

Förband till Michael White

Mejlet var vidarebefordrat från Charlotta Lindahl, ordförande i Stockholmsföreningen. Ville jag vara *förband* till Michael Whites´s tvådagars workshop, *Narrativa Perspektiv i Hänryckningens tid*, i Visby i maj? Jag tackade ja. Mycket på grund av överskriften på mejlet ”Förband till Michael White”. Jag har aldrig varit förband förut, aldrig fått frågan, men ordet *förband* roade mig och avgjorde definitivt mitt svar. Sådan kraft har orden. Om ordens betydelse, hur ord formar föränderliga berättelser som människor färdas i över tid, handlar denna artikel.

Så vad gör ett *förband*? Spelar egen musik, inspirerad av huvudbandet (heter det så?) MW, men också av andra musiker, gissar jag. Så detta får bli en *repövning* inför tilldragelsen i Visby konserthall och infriandet av löftet till Anita att bidra med något till Medlemsbladet. I förhoppningen att tankarna ska värma upp och diggas även av bladets läsare.

Det narrativa intresset vaknade 1988 när jag på min jorden-runt-resas första anhalt landande i Adelaide och träffade MW. Jag blev mycket väl omhändertagen och fick direkt medverka i ett reflekterande team, i en mängd föreläsningar och blev medtagen på middag med MW och hustrun Cheryl- som också promenerade mig tillbaka till det vandrarhem där jag bodde. Med en varm känsla lämnade jag Dulwich Center några dagar senare med en backpack fylld med artiklar författade av franska filosofer. Jag kan inte säga att jag greppade särskilt mycket om det narrativa förhållningssättet då, men det jag hade varit med om inspirerade mig att fortsätta på den narrativa vägen. Vilket skett genom spridda föreläsningar med MW, egen narrativ forskning och, nu senast, genom deltagande i veckolånga workshops med MW och franska kollegor i Paris. Men, framför allt, har jag över tid *aktivt* reflekterat över min förförståelse, mitt arbetsupplägg och mitt språkbruk. Slutsatserna av dessa reflektioner har förändrat mycket. Inte bara i mitt professionella förhållningssätt, utan i hela ”varandet i världen”. Denna artikel kan av utrymmesskäl inte redovisa mer än ett axplock av det narrativa tänkandet och mitt fokus kommer därför att vara att lyfta fram några av de, i mitt tycke, väsentliga dragen i narrativt tänkande i förhoppning om att detta ska inspirera läsaren till egen reflexion.

För mig har det betytt mycket att bli varse hur (vi) professionella skriver in människor i dominanta och svepande generaliserande utan, mer eller mindre, reflektion över vad dessa berättelser gör med dem vi möter. MW benämner dessa generaliseringar som *tunna* beskrivningar. Tunna beskrivningar får oss att se ensidigt och förenklat på människors liv och strävanden och förminskar människors egen kraft. Exempelen på sådant förenklat språkbruk är många. *Jagsvag, rättshaverist, värsting, mobboffer, bokstavs barn*, för att nämna några. Ett språkbruk och synsätt som också reflekteras i hur våra hjälpverksamheter är namngivna och organiserade. *Missbruksavdelning, Handikappomsorg, Barn- och Ungdomspsyk*. Kort sagt beskrivningar som används dagligen. Inom skolans värld finns också exemplen med mentorsomdömen där elever ofta löpande skrivs in i *tunna*, genom-åren-liknande och könstypiska, berättelser som, *Lite pratig men trevlig och glad tjej, Lat och ointresserad men som kan, bara han vill*. Många bedömningar och utredningar som produceras inom psykosocialt arbete använder sig också av detta språkbruk. Tunna beskrivningar leder dessvärre lätt till tunna slutsatser om personers identitet och kan uppfattas som sanningar om personen. När tunna sanningar och slutsatser fått fäste är det också lätt att få stöd för en dominant berättelse som överensstämmer med de tunna slutsatserna. På så sätt blir vi medskapare till olika slags identiteter som får betydelse för självuppfattningen hos dem vi möter.

– Vad för slags identiteter är vi medskapare till genom detta språkbruk? Vad gör dessa omdömen med dem vi möter? Vad gör dessa beskrivningar med oss?

– Men är det då inte viktigt att benämna saker vid dess rätta namn? Svaret på den frågan måste förstås bli att det beror på *vad* som är dess *rätta namn* och *vem* som bäst vet vad det ”rätta namnet” är. Exemplet nedan kanske kan illustrera detta.

En kvinna söker hjälp på en öppenpsyk.mottagning för att bli av med panikångest, men återkommer med en borderlinediagnos och upplysningen, att för den diagnosen finns ingen hjälp att få. Men, eftersom hon ”fått” diagnosen föreslog jag att hon skulle gå tillbaka och lämna tillbaka den, då den inte var hjälpsam. Samt efterhöra om man möjligtvis kunde erbjuda en annan diagnos för vilken det fanns hjälp att få.

Narrativt förhållningssätt ställer oss alltså inför ett val. – Vill jag medverka till att reproducera tunna beskrivningar av människor och delta i ett språkbruk som stödjer denna tradition? Eller bidra till att befria människor från ensidiga och negativa beskrivningar och slutsatser om dem själva och hitta ett språk som ligger nära personen själv och som ger fler handlingsalternativ?

Min invitation till läsaren blir därför att fortsätta utmana de tagna-för-givna och rådande sanningar som existerar inom de olika kulturella/professionella sammanhang i vilka var och en ingår. De generella sanningar om identitet och mänskligt liv som uppfattas som relevanta, sanna och allmängiltiga. Som påverkar vad, och inte minst *hur*, vi väljer att utforska och uppmärksamma det vi möter och också avgör vilka slutsatser vi drar. Tanken här är inte att påstå att det narrativa sättet är det rätta, snarare inviteras till en reflektion över de val var och en gör, vad valet gör med oss och påverkar dem vi möter. En vanlig idé inom modern psykologi är exempelvis tanken att identiteten består av en slags inre kärna, ett *själv*, som kan upptäckas och visa vem vi *egentligen* är. Idéer som dessa leder i sin tur till en viss slags praxis och specifika slutsatser som förstås sammanhänger med teoribygget som följer med dessa idéer. Väljer man ett narrativt synsätt, å andra sidan, som beskriver identiteten som att ”*man är sina berättelser*” medför det en annan praxis och andra slutsatser. Med det vill jag peka på att det *övergripande* sättet att förstå på och förhålla sig i världen främst avgör praktiken, även om det är fullt möjligt att inom andra idésammanhang än, exempelvis det narrativa, använda sig av narrativa metoder som t.ex. *externalisering*. Externaliseringstanken, som i korthet innebär att *problemet* är problemet och åtskilt från individen inbegriper dock, i vidare bemärkelse, en *helt* annan uppsättning idéer och språkbruk än det som följer med idén att problem är *internaliserade*, alltså är en del av individen. En ganska vanlig uppfattning som ligger till grund för mycket professionellt arbete som praktiseras i västvärlden idag. Exempel på internaliserande språkbruk är beskrivningar som, ”*saknar personlighet, ”oförmögen att kontrollera sina impulser, kan inte separera från barnet på ett adekvat sätt”, splittrar sin omgivning*. En annan vanligt förekommande psykologisk uppfattning, enligt MW, är idén att relationsproblem beror på bristfällig eller inadekvat *kommunikation*, vilket i praktiken reflekteras i olika försök att tillägna dem vi möter fler kommunikativa färdigheter. En narrativ ansats kan i stället vara att uppmärksamma *hur* de inblandade konstruerar negativa slutsatser om varandras identiteter, till exempel utifrån den idealbild som bildar normen för hur ett bra partnerskap ska se ut, och hur intimitet kan utvecklas genom andra ceremonier än att man pratar ut om problemen. Fler exempel finns förstås.

Narrativt tänkande, som har sina rötter i *folkpsykologin*, försöker undvika att bedöma människor utifrån en dominant norm och fokuserar i stället på individens *egna värden*. Att varje människas handlingar hänger samman med en större avsikt i livet, ett *livsmål* – något den personen drömmer om, föredrar, uppskattar, står för eller håller högt – betonas inom narrativt tänkande. Det viktiga är inte att den professionelle ”får ihop” eller förstår, utan att han/hon *aktivt bidrar* till att berättaren kan göra egna kopplingar till de egna avsikterna och livsmålet. – *Hur hänger det du gör och tänker ihop med det du värdesätter och drömmer om? Vad säger det dig om dig? Om det du står för? Varför är just det här viktigt för dig? Och vidare; Vilka andra har lagt märke till dessa strävanden hos dig? Vad lade de särskilt märke*

till? Vilka skulle inte bli förvånade över att höra dig berätta det som du berättar här idag? Eller bli förvånad över vad du tycker är viktigt att stå upp för?

På så vis utvidgas självbeskrivningen via de små tunna trådar som uppmärksammas i det speciella lyssnandet och med hjälp av de narrativa frågorna. Berättelsen blir *fylligare* och kan infogas i en "storyline" över tid, vilket ger en känsla av sammanhang och mening. Slumrande förmågor, initiativ och sidor hos personen som förminskats eller hamnat i skymundan, kan återuppväckas och tas i bruk. När dessa strävanden uppmärksammas och utvecklas får individen tillgång till fler alternativ i livet. På så sätt kan ett narrativt förhållningssätt främst beskrivas ägna sig åt att *bygga identitet*. Ett identitetsbygge som utgår från den enskilda personens unika *författarskap* och *språkbruk*, snarare än de tunna beskrivningar som exemplifierats ovan.

Ett av MW stora bidrag tycker jag är att han pekar på hur *den normativa makten* präglar oss alla på ett nästan osynligt sätt. Makten som gör oss själva till våra egna domare. Som gör att det räcker långt med normativa påpekanden för att hålla oss i schack. Ta till exempel feedback som; – *Du, det där var väl inte särskilt professionellt...* Ett ganska smidigt sätt att se till att medarbetarna håller sig inom den rådande normen. Den normativa makten låter oss förstå vad som anses önskvärt och ungefär var på skalan vi befinner oss från normens ideala punkt. Man vet ganska väl om man, till exempel, är *för fet, för flamsig, lagom spontan, för mycket*, liksom vad som uppfattas som *professionellt* eller *oprofessionellt* i den lokala (sub)kulturen. För att nämna några exempel.

Att varje (sub)kultur konstruerar sina egna normer och att vi som deltar i den är medproducenter till morgondagen sanningar är både självklart och svårt att göra något åt, eftersom vi är en del av kulturen. Men det finns hopp. Vi kan, med MW's ord, *exotisera* det vardagliga och tagna för givna, likt en antropolog som upptäcker en främmande kultur. Så hur går då detta till i praktiken?

Konkret innebär det att vi utforskar områden i människors liv *och* vår egen praxis och vårt tankesätt. Saker, händelser, beskrivningar och liknande som vid första anblicken kan verka intetsägande, eller sådant man kanske inte brytt sig om eller lagt märke till, kanske delar av ens identitet som man förbisett. Vardagliga drömmar och strävanden, sådant som ligger nära och som individen värdesätter.

Ett konkret exempel hur detta kan gå till är följande (förenklade) fallbeskrivning från min tid som psykolog på en BUP- mottagning.

I en remiss från ett annat BUP beskrivs en 9-årig pojke med allvarliga självmordstankar och en familj som lever under skyddad identitet. Moderns beskrivning av situationen är en ohållbar situation med tre barn, varav de två yngre pojkarna antas ha bokstavsdiagnoser som modern vill ha hjälp att diagnostisera. Familjemedlemmarnas och de professionellas beskrivningar av familjen är "en sjukdomsbelastad, sorglig och trasig familj". Alla goda berättelser är undertryckta. Jag väljer att inte uteslutande nappa på de dominanta beskrivningarna (självmord, damp) utan uppmärksamma de svaga röster som handlar om vars och ens drömmar, som uttrycks i en önskan att kunna besöka sin gamla hemstad och sina vänner där. Något som är totalt ouppnåeligt utifrån familjens självbild. Det handlar om en tågresor på cirka 17 mil och att få till en trevlig och bråkfri stund tillsammans. Efter diverse turer kommer vi överens om att det kanske ändå är möjligt och planer läggs upp för hur det ska gå till. In i det sista är det osäkert, men familjen lyckas och återkommer efter resan, mycket nöjda. Min fråga, som kan illustrera ett narrativt förhållningssätt, blir;

– *Om de andra, de som satt på tåget och såg er skulle prata om er, vad skulle de säga om er? Varpå mamman, rörd och med tårar i ögonen säger; – Dom skulle säga, ... vilken rar familj det där är... dom har, dom verkar ha det mysigt tillsammans*. Exemplet hoppas jag visar på kraften som ligger i att personen *själv* författar sin story, betydelsen av den egna handlingskraften - att genomföra det man drömmer om - och att man fått en ny erfarenhet att

lägga till om sig själva och som familj- att man kan åka iväg och ha det bra tillsammans. En erfarenhet som också kan delas med andra. Är detta professionellt arbete? Vad säger normen? *Sammanfattningsvis* tycker jag att grundtanken i det narrativa tänkandet handlar om att komma nära och leva nära det var och en står för, det vi uppskattar och värdesätter. Om vi kan se oss med ögon som ser dessa våra strävanden och avsikter så händer något viktigt. Någon kanske tycker det är mindre professionellt att använda vanliga ord och prata om vardagliga, tillsynes, obetydliga händelser medan andra inte ser någon utmaning i det. Den stora utmaningen tror jag handlar om att ta sig ur den egna fångenskapen, ur våra egna tunna beskrivningar och dominanta berättelser - vilket bara är delvis möjligt.

Vi lever i språket, det gör något med oss. Som avslutning tänker jag att läsaren kanske undrar vad läsandet gjort med henne/honom. Så, varsågod, några narrativa frågor läsaren;

– Vad fångade dig i det du just läst? Slog något an en sträng i dig? Såg du någon bild, vad såg du? Hur hänger detta samman med dina erfarenheter och ditt liv? Vad säger det dig om dig? Om det du uppskattar, tror på, värdesätter och drömmer om? Om dina strävanden och dina avsikter?

Elisabet Wollsen Kvarnlöf
www.samtal.se