

# Subjektiv skriving med utgangspunkt i psykisk helsearbeid

**Tone Fagerland**

*Tone Fagerland, Førstelektor, Profesjonshøgskolen, Universitetet i Nordland*

## **Abstract**

*When writing a scientific essay, it is necessary for the author herself to be visible. In the case of writing in and about mental health work, this means that the intuitive perspective of the writer/practitioner be attended to. The aim of this process is the development of theory that is grounded in reflection upon lived experience and the narratives of practice. In this sense, it is perhaps necessary to take up a perspective informed by the human sciences since this perspective is one that can fully make space for the ethical, aesthetic and empirical considerations.*

## **Keywords**

*scientific essay, lived experience, mental disease, vitenskaplig essay, levd erfaring, psykisk helse*

## **FOU- essay**

## **Innledning**

Jeg ønsker å sette fokus på selve skrivingen som forskningsmetode. Skrivepedagogikken viser to skrivemåter; skriving for å formidle ferdigtenkte tanker og skriving som en måte å tenke på. Det siste viser til en samtidighet i tankeutvikling og skriving (Hoel, Løkensgard 1992). Om skriving kan man også si at man *lærer seg å skrive* for eksempel for å vise fram sin forskning, eller man *skriver for å lære* (Hammarén 1995). Det er skriving i den siste formen helsearbeidere kan anvende som metode, i en praksisnær kunnskapsutvikling av Psykisk helsearbeid.

Nærmere bestemt ønsker jeg å sette fokus på skriving av fagessay, noe vi bruker som forskningsmetode på master og phd. studiet ved Senter for Profesjonspraksis Universitetet i Nordland.

Praktiske og teoretiske disipliner er et grovt skille i dagens vitenskaper. Målet for de teoretiske disiplinene er å utvikle påstandskunnskap om hvordan og hvorfor ting er som de er, mens de praktiske disipliner skal vise oss gode måter å utøve en virksomhet på (Opdal 1993). Skillet kan også benevnes som nomotetisk; (nomos betyr tall), og slik forskning ser mennesket som ting blant ting, i motsetning til et ideografisk vitenskapsideal, som viser til særegen beskrivelse av mennesket som et menende, handlende, villende, formålsrettet vesen i en sosial livsverden (Wormæs 1993). Det er i lys av et ideografisk vitenskapsideal, med utgangspunkt i skriftlig refleksjon over fortellinger om erfaringer, man utvikler essayet som undersøkelsesmetode. Det er et ideografisk og humanistisk vitenskapsideal som er den kunnskapsmessig begrunnelse for valg av denne metoden. Jeg ønsker å vise subjektets/fagpersonens møte med fortellingen, den viser erfaringer i form verdier, skjønn og handlinger i en bestemt situasjon. Det er erfaringer fra praksis som skal vises fram, og de må formidles i sin kompleksitet, noe fortellingen kan bidra til.

## Psykisk helsearbeid; en praktisk disiplin

Psykisk helsearbeid er en praktisk disiplin som utøves innenfor virksomhetsfeltet: psykisk helsevern. Hvem som faglig definerer dette feltet vil få betydning for hva en ser og vektlegger. Psykiatri som medisinsk spesialitet, har tradisjonelt vært en dominerende kunnskapsleverandør, gjennom sine diagnoser og positive forskning. Dette kom tydelig fram hos de første sakkyndige under rettsaken mot Anders Behring Breivik der en mal og ferdige begreper styrte oppmerksomheten under undersøkelsen av han, alt som falt utenom (politisk tilhørighet) hadde ikke betydning.

Rapporten sier oss noe om dette vitenskapssynets begrensinger. Å se ved hjelp av ferdige begreper viser til det Kant kalte *begrepslig forstand*. Denne begrepsformidlende kunnskapen betegnet han som forstandens diskursivitet. *Forstanden er ingen likefrem anskuelse av virkeligheten, men går omveien om begreper* (Østerberg 1996 s.44). De nevnte sakkyndige så altså Behring Breivik i form av bestemte språkkonstruksjoner og diagnoser. Dette innebærer at man bare ser etter bestemte ting. Kunnskapstypen dominerer helsevesenet i den vestlige verden, også psykiatrien. I fenomenologien kalles denne type oppmerksomhet *den naturlige innstilling*, vi ser pasienten ved hjelp av de begreper vi behersker, for eksempel som paranoid schizofren. På denne måten forklarer vi det meste rundt oss. Den naturlige innstilling er bare en innstilling innenfor livet; *jeg gjør bare ikke Jeget som livets intensjonale subjekt til tema. Det forblir i selvforglemmelse* (Rokstad 2005 s.284). Det er denne selvforglemmelse jeg ønsker at praktikere og forskere innen psykisk helsearbeid skal sette i fokus når de utformer og utforsker sin praksis.

Jeget som seende subjekt viser til den andre forstandstype som Kant beskrev som en *anskuende forstand* (Østerberg 1996 s.45). Anskuelsen gir oss en type åpen og prosessorientert erkjennelse. Det var på denne forstandstype Husserl ønsket å grunnlegge en vitenskap, som bygget på *en umiddelbare visshet*, hvor metoden og målestokken skulle være selve anskuelsen (op.cit). En anskuende og fenomenologisk tilnærming til en paranoid pasient søker ikke å se og få bekreftet den naturlige innstilling om at han fyller vilkårene for å plasseres i nevnte kategori. Jeg vil derimot undersøke min umiddelbare visshet (saken selv), selve oppmerksomhetsakten, *jegets intensjonalitet*. Denne bevisshetsprosessen kalte Husserl en *akt* (Husserl 1997). En akt preges av subjektiv og personlig kunnskap.

Praktisk teori er annerledes enn den påstandskunnskap som de teoretiske disipliner utvikler. Opdal (1993 s.146) sier: *praktisk teori pretenderer ikke å fortelle hvordan ting er, men hvordan de bør være, --- ved å fremme normative handlingsforslag. Å utvikle praktisk teori kan gi innsyn i hva psykisk helsearbeid er, gjennom å gjøre arbeidet synlig for eksempel gjennom fortellinger og essays. Samfunnet har krav på å få vite hva vi driver med. Vi bør være i dialog med våre omgivelser slik at praksis fremstår som legitim og ikke avviker for mye i forhold til allmenne verdier i vår kultur. Av psykiatriens historie bør vi lære at manglende innsyn og kritikk kan skape en menneskefiendtlig praksis.*

## Hva er et faglig essay?

Grunnleggeren av den litterære formen essay, som betyr forsøk eller utkast, er Michel de Montaigne (1522—92). Gerhard Haas (1982) gjør rede for *essayets fenomenologi* gjennom å diskutere noen kjennetegn ved skrivemåten. Det er denne sjangeren jeg ønsker å belyse som metode for vise fram personlig og praksisnær kunnskap.

*Assosierende tankegang* er et kjennetegn som han betegner som en spasertur med avstikkere underveis, noe Meyer sammenligner med prismet i motsetning til kikkerten i tradisjonell forskning. *Et essay derimot kan være som et prisme, hvor en og samme lysstråle brytes i ulike retninger som overskrider fagtradisjoner og genrekonvensjoner* (1995 s.11). Det betyr at skriveren prøver ut ulike tanker, noe som kan framstå fragmentarisk og bryte med den logiske strukturen ved den tradisjonelle artikkelen eller avhandlingen.

*Dialogisk struktur* er et annet kjennetegn sier Haas. Forfatteren samtaler med en fiktiv leser. Dette må ikke forveksles med et referat, fordi essayet er *---ei framstilling hos ein personlegdom en reflekterande monolog* (s.232). At det er monologisk i sin skrivemåte betyr ikke at tema som det skrives om ikke har allmenn interesse. Selv om fortellingen er en personlig erfaring, skal skriveren av et fagessay utvikle den til å ha betydning for andre (Bech-Karlsen 2003).

*Prosesessualitet* viser at sannheten alltid er på vei, og erkjennelsen kan aldri komme fram til entydige mål. Sannheten er prosessuell og ved handling, aldri som avslutta erkjenning, sier Haas og viser til det neste kjennetegnet:

*Åpen form.* Livserfaring kan ikke fullt plasseres i et system og kommer fragmentarisk til syne i essayet. Bare gjennom at vi er åpne og søkende kan vi ane konturene av en helhet. Essaystikkens *livsform* er *human trass alt som trugar det humane*, og den er *open for all stimulans og utfordring fra ei ikkje-konform, kritisk tenkning som går på tvers av tidsånden*. Denne formen viser essayets *tvisyn og dialektiske livsforståing*, noe som tvinger essayisten til å vurdere både det ene og det andre (s.233). Tvisynet blir et middel til og utforske sannsynlig sannhet, hevder Haas.

Flere av disse kjennetegn bryter med tradisjonell forskning, men jeg ser det som en god mulighet til å lage byggesteiner i faget psykisk helsearbeid. Haas sier verden forandrer seg og krever nye tilnæringsformer, og essayet tar i bruk flere perspektiv og kan således nærme seg tema fra mange sider. Perspektivbruk betyr å provosere fram noe som kan være et nødvendig bidrag til klargjøring. Subjektiviteten henger sammen med jegets stilling i den individuelle verden. Denne verden har jeg felles med andre, og den selvbiografiske formen får gyldighet

for flere, sier Haas (op.cit). Dette faller sammen med den fenomenologiske livsverdenforståelse slik den blir dannet gjennom språk og intersubjektivitet.

Det er språket som gjør at vi kan utvikle og dele kunnskap med hverandre. Steen(2008 s.13) sier: *Språket er en gave for å dekke tankene*. Det er språket som muliggjør samtalen som krever at vi formulerer tanker og hendelser, det neste steg er for eksempel veiledning som tar utgangspunkt i en grundig beskrivelse og refleksjon knyttet til et avgrenset område. Det tredje er skriving av fortelling og essay. Slike tekster kan vise fram noe av det som foregår i en praksis. Handlinger og holdninger kommer til uttrykk i fortellingen, likeledes kunnskapskonflikter, etiske dilemma og makt. Praksis må beskrives førvitenskapelig gjennom den anskuende forstand som Kant kaller det, før den begrepsliggjøres og dermed blir en sekundær del av kunnskapsprosessen.

Generelt kan fortellinger trene opp uttrykksevnen, hva vi opplever er en ting, hvordan vi formidler dette gjennom språket er noe annet. Forskning viser at praktikere har et dårlig utviklet språk blant annet når de skal beskrive relasjonsarbeid (Karlsen 2012).

Bech-Karlsen benevner essayet som litterær sjanger, skrivemåte og metode. Om sjangeren: *Essayet er en sammensatt og personlig prosaform, der refleksjon over erfaring bærer teksten. Om skrivingen: Essay er personlig bearbeidelse av erfaringer i den hensikt å forstå og skape forståelse* (Bech-Karlsen 2003 s.19).

Essayet som metode søker å undersøke erfaringer (egne og andres) og slik utvikle en tematikk som både er subjektiv og allmenn. Selv om egne fortellinger viser til spesielle erfaringer skriver de seg fram til noe som kan gjelde andre (op.cit).

Dette er en subjektiv forskningsmetode som bryter med det tradisjonelle paradigme, men praksis er preget av subjektet og subjektet bør vise seg fram, det gjelder også forskeren. Ofte forsvinner forskeren som subjekt gjennom standardiserte, obligatorisk og repeterende øvelser. Selv i den kvalitative forskning opplever jeg en distanse mellom forskeren og hans stoff gjennom diskusjon av resultater i stedet for dyp refleksjon som også innebærer selvrefleksjon. Diskusjon er noe annet enn refleksjon, der gjelder det å støtte eller svekke en påstand eller problemstilling, refleksjon er en perspektivrik og allsidig gjennomlysning for å forstå og skape innsikt og kunnskap av egne, eller andres fortellinger (op.cit).

Det er en intellektuell nysgjerrighet som driver essayet sier Bech-Karlsen. Dette kjennetegner også praktiske disipliner, de trenger og intellektuelt arbeid sier Opdal (1993) og argumenterer for utvikling av praktisk teori. Essayet kan være en god arbeidsform nettopp i utviklingen av praktisk teori. Det er forfatteren selv som produserer teori, fordi det er erfaringen som er av betydning, og slik blir praktisk teori annerledes enn det vi tradisjonelt legger i begrepet.

### **Litt om fortellinger:**

Det latinske ordet, *narratio*, betyr fortelling. Begrepet brukes om selve produksjonen av en fortelling, den narrative fremstilling av en serie situasjoner og hendelser i en litterær prosatekst. En fortelling forutsetter en evne til å selekttere hendelser i virkelighetens kaos og bringe de frem i en sammenheng (Fagerland 2005). Å fortelle er en basal og grunnleggende menneskelig egenskap (Aaslestad 1999). Mitt ønske er at denne egenskapen brukes på en

bevisst måte av praktikere gjerne i felleskap med pasientene, slik at også deres erfaringer får innflytelse på kunnskapsutviklingen.

Fortellinger er essayets stoff, Bech-Karlsen(2003) sier at fortelling + refleksjon= essay. Fortellinger i essayet handler om erfaringer som er ordnet i en begynnelse, midte og slutt. Det må skje noe eller stopper fortellingen og går over til beskrivelse og gjentakelse. Fortellingen har et vendepunkt, noe som innebærer at noe nytt eller uventet skjer i et ellers ordnet forløp (Vinje 1989). Fortellingene kan være egne, noe vi legger vekt på ved studier i Profesjonspraksis, der man skal skrive seg fram til kunnskap og erkjennelse om egne yrkeserfaringer, noe også Montaigne vektla: at det er våre opplevelser vi kan mest om (Bech-Karlsen 2003). Fortellinger kan også hentes fra andre og fra empirisk forskning. De kan presenteres i starten av essayet eller helst reflekteres underveis (op.cit). For egen del synes jeg fortellinger får bedre frem det komplekse ved virkeligheten enn den kvalitative *utsagnsforskningen* gjør.

Avstanden bakover i tid kjennetegner også fortellingen, noe som gir rom for refleksjon allerede i utarbeidelsen av den. Fortellingen er essayets stoff og er utgangspunktet for dypere refleksjon.

Det er vår egen subjektive praksis vi må ta utgangspunkt i og framstille som fortellinger og skriftlig reflektere over i form av faglige essay. Essayet krever en stemme som tilhører skriverens personlighet, og viser fram hans *ethos* og *logos*. Ethos handler om følelser og logos om fornuft og Bech-Karlsen (2003) spør hvordan disse kan fornes i teksten, som de også forenes i praksis, vil jeg legge til.

Bech-Karlsen sier at i essayet fungerer ikke fortellingen som pynt, den har en verdi i seg selv: -- *den er erfaringens genuine uttrykk, selve utgangspunktet for essayistens tanke og refleksjon. Erfaringen formidlet gjennom fortellingen er essayets stoff* ----*Det er erfaringsfortellingen som forankrer essayet i virkeligheten* (s.65).

### **Litt om refleksjon:**

Den beste beskrivelsen av refleksjon finner jeg hos Kierkegaard (1887). Han kaller arbeidsmåten for *Langsom overveielse* og *Undringens ettertenksomhet*. Han viser med dette til en spørrende måte og forholde seg til egen virkelighetsforståelse, og arbeidsmåten krever tid.

Refleksjon er en velkjent arbeidsmåte i psykisk helsearbeid, men spørsmålet er, hvorvidt man undrer seg eller bare diskuterer i etterkant av vanskelige situasjoner. Noen ganger blir det en konflikt mellom ulike begreplige forståelsesmåter. Dette kan hindre åpenhet og toleranse for nye tolkninger og forståelse, noe som er selve hensikten med undringens ettertenksomhet (Fagerland 2005).

Østerberg viser til den *umiddelbare kunnskap om noe konkret, noe virkelig levd. For det som skal forstås, er vår måte å forstå verden på. Refleksjon er forståelse av forståelsen, og skulle kunne gi den ønskede enhet mellom tankeform og – innhold, og dermed tillate en anskuende metode* (1996 s.45,46).

## Et humanvitenskapelig ståsted

Psykisk helsearbeid er et nytt fag og påvirkes av ulike kunnskapstilbydere, men har som en enestående mulighet til å bygge seg selv fra bunnen av. At vi henter kunnskap fra ulike områder for å begrunne vår praksis er en selvfølge, men dette må ikke bli en sovepute som hindrer egen fagutvikling/forskning. Men vi må ta noen valg, begrunne dem og gjøre perspektivene synlige så de kan kritiseres. En annen ting er at kunnskap som utvikles i praksis forblir der om vi ikke tar anstrengelsen med å gi den et skriftlig språk. Slik kan vi unngå at den blir eksklusiv og ekskluderende og det er ingen tjent med.

Human science er termen Giorgi henter fra Diltheys utlegging om psykologiens vitenskapelig tilhørighet. Watson (1988) utvikler en teori om sykepleie med utgangspunkt i dette perspektivet. Hun kritiserer sykepleievitenskapen for å ha fulgt det tradisjonelle positivistiske paradigmet uten å stille viktige filosofiske, kunnskapsteoretiske og etiske spørsmål. Jeg låner hennes tanker fordi jeg finner de nyttige som grunnlag for å bygge psykisk helsearbeid. Skal man studere og utvikle faget innenfor en humanvitenskapelig kontekst, må en legge til grunn visse filosofiske og begrepsmessige aspekter. Dette innebærer, at mennesket oppfattes som et subjekt med evne til egne opplevelser, at det finnes en innebygd sammenheng mellom utviklingen av mennesket og verden, at helse er en prosess, og til sist at forandringer skjer fortløpende og både helsearbeider og pasient er deltakere. Watson fortsetter: Et humanvitenskapelig perspektiv åpner for nye visjoner og muligheter for de menneskelige erfaringene med helse og sykdom. Den humanvitenskapelige kontekst søker en kunnskapsteori som ikke bare gir rom for empiri, men estetikk, etiske verdier, intuisjon og prosessforståelse. Dersom man velger dette paradigmet kan man bygge en meningsfull grunn som ivaretar det menneskelige. Watson vil at vi skal se bort fra det objektive, det verifiserbare, det strengt operasjonelle og definisjonene. I stedet skal faget oppholde seg mer ved mening, relasjoner, sammenheng og mønstre.

Hun sier at fagutvikling innenfor dette paradigmet kan restituere det menneskelige, og å beskytte den menneskelige sjel i en tid som preges av teknologi, vitenskapelighet, ensomhet, raske endringer og ulike typer stress. En tid som er uten moral og etisk visdom, trenger noen til å målbare disse verdiene. Mellommenneskelige omsorghandlinger kan ikke forklares eller forstås med et positivistisk, deterministisk eller materialistisk tenkesett. Vi må forlate de enhetlige og homogene forklaringene som kan sammenfattes i tre forhold: objektivitet, vitenskaplighet og teknikk.

Mange fine ord, men likevel viktig når vi skal bygge en grunnmur. Psykisk helsearbeid er et praktisk yrke, og har sin legitimitet og samfunnsansvar gjennom den praksis vi utøver. Spørsmålet er hvordan denne praksis skal utforskes og formidles. Praktikere bærer med seg et kunnskapsreservoar som er samlet gjennom levd liv, både som private og profesjonelle mennesker. Enkeltindivider påvirker og påvirkes av den praksis de deltar i og kunnskapen kommer til uttrykk gjennom handling og holdning i det arbeid som utføres. Store deler av denne kunnskapen fungerer implisitt og fokus på praktisk kunnskap vil søke å beskrive noe av den ubeskrevne kunnskapen.

Tradisjoner og kulturelle overleveringer (sånn gjør vi det her) er ikke alltid artikulert og dermed vanskelig å være uenig eller enig i. Målet med fagutvikling og forskning er å få tak i

og beskrive denne implisitte kunnskapen for å se om den er forenelig med fagets verdier og kunnskapssyn – er den legitim eller illegitim?

### Litteratur:

- Bech- Karlsen, Jo (2003): *Gode fagtekster. Essayskriving for begynnere*. Universitetsforlaget. Oslo.
- Fagerland, Tone (2005): Å tenke skriftlig over fortellinger fra praksis. I: *Nordisk Tidsskrift for helseforskning nr.1-2005*. Bodø.
- Hammarén, Maria (1995): *Skriva – en metod för reflektion*. Utbildningsförlaget Brevskolan. Stockholm.
- Haas, Gerhard (1982): Essayets særmerke og topoi. I Grepstad, Ottar (red): *Essayet i Norge*. Det Norske Samlaget. Oslo.
- Hoel, Torlaug Løkensgard (1992): *Tanke blir tekst. Skrivehjelp for studentar*. Det Norske Samlaget. Oslo.
- Husserl, Edmund (1997): *Fænomenologiens idé*. Hans Reitzels Forlag. København.
- Karlsen, Rune (2012): Idealer og realiteter i psykisk helsearbeid. *Nordisk Tidsskrift for helseforskning nr.2, s.3-15*. Bodø.
- Kierkegaard, Søren (1847): *Kierlighedens Gjerninger*. København.
- Meyer, Siri (1995): *Pippi leser teksten. Essays*. C. Huiefeldt Forlag. Oslo.
- Opdal, Paul M. (1993): Et forsøk på å realdefinere pedagogikken. *Norsk Filosofisk Tidsskrift nr.3-4 28.årgang*.
- Rokstad, Konrad (2005): Historisitet og Livsverden som grunnlag for å forstå Husserls fenomenologi. *Norsk Filosofisk Tidsskrift nr. 4 årgang 40*.
- Steen, Torvald (2008): *Det lengste svevet*. Forlaget Oktober. Oslo.
- Østerberg, Dag (1996): *Sosialfilosofi*. Gyldendal. Oslo.
- Vinje, Eiliv (1989): *Fortelling og skriveopplæring*. Cappelen forlag a.s Oslo.
- Watson, Jean (1993): *En teori för omvårdnad*. Svensk oversettelse av originalen fra 1988. Studentlitteratur. Lund.
- Wormnæs, Odd (1993): *Vitenskapsfilosofi*. Ad Notam Gyldendal. Oslo.
- Aaslestad, Petter (1999): *Narratologi. En innføring i anvendt fortellerteori*. Landslaget for norsk undervisning og Cappelen Akademiske Forlag. Oslo.