendet att ordna upp sitt sammanhang. Det bidrar på ett framstående sätt till individens inställning av att äga kunskap om sitt liv, vilket blir en plattform att utveckla tankar om hur man kan komma vidare med sitt liv. Samtalet rekonstruerar identiteten och verkar som ett motgift till de hårt isolerade identitetstolkningarna.

DET EXTERNALISERANDE SAMTALET

Genom att vid narrativ terapi separera problemet från personen, externalisering, kan personen ta makten över problemet. Människor ses som experter på sina egna liv även när de har rollen som hjälpsökande, och terapeuten deltar i utforskandet och utvidgandet av de berättelser som kommer fram i samtalen. Man rekonstruerar berättelsen genom att objektifiera och personifiera problemet för att ge upphov till ett externaliserande samtal. Det handlar om att utanförlägga och ordsätta det som klienten är ockuperad av. Det liknar en frigörelseprocess.

Metaforer har stor inflytande i utvecklingen av de externaliserande samtalen. Dessa är lånade från olika diskurser och varje metafor presenterar en unik livssyn och innehåller en identitetsbeskrivning. Terapeutens val av metaforer är känslig och viktigt i samtalet. Oftast kommer fler än ett åtgärdsalternativ från klienten som försöker manövrera över problemet. Terapeuten kan hjälpa till och plocka ut metaforer som ska prioriteras och begagnas i samtalet.

MITT LÄRANDE

I denna uppsats har jag belyst olika faktorer som har betydelse i mötet mellan individer och i synnerhet individen och myndigheten. Jag har med stöd av teorier och metoder, förklarat att skapandet av en god relation är grunden för att få en allians med sin samtalspartner och nå ett respektfullt möte. Jag tror på effekten av ett gott och följsamt bemötande i det kliniska arbetet. Jag har fått erfarenhet av att detta kan bidra till skapande av arbetsallians och bereda grund för en lyckad klientrelation.

Tack vare sammanhanget för skrivandet av uppsatsen har jag fått särskild möjlighet till reflektion över mitt arbete. Jag har tänkt på de frågeställningar jag hade med mig i samtalet med mamman i mitt ärende. Jag har funderat på hur jag formulerade och omformulerade frågorna under samtalets gång. Frågorna utgick från klientens provins och var cirkulära och reflexiva. Jag försökte vara lyhörd för vad kvinnan gav för intryck och handlade etisk och respektfull. Kvinnans hade ny berättelse till mötet när hon kom till mig för andra gången. Historien blev omformulerad från första till nästkommande besök. Kvinnan fick tid att omdefiniera och plocka ut delar från sin berättelse som hon orkade återge. Hon hade makt och

kontrollen och bestämde var berättelsen skulle börja och när den ska ta slut. Det var det minsta man som samtalsledare kunde överlämna och låta bli att styra över. Kvinnan hade huvudrollen över sitt manus och på scenen bestämde hon på eget bevåg när ridån skulle öppnas och när den skulle dras för.

I ett systemiskt arbete ska man rå båten åt samma håll trots att man har olika roller. Att vara nyfiken, lyssna in och ha självreflektion och våga vara självkritisk i mötet med klienter, är alla nödvändiga egenskaper för att möjliggöra ett förändringsarbete. Att inte fastna i sina revir och inte stanna i sina berättelser och sina tolkningar av verkligheten. Genom att lyfta det positiva kan vi komma ganska långt. Det kan vara luckor mellan våra kontexter som gör de svårbegripliga. Men när man genom berättandet får hjälp och fyller i hålorna kan våra kontexter bli fylligare och mer lättbegripliga. Det gör att det blir lättare att förstå och närma sig varandras bilder. Nya berättelser stärker, pryder och ger stimulans. En aktiv närvaro och mentalt delta-gande är viktigt i samtalet med klienten.

Professionella och klienter har alla med sig livets ryggsäckar in i mötesrummet. Våra ryggsäckar tillsammans genererar i nya berättelser om oss själva, om varandra och om andra. Tillsammans kan vi se mening i tillvaron och hitta hopp. Tillsammans kan vi sörja och tillsammans kan vi glädjas. Våra föreställningar kommer till yta och blir igenkända eller likviderade. Det finns ingen objektiv verklighet. Narrativa metaforer skapar potential att färdas i ett narrativt språk, när vi ska förstå och förklarar vår verklighet och när vi ser på vår livshistoria. Metaforer ger oss redskapet att författa nya, fylligare berättelser om vilka vi är, om världen vi lever i och vad vi vill med våra liv.

Denna utbildning har berikat mig med nya kunskaper och hjälpt mig att även på ett personligt plan upptäcka och sammanföra nya bilder i mitt liv. Upptäckten har stundvis varit svåra men i längden har de förstärkt mig och tryggt min självbild och gjort mig till en helare människa.

Referenser

Giacomo, d'E. ” *Det kognitiva samtalet i vården*” (2004)

Olson.H.&Petitt.B ”*Familjeterapilexikon*” (1999)

Johansson, Anna ”*Narrativ teori och metod*” (2005)

White, Michael ”*Kartor över narrativ praktik*” (2012)

Malcolm Payne ”*Modern teoribildning i socialt arbete*” (2008)

Håkon Hårtveit & Per Jensen ”*Familjen plus en*” (2007)

Carl Martin Allwood & Elsi C Farnzén ”*Tvärkulturella möten*” (2004)

Egna anteckningar från utbildningen