

# Trøst som oppmerksomt nærvær i mellommenneskelig profesjonell praksis

Kjersti Sunde Mæhre og Catrine Torbjørnsen Halås

Kjersti Sunde Mæhre, UiT, Norges arktiske universitet, [kjersti.s.mahre@uit.no](mailto:kjersti.s.mahre@uit.no)

Catrine Torbjørnsen Halås, Nord universitet

## Sammendrag

*I dette vitenskapelige essayet synliggjøres trøstens betydning i mellommenneskelige profesjonelle praksiser. Forfatterne viser gjennom to adskilte forskningsprosjekter i to ulike fagfelt, betydningen av å ha et sansene oppmerksomt nærvær i møte med mennesker som erfarer at livet er krevende eller truet grunnet sykdom eller andre eksistensielle grunnvilkår. I essayet er det trøstens fremtredelser i fagfolks møte med mennesker i sårbare livssituasjoner vi har viet oppmerksomhet mot, og da gjennom fortellinger fra vår forskning. I dialog med humanistisk praksisfilosofi, synliggjør vi trøst som betydningsfullt i profesjonelles møter med den andre, og skriver frem en forståelse av hva trøst kan handle om: Å dele livets smerte og Å (an)erkjenne livets strev. Essayet viser hva som kan være i og på spill i sårbare situasjoner mellom den som behøver trøst og den som trøster. Dette er kritiske øyeblikk der handlingsvalg vil ha betydning for om den andre erfarer seg sett, anerkjent og ivaretatt.*

## Nøkkelord

*Trøst, vitenskapelig essay, profesjonspraksis, livets grunnvilkår, fortellinger*

## Fagfellevurdert essay

## Introduksjon

Motgang, strev og lidelse er noe vi alle opplever gjennom livet. Og trøst er noe vi alle kan behøve når livet er vanskelig. Ofte forbindes fenomenet trøst med det å gi trøst til mennesker som er livstruende syke og hjelpe dem til å makte livet med de forandringer sykdommen medfører (Matthiesen & Delmar, 2016). Men er ikke trøst noe vi alle kan behøve i våre hverdagsliv, når vi er bekymret og livet er vanskelig? Spørsmål som da dukker opp, er hvordan vi forstår trøst og trøstens betydning, og om det å trøste er noe profesjonelle bør vies oppmerksomhet til og beskjeftige seg med? Hvis det er det; Er det tid og rom for trøst i de profesjonelles møter med mennesker de er satt for å hjelpe?

Begge forfatterne av essayet har profesjonserfaringer, fra henholdsvis sykepleie og sosialt arbeid, før vi ble ansatt i høyere utdanning. Den enes forskning har vært rettet mot voksne og alvorlig syke pasienter i helsetjenesten, mens den andres har vært rettet mot unge mennesker, også dem i ulike former for sårbare livssituasjoner. Vi mener at trøst både har og bør ha en viktig plass i profesjonelle praksiser, men erfarer at det ikke har fått mye oppmerksomhet og ofte beskrives med andre ord, som for eksempel empati og medinnlevelse, og at det oftest snakkes om i sammenheng med sorg. Men trøst er noe mer enn dette. Når vi bruker begrepet trøst, får det oss til å rette blikket mot hva som skjer i møtet med den andre. For oss er det å gi, finne eller få trøst noe allmennmenneskelig, og noe vi alle kan oppleve har betydning for oss i ulike livssituasjoner, ikke bare i møte med lidelse og sorg. For å bevare livsmotet er vi avhengige av å bli sett og forstått, av få trøst og bli trøstet og av å oppleve at vi er en som den andre bryr seg om. Hvordan ser trøst ut i profesjonelle praksiser?

Vi har tatt utgangspunkt i den danske pedagogen Bent Olsen sin (2020) beskrivelse av trøst som en mellommenneskelig praksis. Han beskriver trøst som praktisk og kroppslig og noe som skjer i en sosial samhandling, der målet er at profesjonsutøveren, i møte med lidelse og smerte, skal kunne lindre, mildne eller oppmuntre. Hans perspektiver får oss både til å rette blikket mot og lete etter trøstens hverdagslige fremtredelser. Ved hjelp av fortellinger fra egen forskning, fra et sykepleiefaglig- og et sosialt felt, vil vi undersøke *hvordan trøst kan komme til uttrykk i mellommenneskelig profesjonell praksis*. Fortellingene viser noe av trøstens fremtredelser og hva som står på spill i profesjonelles møter med «den andre» i lys av dette. Vi vil også trekke noe veksler på eksempler fra andres forskning. Videre vil vi ved hjelp av filosofiske perspektiver på mellommenneskelig profesjonell praksis, reflektere over hva dette kan handle om og hvordan dette kan forstås. Formålet er å undersøke hva trøst i en mellommenneskelig profesjonell praksis kan og bør være. På denne måten håper vi å kunne bidra til en økt forståelse for det betydningsfulle i å forstå fenomenet trøst som noe grunnleggende essensielt i profesjonell praksis og noe som bør vies mer oppmerksomhet.

## Essay som sjanger og metodisk tilnærming

Teksten skrives som et vitenskapelig essay. Dette er en kritisk utprøvende metode, der essayskriveren inntar en undersøkende holdning, der en ikke er ute etter å forklare, men å få økt forståelse av et fenomen (Halås & McGuirk, 2001). Et essay kan forstås både som en sjanger, skrivemåte, metode og erkjennelsesform. For oss innebærer dette at skrivearbeidet i seg selv er en metode for å skrive frem innsikter, der det handler om å gjøre noe synlig, og skrive frem sammenhenger og forståelser av et fenomen eller et tema. Selve ordet essay er fransk og betyr forsøk. Essayet er således en spørrende, undersøkende eller prøvende tekst, som er dialogisk og åpent i sin form. Det er en tekst underveis, hvor tenkningen står frem som en prosess man kan følge, ikke som resultatet av en tankeprosess.

I dette essayet spør vi oss, med bakgrunn i våre erfaringer som forskere, og med støtte fra filosofiske perspektiver, hva trøst i mellommenneskelig profesjonell praksis kan og kanskje bør være. Det er våre anskuelser av trøst som fenomen vi skriver frem. En anskuelse kan bety en persons samlede meninger om bestemte problemer, en oppfattelse eller en forestilling fremkalt umiddelbart, uten refleksjon. Det kan skje gjennom sansene, især synet, eller gjennom tanken og fantasien, der den siste handler om umiddelbare erkjennelser eller intuisjoner (Stigen & Tranøy, 2021, Løgstrup, 1956/2000). Når vi som forskere i eksemplene gjenkjenner (eller ser) noe vi forstår som trøst, er det en form for intuitiv og estetisk erfaring, som på samme tid er både praktisk, emosjonell og kognitiv (Dewey, 1934/2008) og relasjonell (Løgstrup, 1956/2000). Den andre angår meg og vil meg noe som jeg må forholde meg til. Denne intuitive prosessen skjer ofte ubevisst og er en form for taus kunnskap, der både praktiker og forsker kan ha en anelse om en sammenheng mellom deler som en ennå ikke har oppfattet, og der forståelse utvikles når man bruker «... *sin personlige dømmekraft ved å relatere tegn til en ytre virkelighet som han forsøker å gripe et aspekt av*» (Polanyi, 1966/2000). I essayet tar vi våre anelser på alvor, der vår ambisjon er å gripe og skrive frem både det praktiske, teoretiske og etiske grunnlaget for våre anskuelser av trøst. For oss handler det om å prøve erfaringen og gjøre trøsten synlig på en slik måte at både eksemplene og argumentasjonen vår virker troverdig for leseren.

Som mellommenneskelig praksis er trøst et komplekst, situert, relasjonelt og kontekstuell fenomen. På den måten kan det ikke fyllestgjørende beskrives og forstås ved bruk av enkeltstående begreper eller rene kategorier. Hva som er trøst for den enkelte må forstås individuelt og i konteksten den enkelte befinner seg i. Handlingsregler kan for eksempel bare bli betydningsfulle når vi lærer hva de betyr, noe fortellinger kan bidra til. Et eksempel er hvordan en leveregel som «du skal ikke lyve», ikke i seg selv sier noe om hva slags atferd som skal regnes som «løgn» (Hovland, 2002). Noen ganger kan det hende at vi ikke kan fortelle den hele og fulle

sannheten fordi dette vil kunne være til skade for den andre. Forståelsen vår av en enkelt situasjon, av hva som er viktig, og hva som bør gjøres, vil heller aldri være løsrevet fra den større forståelsen av hva det vil si å være menneske i verden, hva som er målet for menneskelivet, hvilke muligheter som står åpne for oss, men også hva vi må verne om og beskytte. Fordi praksiser finner sted i tid og rom, i bestemte kontekster, ut fra bestemte intensjoner og med bestemte formål for øye, har fortellinger kapasitet til å beskrive og gjøre denne formen for aktivitet forståelig (Hovland, 2002). Ved å undersøke fortellinger ønsker vi å få trøsten til å vise seg, og gjennom det bidra til å vekke til liv hva trøst kan og kanskje bør være i denne situasjonen.

Fortellingene vi bruker i dette essayet er hentet fra intervju som er blitt til innenfor ulike kontekster, og baserer seg på hva vi som forskere erfarer kan være eksempler, bilder eller uttrykk for trøst. Olsen (2020) sine beskrivelser av trøst som et mellommenneskelig fenomen, og som noe som bidrar til å lindre, mildne eller oppmuntre, er gjenkjennbart i eksemplene våre. Vi har med andre ord ikke gjort en systematisk gjennomgang av empirien, men hentet frem situasjoner gjenkalt i møte med Olsens perspektiver, der vi erfarer at det handler om trøst og om behovet av å bli trøstet.

Hensikten med våre fortellinger er å få øye på trøstens mulige fremtredelser i profesjonspraksiser, og gjennom fortellingene få øye på hva som kan forstås å være i og på spill i disse situasjonene. Vi har latt fortellingene og eksemplene etterfølges av konkret og kritisk refleksjon (Lindseth, 2017). I den konkrete refleksjon går vi i dialog med fortellingene, i det vi skriver frem hva vi ser og spør oss hva dette kan handle om. I den kritiske refleksjonen setter vi vår umiddelbare forforståelse på prøve, der vi trekker veksler på andres forskning, og fra filosofiske perspektiver, for å utforske hvordan det vi umiddelbart forstår kan forstås i en større sammenheng.

### ***Etiske overveielser***

Essayets troverdighet ligger på to nivå: 1) Det første omhandler *eksemplenes autensitet*, som styrkes ved at eksemplene er basert på et autentisk transkribert materiale. 2) Det andre gjelder *essayets troverdighet*. En potensiell svakhet ved materialet er at vi ut fra vår hukommelse velger ut fortellinger fra et mangeårig empirisk materiale, som vi mener kan være eksempler på situasjoner som viser trøstens fremtredelser. Eksemplene og fortellingene vi har trukket frem er fra forskningsarbeid der forskningen vår i utgangspunktet ikke handlet om å utforske hvordan trøst kan komme til uttrykk i en profesjonell praksis og hva som kan oppleves å være hemmende eller fremmende for de profesjonelle i en slik sammenheng. Det var etter at vi leste Olsen (2020) sine beskrivelser av trøst som en mellommenneskelig praksis som «lindrer, mildner eller oppmuntre», at vi ble oppmerksomme på at vi hadde empirisk materiale fra våre forskningsarbeid som kunne vise noe av trøstens mulige fremtredelser. Det at vår tidligere innsamlet

empiri, og fra ulike kliniske felt, også kunne forstås og handle om trøst var noe vi ønsket å se nærmere på. Begge forfatterne har reflektert over det empiriske materialet sammen, noe vi mener er en styrke. Om våre fortolkninger fremstår som rimelige måter å forstå fenomenet trøst på, er det til syvende og sist opp til leseren å bedømme. Bruner (1991) mente at sannhetsspørsmålet knyttet til arbeider med fortellinger ikke handler om etterprøvbarehet, men om troverdighet. Fortellinger bedømmes ut fra om de fremstår som sannsynlige eller troverdige, ved at de vekker gjenkjennelse – ved at de ligner livet, det å være menneske.

Et kritisk spørsmål som kan stilles til vår tilnærming, er om vi ved å undersøke trøst fra to ulike profesjonsstæder, på tvers av to ulike forskningsfelt, og i møte med ulike aldersgrupper, står i fare for å gå glipp av nyanser innenfor det enkelte fag, felt og målgruppe. Til det kan vi bare svare bekræftende ja, og at dette har vært et bevisst valg, der dette valget nettopp har gjort det mulig å få øye på det allmenmenneskelige ved fenomenet trøst.

Fortellingene er ikke publisert i tidligere forskning. Våre opprinnelige forskningsarbeider har fått godkjenninger av Norsk samfunnsvitenskapelig datatjeneste (NSD) og Regional etisk komite (REK), som har vurdert forskningen vår å være i samsvar med personvernlovgivningen. Gjenbruk av data er i samsvar med opprinnelig søknader. I tillegg har vi hentet et eksempel fra en film, som en av forfatterne tidligere har vært med å produsere til undervisningsformål, og som er meldt til NSD og blitt godkjent til bruk i dette essayet.

## **Teoretiske perspektiver på trøst**

Teorier og teoretiske rammeverk gjør noe synlig, mens andre ting settes i skyggen eller blir usynlig. De legger premisser for våre analyser og forståelse av verden. Måten vi presenterer og beskriver et problem er ikke nøytrale beskrivelser, men en form for praksis som gir ting mening og verdi, og således legger betingelser for handlingsvalg (Bacchi, 2012). I denne sammenheng har vi hentet fram teoretiske ressurser som kan hjelpe oss til å forstå trøst som mellommenneskelig profesjonell praksis.

Vi plasserer oss innenfor en forskningstradisjon som er opptatt av profesjonsutøvelse som en kontekstuell, sosiokulturell, situasjonell, mellommenneskelig og etisk praksis (Halås & Fuglseth, 2021). Den er i stor grad basert på skjønnsutøvelse og profesjonell dømmekraft. Dette fordrer at profesjonsutøveren må opptre som et sansende, vurderende, ansvarlig og handlende subjekt, og må finne måter både å håndtere spenninger og skape sammenhenger i sin tenkning og praksis. Profesjonsutøveren må da kunne forvalte både teoretisk og praktisk kunnskap, der evnen til å kunne oppfatte, bedømme og svare på hva som kreves i en konkret situasjon kan kalles klokskap. I skjønnsutøvelsen vil det være ulike kunnskapsformer i og på spill. Den profesjonelle besitter en kunnskap der hun må ta valg, og der hun må stille spørsmål til om kunnskapen er til å stole på eller

ikke, i en gitt situasjon. Å være i en slik situasjon vil være risikofyllt, men kanskje er det enda mer risikabelt å ikke våge å stille spørsmål til situasjonen vi er i og til våre handlingsvalg (Mæhre, 2009, s. 4-10).

Den danske pedagogen Bent Olsen, er i sin bok «*Trøst. Bidrag til en jordnær, kropsnær og omtænksom pædagogik*» (2020), opptatt av trøst som mellommenneskelig fenomen i barnehagens arbeid med barn. For Olsen er trøst praktisk og kroppslig og noe som skjer i en sosial samhandling, der målet er at profesjonsutøveren, i møte med lidelse og smerte, skal kunne lindre, mildne eller oppmuntre. For Olsen er trøst mer enn et begrep. Det er en handlings-sammenheng, et fenomen som oppstår i møter mellom mennesker, i møtet mellom den som trenger trøst og den som trøster, og som blir til trøst i det den som mottar trøsten opplever seg trøstet.

Når vi retter vår oppmerksomhet mot det mellommenneskelige i profesjonelle praksiser, plasserer vi oss innenfor et humanistisk perspektiv, der vi retter oppmerksomhet mot grunnleggende spørsmål som eksistens, bevissthet, erfaring, mening og verdier (Nordenstam, 2000). For å kunne forstå mennesket som et unikt, intensjonelt og meningsskapende vesen, der livet også kan by på utfordringer, kan det å bruke fortellinger for å beskrive situasjonen man er i være en farbar vei. Olsen får oss også til å rette oppmerksomheten mot trøstens hverdagslige fremtredelser. Dette er spørsmål som handler om livets grunnvilkår, selve *at*-hetene ved livet; slik som *at* livet er sårbart, *at* vi skal dø, *at* vi er avhengige av hverandre, relasjoners skjørhet, eksistensiell ensomhet og at tillit og medlidenhet er noe eksistensielt i våre liv (Martinsen, 2015, s. 13 med referanse til Løgstrup; Vetlesen, 2004a). Det at vi er sårbare mennesker er noe vi ikke kommer utenom i livet med hverandre. Fenomener som livsmot, glede, tillit, trygghet, håp, bekymring, lidelse, sorg, skam, krenkelse og avvisning er noe vi alle gjør erfaringer med. Likeså er oppmerksomhet grunnleggende i menneskers liv (Thorsen, Mæhre & Martinsen, 2012, s. 10). Livets grunnvilkår er universelle, gitt oss uavhengig av kultur og historisk periode, og må sees i kontrast til menneskeskapte forhold. Paradokset er at livets grunnvilkår, selv om de er universelle, må håndteres individuelt (Vetlesen, 2004a).

Når vi i denne teksten forsøker å forstå trøst som noe vi behøver i vårt hverdagsliv, som et relasjonelt fenomen som oppstår i møter mellom mennesker, kaller det på en innramming av møtebegrepet. Vi vender oss da ikke bare til Olsen (2020), men også til møtebegrepet slik det ble utviklet av psykiateren, teaterskaperen og filosofen Moreno (1953). Han utviklet møtepraksisen basert på lyttende møter, der mennesker ved å fortelle kan befri seg fra deler av sin smerte. Og der lytteren ved å romme fortellingen kan bidra til å frigjøre den andre. Slike møter blir da konkrete hendelser mellom mennesker, som forutsetter fysisk nærhet og nærvær ansikt til ansikt, og som forutsetter at vi kan sette oss i hverandres sted, noe vi kan ved hjelp av fantasien (Moreno, 1953; Løgstrup 1956/2000). Moreno forstod møtet med andre som en primærbetingelse for menneskelig utvikling og kunnskapsdanning.

Han var influert av Martin Buber (1923/1992) som fremhevet *jeg-du relasjonens* betydning for ekte møter, som kun kan oppstå når mennesker går inn i møter, fordomsfritt og med hele sitt vesen. Dette er en relasjon der vi erfarer oss som likeverdige parter, og der vi begge er sårbare. Det er noe som er i og på spill i disse møtene som må tas imot og vernes om av begge parter. Et møte kan da forstås som nærværshendelse som handler om lytting, om innlevelse, om å kunne prøve å sette seg inn i den andres sted, med en visshet om at man aldri kan bli den andre (Kristoffersen & Halås, 2016; Martinsen, 2007).

## **Trøstens fremtredelser**

Hva er så trøstens fremtredelser i profesjonelle praksiser? Og hva står på spill i lys av dette? I dette underkapittel deler vi fortellinger fra egen forskning som har blitt gjenkalt i vår lesning av Olsens beskrivelser av trøst. Det er noe vi aner, og som vi gjenkjenner som trøst. Gjenkallelsen er vekket av forskernes dels taus anskuelser av trøst som kaller på nærmere undersøkelse og artikulasjon. Hvis trøst er en handlingssammenheng: Hvilke uttrykk for trøstens fremtredelser kan vi finne i mellommenneskelige profesjonelle praksiser, i de profesjonelles møter med «den andre». Ved hjelp av teoretiske perspektiver på trøst som mellommenneskelig profesjonell praksis, undersøker vi fortellingene, der vi skriver frem hva vi ser og reflekterer over hva dette kan handle om, hva som står på spill og hvordan dette kan forstås.

Vi vil først dele fortellinger fremkommet fra dybdeintervjuer Mæhre hadde med voksne pasienter i livets siste fase, og deretter en fortelling fra Halås sin forskning om profesjonelles møter med barn. En av pasientene forteller:

*Solveig er en av dem som jeg opplever ser meg. Hun kommer inn til meg uten at jeg behøver å ringe på. Hun setter seg på sengekanten, og får meg til å le oppi alt det triste. Også kan hun synge for meg. Hun vet at jeg var musiker. Jeg synger med, men stemmen er skral og som du hører er den hes og helt oppi tårnet. Dagen blir så god når Solveig er på jobb.*

Hva er det som skjer i møtet mellom Solveig og pasienten? Hva er det vi som forskere gjenkjenner som mulige fremtredelser av trøst? Gjennom sine handlinger opplevde pasienten at Solveig brydde seg om han. Hennes tilstedeværelse bidro til livsglede i en situasjon der livet var truet av sykdom og død.

Det å gi innhold til hverdagen til alvorlig syke pasienter i livets slutfase, slik at dagen kan fylles med annet enn kretsende tanker rundt eget kroppslige forfall, smerter og nær forestående død, er noe den profesjonelle kan bidra med, og noe denne sykepleieren bidro med i denne situasjonen. I Arthur Frank (2013) sin forskning om sykdomsfortellinger, der han har samlet inn fortellinger fra alvorlig syke kreftpasienter, viser han at sykdomsopplevelser medfører et brudd med livet,

en diskontinuitet, men at det å få mulighet til å fortelle frem sine sykdomsfortellinger, også er en måte å forstå egen lidelse slik at hverdagen kan bli levelig. Kanskje bidro også denne pasienten med å spre glede i hverdagen til Solveig, ved at hun erfarte at hennes handlinger fremmet livsmot, lindret, mildnet og oppmuntret en tidligere musiker til å bruke sin sangstemme selv om han erfarte at «stemmen var oppe i tårnet». Kanskje ga hennes handlinger trøst til en hverdag full av lidelse, sorg og savn?

Mæhre erfarte i sin forskning at fortellingene fra pasientene synliggjorde hvordan helsepersonell med sine handlinger bidro til gylne øyeblikk, som ga dem begge både livsglede og trøst. Betydningen av å være nærværende, av å være deltagende og ikke tilskuende, av å være oppmerksom og kunne gi oppmerksomhet, av å våge nærværet, av å se smerten, av og ta seg tid i en travel hverdag til å vise menneskelig varme og medlidenhet, var av betydning også for pleierne i denne praksisen. Fortellingene viste betydningen av å ha en sansende oppmerksomhet der uttrykket fra den andre, etter å ha gjort inntrykk, kunne bli til et innfall den profesjonelle kunne handle ut fra (Martinsen, 2012). I den fortalte fortellingen ble det tydelig at Solveig var kjent med at pasienten var musiker, og at hun ønsket å spre livsglede i en hverdag der pasientens levedager nærmet seg slutten. Hun våget seg fram med å synge sanger som hun håpet ville bli tatt imot. Sangen ble også tostemt. Kanskje var det slik at sansningen åpnet opp for den «*modtagelighed, der skal til, for at noget overhovedet kan gøre indtrykk på os*» (Løgstrup, 1987, s.14). Det å innøve en sansende oppmerksomhet i profesjonsutdannelsen viste seg å ha betydning. Men det å ta imot inntrykk kan også være krevende i en hektisk sykepleiehverdag. Det er noe i inntrykket som vil meg noe, men som det kan ta tid å finne ut hva er, og kanskje er det også ekstra krevende fordi vi kan bli slått av den andres smerte (Martinsen, 2012) Men hva skjer dersom vi ikke gir oss tid til å gå svangre med inntrykkene, og kan vi tillate oss å overse dem? Det at Solveig våget seg fram og sang for en musiker kan handle om å trøste, om å dele livets smerte, for som pasienten sa: - Dagen blir så god når Solveig er på jobb. I en annen situasjon er det ikke sikkert at pasienten ville ha opplevd handlingene å være trøstende, men kanskje det motsatte. For som pasienten i den fortalte fortellingen, erfarte han at stemmen nå var skral.

Trøsten kan også vise seg på andre måter. Vi lar sykepleieren Bodil fortelle:

*Hun hadde lungekreft med spredning, og var knapt 50 år. Etter kort tid i avdelingen fikk hun lammelser i hele kroppen. Jeg husker denne dagen som det var i går. Det var tidlig på sommeren. Det var varmt ute og inne, og hun kunne knapt røre seg. Jeg ble så glad i den damen. Jeg hjalp henne slik at hun fikk sminket seg. Jeg visste at hun var glad i et glass vin, og jeg visste at livet hennes snart var slutt. Jeg trillet senga med henne oppi og nattbordet ut i hagen. Også plukket jeg blomster og satte dem på nattbordet hennes, for hun var så glad i blomster. Jeg holdt*

*vinglasset for henne og hun nøt hver en dråpe. Jeg husker smilet hun hadde om munnen da hun spurte meg om hun kunne få ligge der ute i hagen alene. Hun kunne ikke alarmere om hjelp. Men hun ville være der alene, og hun sovnet i senga der ute, med rosa «hårtuster» som vinden tok tak i, og det var et sånt skjønt øyeblikk. Men jeg burde kanskje ikke tillatt det? Hun takket meg for at jeg hadde gitt henne mulighet til dette. Noen dager seinere døde hun.*

For Bodil virker det som at det var viktig at de siste dagene for denne pasienten kunne romme mer enn tanker om nær forestående død. Bodil ville bidra til at den siste delen av livet for denne pasienten kunne oppleves best mulig, og som hun fortalte «jeg husker smilet». Som sykepleier må vi forholde oss til: «Av og til helbrede, ofte lindre, men alltid trøste». At vi skal dø er også et grunnvilkår. Det å erfare at valg av handlinger kan gi livsglede, selv i situasjoner der døden er nær forestående, bidrar også til erfaringer av og lykkes, av opplevelsen av å strekke til, av å selv bli trøstet. Fortellingen kan forstås å være et uttrykk for trøst, om å gi trøst og selv bli trøstet. Teorier kan hjelpe Bodil til å forstå det komplekse og sammensatte pasientbilde til en pasient som er alvorlig kreftsyk og som snart skal dø. Men det finnes ingen trøstemanual som kan fortelle hvordan Bodil kan trøste-hvordan hennes handlinger kan lindre, mildne og oppmuntre i en situasjon der døden er neste stoppested. I møte med den andre er det en etisk fordring om å ta vare på den andre, der den andre viser seg i all sin sårbarhet og med en urørlighetssone (Løgstrup, 1956/2000), som uttrykker grenser for hvor nære vårt møte med den andre bør være. Bodil lot pasienten få nyte stunden, alene i hagen, selv om hun visste at dette var forbundet med risiko for at pasienten kunne dø alene, og uten mulighet til å tilkalle hjelp. Hun stod i et dilemma mellom å følge systemets regler der pasienter ikke skal være uten tilsyn, til å følge egen overbevisning om at hennes overveielser om å gi pasienten mulighet til å være alene, var riktig i denne situasjonen, hun ga pasienten trøst.

Martinsen skriver at det kan være kulturer i helsevesenets rom som kan være lite hjelpende for sykepleieren og som er «befalende, innsatt med en travelhet med påbud om å følge regler mer enn å være til stede i situasjonen. Kulturer lukker for å kunne være sansende til stede i værelset. Da gir kulturen lite rom for å kunne ta vare på og verne om et sårbart liv» (Martinsen, 2018, s. 24). Bodil var tilstede for denne dødssyke kvinnen. Hun så henne og handlingene bidro til at dette vågestykket, tross alt, ble en god stund for denne dødssyke kvinnen, men kanskje også for henne selv. Om situasjonen ville vært like god dersom den dødssyke kvinnen hadde tatt sitt siste åndedrag der ute alene, vil vi aldri få svar på. De suverene livsytringene, som Løgstrup beskriver som tillit, håp, barmhjertighet, talens åpenhet, og som gjør at vi kan utlevere oss til hverandre, i en tillitsfull, sårbar utleverthet (Løgstrup, 1956/2000), var tilstede i denne situasjonen. I en slik utleverthet hører trøsten hjemme, for denne er vevd sammen av et konglomerat av

kroppslige, emosjonelle, mentale og kommuniserende samspill. «*Det er i det praktiske mesterskab, trøsten erobres. Det sker ved at fornemme, være, mime, prøve, prøve om igen og igjen*» (Olsen, 2020).

Å føle og å se (i betydningen å legge merke til, være var overfor) er ikke to atskilte ting, men evner som er innvevd i hverandre. Persepsjonen er uatskillelig fra den følelsen som ledsager den. Vetlesen snakker om «moralsk persepsjon» og forstår dette som «*evnen til å legge merke til på hvilken måte andres ve og vel står på spill i situasjonen*» (Vetlesen, 2004b). Selv om Bodil hadde mange års erfaring som sykepleier, krevde også denne situasjonen en sansevarhet for det like, men også det fremmede. Hun måtte forstå den andre som et sårbart menneske som seg selv, noe som kan gjøres ved bruk av fantasien. Men hun måtte også forstå at hun ikke var den andre, og at tidligere erfaringer av å være i lignende situasjoner ikke kan kopieres, men må forstås enkeltvis. Da Bodil valgte å stole på sine vurderinger av situasjonen følte hun på en skyld fordi hennes handlingsvalg ikke fulgte avdelingens rutiner. Hennes skyld kunne også gått over i skam, med ubehagelige følelser knyttet til denne situasjonen (Martinsen, 2012, s. 162), men Bodil valgte å stole på at handlingen hun valgte ga pasienten livsglede i en krevende situasjon, og at hun med sine handlinger ga trøst, derfor skammet hun seg ikke for «*Hva hun har gjort?*»

Kan vi gjenkjenne lignende situasjoner i fortellinger om profesjonelles møter med barn? Selv i situasjoner som ikke handler om alvorlig sykdom og død, kan det være noe eksistensielt også i disse møtene som må ses og tas vare på. Foranledningen er at en jente i barneskolen gråtende har fortalt læreren sin at hun ikke var invitert i et selskap. Læreren inviterer til klassemøte og innleder en samtale om dette. I forlengelsen av samtalen kommer et nytt tema opp, og vi lar læreren fortelle om hva som skjer:

*Da rekker ei lite jente opp hånda, la meg kalle henne for Leyla. Hun har foreldre fra et annet land. Hun sier: - Jentene i klassen har symøte. Det å ha symøte går på omgang. Nå er det min tur. Hver gang vi har symøte, har jeg vondt i magen. For dere bor i store hus og har god plass. Jeg bor i en blokkleilighet og det er trangt. Jeg har spurt mamma om jeg kan invitere dere alle til symøte hjemme hos meg, men det er ikke mulig. Og nå vet dere det. Det blir ikke noe hos meg. Og så gråter hun. Det blir taust. Da er det viktig å ikke gripe inn i samtalen. Det går ett minutt. Det går to minutter. Så sier Lise: - Det du sa Leyla, var modig sagt. Det hadde jeg aldri turt. Så sterk du er. Jentene løper bort til Leyla, og stryker henne på kinnet. Den dagen skrev Leyla et brev til meg. Brevet kalte hun «Øyeblikk av lys». Hun forteller hvor godt det var å få mulighet til å fortelle om det som var så vanskelig, og for henne opplevdes dette som et øyeblikk av lys. Og jeg tenker; Tenk så fint å få være en av mange i en klasse hvor du kan dele smerten din, og at den*

*blir mottatt. Sånn sett er det fantastisk å få lov til å være lærer, og kunne tilrettelegge for at sånt kan skje. Og vite at vi kan gjøre hverandre gode og sterke. (Follesø & Halås, 2011)*

Dette er en hverdagslig og samtidig sterk fortelling fra klasserommet, som gjør inntrykk på oss. Hva er det som gjør slikt inntrykk og hva er det som vi gjenkjenner og ser som et mulig uttrykk fenomenet trøst? Det første som treffer oss er poesien i fortellingen, som både har noe sårbart og samtidig vakkert over seg. Det sårbare ligger i jentas fortvilelse, og det som står på spill i dette møtet, der både læreren og jenta risikerer noe i dette møtet. Det vakre ligger på flere plan. Først i ordene jenta bruker når hun skal beskrive hendelsen med ordene «Øyeblikk av lys». Metaforen får oss til å tenke at det har skjedd en bevegelse i form av en eller annen slags endring. Bruk av ordet lys, indikerer at jenta har hatt en erfaring av være i eller annen form for mørke. Dette er en poetisk formulering som alle vil kunne gjenkjenne som noe godt. Vi forstår at hendelsen har vært betydningsfull, uten at vi konkret får vite hvordan den har vært betydningsfull.

På samme måten som poesi har «mellomrom» som det er opp til leseren å fylle, har jentas metaforiske uttrykk også mellomrom, som krever en fortolkning. Hva slags leseerfaring er det å gjenkjenne noe som vakkert? Vi har tidligere vist til Dewey, som beskriver en erfaring som en helhet, som har både en kognitiv, praktisk og følelsesmessig side, og der det er det estetiske som binder sammen erfaringen til en helhetlig erfaring. Det er erfaringen av at noe er vakkert som blir omdreiningspunktet for å kunne se hva det er ved erfaringen som gjør det til trøst. Bak det vi gjenkjenner som vakkert, ligger en mulighet for å komme i kontakt med våre anskuelser av trøst.

Vi gripes også av bevegelsen i fortellingen. Fra barnet som har vært alene med sin fortvilelse, og som erfarer å bli tatt imot av felleskapet, når hun deler sin sårbarhet. Vi berøres også av den modige læreren som griper øyeblikket og skaper et rom som gjør det mulig for elevene å møte hverandre i livets smerte og strev. Videre berøres vi av medelevene som responderer på jentas fortelling, og møter henne med ord og handlinger. De stryker henne på kinnet og sier at hun er modig som forteller. Vi har sett hvordan Olsen (2020) beskriver trøst som noe praktisk og kroppslig som skjer i sosial samhandling, og der den andre opplever at dette lindrer, er det lese dette som trøst. I klasserommet er det noe som skjer i samhandlingen mellom elevene og mellom lærer og elever. Vi kan tenke oss at læreren sanser at det er noe som krever oppmerksomhet, og som legger til rette for at det som oppleves vondt blir sett, delt, hørt og anerkjent. Jentas omtale av dette som et øyeblikk av lys, kan tolkes som at det er noe som forløses eller lindrer i dette øyeblikket.

I Olsens optikk mener vi at dette kan være en av de hverdagslige situasjoner av der det er trøsten som får et ansikt og bringer lindring. I dette tilfellet er det ikke læreren som trøster. Vi forstår det slik at læreren i denne situasjonen gjør det mulig for

elevene å dele livets sårbarhet og smerte, at de kan finne trøst hos hverandre, slik at deres hverdagsliv igjen kan oppleves godt. Læreren står i smerten, og lar elevene bli oppmerksomme på betydningen av å se den andre som den andre, som en som angår dem, som en de bryr seg om og som en de ønsker å verne om. Hun viser indirekte trøst ved at hun lindrer, mildner og oppmuntrer slik at alle barna erfarer seg sett. Som profesjonelle kan det være lett å tenke at en skal løse problemer. I denne situasjonen kunne man tenkt at læreren ble opptatt av å finne en måte Leyla kunne få besøk hjemme av de andre jentene. I stedet holder hun dette tilbake, og retter både sin egen og elevenes oppmerksomhet mot smerten Leyla kjenner på.

Hva er det da som står på spill i dette møtet? Både jenta og læreren er modige. Læreren åpner opp for en situasjon hun ikke har kontroll på. Jenta risikerer å bli avvist og avkledd. Kritiske røster kan hevde at læreren burde snakket med jenta alene, og ikke utsette henne for en mulig avvisning fra medelever. Men vi kan tenke oss at hun kjente sine elever og var trygg på at Leyla ville bli ivaretatt av både henne selv og de andre i situasjonen.

Det finnes en rekke studier som viser nytten av å dele erfaringer med andre som er i en lignende livssituasjon som en selv. Der man kan dele både tanker og følelser. Forskningen viser hvordan dette kan skape opplevelser av støtte, tilhørighet og trøst (Kolcaba & DiMarco, 2005; Kjær, 2015; Herholdt-Lomholdt, 2018). Det finnes også studier som synliggjør det motsatte, at samtalegrupper kan være uheldig dersom gruppedeltagerne ikke får mulighet til å samtale om det som er vanskelig og vondt. Grimsgaard (2019) viser til samtalegrupper med barn til foreldre som er psykisk syke eller rusavhengige der samtalene handler om hvordan barna håndterer og mestrer livet, mer enn mot de livsbetingelsene de lever under, og det faktum at de ikke får nødvendig beskyttelse og hjelp. Hun påpeker at en slik tilnærming i verste fall kan føre til at barna blir enda mer usynliggjort, fordi deres erfaringer er for smertefulle for voksne å ta del i. Kanskje vil de kunne oppleve skyldfølelse og skam av ikke å kunne hjelpe sine foreldre, og ikke oppleve å få trøst og nødvendig hjelp som de behøver for å kunne håndtere en vanskelig og krevende livssituasjon.

Moreno's (1953) møtepraksis rommet ulike måter å være menneske på. Der det handlet om å bli sett, møtt og anerkjent som den du er. Jenta Leyla beskriver hendelsen i klassemøtet som et øyeblikk av lys, og Bodil et skjønt øyeblikk. Andre har brukt betegnelser på lignende hendelser som magiske øyeblikk (Follesø, Halås & Anvik, 2016), betydningsfulle øyeblikk (Topor, 2006), nærværende øyeblikk (Martinsen, 2012), skjønne øyeblikk (Herholdt-Lomholdt, 2018) eller sannhetens øyeblikk (Stern, 2004). Dette betegner kritiske øyeblikk hvor et imperativt *nå!* fanger sentrale kvaliteter ved det å være sammen og ved det å være menneske, og som kan forstås som en erkjennelse og bekreftelse av erfaringer av være forenet i livets grunnvilkår. Og der den profesjonelle ved å se og bekrefte den andres opplevelser av smerte, anerkjenner den andre som et likeverdig subjekt. Ved ikke å overse, avlede eller bortforklare smerte, og ved å møte og være i den andres smerte,

kan trøst fremstå som et både anerkjennende og sannhetsbærende øyeblikk av å være et menneske og medmenneske.

Vi har tidligere vært inne på hvordan jeget blir til i møte med den andre. Det handler om å finne et «meg», innenfor et «vi». Dersom en tenker at livets grunnvilkår er noe universelt, vil slike erfaringer av smerte, som vi her har gitt eksempler på, erfares individuelt og ha individuelle uttrykk, men likevel, på samme tid kunne forstås som allmenne erfaringer og som uttrykk for et allmennmenneskelige fenomen. Disse øyeblikkene av møte, der en møter og blir møtt, slik sykepleierne møter pasientene og som lærere møter eleven, kan forstås som møter med selve livet. Dette er en trøst som sier vi er alle mennesker undergitt livets uforutsigbarheter på godt og vondt, og vi er sammen om det. Og kanskje er det ikke bare jenta som føler denne lindringen. I trøsten bekreftes og erkjennes individets erfaringer som allmenngyldige. I et slikt perspektiv kan det å få møte eller høre en annens fortelling om det som er vanskelig, virke lindrende for flere enn jenta; For de andre elevene, for læreren, for meg eller oss? som forskere, og kanskje for deg som leser denne teksten. Trøsten løser kanskje ikke noen problemer der og da, men den bekrefter den andres opplevelser, følelser og erfaringer som sannhetsbærende. Selv om det kan gjøre vondt, kan det på samme tid føles forsonende eller lindrende, som gyldne øyeblikk. Men hva skjer hvis våre erfaringer av smerte ikke blir møtt?

Dersom vi ser på denne fortellingen i lys av et større bilde, kan vi i Ungdatarapporten (Bakken, 2021) lese at mange unge sliter med hodepine, magevondt og smerter i nakke, skulder, ledd og muskulatur. Her ses dette i sammenheng med psykiske helseplager, som å føle seg nedstemt eller lei seg, der 10 % sliter med et høyt nivå av depressive symptomer. Vi kan lese om urovekkende mange unge som opplever stress, slit og bekymring i hverdagen, og som er preget av søvnproblemer, håpløshet, ensomhet og lavt selvbilde. Vi har også sett en økende bekymring for barn og unges psykiske helse som en konsekvens av pandemien (Folkehelseinstituttet, 2021).

Ved å forklare barn og unges strev og lidelser som «psykisk», er det nærliggende å tenke at det de trenger er behandling i form av psykisk helsehjelp, eller at de må lære seg teknikker for å mestre livet bedre. Men er det dette unge flest trenger? Kanskje er det slik at dersom vi i stedet lytter til det de unge og pasientene selv forteller, kan vi forstå mye av deres strev og f.eks. ensomhet som både et relasjonelt fenomen og som et allmennmenneskelig og mellommenneskelig fenomen. Under en slik optikk vil mange barn og unge og pasienter kanskje først og fremst behøve opplevelser av kjærlighet, tilhørighet, deltakelse i sosiale fellesskap og av at en betyr noe for noen andre. Og, hvis vi lar oss veilede av innsikten om livets grunnvilkår som et allmennmenneskelig fenomen som mennesket har stått overfor til alle tider (Vetlesen, 2004a), så handler det kanskje om å ta inn over seg og finne måter å forholde seg til det vi alle har felles, nemlig den avhengighet vi mennesker har til hverandre, til vår sårbarhet, dødelighet, til den eksistensielle ensomhet og til alle at-

hetene vi alle erfarer i livet. I en slik erkjennelse av at vi alle er rammet av livet, ligger både trøst og lindring, og en invitasjon til sammen å finne måter, både å erkjenne, akseptere og leve med det uforutsigbare i livet. I møte med livets smerte og strev, er det mange som sliter med troen på seg selv og egenverdet, som føler seg annerledes, og som opplever at de verken mestrer eller ikke strekker til. Da kan selve erfaringen av å bli sett, anerkjent og respektert gi trøst og lindring på et grunnleggende ontologisk nivå. Det lyttende og nærværende jeg-du møtet er en primærbetingelse for menneskelig velvære og utvikling (Buber, 1923/1992, Moreno, 1953), der våre mentale strukturer bygges i møte med den andre. Det lyttende nærværet innebærer en erkjennelse av erfaringen med smerten. Trøsten kan da oppleves som en (an)erkjennelse av det både den voksne og den unge erfarer, som sant. Dette er en erfaring som kan virke helende (Moreno, 1953). På den måten blir det noe allment menneskelig som står på spill i møte med andres sårbarhet.

Ved at vi forstår trøst som et møte med livets grunnvilkår, vil det ikke kun handle om tilhørighet. Det kan i tillegg handle om en erfaring av *samhørighet*. Dette leder oss tilbake de relasjonelle sidene av fenomenet trøst, der noen trøster og noen blir trøstet (Olsen, 2021). Og der trøsten blir til trøst i det den som mottar trøsten opplever seg trøstet. Trøst kan tre frem som vilje til å se og tåle de unges smerte, og også til å se det skammelige ved at dødssyke kan oppleve seg bryssomme når de ber om en hjelpende hånd i en travel pleiehverdag. Til å stå *sammen* med den andre i smerten, uten å la seg falle for fristelsen å dekke over den med snakk eller aktivitet. I trøstens rom trer den profesjonelle så vel som den ikke profesjonelle frem som et sårbart medmenneske. Og med trøsten følger en risiko for å bli avvist av den andre.

Trøst kan slik forstås som et risikofylt relasjonelt fenomen, og som et oppmerksomt (sansende, seende og lyttende) nærvær i mellommenneskelig profesjonell praksis der vi alle er sårbare og avhengige av hverandre. Å oppleve seg trøstet fordrer en som både ser, møter og medlever den andres lidelse.

## **Et kritisk perspektiv**

Som vi tidligere har vært inne på, vil ethvert perspektiv gjøre noe synlig og annet mindre synlig. Hva kan så stå i fare for å komme i skyggesiden ved en slik måte å forstå trøst på, som vi skriver frem her? I sin bok gjør Olsen (2020) mer enn å vise trøstens fremtredelser i barnehagen og tilby perspektiver til å forstå trøst. Han gjør også en maktkritisk analyse av trøsten. Ved bruk av kunnskapsteori og sosiologiske teorier, med hovedvekt på Bourdieu og Goffman, viser han hvordan trøst er marginalisert innenfor dagens utdanningssystem og myndighetssystemer, og mener at dette kan sees i sammenheng med at utdanningens pedagogiske grunnsyn og at styringslogikker er preget av et ovenfra og utenfraperspektiv på praksis. Dette får konsekvenser: «*Hvis både det politiske og det bureaukratiske niveau er uten kategorier til å forstå det pedagogiske hverdagsliv med, så kommer heller ikke trøsten inden for horisonten*» (Olsen, 2020, s. 228). Han peker også på faren ved at

en for ensidig vektlegging av den enkelte yrkesutøvers profesjonelle dømmekraft, kan bidra til at trøsten reproducerer habituerte uhensiktsmessige praksiser.

Faren ved et slikt perspektiv, er at vi lar trøsten bli en sovepute. Selv om mange kan finne hjelp gjennom trøst, er det likevel viktig at vi har oppmerksomheten vår rettet mot å identifisere barn, unge, voksne og eldre, som lever i utsatte og sårbare livssituasjoner, og som trenger økt oppmerksomhet og faglig hjelp i nåtid og nær fremtid.

Ved å ha et for ensidig fokus på trøst som oppmerksomt nærvær, står vi i fare for også å gjøre trøsten til en ansvarsfraskrivelse. Med dette mener vi at profesjonsutøveren står i fare for å signalisere at vi som individer bare må godta alt det som skjer med oss i livet. Og ikke bare det, vi står i fare for, uten at vi vil det, og indirekte bekrefte krenkelsene som er opphav til smerten. Dersom ikke den profesjonelle i møte med den andres opplevelse av å ikke bli sett med sin livshistorie, ikke samtidig med trøsten også gir uttrykk for og er villig til å kjempe for å endre opphavet til smerten, vil profesjonsutøverens forsøk på å trøste, i verste fall stå i fare for å bli en undertrykkende handling.

I tillegg til at det kan bli en ansvarsfraskrivelse for den profesjonelle, kan det også ved en slik tilnærming være fare for at man fritar den andre mulighet for å ta grep for å yte omsorg for seg selv, og for å skape endring i eget liv.

## **Rom for oppmerksomt nærvær**

I dette essayet har vi undersøkt hvordan trøst kan komme til uttrykk i mellommenneskelig profesjonell praksis. Inspirert av Bent Olsens beskrivelser av trøst har vi delt fortellinger som vi mener viser noen av trøstens mulige fremtredelser, der vår ambisjon har vært å undersøke hva trøst i en mellommenneskelig profesjonell praksis kan og bør være. Dette gjennom å skrive frem både det teoretiske, praktiske og etiske grunnlaget for det vi har kalt våre anskuelser av trøst.

Fortellingene er eksempler på noe allment, men også noe særegent, fordi fortellingene ikke kan kopieres. Som profesjonelle praksisutøvere innenfor ulike fagfelt og tradisjoner vil vi kunne møte på lignende fortellinger, som kan fremkalle mulige handlingsvalg, men også andre handlingsvalg. Trøsten vil ha mange fasetter og hva trøst er i en gitt situasjon finnes det ikke manualer for, men som den enkelte må finne svar på i møte med den andre. Derfor har vi, i tråd med essaysjangeren, hatt et bevisst ønske om å holde teksten åpen, som en invitasjon til at leseren selv kan tenke over trøst som fenomen i egen praksis. Samtidig har vår ambisjon med essayet vært å skrive fram våre anskuelser av trøst, for å bidra med et kunnskapsforslag til hva trøst kan og kanskje bør være i profesjonelle relasjoner. Spørsmålet blir da om vi har fått større klarhet og innsikt om trøst gjennom vår undersøkelse?

For det første har det blitt synlig for oss at det er noe *sårbart* som trer fram i disse historiene, og der både det å gi og få trøst fremstår som et *risikabelt prosjekt*. Trøsten fremtrer her som en *mellommenneskelig praksis*, som ikke handler om å fjerne smerte eller løse problemer. Trøst handler heller ikke nødvendigvis om å forstå den andre, men å gjøre som læreren, som skapte rom for *å dele livets smerte*, og om sykepleieren som ga pasienten mulighet til å nyte livets siste øyeblikk alene ute en sommerdag, selv om dette var forbundet med risiko fordi handlingene avvek fra sykehjemmets oppsatte rammer for pasientbehandling.

I trøstens rom er det erkjennelsene av vår felles *menneskelighet og at-hetene i livet*, som står på spill. I erkjennelsen av at vi er avhengige av hverandre, at vi er sårbare og at vi skal dø, kan skape *felleskap og samhørighet* som virker lindrende. Redsel for selv og rammes av alvorlig sykdom, eller opplevelse av å være deltagende i sykdom til familie og nære bekjente, bidrar til økt bevissthet om menneskelige fenomener som vi alle møter på i våre liv, om grunnvilkår i livet som vi alle er avhengige av.

I våre liv kommer vi heller ikke utenom fenomener som vi alle gjør oss erfaringer med slik som livsmot, glede, tillit, trygghet, håp, bekymring, lidelse og sorg. Dette er livsfenomener som kan bli oversett i det sen moderne samfunn og som bør vies oppmerksomhet i det praktiske mesterskap, der trøsten erobres, som Olsen (2020) sier det så fint. Det å *dele livets smerte* og å både *erkjenne og anerkjenne livets strev* kan bidra til *vendepunkter* i form av skjønne øyeblikk, til øyeblikk av lys, til betydningsfulle øyeblikk eller sannhetens øyeblikk. Dette er *kritiske øyeblikk* som fordrer at vi i møte med den andre gir trøsten rom, slik at den andre kan erfare seg sett, anerkjent og ivaretatt. I situasjoner hvor vi utleverer oss til den andre, i håp om å finne trøst og bli trøstet, er det vår felles sårbarhet som står på spill. Dette er noe sansbart som ikke bare må forstås, men som kanskje først og fremst krever et *oppmerksomt nærvær*.

## Litteratur

- Bakken, A. (2021). *Ungdata 2021. Nasjonale resultater*. NOVA, OsloMet.
- Bacchi, C. (2012). Introducing the 'What's the Problem Represented to be?' approach. In A. Bletsas & C. Beasley (Red.) *Engaging with Carol Bacchi : strategic interventions and exchanges*. The University of Adelaide Press. Engaging with Carol Bacchi (pp. 21–24).  
<https://doi.org/10.1017/UPO9780987171856.003>
- Bruner, J. (1991). The Narrative Construction of Reality. *Critical Inquiry*, 18(1), 1–21.
- Buber, M. (1923/1992). *Jeg og du*. Gyldendal.
- Dewey, J. (1934/ 2008). Å gjøre en erfaring. I: K. Bale & A. Bø-Rygg (Red). *Eстетisk teori: En antologi*, s. 196-213. Universitetsforlaget.

- Folkehelseinstituttet. (2021). *Folkehelse rapportens temautgave 2021. Folkehelsen etter covid-19. Pandemiens konsekvenser for ulike grupper i befolkningen.* Lastet ned fra nett 18.03.2022 [Folkehelse rapportens temautgave 2021. Folkehelsen etter covid-19. Pandemiens konsekvenser for ulike grupper i befolkningen. \(fhi.no\)](https://www.fhi.no/publ/2021/folkehelse-etter-covid-19-pandemiens-konsekvenser-i-ulike-grupper-i-befolkningen)
- Follesø, R. & Halås, C.T. (2011). *En skole for alle. Et møte med Fjell skole i Drammen.* Film, dokumentar, 30 min. Produksjon: News on Request. Produsent: Tomas Evjen.
- Follesø, R., Halås, C.T. & Anvik, C.H. (2016). *Sett, hørt og forstått? : om profesjonelle møter med unge i sårbare livssituasjoner* (p. 155). Universitetsforlaget.
- Frank, A (2013). *The wounded storyteller: body, illness, and ethics* (2nd ed., pp. XXVI, 253). University of Chicago Press.
- Grimsgaard, C. (2019). *Om å holde noe av et barns liv i sin hånd: Samtaler mellom profesjonelle og barn som har psykisk syke eller rusavhengige foreldre: et etisk og narrativt perspektiv.* PhD, Høgskolen i Innlandet.
- Halås, C.T & McGuirk, J. (2021). Det vitenskapelige essayet i profesjonsforskning: en kritisk utprøvende metode. *Tidsskrift for psykisk helsearbeid*, 18(1), 5–14. <https://doi.org/10.18261/issn.1504-3010-2021-01-02>
- Halås, C.T. & Fuglseth, K.S. (2021). Fagområdet praktisk kunnskap. I C.T Halås. & K.S.Fuglseth (Red). *Innføring i praktisk kunnskap: anerkjennende, kritisk og konstruktiv praksisforskning.* (s 22-40). Universitetsforlaget.
- Herholdt-Lomholdt, S.M. (2018). *Skønne øjeblikke i sygepleje – en kilde til innovation? – en fænomenologisk og dialogisk aktionsforskningsundersøgelse af skønne øjeblikkes natur og mulige betydning i en sygeplejefaglig udviklings- og innovationspraksis.* Phd. afhandling. Aalborg Universitetsforlag.
- Hovland.B.I. (2002). Fra fortelling til moralsk handling. *Kirke og kultur*, 107(1), 67–99. <https://doi.org/10-18262/ISSN1504-3002-2002-01-06>
- Kolcaba, K. & DiMarco, M. A. (2005). Comfort Theory and its application to pediatric nursing. *Pediatric Nursing*, 31(3), 187–94.
- Kjær, T.A (2015) Kan sundhetsvæsenet rumme lidende mennesker? I K. Martinsen & T.A. Kjær (red) *Utenfor tellekantene: Essays om rom og rommelighet* (s. 234). Fagbokforlaget.
- Kristoffersen, B & Halås, C. T. (2016). Møtet – en nærværshendelse mellom mennesker. I R. Follesø, C.T. Halås & C.H. Anvik. *Sett, hørt og forstått? : om profesjonelle møter med unge i sårbare livssituasjoner* (p. [128]–145).
- Løgstrup, K.E. (1956/2000). *Den etiske fordring.* Gyldendal.
- Martinsen, K. (2007) Angår du også meg? Etisk fordring og disiplinert godhet. I: Alsvåg H, Førland O. *Engasjement og læring. Fagkritiske perspektiver på sykepleie.* Akribe, 2007, 315-44.
- Martinsen, K. (2012). Filosofi og fortellinger om sårbarhet. *Klinisk sygepleje*.26(2) <https://doi.org/10.18261/ISSN1903-2285-2012-02-0>

- Martinsen, K. (2015). Er sykeværelset med interiør og ting hjelpende?- om sted og stedstap i helsevesenet. I: T.Kjær & K. Martinsen (RED.) *Utenfor tellekantene. Essays om rom og rommelighet* (s.199-229). Fagbokforlaget.
- Martinsen, K. (2018). *Bevegelig berørt*. Fagbokforlaget.
- Matthiesen, H.N.& Delmar,C. (2016). Trøst og livstruende sykdom- en differensiert forståelse af betydningsfulde relationer. *Nordisk sygeplejeforskning*, 6 (3).233-246. <https://doi.org/10.18261/issn.1892-2686-2016-03-03>
- Mead, G.H (1998). *Å ta andres perspektiv: grunnlag for sosialisering og identitet: George Herbert Mead i utvalg* (s. 248). Oversatt av Vaage, S. & Thorbjørnsen, K. M. Abstrakt forlag.
- Merleau-Ponty, M. (1994). *Kroppens fenomenologi*. Pax forlag.
- Moreno, J.L. (1953). *Who shall survive?* N.Y. Beacon.
- Mæhre, K.S. (2009). Faglig skjønn, risikokunnskap i klinisk praksis, s. 4-10. *Klinisk sygepleje*. 23 (4).
- Olsen, B. (2020). *Trøst. Bidrag til en jordnær, kropsnær og omtænksom pædagogik*. Akademisk forlag.
- Polanyi, M. (1969). *The tacit dimension*. Anchor.
- Stern, D. N. (2004): The Present Moment as a Critical Moment. *Negotiation Journal*, april, 20, 2; ProQuest Central. <https://10.1111/ji0748>
- Stigen, A. & Tranøy, K.E (2021). Anskuelse i Store norske leksikon på snl.no. Hentet 4. Februar 2022 fra <https://snl.no/anskuelse>
- Thorsen, R., Mæhre, K.S. & Martinsen, K. (2012). Innledning. I: Thorsen, R., Mæhre, K.S & Martinsen, K. (red.) *Fortellinger om etikk*. Fagbokforlaget.
- Topor, A. (2006). *Hva hjelper? Veier til bedring fra alvorlige psykiske problemer*. Kommuneforlaget.
- Vetlesen, A.J. (2004a) *Smerte*. Dinamo Forlag.
- Vetlesen, A.J. (2004b). Det frie mennesket? Et sosialfilosofisk blikk på patologiene i opsjonssamfunnet. I det omsorgsfulle mennesket. I H. E. Nafstad (red.), *Det omsorgsfulle mennesket – et psykologisk alternativ* (s. 17–54). Gyldendal Akademisk.
- Vetlesen, A.J. & Nortvedt, P. (1994). *Følelser og moral*. Gyldendal Ad Notam.