

# Lek og alvor

-å uttrykke seg selv og det man tenker eller føler gjennom skapende og spontan handling i en skapende prosess.

En case studie om deltakeropplevelsen til mennesker i rusbehandling som deltok i en gruppe som anvendte psykodrama og andre kreative uttrykksformer.

Siri Skar

# Lek og alvor

-å uttrykke seg selv og det man tenker eller føler gjennom skapende og spontan handling i en skapende prosess.

Hvordan arbeid i gruppe med psykodrama og andre kreative uttrykksformer kan fungere som inngang til personlig utviklingsarbeid og bidra til estetiske erfaringer.

Siri Skar

MEST5900 Mastergradsavhandling i estetiske  
fag Fakultet for teknologi, kunst og design  
(TKD) Drama- og teaterkommunikasjon  
OsloMet-storbyuniversitetet  
Våren 2018



## **Sammendrag:**

Oppgaven beskriver en enkeltcase-studie hvor anvendelse av psykodrama og andre kreative uttrykksformer blant en gruppe mennesker i rusbehandling undersøkes. Utgangspunktet for studien var å finne ut mer om hvordan psykodrama og kreative uttrykksformer kan supplere personlig utviklingsarbeid for personer som kan ha en utfordring med å uttrykke tanker og følelser verbalt. Problemstillingen var: Hvordan beskriver mennesker i rusbehandling deltagelse i en gruppe som anvender psykodrama og andre kreative uttrykksformer, og hvordan kan disse opplevelsene bidra til estetiske erfaringer? Formål med undersøkelsen var å undersøke deltakeropplevelse og hvordan arbeid i en slik gruppe kan bidra til estetiske erfaringer. Det foreslås noen betydningsdimensjoner for deltakerne med utgangspunkt i deres subjektive beskrivelser, og ved drøfting opp mot teori. Sentrale teorier er John Dewey og hans teori om estetisk erfaring og Jacob L. Moreno, med særlig vekt på spontanitetsteorien. Kunstnerisk mediering beskrives i forbindelse med den estetiske erfaring. Undersøkelsen benytter en kvalitativ metode med et utforskende og fleksibelt forskningsdesign med innspill fra kunstbasert forskning. Undersøkelsen plasserer seg innenfor samfunnsvitenskapelig og kunstfaglig forskning hvor deltakende observasjon, spørreskjema samt utdypende kvalitativt individuelt intervju benyttes samt noen metoder fra kunstbasert forskning. Eklektisk analyse er benyttet og presentasjon av empiri og drøfting tar form som en polyfonisk samtale hvor intensjonen er at både bredden og dybden ved empirimateriale ivaretas. Empiri og drøfting presenteres gjennom to nivå: gruppenivå og individnivå, med en hovedvekt på individnivå, hvor deltakerne beskriver hendelser og opplevelser fra gruppen som opplevdes positive og/eller betydningsfulle for dem. Det trekkes også inn et perspektiv fra to deltakere som ikke var så positive. Case studien viser at anvendelsen av psykodrama og andre kreative uttrykksformer i gruppe åpner for et annerledes sosialt rom, som gir rom for estetiske erfaringer for noen av deltakerne. Det tyder på at sosial-estetiske erfaringer genererer kunstnerisk mediering som fremmer spontanitet og samarbeid. Gjennom slike erfaringer kan meningsfylte endringsbevegelser settes i gang som bringer mennesker i rusbehandling videre med økt mot, åpenhet, selvfølelse og selvtillit på sin vei mot å tråkke opp en rusfri sti for seg selv. Det kan være et bidrag og supplement sammen med rusbehandling for å finne frem til det verbale språket for tanker og følelser, men videre forskning er nødvendig for å si noe mer om mulige sammenhenger, betydning og effekt.

**Nøkkelord:** psykodrama, estetisk erfaring, spontanitet, skapende handling, rusbehandling, gruppebasert metode, deltakeropplevelse



**Abstract:**

The thesis describes a single case study where the use of psychodrama and other creative forms of expression among a group of people in drug treatment is investigated. The starting point for the study was to find out more about how psychodrama and other creative forms of expression can supplement personal development for people who may be challenged to express their own thoughts and feelings verbally. The research question was: How do people in drug treatment describe participation in a group that uses psychodrama and other creative forms of expression, and how can these experiences contribute to aesthetic experiences? The purpose of the survey was to investigate participant experience and how work in such a group can contribute to aesthetic experiences. Some significance dimensions are proposed for the participants based on the participants' subjective descriptions, and by discussing theory. Central theories are John Dewey and his theory of aesthetic experience and Jacob Levy Moreno, with particular emphasis on spontaneity theory. Artistic mediation is described in connection with the aesthetic experience. The study uses a qualitative method with an exploratory and flexible research design drawing on art-based research. The survey is based on social science and art research, where participatory observation, questionnaires and in-depth qualitative individual interviews are used. Eclectic analysis is used and presentation of empirical data and discussion takes the form of a polyphonic conversation, where the intention is to ensure that both the breadth and the depth of empirical material are accounted for. Empirical data and discussion are presented through two levels: the group level and the individual level, with a main emphasis at the individual level, where participants describe events and experiences from the group that they found to be positive and/or significant to them. It also draws a perspective from two participants who were not so positive. This case study shows that the use of psychodrama and other creative forms of expression in a group creates an opening for a different social space, which provides room for aesthetic experiences for some of the participants. This suggests that social-aesthetic experiences here generate artistic mediation that promotes spontaneity and collaboration. Through such experiences, meaningful change movements can be initiated that bring people in drug treatment forward with increased courage, openness, self-esteem and self-confidence on their way to stepping up a drug-free path for themselves. It may be a contribution and supplement along with drug treatment to find the verbal language of thoughts and feelings, but further research is needed to say something more about possible contexts, meaning and effect.

**Keywords:** psychodrama, aesthetic experience, spontaneity, creative action, drug treatment, group-based method, participant experience



## Takk

Aller først vil jeg rette en ekstra stor takk til alle deltakerne i prosjektet. For møter, samtaler, diskusjoner, refleksjoner, latter, smil og oppriktige delinger. Uten dere vil ikke denne oppgaven vært mulig!

Ansatte og elever ved behandlingsenheten, Tyrili Stiftelsen og Tyrili FOU. Takk for måten jeg ble tatt imot og tilliten jeg ble møtt med.

Rikke G.Gjærum for tro på prosjektet, gode råd, innspill og veiledning i oppstarten.

Hovedveileder og teoretisk veileder Astri Ziesler for god overtakelse av veiledning. Tålmodighet, gode innspill, samtaler, refleksjoner og kyndig veiledning under de forskjellige faser av masterprosjektet og oppgaveskriving. Din tilstedeværelse og tilbakemeldinger var viktige og verdifulle for arbeidet med denne oppgaven og noe jeg har satt stor pris på.

Praktisk veileder Kirsti Silvola for veiledning rundt det praktiske gruppearbeidet, gruppeprosessen og for å hjelpe meg å se sider ved det praktiske arbeidet på nye måter og gjennom nye perspektiv. Jevnlig veiledning under det praktiske arbeidet var viktig og verdifullt for meg. Tilbakemeldinger og diskusjoner på tekst om psykodrama var verdifullt.

Tone Hoemsnes for gode innspill og refleksjoner.

Ragnhild Tronstad og medstudenter for konstruktive tilbakemeldinger.

Familie og venner for samtaler, refleksjoner, diskusjoner og støtte. Spesiell takk til Ida for språklige innspill, Marianne for prøveintervju og diskusjoner tidlig i prosessen og Claudia for datateknisk hjelp og for god hjelp med flott forside!

Andrea, for your support, love, positivity and patience!





## Forord

*Kommunikasjon, lek og alvor, alvor og lek. Deltakere som kaster ball med hverandre og figuren med de to kattene som leker med et rødt garnnøste. Katter leker, er selvstendige, bestemte, og kan klore, de går sin egen vei. Det gjør også mennesker i rusbehandling. Mennesker som tidligere har vært rusavhengige har vært vant til å klare seg selv, ikke stole på andre og sette sine egne behov først. Når en ny vei skal tråkkes opp eller den gamle veien skal forstås kreves det ofte et tverrfaglig samarbeid, tålmodighet og utholdenhet. Kommunikasjon, sende ball, motta ball, med ord, med visuelle bilder, med bevegelsene mellom det visuelle og ordet, for å få tak i tanken eller følelsene. Å lage det man tenker på i handling, en dramatisk form gjennom psykodrama. For å få innsikt i sammenhengene og dynamikkene som innvirker på stien og bevegelsen. I seg selv og i egne relasjoner.*



**Figur 1:** Bilde fra det oppsummerende arbeidet i gruppa siste gang. Figurer valgt ut knyttet til den kategorien flest deltakere valgte for hva som hadde vært mest aktuelt for dem og gitt dem mest ved arbeidet i gruppa.

## Innholdsfortegnelse

<b>1.0 Innledning. Å tråkke opp en ny sti .....</b>	<b>3</b>
<b>1.1 Problemstilling .....</b>	<b>3</b>
1.1.1 Begrepsavklaring .....	3
<b>1.2 Beveggrunner for tema og problemstilling .....</b>	<b>4</b>
1.2.1 Nysgjerrighet og motivasjon for undersøkelsesområdet .....	4
1.2.2 Pilotprosjekt våren 2017 .....	5
<b>1.3 Kontekst: rusbehandling .....</b>	<b>6</b>
1.3.1 Tyrilistiftelsen – virksomhetsidé og behandlingsfilosofi .....	6
1.3.2 Rusbehandling med tverrfaglig spesialisert behandling (TSB) .....	7
1.3.3 Om rusavhengighet og rusbehandling .....	7
<b>1.4 Tidligere forskning .....</b>	<b>9</b>
1.4.1 Anvendt teater og rus .....	9
1.4.2 Psykodrama og rus .....	10
1.4.3 Deltakeropplevelse .....	11
<b>1.5 Oppgavens videre struktur .....</b>	<b>12</b>
<b>2.0 Teori .....</b>	<b>13</b>
<b>2.1 Anvendt teater .....</b>	<b>13</b>
2.1.1 Anvendt teater/drama -et utfordrende begrep .....	14
2.1.2 Teater og drama for personlig og sosial endring .....	14
<b>2.2 Kort om De undertryktes teater og rainbow of desire .....</b>	<b>15</b>
<b>2.3 Psykodrama teknikker og arbeidmetoder .....</b>	<b>16</b>
2.3.1 Jacob L. Moreno og psykodrama –historie, filosofi og menneskesyn .....	17
2.3.2 Menneskesynet i psykodrama, gruppepsykoterapi og sosiometri .....	18
2.3.3 Spontanitetsteori .....	20
2.3.4 To andre perspektiv på spontanitetstilstander og spontan respons .....	22
2.3.5 Spontanitetstilstander knyttet til toleransevinduet .....	23
2.3.6 Møter og her-og-nå øyeblikk .....	25
<b>2.4 Teatral kommunikasjon, representasjoner, feedbacksløyfe og psykodrama .....</b>	<b>26</b>
2.4.1 Rollebyttet - et forstørrelsesglass .....	28
2.4.2 Det sanselige kommunikasjonsnivået .....	28
<b>2.5 Psykodrama som anvendt teater og som kunstform/estetikk .....</b>	<b>29</b>
2.5.1 Psykodrama som modernistisk kunstform .....	30
2.5.2 Estetiske kvaliteter ved Morenos kunstform .....	31
<b>2.6 Psykodrama og billedterapi .....</b>	<b>31</b>
2.6.1 Undringsrommet i billedterapi .....	32
<b>2.7 Nicolas Bourriaud – kunst som møtetilstand .....</b>	<b>32</b>
<b>2.8 Estetikk .....</b>	<b>33</b>
<b>2.9 John Dewey -estetisk erfaring .....</b>	<b>34</b>
2.9.1 Estetisk erfaring, -et treleddet forhold .....	38
<b>2.10 Potensielle endringsprosesser i anvendt drama arbeid .....</b>	<b>38</b>
<b>3.0 Vitenskapsteori og metode .....</b>	<b>40</b>
<b>3.1 Kunnskapssyn .....</b>	<b>40</b>
3.1.1 Egen rolle i det praktiske gruppearbeidet og i undersøkelsen .....	41
<b>3.2 Hermeneutikk, intersubjektivitet og psykodrama .....</b>	<b>42</b>
<b>3.3 Fenomenologi .....</b>	<b>43</b>
3.3.1 Fenomenologisk hermeneutisk tradisjon .....	44
<b>3.4 Case studie som forskningsdesign .....</b>	<b>45</b>
3.4.1 Tredimensjonalt visning av undersøkelsesmaterialet .....	46
<b>3.5 Rekruttering til deltakergruppen .....</b>	<b>47</b>

<b>3.6</b>	Datainnsamling.....	47
3.6.1	<i>Utvalg av personer til intervju</i> .....	48
<b>3.7</b>	Kvalitativt individuelt semi-strukturert intervju.....	48
3.7.1	<i>Svake og sterke sider ved intervjuet</i> .....	49
<b>3.8</b>	Transkripsjon.....	50
<b>3.9</b>	Kunstbasert forskning og det performative forskningsparadigmet .....	52
<b>3.10</b>	Eklektisk analyse og en polyfonisk drøftingssamtale.....	53
<b>3.11</b>	Gyldighet, reliabilitet og validitet for undersøkelsen .....	55
<b>3.12</b>	Gruppens aktiviteter og etisk dimensjon .....	56
<b>4.0</b>	<b>Empiri og drøfting – en polyfonisk samtale</b> .....	<b>59</b>
<b>4.1</b>	Rammen for empirien –varierende oppmøte .....	59
<b>4.2</b>	Gruppenivå – Overordnet helhet .....	60
4.2.1	<i>Refleksjoner og noe drøfting rundt svar på spørsmål 1</i> .....	61
4.2.2	<i>Betydning og det viktigste</i> .....	62
<b>4.3</b>	Individnivå – Beskrivelse av hendelser og drøfting .....	65
<b>4.4</b>	Hendelse 1 - Vennskap.....	65
4.4.1	<i>Drøfting av hendelse 1</i> .....	68
<b>4.5</b>	Hendelse 2 – Nære relasjoner og følelser.....	70
4.5.1	<i>Drøfting av hendelse 2</i> .....	74
<b>4.6</b>	Hendelse 3 – Fremtiden.....	77
4.6.1	<i>Drøfting av hendelse 3 - ny erfaring med å handle nytt</i> .....	78
<b>4.7</b>	Hendelse 4 – Kunstpostkort, diktskaping og forholdet til en by og en person .....	79
4.7.1	<i>Drøfting av hendelse 4 – Hvilken betydning kan et dikt ha?</i> .....	79
<b>4.8</b>	Beskrivelser fra deltakere som ikke synes arbeidet hadde så stor betydning .....	81
4.8.1	<i>Drøfting</i> .....	83
<b>4.9</b>	Gruppeleder, gruppeprosess og balansering av ulike behov .....	84
4.9.1	<i>Drøfting</i> .....	85
<b>5.0</b>	<b>Avslutning og veien videre</b> .....	<b>87</b>
<b>5.1</b>	Kritisk refleksjon og videre forskning.....	88
<b>5.2</b>	Avslutning og svar på problemstillingen.....	89
	<b>Litteraturliste</b> .....	<b>91</b>
	<b>Vedlegg:</b> .....	<b>94</b>

## **1.0 Innledning. Å tråkke opp en ny sti.**

Stier og veier, smale og brede, som du ser retningen på, som du ikke ser retningen på. Stier som må tråkkes opp på nytt av en noe famlende fot i begynnelsen. Gradvis tryggere, stødigere og med mer retning. Prosessen med å finne frem til stien som skal tråkkes opp med sine svinger, opp- og nedturer er en del av reisen rusavhengige gjør når de er i behandling. De skal slutte med rus, tåle å møte sine tanker og følelser uten rus som verktøy. En ny sti skal tråkkes opp i et delvis eller helt ukjent terreng. De arbeider med å finne veien, språket, måter å uttrykke egne tanker og følelser på og metoder for å arbeide med seg selv, egen utvikling og relasjoner. Dette skal være med på å gjøre de istand til å leve et liv i rusfrihet. Inngangene for arbeid med seg selv, relasjoner og egne tanker og følelser er det som vil være fokus for denne oppgaven.

### **1.1 Problemstilling**

Problemstillingen jeg har valgt å jobbe med utgangspunkt i er:

Hvordan beskriver mennesker i rusbehandling deltagelse i en gruppe som anvender psykodrama og andre kreative uttrykksformer, og hvordan kan disse opplevelsene bidra til estetiske erfaringer?

Deltakernes beskrivelser av betydningfulle hendelser ved å delta i gruppa var en viktig veiviser i utvelgelsen av hendelser for drøfting. Betydningsdimensjoner foreslås med utgangspunkt i dette og ut ifra drøfting opp mot teori.

#### **1.1.1 Begrepsavklaring**

*Kreative uttrykksformer:* i forbindelse med arbeidet i denne gruppa omfatter dette aktiviteter med bruk av figurer, tegning, postkort, dikt og tablå. Dette kommer i tillegg til psykodrama, og fungerer noen ganger som egen hovedaktivitet, og andre ganger som en oppvarming mot et psykodrama. Målet med aktivitetene er å uttrykke personlig tematikk, tanker eller følelser.

*Estetisk erfaring:* Dette vil basere seg på John Dewey sitt begrep. Med begrepet søker Dewey og skape et begrep som inkluderer og forener både den aktive produksjons- og resepsjonsfasen (mottaket) av en en skapende handling.

*Psykodrama*: Jacob Levy Moreno som utviklet metoden la frem følgende definisjon: "Psychodrama can be defined, therefore, as the science which explores "the truth" by dramatic methods. It deals with inter-personal relations and private worlds" (Moreno, 1978, s. 81).

Professor i drama og psykodramatiker Bjørn Rasmussen, og kunstpedagog, førstelektor for førskolelærerutdanning, og psykodramatiker Børge Kristoffersen beskriver psykodrama som:

(...)en dramatisk form hvor den enkelte kan erfare og undersøke sin egen subjektive verden sammen med andre i en gruppe. I søken etter bedre forståelse av et gitt problem eller tema er det spillet, scenen og gruppen, i stedet for verbal diskusjon, som danner omrisset for aktiviteten i psykodramaet. Og til forskjell fra vanlig teater blir temaet som utforskes gjort av den som "eier" det (protagonisten), og ikke av en person i en fiktiv rolle (Rasmussen & Kristoffersen, 2011, s. 151-152).

## **1.2 Bevegrunner for tema og problemstilling**

Hva skjer når psykodrama og andre kreative uttrykksformer blir en del av veien til noen mennesker i rusbehandling? Har det noen betydning? I så fall hvilken betydning har det? Hvordan beskriver deltakerne opplevelsen ved å delta i en slik gruppe? Det er det denne oppgaven vil si noe om. Bakgrunn for min motivasjon for å gjøre denne undersøkelsen vokste frem ved lesing av to masteroppgaver og et pilotprosjekt våren 2017, som jeg nå vil beskrive.

### **1.2.1 Nysgjerrighet og motivasjon for undersøkelsesområdet**

Presentasjon av masteroppgaven i psykisk helsearbeid "Med rus – uten ord?" (Aamodt, 2013) ved Retretten i Oslo tidlig i 2016, og videre lesning av den sammen med oppstart av masterstudiet, gjorde meg nysgjerrig rundt mangel på verbalt språk knyttet til følelser og sammenheng med rusavhengighet. Samtidig økte nysgjerrigheten og engasjementet da jeg fant en masteroppgave i musikkterapi (Kristiansen, 2013), hvor det var gjort en eksplorativ undersøkelse rundt deltakerens opplevelse i musikkterapi grupper i rusbehandling. Samlet ble dette viktig for min motivasjon knyttet til å ville gjøre pilotprosjektet og denne undersøkelsen. Aamodt (2013) peker på sammenheng mellom aleksitymi<sup>1</sup> og rusavhengighet.

---

<sup>1</sup>(...)betyr bokstavelig uten ord for følelser (Sifneos, 1996). Graeme Taylor og Michael Babgy (1997) utarbeidet med utgangspunkt i Sifneos og Nemiahs forskning en firedele definisjon av aleksitymibegrepet. Denne inkluderte "a) vanskeligheter med å identifisere følelser og med å differensiere følelser fra kroppslige fenomen; b) vanskeligheter med å beskrive følelser for andre mennesker; c) begrenset forestillingsevne og d) stimulibundet, eksternaliserende kognitivt mønster." (Taylor et.al., 1997, min oversettelse) (Aamodt, 2013, s. 11).

Hun skriver om sine funn at: ”Resultatene viste høy forekomst av aleksitymi, høy skår for psykisk belastning og signifikant korrelasjon mellom de to. Dette samsvarer med internasjonal forskning.” Videre at “Det konkluderes med at aleksitymi er et relevant og anvendbart begrep i rusavhengighetsbehandling og at videre forskning på sammenhengen mellom aleksitymi og rusavhengighet er nødvendig for fag- og praksisfeltet” (Aamodt, 2013, s. 2). Dersom det er vanskelig å uttrykke følelsene sine verbalt fordi dette er et språk man ikke har tilstrekkelige ferdigheter i av ulike grunner, vil man kunne trenge andre måter å få tilgang til egne følelser, og andre alternative måter å uttrykke de på enn det verbale. Aamodt peker på betydningen blant annet miljøterapi kan ha for dette, og hvordan miljøterapi og fellesskap som metode gir behandleren muligheter utover den tradisjonelle samtaleterapien.

I praksis kan derfor behandleren ta de oppgaver en omsorgsperson forventes å ta i forhold til å legge til rette for utvikling av følelsesliv og følelsesbevissthet (Schibbye, 2002). Behandleren kan speile, markere, referere, være rollemodell og snakke om pasientens adferd og uttrykk, og om hva behandleren selv opplever. Gjennom gradvis økt bevissthet om og evne til å uttrykke følelser, er målet at pasienten i større grad skal kunne regulere og handle hensiktsmessig på de samme følelsene, men nå uten rus som verktøy (Aamodt, 2013, s. 55).

Økt kunnskap og forståelse av aleksitymi kan være et bidrag inn i rusbehandleres arbeid med å gjøre pasientene bedre i stand til å identifisere og uttrykke egne følelser. Det kan

(...) gjøre at pasienter, som respondenten sitert under, kan bytte ut rusen med en annen bevissthet, regulering og ikke minst - ord: Jeg kan ikke se at jeg vil fungere i rusfrihet uten å få løst opp i det ”svarte hullet” av negative følelser og den ”sprakende skyen” av positive følelser. Å kunne sette ord på følelsene, positive og negative, og det å vite hvorfor jeg føler det jeg føler når jeg føler det, er jeg skråsikker på at må være svært viktig. Bare synd jeg ikke har fått hjelp til det tidligere i livet, da ville ting kanskje vært annerledes (Aamodt, 2013, s. 59).

### **1.2.2 Pilotprosjekt våren 2017**

Våren 2017 gjennomførte jeg et pilotprosjekt ved en behandlingsenhet i Tyrilistiftelsen som en del av emnet Prosjekt i Praksis første året på masterstudiet. Jeg møtte en liten gruppe tre fredager, to timer hver gang på enheten. Arbeidet i gruppen bestod av tegning, diktskriving med utgangspunkt i postkort, psykodrama elementer (iscenesetting, noen rollebytter, deling), felles deling i gruppe og rolleutprøving. Utgangspunktet for dette pilotprosjektet var inspirert av masteroppgavene nevnt i 1.2.1. (Kristiansen, 2013; Aamodt, 2013). Mitt fokus i forbindelse med dette pilotprosjektet var på min fasilitatorrolle for arbeidet i gruppen, og på hva som krevdes av denne for at en slik gruppe kunne finne sted på behandlingsenheten. Både i forhold til møte med gruppedeltakerne og i samarbeid med enheten.

### **1.3 Kontekst: rusbehandling**

Professor i drama og teater Helen Nicholson, viser til Victor Turner når hun beskriver at det ofte er en uryddighet ved arbeid innen anvendt drama, og at konteksten innvirker på det anvendte teaterprosjektet i stor grad. ”Applied drama is, in Turner’s terms, always contaminated by context, and is intended to be sufficiently fluid to address the concerns of local audiences and participants” (Nicholson, 2005, s. 12). Jeg er utdannet dramapedagog og psykodramaterapeut, og metoder hentet herfra vil anvendes innenfor en rusbehandlingskontekst. Jeg gjennomførte mitt praktiske prosjekt på en av de flere rusbehandlingsenhetene i Tyrilistiftelsen. Jeg har ikke vært fast medarbeider ved enheten fra før, tidligere kontakt med enheten var i forbindelse med pilotprosjektet. Jeg vil si noe om konteksten for mitt anvendte teaterprosjekt ved å beskrive noe om Tyrilistiftelsen, rusbehandling, tverrfaglig spesialisert behandling (TSB) og rusavhengighet.

#### **1.3.1 Tyrilistiftelsen – virksomhetsidé og behandlingsfilosofi**

Fra Tyrilistiftelsens nettsider kan man lese at: ”Tyrilistiftelsen er en ideell organisasjon som tilbyr behandling og oppfølging av personer fra 18 år og oppover med alvorlig rusavhengighet. Våre pasienter, eller elever som de kalles hos oss, har ofte tilleggsproblematikk knyttet til sosiale relasjoner, psykisk og fysisk helse” (Tyrilistiftelsen, 2018). Videre står det under virksomhetsidé at:

Visjonen til Tyrilistiftelsen er at dette er mulighetenes sted. Vi kaller våre pasienter elever, fordi vi tenker at de er elever i livets skole mens de er hos oss. Her skal den enkelte få mulighet til å oppnå økt mestring på ulike livsområder, slik at rusmidler og kriminalitet ikke får styre hverdagen. Tyrili tilbyr helhetlig, integrert behandling og oppfølging til ungdom og voksne med rusavhengighet (Tyrilistiftelsen, 2018).

De bygger sitt syn på rusavhengighet og behandling på en biopsykososial modell for forståelse av rusavhengighet. Tilbudet er individuelt tilrettelagt, med fellesskapet som en grunnleggende ramme for behandlingen. Den daglige strukturen og treningsarenaer utenfor fellesskapet gir utviklingsmuligheter på forskjellige livsområder. Tyrilistiftelsen sitt menneskesyn er humanistisk, alle mennesker bærer i seg muligheten til endring. De skriver at: “(...) uansett opphav, historie og aktuell situasjon, kan alle velge å gjøre noe annet og få noe mer positivt ut av livet sitt. Tyrilis fellesskap er rusfrie. Vi har rom for at elever skal gå i



prosesser der det er lov å prøve, feile og seire” (Tyrilistiftelsen, 2018). De tilbyr tverrfaglig spesialisert behandling (TSB) og bruker fellesskapet som utviklingsarena.

### **1.3.2 Rusbehandling med tverrfaglig spesialisert behandling (TSB)**

TSB vil si at flere perspektiv fra ulike fagfelt jobber sammen om pasientens endringsprosjekt. De ulike perspektivene er det medisinfaglige, psykologfaglige og sosialfaglige. ”TSB er preget av at man drar i flokk, sammen, bygger rundt og med pasienten og tar tak i behandlingsvirkeligheten fra ulike vinkler, men med en felles forståelse av hva som skal til” (Lundberg, 2012, s. 42). Evne til samhandling og samarbeid er essensielt innen TSB. Aino Lundberg beskriver denne samhandlingsspesialiseringen innen TSB slik: ”å sitte på egen tue og forvalte makt er lite gangbar mynt innenfor TSB. Samhandling og samarbeid med fokus på pasientens beste og i koordinasjon med aktuelle eksterne aktører er det som gjelder” (2012, s. 43). Lundberg oppsummerer TSB slik: ”Medarbeiderne fra de ulike profesjonene jobber ved siden av hverandre, sammen, komplementære samtidig som de utfordrer hverandres forståelsesrammer og intervensjoner” (2012, s. 45). Hun peker på at slik vil man kunne få et bilde av personen og mennesket med rusavhengighet som er mer sammensatt, og se både personens ressurser og sårbarhet.

### **1.3.3 Om rusavhengighet og rusbehandling**

Psykiaterne Per Føyn og Shahram Shaygani viser til Sigmund Freuds kulturfilosofiske avhandling *Ubehaget i kulturen* og det han der skriver om rus:

(...) rus gjør oss følelsesmessig likegyldig til livets vanskeligheter (Freud, 1992). Livets vanskeligheter er tre ting for Freud: Menneskets bevissthet om sin alderdom og forfall, den ytre verden som frustrerer oss, og til slutt destruktive krefter som konstant truer oss som individ og paradoksalt nok er opphavet til den største trusselen av alle: oss selv menneskeheten! Det at rus dypest sett er et forsøk på å takle livets smerte, er en hypotese som i dag finner aksept hos de aller fleste rusforskere og behandlere med sosialfaglig bakgrunn (Føyn & Shaygani, 2010, s. 54).

Føyn og Shaygani beskriver de to måtene Freud mente at rus dempet livets smerte: ”1) Den skaper direkte velbehag, og 2) den demper vår følsomhet og emosjonelle reaksjoner på ubehagelige opplevelser” (2010, s. 54). Disse påstandene som Freud fremla i sin tid er fortsatt interessante og klinisk relevante når det gjelder forståelse av (mis)bruk og tilbakefall av rus hos noen individer, peker Føyn og Shaygani på. Videre påpeker de at disse alene ikke holder for å forklare avhengighetsproblemet. ”Behandlingen av ruslidelser må ta for seg hele

pasientens situasjon, en må se helheten i det individuelle sammensatte biologiske, psykologiske og sosiale perspektivet, og benytte seg av mange forskjellige tilnærminger, skreddersydd for den enkelte pasient” (2010, s. 49). I Norge bruker helsevesenet den internasjonale sykdomsklassifikasjonen ICD-10 til å diagnostisere rusproblemer. Det skiller der mellom skadelig bruk og avhengighet av rusmidler. Skadelig bruk kjennetegnes ved et bruksmønster der inntak av rusmidler gir alvorlige fysiske og psykologiske skader. I følge ICD-10 er avhengighet: ”Et spektrum av fysiologiske, atferdsmessige og kognitive fenomener der bruken av en substans eller substansklasse får en mye høyere prioritet for en gitt person enn annen atferd som tidligere var av stor verdi (ICD-10:73)” (Lossius, 2012, s. 26).

Spesialist i klinisk psykologi og forsker Kari Lossius skriver at avhengigheten viser seg på flere områder og kjennetegnes blant annet med en sterk lyst eller trang til å måtte innta rusmiddelet, problemer med å kontrollere inntaket og å kunne stoppe før en mister kontrollen. Et viktig aspekt ved rusavhengighet i tillegg til de problemene avhengigheten skaper for brukeren selv, er problemene det skaper relasjonelt sett. Lossius skriver videre at ”(...)i den kliniske hverdagen er det vanligvis mer fruktbart å betrakte rusproblemer som et relasjonelt problem, der problemene vurderes i forhold til de skadene rusen skaper for andre”. Lossius peker på at det i noen grad innen rusbehandlingsfeltet har vært kamper mellom ulike yrkesgrupper om hva avhengighetsproblemet er og hvordan disse problemene må møtes.

Videre trekker hun frem betydningen av å engasjere ulike faggrupper i et tett samarbeid til felles jobb for pasienten (2012, s. 6-7). Om sin 2.utgave av boken *Håndbok i rusbehandling* sier hun at den anerkjenner at det er fagfolk med mange ulike bakgrunner som møtes, ikke bare innenfor tverrfaglig spesialisert rusbehandling, men også innenfor andre deler av behandlingsfeltet. Rusbehandling er komplisert, og vi har ennå ikke tilstrekkelig kunnskaper om hvordan alvorlige psykiske lidelser virker inn på behandlingsforløpet (2012, s. 30).

Enhver rusavhengig har sin unike historie, med utviklingstrekk og særpreg som innvirket på deres utvikling av rusavhengighet. ”Rusproblemer er komplekse tilstander der både gener, miljø og ulike former for stress virker inn. Det er sjelden bare en forklaring på hvorfor noen får et rusproblem, og rusavhengige er like forskjellige som alle andre” (2012, s. 37). Lossius peker på at pasienten er den reelle eksperten på eget liv og vet best hva som må til for å utløse endringer. Terapeutens rolle er å stimulere pasienten til å bli bevisst på egne ressurser og samtidig bli en ”medhjelper” i hans/hennes endringsprosjekt (2012, s. 35).

## 1.4 Tidligere forskning

Jeg ser på psykodrama som en del av det anvendte teaterfeltet og har derfor valgt å beskrive tidligere forskning med søkeord knyttet til anvendt teater, psykodrama, stoffmisbruk, rusmiddelavhengighet, rusbehandling, samt deltakeropplevelse. Søkene er hovedsakelig gjennomført i databasen Academic Search Premier(ASP), og på noen søk er også databasen ERIC inkludert.

### 1.4.1 Anvendt teater og rus

Nasjonalt så er Kaja Nordang sin masteroppgave, ”Et mellomrom, -en etnografisk studie av act2 forumteater” (2014) et viktig bidrag, mener jeg. Hun beskriver forumteater med tidligere rusavhengige som er i en rehabiliteringsfase. Det praktiske masterarbeidet ble her gjort gjennom teatergruppen act2 forumteater. Act2 er en del av SAFIR, en frivillighetsentral drevet i samarbeid med Oslo Røde Kors og Stiftelsen Kirkens Bymisjon Oslo. Denne oppgaven er ikke offentlig publisert, jeg beskriver derfor kun det som nevnes i sammendraget. Nordang skriver at hensikt med studien var å undersøke på hvilken måte forumteater kan være et verktøy i arbeid med mennesker som ønsker å (re)etablere seg som rusfrie. Hun undersøkte to ulike fokusområder: fasilitators tilretteleggingsdidaktikk og betydningsdimensjonen for SAFIRaktøren. Studien viser at forumteater er et verktøy for at deltakerne kan: ”oppleve anerkjennelse av selvet, oppleve å ha sosial kontroll, bli utfordret innenfor kunnskapsformene techne og fronesis og skape sosial-estetiske erfaringer som gir hverdagen mening og bringer individet videre med inspirasjon og vitalitet”.

På søkeordene *applied theatre\** og *substance abuse\** i ASP og ERIC kom det opp tre treff. 1 av disse var artikkelen til Zou Zontou, *An allegory of addiction recovery: exploring the performance of Eumenides by Aeschylus, as adapted by 18 ANO theatre group* (Zontou, 2013). Internasjonalt er Zontou sin doktorgradsavhandling ved Universitetet i Manchester ”Applied theatre and drugs: community, creativity and hope” (Zontou, 2011) sentral. Zontou arbeidet her med anvendt teater innenfor ulike grupper som deltok i rusbehandlingsprogram i Storbritannia og Hellas. Hun benytter seg av begrepet *problem drug users*<sup>2</sup> om deltakerne i

---

<sup>2</sup> For the specific purposes of this thesis I use the term ‘problem drug user’ to refer to people who are dealing with problematic drug and alcohol use and are currently participating in a drug treatment programme. Occasionally, I use the term ‘recovering drug user’ to refer to people who have discontinued drug-taking and have moved on to the reintegration phase of treatment (Zontou, 2011, s. 23).

gruppene. De to forskningsspørsmålene i Zontou sin doktorgradsavhandling er: "(...) to what degree can participation in applied theatre assist problem drug users towards their social reintegration? And: how does the implementation of applied theatre with this specific client group inform us about its potential to promote personal change?" (2011, s. 7). Studien viser at anvendt teater kan ha funksjon som en motiverende drivkraft mot sosial reintegrering, og makt til å fremme personlig forandring ved å regenerere individets sosiale og kreative komponenter og ved å vekke sitt ønske om tilknytning og tilhørighet (2011, s. 7). Zontou peker på at det eksisterer flere praktiske anvendte teaterprosjekter innenfor fengselssystemet eller kriminalomsorgen, hvor rus ofte er en faktor som opptrer sammen med kriminell adferd. Men at rusavhengige ikke utgjør en tydelig gruppe innenfor anvendt teaterpraksis. *Breaking Image* er et unntak og hun beskriver deres praksis i oppgaven (2011, s. 14).

#### 1.4.2 Psykodrama og rus

Med søk på søkeordene *substance abuse* og *psychodrama* fikk jeg 32 søkeresultat i databasen ASP. Når jeg spisset søket til *substance abuse treatment* og *psychodrama* kom det opp 7 søkeresultat. Jeg har valgt ut 2 av artiklene som omhandler rusbehandling sammen med psykodrama. Artikkelen til Rustin & Olsson beskriver bruk av metoden *Sobriety Shop* i arbeid med rusavhengige (Rustin & Olsson, 1993). *Sobriety shop* er en variasjon av den psykodramatiske øvelsen *Magic Shop*<sup>3</sup> som de benytter i rusbehandlingsprogrammer. De peker på at denne øvelsen åpner for at flere gruppedeltakere får mulighet til å utforske sine tema i en arbeidsøkt, og er en fin måte å introdusere nye personer til psykodrama. Et moment ved deres undersøkelse som jeg synes er spesielt interessant er at omfang av intensitet og *high drama* ikke har så mye å si for at arbeidet skal ha en betydning. Ærlighet, villighet til å dele sine problemer og lære å stole på andre er av større betydning påpeker de.

En annen artikkel under dette søket var "Psychodrama as a Social Work Modality" (Konopik & Cheung, 2013). I artikkelen beskrives en studie som fremhever verdien av den samlede innsatsen til både terapeuten og pasienten, og hvordan psykodrama kan fungere som en bro til videre behandling. De peker på at psykodrama både er en klinisk metode og en pedagogisk

---

<sup>2</sup> Magic Shop er en strukturert øvelse benyttet i aksjonsorientert terapi hvor pasientens uønskede og dysfunksjonelle kvaliteter kan bli transformert eller byttet ut med mer ønskede eller mer gunstige kvaliteter (Rustin & Olsson, 1993).

mulighet for sosialarbeideren. I deres studie undersøker de resultatene av en fem-trinns psykodrama behandling gjennom en sosialarbeiders direkte deltakelse i et delvis sykehusinnleggelsesprogram. 13 pasienter deltok i studien og arbeidet gjennom psykodrama. I stedet for en symptom sjekk liste for å måle resultatene, ble pasientens evne til å knytte følelser til uttrykte bekymringer og forventede endringer beskrevet. Gjennom innholdsanalyse av kommunikasjonsmønstre, ble disse problemene knyttet til åtte terapeutiske temaer: endring i følelser, opprinnelsesproblemer, virkningen av gruppearbeid, forhold til andre, virkninger av fortiden, selvbevissthet, selvverdighet, og skifting av personlige synspunkter (2013, s. 9).

### 1.4.3 Deltakeropplevelse

Under søk på *substance abuse\*/drug abuse\*/drug addiction\**, *psychodrama* og *client experience/participant experience* i ASP og ERIC kom det 0 søkeresultat. Under søket *participation experience* og *psychodrama* kom det opp 0 søkeresultat. Under søket *client experience* og *psychodrama* i ASP og ERIC kom det opp 4 søkeresultat. Jeg nevner kort to av de mest aktuelle artiklene her. ”Corrective interpersonal experience in psychodrama group therapy: A comprehensive process analysis of significant therapeutic events” (McVea, Gow & Lowe, 2011) er den ene artikkelen. De beskriver at dette er den første studien som har anvendt ”change-process research methodology to investigate the links between specific psychodrama events and within-session and post-session changes” (2011, s. 428). De undersøkte prosessen med å løse smertefulle emosjonelle erfaringer gjennom psykodrama gruppeterapi, ved at de undersøkte signifikante terapeutiske hendelser i syv psykodrama iscenesettelser. I sitt sammendrag beskriver de om sine funn at:

En korrigerende mellommenneskelig opplevelse (sosial atomreparasjon) helbredet følelse av fragmentering og mellommenneskelig frakobling assosiert med uløste følelsesmessige smerter, og emosjonell utløsning var terapeutisk nyttig når den befant seg i vedtaket av dette nye rolleforholdet. Protagonister som opplevde oppløsning (resolution) rapporterte viktige forbedringer i mellommenneskelig funksjon og følelse av selvtilitt som de tilskrev denne erfaringen (2011, s. 416).

Gjennom studien konstruerte de en modell over protagonisten endringsprosesser som fremhever sammenhenger mellom indre erfaringsopplevelse og mellommenneskelige møter.

Den andre artikkelen var ”Safety, play, enablement and active involvement: Themes from a Grounded Theory study of practitioner and client experiences of change processes in Dramatherapy” (Cassidy, Gumley & Turnbull, 2017). De undersøker hvordan dramaterapeuter og dramaterapi klienter erfarer endring i terapi og om det er en konstante

endringsprosesser som kan identifiseres på tvers av ulike dramaterapeutiske tilnærminger. Gjennom bruk av *grounded theory* på intervjumaterialet av syv dramaterapeuter og syv klienter, ble tre kjerne tematikker konstruert. De tre var: 1. arbeide innenfor en sikker avstand, 2. klienten blir tillatt og tillater seg selv å spille og prøve nye måter å være på, og 3. være aktivt involvert i terapi: skape noe synlig og ha fysiske erfaringer med kroppen, fange opplevelsen av forandring for både dramaterapeuter og klienter i terapi (2017). Nøkkelendringsmekanismer ble også foreslått, og inkluderte økt refleksjonsevne, utvikling av ny bevissthet og å finne et språk for å kommunisere.

Rusavhengige utgjør ikke en tydelig gruppe innenfor anvendt teaterpraksis, og det er få treff på klient erfaring/deltakeropplevelse og psykodrama. Flere av de studiene jeg har nevnt måler effekt eller betydning for deltakeren på en annerledes måte enn en symptom sjekklister for å si noe om signifikante hendelser i behandlingsprosessen og betydningen dette har for klientens endringsprosess. Samlet så utgjør dette grunner for at min undersøkelse er relevant og viktig å gjøre, mener jeg.

## **1.5 Oppgavens videre struktur**

Kapittel 2.0 beskriver teori rundt anvendt teater, psykodrama og estetikk. Jeg har valgt å la dette kapitlet komme før vitenskapsteori og metode fordi det kan fungere som et nyttig teori grunnlag før kapittel 3. Samt at endel av mine forforståelser synliggjøres her og det er mer praktisk og logisk at kapittel 3 kommer tettere opp mot kapittel 4.

Kapittel 3.0 beskriver kunnskapssynet som jeg gikk inn i undersøkelsen med, vitenskapsteoretiske perspektiver og metode for gjennomføring av forskningsundersøkelsen.

Avslutningsvis gis det en oversikt over gruppens aktiviteter og noen etiske dimensjoner.

Kapittel 4.0 beskriver et utvalg fra empirimaterialet på gruppenivå og individnivå. Eksempler fra individnivå drøftes fortløpende og ses i forhold til teori.

Kapittel 5.0 oppsummerer, kommer med en kritisk refleksjon og peker på mulig videre forskning. Det gir en avslutning til oppgaven og et svar på problemstillingen.

## 2.0 Teori

Psykodrama plasseres i denne oppgaven innenfor anvendt teater som område. Derfor begynner jeg teorikapittelet med å beskrive anvendt teater. Videre trekker jeg inn teori som er med på å argumentere hvorfor psykodrama kan plasseres innenfor anvendt teater, og også belyses som en egen kunstform. Samt teori om psykodrama, estetikk og estetisk erfaring.

### 2.1 Anvendt teater

Det anvendte teaterbegrepet er et paraplybegrep som er svært omfangsrikt. Lektor i drama Monica Prendergast og professor i teater Juliana Saxton viser til Gieseckam og skriver: "(...)this "very capacious portmanteau term"(Gieseckam, 2006, p.91) is inclusive and does not carry any limiting fixed agendas" (Prendergast & Saxton, 2009, s. 6). Anvendte teaterprosjekter foregår ofte i samfunn, institusjoner eller med spesifikke grupper med mennesker som vanligvis ikke driver med teater, hvor publikum er deltakende i en eller annen form for deltakende teater. Anvendt teater kan omfatte mange forskjellige praksiser. De to forskerne og praktikerne innen anvendt teater Elinor Vettraino & Warren Linds (2015) inkluderer mange ulike praksiser i sin bok, alt fra forum teater, bilde teater, rainbow of desire, manusbasert teater, dramaterapi teknikker, psykodrama, til dukkens rolle. Røttene til anvendt teater stammer fra begrep som sosialt teater. Professor i performance Richard Schechner og professor i anvendt og sosialt teater James Thompson beskriver i sin artikkel *Why "Social theatre"?* at sosialt teater kan bli definert som et teater med spesifikke sosiale agendaer, "(...) theatre where aesthetics is not the ruling objective (...)" (Schechner & Thompson, 2004, s. 12). Det er et teater som gjør seg gjeldende ved at det sier at det for eksempel bygger selvtillit og tillit, heler sosiopsykologiske sår og skaper nye måter å lære på. Schechner og Thompson peker videre på at ved å begrense sosialt teater til definisjoner bestemt av offentlig politiske diskurser marginaliseres praksisen. De mener heller man må se på det som en dynamisk interaksjon mellom den sosiale konteksten det sosiale teatret opererer i, og at det sosiale arbeidet og teatret begge påvirker hverandre. Det er både en kollektiv og personlig prosess som foregår i det sosiale eller anvendte teatret.

Prendergast og Saxton beskriver fire modeller av anvendt teater som forholder seg forskjellig til skuespiller/deltaker/tilskuer/fasilitator interaksjon: *community-based model, curriculum model, transfer model og interview model* (Prendergast & Saxton, 2009, s. 22-23).

Psykodrama kan plasseres inn i en *community-based model* slik jeg ser det. *Community* eller samfunnet i min kontekst blir da den lille gruppen som er en del av et behandlingssamfunn. Det som er sentralt for denne modellen er at et stykke teater er skapt for, med og av deltakerne i dette behandlingssamfunnet primært for et integrert publikum. Prendergast og Saxton viser til Ellis og påpeker at ansvaret for fasilitatoren i en slik praksis fortsetter utover fasiliteringen av prosessen "(...) into the "community conversations (Ellis, 2000, p.91) that follow the presentations" (2009, s. 22). *Community conversations* kan ses på som delingen som foregår etter psykodramaet, men også som den videre samtalen i behandlingssamfunnet.

### **2.1.1 Anvendt teater/drama -et utfordrende begrep**

Nicholson skriver at termen *applied drama* eller *applied theatre* fikk sin aktualitet i 1990 årene som en samlebetegnelse for teater som foregår utenfor den konvensjonelle teater institusjonen. Det omfatter drama aktivitet som har en spesiell intensjon om å gi fordeler til enkeltpersoner, samfunn og fellesskap. "Included in the portemanteau of applied drama/theatre are practices as diverse as, for example, drama education and theatre in education, theatre in health education, theatre for development, theatre in prisons, community theatre, heritage theatre and reminiscence theatre" (Nicholson, 2005, s. 2). Alle disse ulike formene for teater har sine egne teorier, debatter og ofte svært spesialiserte praksiser, som ofte er ganske forskjellige fra hverandre, hevder hun. De bygger på forskning fra mange ulike felt som filosofi, psykologi, kulturstudier, sosiologi, samfunnsvitenskap og antropologi. Nicholson skriver at anvendt drama og teater er tverrfaglige og hybride praksiser (2005, s. 2). Drama utøverne har arbeidet innen utdanning, det terapeutiske og ulike samfunnskontekster i mange år påpeker hun, men med begrepet anvendt drama/teater signaliseres en fornyet interesse om å profesjonalisere disse fagfeltene og gjennomgå de felles teoretiske og politiske bekymringer. Nicholson peker på at ettersom begrepet anvendt teater/drama er relativt nytt finnes det ikke en entydig konsensus om hvordan det er brukt. Hun viser til Philip Taylor, som ser på anvendt teater som mer produkt-basert, og anvendt drama som mer prosess-basert. Utifra dette hører mitt praktiske arbeid til det anvendte drama.

### **2.1.2 Teater og drama for personlig og sosial endring**

Nicholson trekker frem to retninger innenfor pedagogikken som har påvirket anvendt teater: den brasilianske og marxistiske pedagogen Paulo Freire med *De undertryktes pedagogikk*, og



europiske reformpedagogiske modeller med fokus på *learning by doing* (2005, s. 9). Målet om frigjøring fra indre eller ytre undertrykking og endring på det personlige eller sosiale plan er ofte en sentral del av mange anvendte teaterpraksiser. Nicholson viser til Judith Ackroyd for å si noe om intensjonen som ofte er felles for mange av disse praksisene: å benytte drama for å forbedre livene til individer og skape bedre samfunn. Videre oppsummerer hun de felles overbevisningene til forskjellige praktikere innenfor den anvendte teatertradisjonen: "They share a belief in the power of the theatre form to adress something beyond the form itself.(...) The intentions of course vary. They could be to inform, to cleanse, to unify, to instruct, to raise awareness" (2005, s. 3). Prendergast og Saxton viser til Thompson (2003) og hans beskrivelser av intervensjonene i det anvendte teatret: "to provide people with a means to work their way through difficult transitory periods (as an)aid in seeing them safely into a new place or time (pp.200-202)" (Prendergast & Saxton, 2009, s. 12). Anvendte teaterpraksiser har til hensikt å skape endring eller endringsbevegelser på det personlige og/eller sosiale plan (se også 2.10). Gjennom intervensjonene prøver det å oppnå dette og fungere som en hjelp gjennom vanskelige overgangsperioder. Anvendt teater er ofte knyttet mot en sosio-politisk kontekst og har frigjøring på det kollektive eller personlige plan som intensjon.

## **2.2 Kort om *De undertryktes teater* og *rainbow of desire***

Teatermannen og pedagogen Augusto Boal var inspirert av Paulo Freire, og utviklet sitt politiske teater, *De undertryktes teater*. Det var et teater hvor man kunne undersøke mulige løsninger for å hankses med undertrykking i samfunnet og i samfunnets systemer. Han er sentral innenfor feltet anvendt teater, "(...)Augusto Boal who remains a powerful figure and a strong presence in applied drama" (Nicholson, 2005, s. 9). Gjennom en annen metode, *rainbow of desire*, mente Boal, at man kunne få tak i politimannen i sitt eget hode, altså undertrykkingen en gjør av seg selv fordi undertrykkeren har flyttet inn i ens eget hode. Denne metoden ble utviklet rundt 1980 når hans politiske teater møtte vestens velferdsborgere. *Rainbow of desire* er mer tilpasset for å arbeide med "internal psychological oppressions seen in the developed world" (Prendergast & Saxton, 2009, s. 70). Boal var inspirert av blant annet Jacob Levy Moreno som utviklet psykodrama.

## 2.3 Psykodrama teknikker og arbeidmetoder

Jacob Levy Moreno (1889-1974) utviklet psykodrama som metode sammen med sosiometri og gruppepsykoterapi. Jeg vil først beskrive noen arbeidsmetoder fra psykodrama før noe historie, filosofi, teori og menneskesyn bak metoden og metodesystemet psykodrama er en del av presenteres.

Et psykodrama ledes av en psykodramaterapeut. Den i gruppen som trer frem med sitt livstema kalles protagonist og ordet stammer fra antikkens teater som Moreno var inspirert av. Protagonist sammen med psykodramaleder finner frem til hvilken scene de skal sette opp. Det kan være noe som har skjedd, eller ikke skjedd. Dramaet kan berøre et intrapsykisk tema mellom ulike indre deler hos protagonisten (den sårbare, den tøffe) eller være et møte mellom protagonisten og viktige mennesker i vedkommendes liv. Protagonisten spiller ut sin subjektive sannhet på scenen og alt som er representert i protagonistens sinn kan fremstilles som en rolle på scenen. Protagonisten bytter rolle med de skikkelser han/hun vil ha med i dramaet. Det er mulig å bytte rolle til og med speilet i gangen, eller bildet på veggen. Gjennom et slikt rollebytte kan protagonisten komme i kontakt med omstendigheter rundt det han/hun vil utforske, for eksempel stemningen i familien. Det er protagonisten som gjennom det første rollebytte viser hjelpegoet innholdet i rollen. Hvis protagonist vil utforske relasjonen til en venninne og noe som har skjedd mellom dem, vil korte rollebytter vise hvordan hendelser har utfoldet seg og hvordan protagonisten oppfatter venninnen. I denne første fasen er det viktig at hjelpego er trofast til det som protagonisten formidler i rollen for at den subjektive sannheten får lov til å komme frem. Lengre rollebytter hvor man virkelig utforsker rollens indre, bidrar til å utvide protagonistens perspektiv og forståelse av seg selv og den andre. Hjelpego kan da, basert på sin egen innlevelse i rollen og ved å benytte all informasjon protagonisten har gitt, komme med egne responser som oppstår i dette genuine møtet på scenen. Psykodramaterapeuten er ansvarlig for å påse at hjelpego ikke følger sin egen agenda, men står i protagonistens tjeneste. Protagonistens valg av hjelpegoer er ofte basert på intuisjon. Det at nettopp disse mennesker møtes på scenen viser seg ofte å ha en betydning for begge parter som ikke var åpenbar i starten. Når gruppemedlemmer går inn i roller som hjelpego fungerer de som en terapeutisk agent for protagonisten. I gruppedeltaker/tilskuerrollen kan de også komme i kontakt med noe som er relevant i eget liv. Publikum i antikkens teater kunne oppleve katarsis, en slags sjelelig, emosjonell eller kognitiv renselse gjennom å se en tragedie eller komedie (Harsberg, 1975, s. 36, 76-77). På samme måte kan en gruppedeltaker i tilskuerrollen oppleve dypere kontakt med egne temaer og

følelser og få ny innsikt. Det er alltid protagonistens oppfatning av den ytre verden, det vil si protagonistens indre representasjoner som blir synlig som en rolle på scenen. I hvor stor grad rollen er i samsvar med den andres realitet reflekterer protagonistens evne til ikke-projektiv<sup>4</sup> rollebytte. Så først får vi protagonistens egen opplevelse og i det videre kan denne opplevelsen bli mer nyansert.

### **2.3.1 Jacob L. Moreno og psykodrama –historie, filosofi og menneskesyn**

Moreno studerte barns spontane lek i Wiens parker rundt 1908. Barns spontane rollelek var et av utgangspunktene for hans utvikling av psykodrama som metode. Et annet utgangspunkt, hvor mye av utviklingen og grunnlaget for psykodrama som metode skjedde, var i Moreno sitt Spontanitetsteater (Theatre of Spontaneity). Med dette teatret viste han sin motstand mot det han oppfattet som det stivnede teater og det stivnede samfunn i hans egen samtid. I Morenos spontanitetsteater var det ikke et ferdig manus, det var et slags improvisasjonsteater. Her ble dagsaktuelle problemstillinger spilt ut av profesjonelle skuespillere. Forslag til tema og problemstillinger kom fra publikum, og teatret ble improvisert frem spontant der og da. Moreno studerte i Wien på begynnelsen av 1900-tallet filosofi, teologi og medisin. Hans studier sammen med hans medborgerskap i en samtid hvor det var store endringer og nye strømninger innen kunst og psykiatri, var viktige faktorer inn i utviklingen av psykodrama (Marineau, 1989, s. 52). Innenfor kunsten var det en reaksjon mot at den var blitt for institusjonalisert, og en ny radikal bevegelse eller strømning omfavnet:

(...)the creed of subjectivism, and called for the representation of life as it is experienced in the 'here and now': it is most often referred to as expressionism. This term covers a wide spectrum of artists' work. It was a call for a new ethic and aesthetic to project a vision of a new world that would encompass the needs of everyone (1989, s. 53).

Innen psykiatrien var det en dreining mot at man fikk mer tro på en human behandling av den mentale syke pasienten og man beveget seg bort fra å betrakte pasienten som en kriminell. Psykiatrien var i utvikling, og ny forskning og teori kom til. Sigmund Freud (1856-1939) og hans teorier om det ubevisste og psykoanalysen, åpnet for pasientens rett til å snakke, og nye tilnærminger for å forstå adferden til den mentale syke pasienten. Dette var en del av Morenos

---

<sup>4</sup> Projisere: Innen psykologien brukes begrepet om en forsvarsmekanisme hvor en person for å beskytte eget selv bilde tilskriver (projiserer) egne uakseptable følelser eller konflikter (for eksempel aggresjon) til en annen person (Malt, 20.februar 2018).

samtid. Med sin metode og teori kom han i en motrolle til Freuds teorier. Psykodrama er en metode som gjennom handlingsutforskning og utprøving av flere alternativer gradvis utviklet seg. Legestudenten og senere legen Moreno, utviklet sitt terapeutiske teater gjennom årene i Wien. Det var annerledes fra psykoanalysen ved at det var handlingsorientert, offentlig og fundert i en umiddelbar virkelighet (Marineau, 1989, s. 76). Gruppen og gruppedeltakerne sin betydning for hverandres utvikling og endring var sentral gjennom hans filosofi og metoder. Moreno så gruppen som det naturlige stedet for utforskning av en persons individuelle og subjektive sannhet. "He believed that an individual can achieve access to change by means of what he called action insight, a process of experimenting and re-experimenting with behaviour and then reflecting on it" (1989, s. 76). Da Moreno emigrerte til USA i 1925 begynte etter hvert den mer akademiske utviklingen av psykodrama, sosiometri og gruppepsykoterapi. Fokus på den terapeutiske effekten og betydningen av det gruppeterapeutiske som lå i hans metoder ble mer eksplisitt gjennom årene i USA. Det var særlig innenfor sosiometri at hans metoder og filosofi først fikk anerkjennelse. Sosiometri vil si læren om relasjoner og hvordan man kan undersøke relasjoner i en gruppe. Bevisste og ubevisste valg og preferanser blant en gruppe mennesker, som innvirker på gruppens produktivitet, helse og gruppemiljø, kan undersøkes og synliggjøres gjennom sosiometri. I USA videreutdannet Moreno seg til psykiater. Utviklingen av metodesystemet bestående av psykodrama, sosiometri og gruppepsykoterapi ble anvendt og utviklet videre innen terapi og utdanning. Metodene ble anvendt flere steder blant annet i offentlige sykehus, fengsler og i arbeid med hjemvendte traumatiserte soldater. Psykodramautdanninger ble satt i gang flere steder i verden, og Moreno reiste rundt og underviste. Etter hvert publiserte han i samarbeid med sin kone Zerka Moreno tre hovedverk som beskriver teorien og metodene, Psychodrama Volume, 1, 2 og 3.

### **2.3.2 Menneskesynet i psykodrama, gruppepsykoterapi og sosiometri**

Psykodrama benytter teatret og dramaet som verktøy for personlig arbeid med roller og relasjoner både i oss selv og mellom mennesker. Samtidig er det en metode som er en del av et større metodesystem, filosofi og gruppeforståelse, som er mer enn kun et verktøy for personlig utvikling. Hele dette metodesystemet og filosofien bak metodene og hvordan de alle henger sammen med hverandre i et praktisk arbeid er viktig å legge merke til. For en psykodramatiker som har tatt dette innover seg blir det en del av en holdning, væremåte og gruppeforståelse som anvendes i møte med individer og grupper han eller hun inngår i. Den

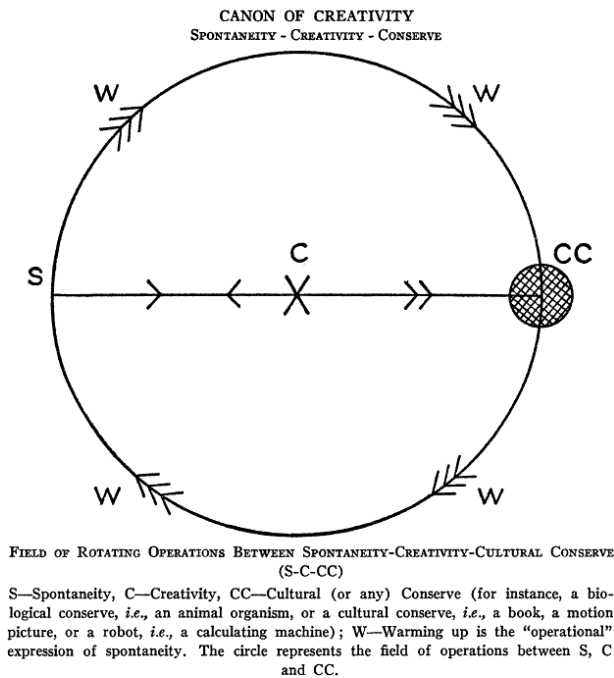
grunnleggende filosofien og menneskeoppfatningen innen moreniansk metode og teori bygger på en tro på individets potensiale for medskapning og medansvar. Dette er tilstede både innenfor sosiometri, gruppepsykoterapi og psykodrama som i ulik grad fokuserer på samfunn, grupper og enkeltindividet. Moreno mente at vi alle var skapere og medskapere av et uferdig skapt univers, som kontinuerlig skapes. Han var inspirert av Sokrates, Dante, Kierkegaard, Nietzsche og Henri Bergson (Marineau, 1989, s. 48-49; Moreno, 1978). Han må også ha vært inspirert av Friedrich Schiller, Karl Marx og Edmund Husserl (Rasmussen & Kristoffersen, 2011, s. 25). Kraften eller potensialet for å være deltakende og medskapende inn i dette universet, mente Moreno lå hos hvert enkelt individ i form av kreativitet og spontanitet. Jo større kontakt vi har med vår kreativitet og spontanitet, og evner å benytte oss av dette for å gjøre adekvate og hensiktsmessige valg i eget liv, relasjoner, grupper og i samfunnet vi er en del av, jo mer er vi i kontakt med vår guddommelighet, mente Moreno. Når han snakket om det guddommelige mente han det kreative og spontane i mennesket, og evnen til å være skapende og medskapende. Motpolen til spontaniteten er *cultural conserve* som vil si sluttprodukt, noe som fikseres som en fast vane, mønster eller for eksempel et kunstverk. Det er to konsepter som er gjensidige avhengige av hverandre og den ene eksisterer ikke uten den andre (Moreno, 1946, s. 105). Det gir en forutsigbarhet og trygghet å handle ut ifra dette mønsteret, og noen ganger er det også det mest hensiktsmessige og adekvate. Men dersom vi automatisk og robotaktig fortsetter å handle med basis i dette mønsteret eller vanen, uten hensyn til situasjonens krav og egne behov, handler vi ikke spontant. Da handler vi bare utifra vårt *cultural conserve*, mente Moreno. Motsatsen til spontaniteten er også angsten, og idet vi må handle nytt og på en måte som avviker fra vår *cultural conserve*, vekkes angsten i større eller mindre grad. Våre tidligere erfaringer, tidligere mestringsopplevelser, verktøy og opplevd støtte, innvirker på omfanget av denne angsten. I situasjoner vi inngår i, privat og i samfunnet, kan man oppleve alt mellom handlingslammelse og handlingsfrihet avhengig av tidligere erfaringer og opplevd trygghet og støtte i situasjonen. Gjennom psykodramatisk arbeid kan man få økt innsikt i seg selv, egne roller og relasjoner som kan gi større handlingsfrihet i eget liv. Rollerepertoaret vårt blir større gjennom at vi får større tilgang til egen spontanitet. Dette gjør at vi kan oppleve større handlingsfrihet og fleksibilitet i våre i ulike sosiale roller i hverdagslivet. Som gjør at jeg kan være mer fleksibel, personlig og autentisk for eksempel i min sosiale rolle som student eller lærer.

Videre vil jeg nå beskrive noen aspekter av psykodrama med særlig vekt på spontanitetsteorien og rollebytte, gruppen som terapeutisk og helende agent og hva jeg velger

å kalle for øyeblikks erfaringer i psykodrama. Ved å trekke ut noen aspekt fra metoden psykodrama og beskrive mer av de og mindre av noe annet, er det en fare for å redusere metoden og det metodesystemet det er en del av. For eksempel står Morenos rolleteori, som kan ses på som hans utviklingspsykologiske teori, sentralt i forståelsen av det psykodramatiske arbeidet. Den har jeg valgt å ikke beskrive her. Jeg har valgt ut det som er i fokus for denne oppgavens undersøkelse.

### **2.3.3 Spontanitetsteori**

Moreno så på spontanitet som kapasiteten et individ har for å gi en adekvat respons til en ny situasjon, eller en ny respons til en gammel situasjon. For at en respons skal være spontan må den være basert på hva som kreves nå, i dette øyeblikk og situasjon. “Moreno links the capacity for a person to be creative to the capacity to maintain or regain a spontaneous state. Children, 'unspoiled' by conventions, cultural conserves, or stereotypes are Moreno's models of spontaneity” (Marineau, 1989, s. 159). Moreno mente at alle mennesker er født med et potensiale for spontanitet, som til en viss grad påvirkes av biologisk og sosial innflytelse, men som også har en stor grad av frihet og er uavhengig av dette. Ordet spontanitet har sin opprinnelse i det latinske ordet “sponte” som betyr at noe oppstår av fri vilje. En spontan respons kan være en handling men den kan også være en fri respons i sinnet. Et menneske kan handle eller la være i en spontan tilstand (Niemistö, 2008, s. 23). Spontaniteten kan vekkes til live gjennom aktiviteter og oppvarminger som henvender seg til det sanselige, kroppslige, tanker eller følelser (Borge, 2011, s. 55). Spontanitet og kreativitet henger sammen, men er ikke identiske, de tilhører ulike kategorier. Moreno mente at spontaniteten fungerte som en katalysator, mens kreativiteten var innholdet eller materialet som kom ut av en spontan respons (Moreno, 1978, s. 39-40). Det er i samspillet med spontaniteten at kreativiteten får verdi. Kreativitet inngår i stadig nye skapelsesprosesser (Borge, 2011, s. 51), og kan komme til uttrykk gjennom nye idéer, eller ny respons til en ny eller gammel situasjon. Når det gamle handlingsmønsteret (cultural conserve) ikke lenger er hensiktsmessig og adekvat i en situasjon, kan spontaniteten fungere som en katalysator, tilføre energi og sette kreativitetsprosessen i gang. Spontanitet, kreativitet og cultural conserve er funksjoner av hverandre i en moreniansk forståelse (Moreno, 1978, s. 39). Sammenhengen mellom disse og oppvarming kan ses i Moreno sin modell *Canon of Creativity* (1978, s. 46).



**Figur 1: Morenos Canon of Creativity modell, hentet fra *Who Shall survive* (Moreno, 1978, s. 46).**

Moreno skiller mellom to typer energi når han beskriver spontanitet: konserverbar- og ukonserverbar energi. Den konserverbare spontane energien knytter han mot cultural conserve, og den ukonserverbare kan ses på som en gnist som skapes i forbindelse med en aktivitet, og som ikke kan oppbevares. Aktiviteten fungerer som en oppvarming knyttet til den ukonserverbare spontane energien, og må skapes på nytt og nytt (Borge, 2011, s. 52). Borge beskriver at denne energiformen følger homeostaseprinsippet som tilstreber balanse. Et underskudd fører til aktivitet for å øke/tilføre mer energi. Et overskudd fører til at kroppen forsøker å kvitte seg med, eventuelt omdistribuere energien til områder hvor det er underskudd. Hun relaterer dette til kreativitets-syklusen og påpeker at denne energien eksisterer som en latent energi i cultural conserves som gjennom oppvarmingsprosessen frigjøres gjennom adekvate handlinger (2011, s. 53). Spontanitet og impulsivitet er ikke det samme. En spontan handling har struktur og en hensikt. Det kognitive er med og strukturerer det emosjonelle. En impulsiv handling har mindre struktur og styres mer utelukkende av det emosjonelle uten mål og mening.

Rutiner og vaner er trygge, og noen ganger også det mest hensiktsmessige og adekvate. Men når situasjonen krever noe annet, en ny respons, kan rutinen bli et hinder for utvikling. At responsen er adekvat betyr at den forholder seg til hva situasjonen krever, egne behov og forutsetninger. “Spontaniteten må altså ha en form og en hensikt, og kan som funksjon defineres som det å velge adekvate, hensiktsmessige handlinger i forhold til situasjon og egne

behov her og nå. I spontanitet inngår derfor både et handlings- og refleksjonsaspekt” (2011, s. 53-54). Borge hevder at Moreno skiller mellom tre former for spontanitet som avviker fra hverandre ut ifra graden av nyhet og relevans:

Patologisk spontanitet- En ny respons i en situasjon, som er uten relevans eller ikke er adekvat.  
Stereotyp spontanitet – En spontan respons som er adekvat for situasjonen, men mangler tilstrekkelig nyhet til å være fruktbar.  
Ekte spontanitet – En adekvat respons som er preget av både nyhet og kreativitet (2011, s. 54).

Som oppsummering kan man si at spontanitet kan være blokkert av ulike grunner, eller flyte altfor fritt til til å være relevant og adekvat for den aktuelle situasjonen og egne behov. Moreno betraktet menneskets evne til å fylle en rolle ut fra hvor stor grad av frihet og spontanitet man har når man er i rollen. Vi fungerer i ulike sosiale roller i livet, privat og i samfunnet. Hvordan rollen som lærer kommer til uttrykk avhenger av hvordan jeg evner å være eller fylle denne rollen. Graden av fleksibilitet, personlighet og spontanitet i rollen gir ulike uttrykk og ulike muligheter. Moreno skiller mellom tre nivåer i denne evnen: *role taking* krever svært liten grad av spontanitet og frihet (en nyutdannet lærer som gjør akkurat som hun er blitt lært opp), *role playing* tillater noe mer spontanitet (større trygghet i lærerrollen), og *role creating* som viser størst grad av spontanitet og frihet (en personlig og fleksibel måte å være lærer på). ”The tangible aspects of what is known as "ego" are the roles in which it operates” (Moreno, 1978, s. 75). Slik jeg forstår Moreno så kommer ego altså til uttrykk gjennom måten vi fyller våre ulike roller på i vår utførelse av den sosiale rollen i ulike situasjoner og samhandlinger. På samme måte kan man beskrive protagonistens og hjelpegoets evne til å fylle en rolle på scenen. Nesten alle mennesker kan gjøre et teknisk rollebytte og gjenta mekanisk det som er oppfattet som rollens innhold (role taking). En fleksibel måte å ta innover seg, både verbalt og nonverbalt, innholdet i rollen og respondere utifra den krever større spontanitet (role creating).

#### **2.3.4 To andre perspektiv på spontanitetstilstander og spontan respons**

I tillegg vil jeg nevne to andre perspektiv knyttet til spontanitet. Psykolog og psykodramatiker Michael Schacht beskriver at han ser på spontanitets tilstanden som noe som beveger seg mellom flyt og krise. Han knytter inn sosialpsykolog Mihaly Csikszentmihaly's flow-teori og beskriver: ”It is also possible to experience truly creative spontaneity with all the hallmarks of the Csikszentmihalyis's flow. But spontaneity states can have all characteristics of crises as well. This is especially true for self-transformations in the course of



psychotherapies” (Schacht, 2007, s. 34). Schacht trekker frem flere sentrale ting som skjer idet transformasjons- og endringsprosesser skjer i psykodrama. Blant annet at personlige egenskaper, ferdigheter og aspekter ved situasjonen innvirker på opplevelsen av flyt eller krise, idet man er spontan. Slik jeg forstår Schacht: idet man prøver å handle ut og gjøre noe nytt i en situasjon, vet man heller ikke hva som skjer videre og om man får til å stå i det som kommer. Det kan oppleves som å stå foran et åpent landskap hvor man må trække opp en ny sti. Samtidig er det akkurat denne handlingsutforskningen man trenger å gjennomgå for å ikke kun basere seg på gamle vaner og mønstre som kanskje ikke lenger er hensiktsmessige. Å få den innsikten som aktiv deltakelse i en slik prosess kan resultere i, kan være det første skrittet, eller byggesteinen på veien mot endring eller det å trække opp en ny sti. Denne ferden kan oppleves utfordrende, usikker, uoversiktlig, spennende og energifylt. Hele spennet mellom krise og flyt.

Forsker og professor i psykologi David Kipper og Jasdeep Hundal beskriver hvordan de ser på spontanitet og ikke spontanitet som to ulike fenomener, tilhørende hvert sitt system i artikkelen *The Spontaneity Assessment Inventory: The Relationship Between Spontaneity and Nonspontaneity* (2005). Det blir for omfattende å gå detaljert inn på artikkelen, men et viktig aspekt som de trekker frem er forholdet mellom spontanitet og ikke spontanitet. Det ene ikke utelukker det andre, og begge oppfyller vitale funksjoner i livet, og sameksisterer hos en sunn person. De eksisterer ikke på samme tid, men kan følge like etter hverandre. Videre peker de på at begrepet en spontan mann eller kvinne beskriver en person som er i stand til å bli spontan ofte, når det er passende, men som i mange situasjoner ikke responderer spontant. Kipper & Hundal knytter også spontanitetsbegrepet opp mot flow-teori, og avslutningsvis skriver de: ”One may speculate that perhaps spontaneity can appear together with nonspontaneity, creating the favorable conditions to enter into a flow experience. If true, it may be more fitting to refer to spontaneity as the spontaneity experience” (2005, s. 128). Slik jeg forstår dette så er det ikke enten eller, men både og, og forholdet mellom spontan respons og ikke spontan respons inngår i et gjensidig avhengighetsforhold eller en dialektikk med hverandre. Man kan si at det er to fenomener som danser sammen hos en sunn person.

### **2.3.5 Spontanitetstilstander knyttet til toleransevinduet**

Csikszentmihalyi utviklet flow-teorien, som forteller noe om en tilstand hvor en person er fullstendig fordypet i en aktivitet og betingelsene for tilstanden. Når du er i en flytsone, er du

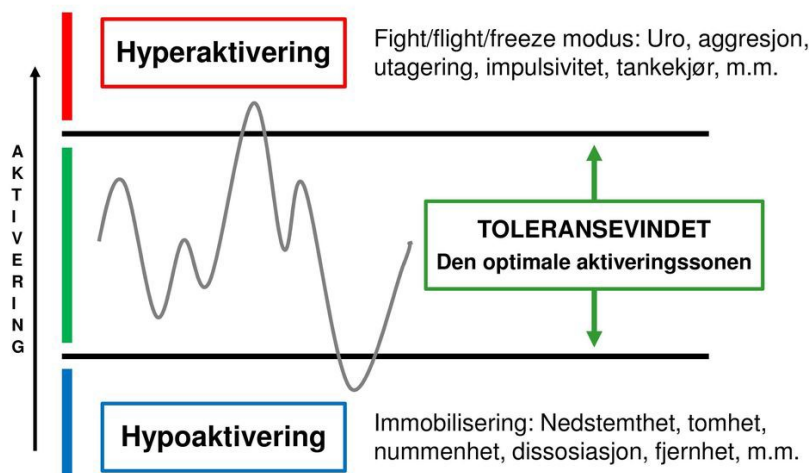
engasjert og motivert for det du skal gjøre, og glemmer tid og sted. Du føler deg utfordret, men du opplever at du har gode muligheter for å få til det du skal gjøre og du mener det har en mening å gjøre en innsats for å få det til (Andersen, 2006).



Figur 2: Egentegnet modell etter Csikszentmihalyi.

Spontanitetstilstandene som Schacht beskrev kan foregå i hele spennet mellom krise og flyt. Jeg mener dette kan forstås i sammenheng med toleransevinduet og at det tilfører en viktig dimensjon inn til et psykodramatisk arbeid og endrings- og utviklingsarbeid i grupper. ”Begrepet toleransevinduet refererer til det spennet av aktivering som er optimalt for et individ – ikke for høyt og ikke for lavt (Siegel, 2012). Det er i denne sonen lærer vi lettest og vi er mest oppmerksomt tilstede i situasjoner og relasjoner” (Braarud & Nordanger, 2014, s. 531). Toleransevinduet er en psykoeduktiv modell som er blitt benyttet innen utviklingspsykologien og i de senere år også innenfor nyere traumeteori. Som gruppeleder eller psykodramaterapeut tilrettelegger man for at gruppene er et trygt sted å være, og at det er mulig for alle å være tilstede der med sine individuelle toleransevindu. Toleransevinduet som modell kan være en hjelp i forståelsen av dette. Det er en modell som forteller noe om optimalt aktiveringsnivå hos en person. Dersom man har optimalt aktiveringsnivå er man innenfor toleransevinduet sitt, og kan integrere det som skjer på kognitivt, emosjonelt og kroppslig nivå. Toleransevinduet er individuelt og forskjellig fra person til person. Det varierer ut ifra hvilke erfaringer man har, og hvordan opplevd støtte og trygghet er i den aktuelle situasjonen, når noe aktiveres gjennom en aktivitet eller en intervensjon. Meningsfylt terapeutisk arbeid skjer i den øverste delen av toleransevinduet, det vil si der man blir noe utfordret og ikke er helt innenfor sin komfortsone, men kan integrere det som skjer.

## Toleransevinduet



Dag Ø. Nordanger, 2014 (Tilpasset etter Ogden, Minton & Pain, 2006)

Figur 3: Hentet fra Dag Nordanger: <https://goo.gl/images/tFm9vf>

### 2.3.6 Møter og her-og-nå øyeblikk

Moreno mente at den helende effekten fant sted i møtet mellom mennesker. Ved at mennesker inngår i ulike møter med hverandre, blir de bedre kjent med hverandre og får større mulighet til å virkelig se hverandre klart. Et ekte møte (encounter) for Moreno er et møte mellom mennesker hvor begge ser hverandre klart, uten forstyrrelser fra forestillinger, fantasier, projeksjoner og overføringer. Moreno beskriver at et slikt møte er et møte med tele. Tele vil si en toveis prosess hvor man ser og forstår hverandre klart. Psykodramaterapeuten prøver bevisst og fremme forutsetninger for at slike møter kan finne sted i gruppen. En gruppe som både er trygg og utfordrende, gir rom for spontanitet, møter og her-og-nå øyeblikk. Her kan utvikling og endring finne sted, og gruppen bli en terapeutisk og helende agent for individet.

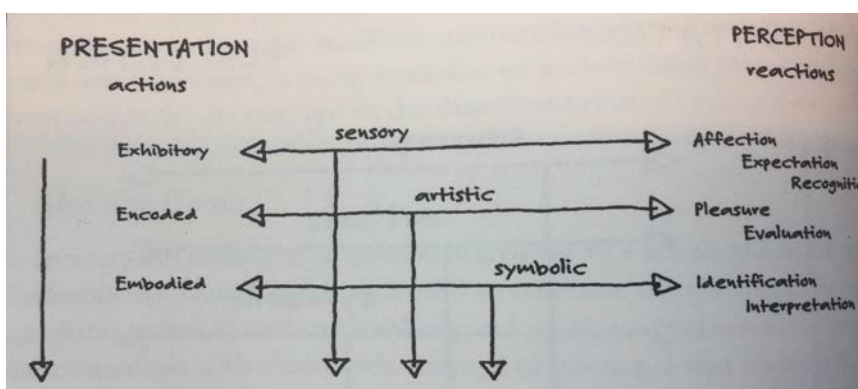
Moreno beskriver øyeblikkets kategori og hvordan endring og nyhet kan finne sted i et øyeblikk: "The category of the moment has meaning only in an open universe, that is, in one in which change and novelty can take place" (Moreno, 1946, s. 103). Videre beskrives betydningen av respons. Slik jeg forstår Moreno, betydningen av aktiv deltagelse gjennom responsivitet i møter og øyeblikk for at dette øyeblikket skal kunne skille seg ut, og oppfattes som et endringsøyeblikk hos personen: "It is when some novelty takes place, and perception of a change is stimulated in the subject, a subject who is able to "respond<sup>5</sup> to change" that an event can stand out sufficiently to focalize it in his mind as a "moment," separated from past

<sup>5</sup> "Respond-response-responsibility, have the same root as spontaneity-spans" (Moreno, 1946, s. 104).

and future moments as one particular moment” (Moreno, 1946, s. 104). For at et øyeblikk skal oppleves som et øyeblikk mener Moreno det forutsetter at en endring finner sted i situasjonen, endringen må være tilstrekkelig for at opplevelsen av nyhet skal oppfattes av subjektet, denne oppfatningen innebærer aktivitet fra subjektet og en handlingsbevegelse fra oppvarming til en spontan tilstand. Moreno skriver at det er på grunn av spontanitetsfaktoren at en forandring kan finne sted i situasjonen, og at en nyhet oppfattes av et subjekt (1946, s. 104). Han knytter sammen her-og-nå øyeblikk, spontanitet, møter (encounter), opplevelse, aktiv deltakelse og øyeblikkserfaringer. Moreno påpeker at disse aspektene må henge sammen for at noe skal oppfattes og oppleves som et sentralt øyeblikk hos individet. Mye av dette kan ses i sammenheng med Dewey sin teori om å gjøre en erfaring og estetisk erfaring, som jeg beskriver nærmere i 2.9. Øyeblikkserfaringer som bærer preg av dette og som skapes i her- og nå i møter på psykodramascenen eller i gruppen, mener jeg kan fremme spontanitet, utvikling og endringsprosesser individuelt og i gruppen.

## 2.4 Teatral kommunikasjon, representasjoner, feedbacksløyfe og psykodrama

Jeg vil belyse noen aspekter ved det psykodramatiske rollebyttet gjennom teori fra teaterviterene Willmar Sauter og Erika Fischer-Lichte, samt psykodramatikerne Adam og Allee Blatner. Teaterviter Willmar Sauter sin teori og modell om teatral kommunikasjon er interessant å trekke inn knyttet til det psykodramatiske rollebyttet mener jeg, fordi han gjennom sin modell synliggjør de ulike kommunikasjonslagene som kan eksistere i denne kommunikasjonen: sanselig, kunstnerisk og symbolsk. Både hvilke ulike måter å kommunisere på som jeg i en avsender posisjon kan handle ut og presentere i en teatral eller performativ kommunikasjons handling, og hvilke ulike kommunikasjonslag jeg i en mottaker posisjon kan oppfatte bevisst eller ubevisst. Sauter beskriver teatret som ”(...)the



Figur 4: Gjengivelse av Sauters utvidet modell av teatral kommunikasjon (Sauter, 2000, s. 8).

communicative intersection between the performer's action and the spectator's reactions” (Sauter, 2000, s. 53). Han setter opp en modell for teatrale prosesser og teatral kommunikasjon.

Psykodrama benytter teatrets virkemidler som verktøy, og den aktive handlingen og deltakelsen er sentralt. Handlingsmomentet medfører at flere kommunikasjonslag synliggjøres, dermed kan flere aspekter ved situasjonen bringes inn i undersøkelsen.

Psykodramaterapeut og psykiater Adam Blatner og psykodramatiker og teaterviter Allee Blatner, viser til objektrelasjonsteorien i psykologien. De utdyper begrepet objekt og representasjon, og trekker frem at disse representasjonene ikke er statiske. De fremhever at det er mer hensiktsmessig å tenke på objekt relasjoner eller representasjoner som små dramaer som skapes i sinnet.

These are the "private fictions" that Adler speaks of, but they are more than simple cognitive sets or attitudes. Rather, they are subconscious mini-dramas, interactions in which the person plays both roles: The other figure's behavior often embodies either the hoped-for fulfillments of wishes or the feared and hostile positions that justify familiar power trips on the part of the creator of these fantasies (Blatner & Blatner, 1988, s. 119).

Disse små indre dramaene og den private fiksjonen om hvordan ting henger sammen relasjonelt og mellommenneskelig, skapes i sinnet hvor personen spiller begge rollene i sitt eget indre drama. Hvis jeg sier eller gjør slik, så vil den andre personen si eller gjøre sånn. Eller for eksempel en opplevelse av en ubevisst frykt som sier meg at dersom jeg spiller ut denne indre delen av meg, vil jeg oppleve å bli avvist og miste et sosialt bånd til en annen person nær meg. "The dynamism of internalized experience, memories, anticipated repeated traumatic events, symbolic reactions(e.g., "If they do that, I'll show them!") are all part of this complex psychodramatic "inner truth"(Watkins, 1986, pp.22-28)" (Blatner & Blatner, 1988, s. 119). Disse opplevde sannhetene om hvordan verden henger sammen, kan synliggjøres og utforskes på psykodramascenen med blant annet rollebyttet, med alle kommunikasjonslagene som Sauter beskriver i sin modell om teatral kommunikasjon. Slik kan en person utforske sine sin subjektive sannhet med sine mini-dramaer, og private fiksjonsverdener i en kontekst hvor sosial validering kan tillate i det minste en symbolsk oppfyllelse, etterfulgt av en mulighet for å korrigere oppfatninger og løse konflikter: "Role reversal, when done consciously, allows for the workings of spontaneity, the integration of reality testing, and the possibility of the influence of high ideals on the object relationship. Role reversal also expands the patient's perspective beyond limits of subjectivity" (1988, s. 119). Ved å ta den andres perspektiv gjennom rollebyttet kan personen subjektive perspektiv utvides utover egen subjektiv oppfatning. Moreno skrev om det som skjer i psykodrama at: "His own self has an opportunity to find and reorganize itself, to put the elements together which may have been kept apart by insidious forces, to integrate them and to attain a sense of power and of

relief”(Moreno, 1978, s. 85).

### **2.4.1 Rollebyttet - et forstørrelsesglass**

Ved hjelp av Fischer-Lichtes feedbacksløyfe kan rollebyttet i psykodrama forstås som et forstørrelsesglass. Hun ser “(...) en pendling eller en dialektikk mellom to poler, som hun lanserer som ”the autopoetic feedback loop” (Tynæs, 2013, s. 163). Det er slik jeg forstår feedbacksløyfen og jeg mener at noe av det samme foregår i et psykodramatisk rollebytte. Fischer-Lichte peker på at rollebyttet “(...) brought a general attribute of the feedback loop into focus: it is impossible to control and predict spectators’ reactions in advance or gauge their effects on performers and other spectators” (Fischer-Lichte, 2008, s. 43). Ved å bytte ut *spectators* med protagonist (P), i Fischer-Lichte sitt sitat ser man hvordan jeg forstår hennes teori opp mot rollebyttet i psykodrama.

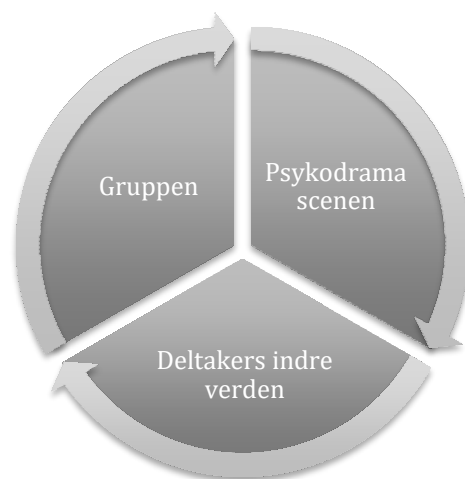
With the help of the ”magnifying glass” provided by role reversal, they merely become accessible to the spectators(P). Performance exemplifies that all forms of physical encounter between people stimulate interactions even if their shape is not always plainly evident. To adapt Watzlawick’s famous dictum: you cannot not react to each other (Fischer-Lichte, 2008, s. 43).

Rollebyttet blir som et forstørrelsesglass slik at mellommenneskelige relasjoner, relasjonelle dynamikker og sammenhenger i en persons indre og ytre verden blir mer synlige, og dermed tilgjengelige for seg selv. Det psykodramatiske rollebyttet kan forstås som et kommunikativt veikryss som fungerer som et forstørrelsesglass, som åpner opp for muligheten til å synliggjøre, undersøke og respondere på en ny måte i nye eller gamle situasjoner hvor alle kommunikasjonslagene som eksisterer i teatral kommunikasjon kan inkluderes.

### **2.4.2 Det sanselige kommunikasjonsnivået**

Det sanselige nærværet og tilstedeværelsen hos gruppedeltakerne, protagonisten og psykodramalederen innvirker på gruppa. Psykodramaterapeuten har ansvar for tilrettelegging og ivaretagelse av dette. Psykodramaterapeuten prøver å fremme denne prosessen både i gruppa og i psykodramaet gjennom å fasilitere for møter i gruppen, mellom deltakerne og mellom protagonist og hjelpego(-er). Formålet er at gruppa oppnår tilstrekkelig oppmerksomhet, tilstedeværelse, spontanitet og nærvær for konstruktivt gruppearbeid. Det er en dialektikk mellom det som skjer på psykodramascenen og i gruppen som er unikt i

psykodramagrupper. Man kan si at spontanitetsnivå, tilstedeværelse, og oppmerksomt nærvær eksisterer på tre ulike områder i en gruppe som arbeider med psykodrama, og de påvirker hverandre gjensidig: 1. Gruppen (og alle prosesser som foregår der mellom gruppedeltakere og leder. Som også kan påvirkes av det som skjer mellom gruppedeltakerne og/eller gruppeleder utenfor gruppen). 2. Psykodramascenen (det som skjer der mellom protagonist og hjelpeego(-er) i rollebytter og gjennom andre teknikker, gruppedeltakere som publikum, ledet av psykodramaterapeut). 3. Deltakerens indre verden (det som foregår på en gruppedeltakeres indre scene fortløpende som den inngår i ulike hendelser i gruppen).



**Figur 5: Egenlaget modell som viser 3 områder som gjensidig påvirker hverandre i en psykodramagruppe.**

## **2.5 Psykodrama som anvendt teater og som kunstform/estetikk**

Jeg vil i det følgende trekke inn noen perspektiv som jeg mener argumenterer hvorfor psykodrama kan forstås som en del av det anvendte teater og som en kunstform. Anvendt teater tar den reflektive pedagogiske prosessen (at man lærer om og fra hva man gjør når man gjør det) inn i det kollektive rike, påpeker Blatner. Det tillater folk å arbeide med mellommenneskelige interaksjoner som kan omhandle mange tema, alt fra det spirituelle til det filosofiske til det politiske. Han beskriver at det innenfor dette brede feltet finnes mange underkategorier. En av disse kategoriene kaller han for "Action Explorations" – "less theatre for passive audience and more improvisational and participatory" (Blatner, 2015, s. 219). Handlingsutforskning er hans begrep for en erfaringslæring, som inkluderer psykodrama, sosiodrama, prosessdrama og anvendt improvisasjon i ulike virksomheter. Samt andre tilnærminger som integrerer improvisasjon, det å spille noe ut foran andre (enactments) og kreativt samarbeid.

Professor i drama og teater Jonothan Neelands trekker frem et område innenfor det anvendte teatret som han beskriver som det pro-sosiale: ”The pro-social emphasis is reinforced by consensus around the importance of ‘active participation’ between producers and audiences, more usually described in the discourse as participants, ‘spect-actors’ or clients” (Neelands, 2007, s. 307). Han påpeker at det anvendte teatret som fokuserer på det pro-sosiale og det sosiale som en transformerende verdi, har lånt en del teknikker fra ”(...)rehearsal rooms of various avant garde movements as well as more conventional psychological exercises based on Stanislavski and the psychodrama repertoire developed by Moreno” (2007, s. 307).

### **2.5.1 Psykodrama som modernistisk kunstform**

Rasmussen og Kristoffersen belyser psykodrama gjennom ulike perspektiv. De nevner at noen perspektiv er mindre kjente, men fortsatt like verdifulle, og jeg vil spesielt trekke frem at de belyser psykodrama som en modernistisk kunstform. Selv om psykodrama kan begrunnes som en terapeutisk metode, betyr ikke det at den ikke skal ha med seg perspektivet som en modernistisk kunstform (Rasmussen & Kristoffersen, 2011, s. 12-13). Tre sentrale stikkord de nevner er den spontane handlingen, teater og samfunn. De ønsker å løfte frem forståelsen om ”det helende i spontan og interaktiv handling, om en utvidet forståelse av teater og ikke minst helse i hverdagen og i samfunnet, lansert gjennom begrepet sosiatri” (2011, s. 13). I forbindelse med beskrivelse av kunnskapssynet med opphav i kunstmodernismen beskriver Rasmussen at: ”Det interessante med Moreno var at han kom fra den delen av europeisk kunstmodernisme(ekspresjonismen) som så kunsten som politisk og demokratisk livspraksis, og som med emigrasjonen innførte spillpraksis i amerikansk forskning, pedagogikk og psykiatri”(Rasmussen, 2012, s. 35). Rasmussen og Kristoffersen viser hvordan Morenos filosofi, metoder og praksis kan knyttes inn mot estetikk og kunstteori, dersom man har en utvidet forståelse av hva kunst/estetikk kan være. De ønsker å understreke og gjeninnføre den estetiske dimensjonen og mener at den dramatiske formen ved Morenos praksis ikke minst i lys av vår samtids teaterutvikling fortjener å betraktes som kunstnerisk praksis. De peker på at Morenos praksis tar del i en avantgardistisk og modernistisk kunsttradisjon som stiller spørsmål rundt estetikkenes konvensjoner, rundt gyldigheten av kunstens form og innhold. ”Fravær av en estetisk diskurs betyr derfor ikke nødvendigvis fravær av et kunstsyn, men kan tvert imot fremme krav om en utvidet forståelse av hva estetikk/kunst kan være” (Rasmussen & Kristoffersen, 2011, s. 57). Rasmussen & Kristoffersen sier at de i sin sammenheng forstår psykodramaet som en underbelyst teaterform og som en av flere metoder som kan plasseres



innenfor rammen av *livskunst*. ”Livskunst er et uttrykk for modernismens ønske om ikke bare å demokratisere og folkeliggjøre kunsten, men å gjeninnføre kunstpraksis som et medium til utvikling: læring, behandling, identitetsdanning, sosialitet, opprør og ritualer” (Rasmussen & Kristoffersen, 2011, s. 151-152).

### **2.5.2 Estetiske kvaliteter ved Morenos kunstform**

Rasmussen og Kristoffersen peker på at ”den ekte” eller ”gripende” kommunikasjonen kan være et estetisk kriterium for Morenos drama. I en etablert estetisk oppfattelse ligger kriteriet for estetisk kvalitet ofte på det bearbejdede produktet og/eller publikum. Men de trekker frem at andre kriterier blir gyldige og avgjørende for Morenos kunst: ”fellesskapet her-og-nå opplevelse, tele (Morenos kommunikasjonsbegrep), den spontane skapelsen, den ”personlige historie” samt innholdets aktualitet for både spiller og tilskuer. (...)Det dreier seg om fellesskapets møte og dynamikk her-og nå (Rasmussen & Kristoffersen, 2011, s. 60). De peker på at den estetiske aktivitetens verdi og relevans for de deltakende (spiller og publikum) blir i modernismen, og i blant annet Morenos kunst en estetisk kvalitet heller enn perfektionert utførelse.

## **2.6 Psykodrama og billedterapi**

Fordi jeg har trukket inn tegning og postkort vil jeg si noe kort om billedterapi. Jeg bruker begrepet billedterapi, men billedterapi og kunstterapi brukes synonymt i flere sammenhenger. Billedterapi forener kreativt/visuelt uttrykk med terapeutisk bearbejding og refleksjon. Billedterapeut og psykodramaterapeut Jean B.Peterson beskriver hvordan psykodrama og billedterapi metodene kan virke sammen i en gruppe og hvilke synergieffekter de kan tilføre hverandre. Hun peker på at billedterapi kan fungere som en bro mellom et menneskets indre verden og den eksterne verden. Videre skriver hun at slik kan kunst gi tilgang til og gi form til dypere begravde følelser, tanker, og minner, og at psykodramagruppen kan være et trygt sted å begynne å arbeide med slik tidligere ikke avdekket materiale (B.Peterson, 2003, s. 81). Billedterapi kan gi tilgang til materialet, og gjennom psykodrama kan man sørge for bearbejding og korreksjon, beskriver hun. “During art making, internal dramatic enactment occurs that is preliminary to an external drama with people and things (Peterson & Files, 1989)” (B.Peterson, 2003, s. 85). Gjennom psykodrama kan bildene undersøkes videre

gjennom iscenesettelser og verdifulle bidrag fra sosiometri kan trekkes inn. Videre skriver hun at kunst og billedterapi kan integreres inn i alle fasene ved et klassisk psykodrama, oppvarming, iscenesettelse, avslutning og delingsprosess. Uttrykk gjennom bilder og kunst gir de som er mindre komfortable med verbal interaksjon en mulighet til å bli sett og anerkjent av gruppen, peker hun på. Slik kan kunst uttrykk fungere som en brobygger mellom den indre verden og den ytre verden for disse klientene (B.Peterson, 2003, s. 97-98).

### **2.6.1 Undringsrommet i billedterapi**

Billedterapeut Astri Ziesler beskriver i sin artikkel *Skapende prosesser og terapi-Torhilds billedterapeutiske reise*, det triangulære forholdet som eksisterer i billedterapi. Det består av tre faktorer: "(...)klienten eller klientene, bildet eller en gjenstand som er skapt, og en terapeut" (Ziesler, 2015, s. 179). Videre beskriver hun at:

Man kan tenke seg det som en trekant med klient, bilde og terapeut utenfor hvert hjørne av trekanten. Inne i denne trekanten kan undringen og refleksjonene finne sted. Billedterapeutens oppgave er ikke å tolke, men stille åpne spørsmål, som kan føre til at klienten selv gjenkjenner noe eller kan se noe på en annen måte enn før. Som i all terapi er målet å skape mulighet for endring av noe som er vanskelig og fastlåst (2015, s. 179).

Som det konkrete malte bildet kan være en del av denne trekanten, mener jeg at det levende og fysiske scenebildet som skapes i psykodramaet gjennom spontan og interaktiv handling kan være et slikt bilde som skaper mulighet for undring, ny innsikt og endring. Endringen og det nye kan da prøves ut i et her og nå øyeblikk, og gjøres i handling.

### **2.7 Nicolas Bourriaud – kunst som møtetilstand**

Kunstkritiker, teoretiker og kurator Nicolas Bourriaud (1965-) peker på kunstverket som et sosialt mellomrom. Han trekker frem at begrepet mellomrom ble brukt av Karl Marx og at dette mellomrommet unnslipper det kapitalistiske systemet og åpner opp for en annen måte og kommunisere på. "Samtidskunsten skaper frie rom, tidsrom der rytmen motsetter seg og er en annen enn den som styrer dagliglivet. Den åpner for en "mellommenneskelig handel" som er forskjellig fra de "kommunikasjonssonene som påtvinges oss" (Bourriaud, 2007, s. 20-21). Rommene som jeg forsøkte å skape i gruppen kan være eksempler på slike sosiale mellomrom som representerer en annerledes kommunikasjonssone. Her kan undring, refleksjon og estetiske erfaringer finne sted, mener jeg. "Kunst er en møtetilstand" (2007, s. 23), og i en slik

gruppe fungerer psykodrama og de kreative arbeidsformene som direkte møter med deltakerne i gruppen. Møter med deler av seg selv, egne tanker og følelser og mellommenneskelige møter. Disse møtene og mellomrommene skapes ikke her i en kunstinstitusjon, men de kan oppleves i gruppen gjennom at egne psykodramasekvenser skapes, samt gjennom møter med andre gruppedeltakere og i interaktivt og refleksivt arbeid med det visuelle bildet (kunstpostkort, tegning, figurer, psykodramaet). For å forstå mer av det som kan skje i disse mellomrom og møtene, vil jeg beskrive noe om den erkjennelsen man kan oppnå gjennom estetikken, en såkalt sanselig erkjennelse. Dette vil etter hvert lede over mot John Dewey sin estetikk teori.

## 2.8 Estetikk

Den tyske filosofen Alexander Baumgarten (1714-1762) regnes ofte som grunnleggeren av estetikken med verket *Aesthetica* fra 1750. Han skapte begrepet estetikk for å skille mellom forstandsmessig og sanselig erkjennelse (Bale & Bø-Rygg, 2013, s. 9). Ordet estetikk stammer fra det greske ordet *aistesis* og betyr sansning, fornemmelse (2013, s. 11). Det grunnleggende trekket ved estetikken er: ”Den erkjennelse vi kan utvinne av vår omgang med det sanselige, det vil si det som kan oppfattes med sansene, det materielle” (2013, s. 9). Baumgarten åpner slik for et nytt felt for erkjennelsen, og han skaper en konfigurasjon av det sanselige, det skjønne og kunst, som til da hadde vært adskilte disipliner, beskriver Bale & Bø-Rygg. Baumgartens tanker den gangen ble forlatt, men er de senere tiår plukket opp igjen av blant annet den tyske filosofen Gernot Böhme (1937-). Böhme vil gjennom sin teori utvide estetikken til også å omhandle det sanselige. Han inkluderer natur og design blant de erfaringsområdene han undersøker i sin allmenne sanselære (2013, s. 519). Böhme beskriver at Baumgartens verk *Aesthetica* ”(...)skulle være en kunst(eller en vitenskap) til forbedring av området for de lavere erkjennelsesevnene, altså evnene som ikke produserer distinkte erkjennelser” (Böhme, 2013, s. 520). Fra Baumgarten trekker han frem:

Når man hos de gamle talte om forbedring av forstanden, så foreslo man logikken som det almene hjelpemidlet som skulle forbedre hele forstanden. Vi vet nå at den sanselige erkjennelsen er basisen for den tydelige; skal altså hele forstanden forbedres, så må estetikken komme logikken til hjelp (Baumgarten 1759/1983, 80) (2013, s. 520-521).

Gjennom deltakelse i aktiviteter som fordrer samspill i gruppen ligger det potensiale for gestaltning av et humant miljø relasjonelt sett. I arbeidet i et her og nå tidsrom i gruppen, åpnes det for å arbeide med den naturen, her den menneskelige naturen, ”slik den angår mennesket umiddelbart, hvordan det angår oss kroppslig og affektivt, dvs.naturen i dens

sanselige gitthet” (2013, s. 530). Når jeg trekker inn natur knyttet til arbeidet i gruppen er det den menneskelige natur og relasjonene i sin umiddelbarhet i her og nå møter i gruppen jeg mener. Relasjonen mellom omgivelseskvaliteter og menneskets mentale tilstand kan undersøkes, utforskes og erfares hos deltakerne. Maila I. Olsen og Karen M. Traavik (2014) viser til Luthar og peker på: ”Luthar hevder at ”resiliens hviler på gode relasjoner” ”(Olsen & Traavik, 2014, s. 67). Olsen & Traavik peker på at i deres sammenheng, som er å si noe om hvordan skolen kan bidra med livsmestring for sårbare barn og unge, har Bronfenbrenner med sitt utviklingsøkologiske perspektiv gitt en fruktbar modell hvor helhets- og samspillstenkning står sentralt. ”Bronfenbrenner er opptatt av hvordan mennesket vokser og utvikler seg i et gjensidig og dynamisk vekselspill mellom individ og miljø” (2014, s. 68). Samspillserfaringer og kvaliteten på relasjonene har noe å si for utvikling av resiliens. Spontan-interaktiv-handling og skapende handling som skjer i utforskningsprosessen mellom verket (tegningen, postkortet, psykodramaet), deltaker og de andre deltakerne og meg, åpner for en sanselig erkjennelse. Den sanselige erkjennelsen kan skje gjennom denne utforskningsprosessen i de sosiale mellomrommene som skapes i gruppen. Den estetiske erfaring kan også finne sted i disse mellomrommene, og jeg vil beskrive den nå.

## **2.9 John Dewey -estetisk erfaring**

Da Moreno skulle forlate Wien reiste han til USA. Han nevner i forordet til *Who shall survive?* (Moreno, 1978), at John Dewey var spesielt viktig for å ha forberedt grunnen for sosiometri. John Dewey (1859-1952), var en amerikansk filosof, reformpedagog og psykolog som har hatt stor innvirkning på utdanning og vestlige oppdragelsesidealer. Han utviklet en livsnær estetikkteori. Kunsten og kunstens rolle hadde blitt institusjonalisert gjennom industrialiseringen og han ville få frem kunstens kommunikative aspekt og betydning for hverdagslivet til folk. I 1934 skrev han *Art as Experience*, hvor han beskriver sin estetikkteori og begrepet den estetiske erfaring. Jeg vil beskrive hans teori rundt det å gjøre en erfaring og den estetiske erfaring nærmere her.

Professor i pedagogikk Lars Løvlie, beskriver at vi kan få inngang til Deweys teoretiske univers gjennom de tre grunnbegrepene relasjon, situasjon og undersøkelse. Løvlie beskriver at Dewey hevdet at personer, erfaringer og handlinger ikke kan beskrives som isolerte og atskilte størrelser eller ting, men må oppfattes som relasjoner. Situasjon vil si situert kunnskap, kontekstbundet læring og kunnskap. Relasjon og situasjon virker som

forutsetninger for undersøkelsen som en kontinuerlig prosess. Undersøkelsen består av fem faser: et følt problem eller konflikt, definisjon av problemet, forslag til mulig løsning, "(...)(4) utvikle logiske følge av løsningsforslaget, for å ende opp med (5), eksperimentell utprøving, som leder til at forslaget eller hypotesen godtas eller forkastes" (Løvlie, 1989, s. 165). Løvlie beskriver at dette i realiteten er en fullt utviklet versjon av tvil-tro-teorien, hvor første fase er karakterisert ved tvil og den siste tro. Kontinuitet, idéen om at alle ting henger sammen, er et prosessuelt begrep i Deweys filosofi og det gir konteksten for alle elementene i hans filosofi (1989, s. 149). Handlingen ("the act") er den primære erfaringsenhet beskriver Løvlie. Han viser til Deweys egne ord: "...både sansningen og bevegelsen ligger i og ikke utenfor handlingen" (Løvlie, 1989, s. 154). Slik jeg forstår dette viser det tydelige paralleller mellom Dewey og Morenos filosofi og teori.

Dewey fremhever at å gjøre en erfaring, er noe annet enn erfaringer som er avbrutt av distraksjoner. Han beskriver hvordan det krever noe å ta noe inn, og hvordan prosessen med å gjøre en erfaring kan oppleves smertefullt. Det er en prosess hvor man er i kamp og konflikt på veien mot en erfaring. "For "taking in" in any vital experience is something more than placing something on the top of consciousness over what was previously known" (Dewey, 1934, s. 42). Man gjennomgår noe som fordrer en rekonstruksjon hos seg selv.

Den estetiske fasen i erfaringen, den fasen der man gjennomgår noe, er en mottakende fase. Det innebærer at man gir seg hen.(...) Når vi bare er passive overfor et opptrinn vil det overvelde oss, og fordi vi ikke møter det med en responsiv aktivitet, oppfatter vi ikke hva det er som virker på oss. Vi må samle energi og bruke den i vår respons for å kunne *ta noe inn* (Dewey, 2013, s. 210-211).

For å oppdage eller oppfatte, må en person eller mottaker skape sin egen erfaring gjennom en aktiv deltakelse med å gjøre en erfaring. Denne skapelsen må inkludere relasjoner sammenlignbare med dem som den opprinnelige produsenten gjennomgikk. Så den som prøver å få en erfaring må ordne elementene og detaljene som utgjør denne erfaringen så det utgjør et erfart hele. "The beholder must go through these operations according to his point of view and interest. In both, an act of abstraction, that is of extraction of what is significant, takes place" (Dewey, 1934, s. 56). Slik jeg forstår det så må enhver som gjennomgår en erfaring trekke ut det som oppleves signifikant og viktig for seg selv, og skape sin egen erfaring rundt noe ut ifra tidligere erfart materiale. Dette gjøres ut ifra mottakerens tidligere erfaring, interesse og synsvinkel på det tidspunktet erfaringen skapes. Dewey sammenligner dette arbeidet med arbeidet en kunstner gjennomgår i arbeidet med sin kunst. Videre om den

estetiske erfaringen trekker han frem: ”Det som særpreger en estetisk erfaring er at motstand og spenninger, opphisselser som selv kan friste til distraksjon, forvandles til en bevegelse henimot en altomfattende, fullbyrdende avslutning” (Dewey, 2013, s. 212). Slik jeg forstår Dewey så fordrer den estetiske erfaring konsentrasjon, og retning for å bli fullbyrdet, og slik bli en fullendt erfaring. Den emosjonelle fasen ved en erfaring er det som knytter de ulike delene i en erfaring sammen slik at det blir en helhet (Dewey, 1934, s. 56-57).

In every integral experience there is form because there is dynamic organization. I call the organization dynamic because it takes time to complete it, because it is a growth. There is inception, development, fulfillment. Material is ingested and digested through interaction with that vital organization of the results of prior experience that constitutes the mind of the worker (Dewey, 1934, s. 57).

Det kreves en aktiv deltakelse med flere deler av oss selv, og en bevissthet rundt erfaringen, samt en vilje til å gi seg hen til erfaringen for å la den bli en fullendt og integrert erfaring. Dewey peker på hvordan det i det engelske språket ikke finnes et begrep som dekker inn både det som ligger i begrepet *artistic* og *esthetic*. Han skriver at siden *artistic* hovedsakelig viser til handlingen med produksjon (the act of production), og *esthetic* til persepsjon og fornøyelse, er det uheldig at det ikke finnes et begrep som rommer begge disse prosessene. Med sitt begrep den estetiske erfaring inkluderer han begge disse momentene. Kunst betegner en prosess av å gjøre og å lage, og for eksempel kan det å spille roller på en scene, være en del av dette. ”Every art does something with some physical material , the body or something outside the body, with or without the use of intervening tools, and with a view to production of something visible, audible, or tangible” (1934, s. 49). Dewey peker på at ”(...)art, in it’s form, unites the very same relation of doing and undergoing, outgoing and incoming energy, that makes an experience to be an experience” (1934, s. 50). Den estetiske erfaringen er iboende forbundet med erfaringen av å lage noe. Dewey trekker frem at pausene, alle hvilestedene i en erfaring er en gjennomgang hvor noe blir absorbert og sett i sammenheng med tidligere handling. Integreringen av den nye erfaringen skjer, og dens egen mening blir utvunnet og konservert (1934, s. 58). Dewey beskrev estetisk erfaring som en erfaring som er fullendt, helhetlig og hvor følelsene er med.

Den franske filosofen Maurice Merleau-Ponty og hans filosofi om kroppens fenomenologi kan bringe inn verdifulle perspektiver på hva som skjer idet en deltaker gjennom en respons eller handling gjennomgår en estetisk erfaring. Merleau-Ponty belyser sammenhengen mellom kroppen som personlighetens subjekt, og at det er gjennom kroppen bevisstheten tar

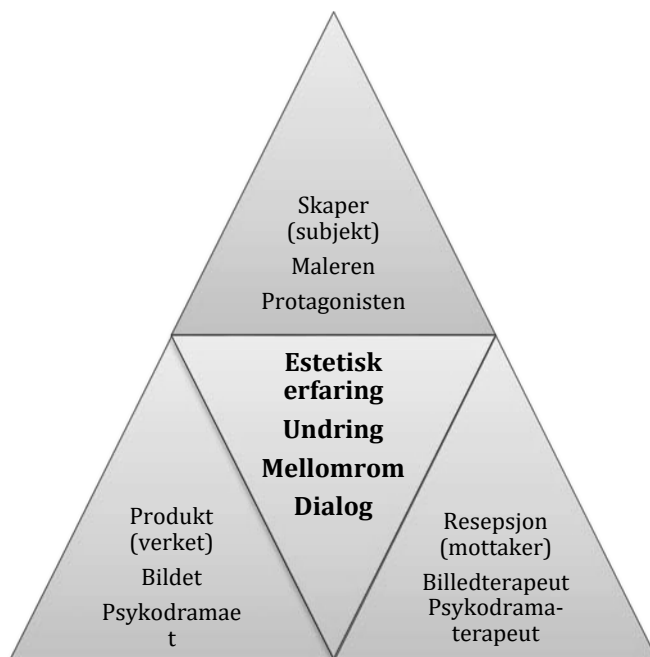
form, som Dag Østerberg beskriver i omtalen av boka *Kroppens fenomenologi*. Nå vil jeg imidlertid bare trekke inn et utdrag som sier noe om en psykofysisk hendelse: ”Sjælen og kroppens enhed besegles ikke ved et vilkårlig dekret mellem to ydre led, objekt og subjekt. Den fulbyrdes hvert eneste øjeblik i eksistensen bevægelse” (Merleau-Ponty, 1994, s. 30). Slik jeg forstår det; betydningen av å fysisk handle noe nytt for å få en kroppslig-sanselig-erkjennelse eller estetisk erfaring om noe eller seg selv. Dette er en annen type erkjennelse enn det man kan erkjenne kun gjennom fornuften og logikken. Som Baumgarten pekte på; skal altså hele forstanden forbedres, så må estetikken komme logikken til hjelp. Kilden til og drivkraften i erfaringen ligger ikke utenfor erfaringen, men i selve erfaringen. Med Dewey sitt begrep den estetiske erfaring blir utvikling, læring og kunnskapsdanning prosessbasert, og meningen ligger i selve kunnskapshandlingen. Det vi gjør for å nå foreløpige konklusjoner om noe. Rasmussen trekker inn dannelsingsbegrepet knyttet til den estetiske erfaring:

Danning i et kunstfagdidaktisk perspektiv handler om arbeid med kunst – dens former, prosedyrer og verker hvor den estetiske erfaringen er sanselig og transformerende på den måten at hverdagslivets opplevelser rammes inn og blir erfart gjennom den kunstneriske medieringen (Dewey (1934) 1980:65) (Rasmussen, 2013, s. 28).

Gunn Imsen viser til Vygotsky og beskriver at mediering vil si at språklige tegn trekkes inn i forholdet mellom stimulering og handling. ”Denne typen mediering er grunnleggende for alle høyere psykologiske prosesser, slik Vygotsky så det” (Imsen, 2014, s. 191). Det både forbedrer en læringssekvens og er det som gjør at vi kan omskape vår ytre verden og bidra til at vi kan kontrollere egne handlinger. Imsen peker på at språket dermed blir viktige hjelpemidler for den selvstendige tenkningen (2014, s. 191). Knyttet til kunstnerisk mediering vil de symbolske, visuelle og skapende handlingene være hjelpemidler som bidrar til læring og danning gjennom en kunstnerisk mediering. Rasmussen skriver at det som kvalifiserer ”medieringen”, og som flytter erfarings- og meningshorisonten, er intersubjektive møter mellom involverte parter, hvor møtet mellom idéer og material nedfelles i konstruert form (Rasmussen, 2013, s. 28) En slik konstruert form kan for eksempel være scenenebildene i et psykodrama, et dikt eller en tegning mener jeg. Intensjonene mener jeg her kan ”lekes” med som kan føre til at ”materialet” og hverdagserfaringen endres, noe som kan gi nye mentale forestillinger, nye materielle former og nye handlingsrom, slik Rasmussen beskriver.

### 2.9.1 Estetisk erfaring, -et treleddet forhold

Løvlie beskriver at den estetiske erfaring er den skapende prosessen som skjer i det treleddete forholdet mellom skaper (subjekt), produkt (verket) og resepsjon (mottaker). “Beskrivelsen av estetiske erfaringer tvinges til å vandre mellom disse momentene” (Løvlie, 1990, s. 2). Jeg har samlet dette treleddet forholdet Løvlie beskriver inn i en modell med begreper fra det triangulære forholdet Ziesler beskriver eksisterer i billedterapi (se 2.6.1) og det jeg mener er et slikt treleddet forhold i psykodrama.



Figur 6: Egenlaget modell over det treleddete forhold

### 2.10 Potensielle endringsprosesser i anvendt drama arbeid

Anvendt drama/teater har ofte som formål en sosial eller personlig endring. Det finnes flere diskurser rundt disse potensielle endringsprosessene (Balfour, 2009; Neelands, 2007; Nicholson, 2005). Nicholson foretrekker å benytte Schechner's begrep *transportation* for å beskrive noe om denne endringen. Transportering skiller seg fra *transformation*, som er et annet begrep benyttet om endringsprosessene i anvendt drama/teater. Nicholson fremhever at *transportation* rommer et større omfang av kreativitet og uforutsigbarhet enn transformasjon. ”I transportasjonsprosessen er resultatene tydelig fokusert, men ikke fastsatt, og eventuelle endringer kan foregå gradvis, i en samarbeidsprosess og vedvarende prosess mellom deltakerne og ofte i samarbeid med andre støttende organer” (Nicholson, 2005, s. 12-13). I transporteringsreisen er deltakerne brakt et sted, og kanskje midlertidig forvandlet, men de



kommer tilbake til utgangspunktet og går ut igjen mer eller mindre som den samme personen (Nicholson, 2005, s. 12). *Transportation* kan forstås som en transport eller bevegelse av noe. Flere slike bevegelser samlet og gradvis, kan over tid resultere i en forvandling eller mer varig endring av noe. Utviklingspsykolog og psykoanalytiker Daniel N. Stern sin teori om her-og-nå øyeblikk, kritiske øyeblikk, møte øyeblikk og relasjonelle skritt mener jeg kan knyttes mot dette. Stern beskriver hvordan bevegelsesprosessen i en psykoterapeutisk prosess eller relasjon i hverdagslivet ofte er preget av uforutsigbarhet. Det er et felles skaperarbeid med en del rot som arbeider i et samspill som kan kalles: ”treffe-bomme-reparere-videreutvikle” (Stern, 2007, s. 160-161). Transportasjoner eller flere små relasjonelle skritt og møte øyeblikk kan over tid resultere i en mer varig endring. Det er slik jeg forstår endringsprosessene i mitt anvendte drama arbeid. Som noe som potensielt kan sette i gang en endringsbevegelse, en *transportation*, på det det kognitive, emosjonelle eller sanselig erkjennende plan. Det er i større grad anerkjennelsen av endringsbevegelsen som en viktig del av endringsprosessen, og i mindre grad den endelige endringen. Nicholson er kritisk til å benytte transformasjon som begrep om det som skjer gjennom anvendt drama/teater praksis, og stiller spørsmål til hvem sine verdier og og interesser forvandlingen tjener. Det anvendte drama kan ses på gjennom gave metaforen peker Nicholson på. Den velmenende intensjonen med gaven man mener man gir gjennom teaterpraksisen er en del av et paradoks, da det som er ment å være en gave eller fremme noe positivt også ”(...) may be thought to be poisonous by those who live in a different context and whose vision of a good life differs from our own” (Nicholson, 2005, s. 161-162). Gaven kan også oppfattes eller oppleves som noe giftig eller skadelig av de som lever i konteksten hvor det anvendte teaterprosjektet opererer. De kan ha et annet perspektiv på hva som er et godt liv, og det som hadde en velmenende intensjon kan også virke negativt. Nicholson beskriver hvordan forventninger om gjensidighet eller å få noe tilbake skader gaven. I anvendt teaterpraksis er det viktig at den anvendte teaterpraktikeren er bevisst egne forventninger for den anvendte teaterpraksisen, og dens bidrag. Man bør ha en forpliktelse til åpenhet for det som skjer i aktuell kontekst og prosess. Nicholson fremhever at det er viktig at praktikere gjenkjenner at deres rolle ikke er å gi deltakeren en stemme, ”(...)but to create spaces and places that enables the participants’ voices to be heard” (2005, s. 163). Med mitt praktiske arbeid mener jeg at jeg tilbydde noen rom hvor undring, refleksjon og handling kunne få plass på en annerledes måte, dersom deltakerne selv ønsket det.

### 3.0 Vitenskapsteori og metode

For å finne svar på min problemstilling benyttet jeg en kvalitativ og kunstbasert forskningsmetode. Forskningsdesignet var enkeltcase-studie som var fleksibelt og utforskende, med mulighet for å justere underveis i den praktiske prosessen. Erfaringer fra pilotprosjektet tilsa at dette kunne oppstå, og jeg var forberedt på å justere forskningsdesignet underveis ved behov. Gruppen som ble utgangspunkt for mitt case studie møttes 1 gang hver uke, over 8 uker. Jeg har valgt å gå mer i dybden på noen beskrivelser i det ferdig innsamlede datamateriell. Målet med å ha en bred datainnsamling var å oppnå såkalte tykke beskrivelser. Slik kunne jeg få en detaljert beskrivelse av møtet mellom aktivitetene i gruppa og med deltakerne for å forstå mer rundt denne opplevelsen. Fokus for undersøkelsen var deltakerperspektivet og å forstå og belyse noe om opplevelsen til gruppedeltakerne i møte med aktiviteter i gruppen. Videre ble dette knyttet sammen med teori for å si noe hvordan opplevelsene kunne bidra til estetiske erfaringer. Jeg hadde en fenomenologisk og hermeneutisk forskerinnstilling med meg inn i arbeidet, og i arbeid med data var dette sentralt. Det praktiske arbeidet, valg av forskningsmetode og valg av vitenskapsteoretiske perspektiv var påvirket av kunnskapssynet mitt. Det vil jeg nå beskrive.

#### 3.1 Kunnskapssyn

På 1900-tallet ble synet på kunnskap og forholdet mellom naturvitenskap og kulturvitenskap diskutert. Filosofen Hans Skjervheim kom med artikkelen *Det instrumentelle mistaket og Deltaker eller tilskodar*, Ellen Key med boken *Barnets århundre*, og blant annet Martin Buber med møtepedagogikk og dialogteori. Andre sentrale dialogteoretikere er Freire og Bakhtin. For min undersøkelse var det viktig å bringe inn det dialogiske syn på kunnskap. Rasmussen viser til Fuglsang og Olsen(2004) som påpeker Skjervheim syn: ”Forståelse av virkeligheten forutsetter, ifølge Skjervheim, en engasjert deltakelse i den samme virkeligheten som forskeren og forskningsgjenstanden utgjør. Det er i dialogsituasjonen vi er i stand til ikke å måle av en virkelighet, men å skape kunnskap” (Rasmussen, 2012, s. 30). Min egen aktive deltakelse i møtet med deltagerne ble viktig i mitt forskningsarbeid, for å unngå å undersøke med et distansert og objektivt blikk. Sammen med dette kommer fordringen om å være den selvreflekterende praktiker med et forskningsblikk. Begrepet er hentet fra Donald Schön som beskriver den selvreflekterende praktiker i dialog mellom tanken og handlingen. “Mening er kun mulig eller interessant hvis den som skal forstå en annen, også ser at ens eget møte med

den andre påvirker hvem den andre er og hva denne gjør” (Rasmussen, 2012, s. 30).

Rasmussen peker på at det innen blant annet humanistisk psykologi har vært ivaretatt en kunnskapstradisjon som favner det relasjonelle og interaktive synet på kunnen<sup>6</sup>. Det kan fanges opp gjennom kunstfaglig forskning. Rasmussen nevner også den intersubjektive meningsteorien til for eksempel Gadamer, og Dewey sin kulturteori og kunstmodernisme som eksempler på disipliner hvor det relasjonelle og interaktive synet på kunnen har vært levende.

Erfaringskunnen (experiential knowing) betyr et direkte møte med et fenomen hvor man erfarer nærvær til det/den andre gjennom kropp, følelser og forestillinger. (...)Det er en kunnskapsform vi kjenner – gjennom for eksempel å arbeide i et sanselig og kroppslig fellesskap med drama og teater som kommunikasjonspråk (Rasmussen, 2012, s. 33).

Psykodrama kan være en slik kunnskapsform mener jeg. Og for at jeg skal forstå noe av deltakernes opplevelser i møte med denne metoden og andre kreative arbeidsformer, valgte jeg selv å være deltakende og nær de jeg skulle undersøke for å få et helhetlig bilde. Det brakte både med seg noen utfordringer og muligheter.

### **3.1.1 Egen rolle i det praktiske gruppearbeidet og i undersøkelsen**

Med utgangspunkt i kunnskapssynet jeg bygger på i forbindelse med undersøkelsen blir nærheten til deltakerne viktig. Jeg valgte selv å være den som ledet det praktiske arbeidet i gruppa, og den som gjennomførte undersøkelsene i etterkant. Utfordringer som følger med en slik nærhet til deltakerne i undersøkelsen var blant annet at det var krevende for meg å ha flere ulike roller i det samme prosjektet. Både å være prosjektleder, gruppeleder, psykodramaterapeut og forsker, krevde kommunikasjon om prosjektet og arbeidet i gruppen på flere nivå og til flere ulike mottakere. Dette kunne gi rom for misforståelser dersom kommunikasjonsformen ikke var tilpasset mottakerne. Deltakerne kunne også gi uærlige beskrivelser av hvordan de opplevde å delta i gruppen av hensyn til meg. Samt at bevisstheten om gjennomføring av undersøkelsen i etterkant av gruppen, kan ha innvirket på hva som ble delt. Fordelene og mulighetene ved en slik nærhet er å komme tett på de hendelsene og situasjonene deltakerne beskriver, og ha vært en del av ”samme” virkelighet som de beskriver i gruppen. Det kan gi rom for en større forståelse av deltakernes beskrivelser rundt situasjoner i gruppen når gruppen er avsluttet. Jeg formidlet at jeg var åpen for et samarbeid med ansatte på enheten i forbindelse med planlegging og gjennomføring av gruppen, men enhetsledelsen

---

<sup>6</sup> Uttrykket kunnen (knowing) brukes noen ganger alternativt til kunnskap (knowledge) for å understreke verdien av kunnskapshandlingen framfor kunnskapsproduktet (Rasmussen, 2012, s. 30).

synes det var fint at jeg ledet gruppen alene, og hadde tillit til dette etter tidligere utført pilotprosjekt.

Jeg vil nå beskrive vitenskapsteoretiske perspektiv for undersøkelsen. Det var med som en forståelseshorisont sammen med mitt kunnskapssyn, underveis i undersøkelsen.

### **3.2 Hermeneutikk, intersubjektivitet og psykodrama**

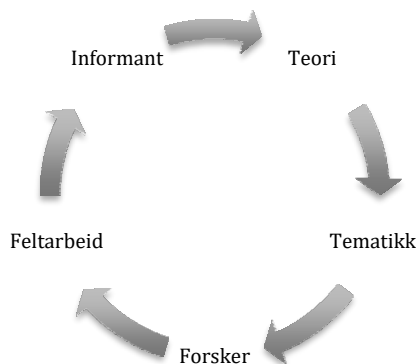
Den hermeneutiske tradisjon er det vitenskapelige grunnlaget for kvalitativ forskning.

Filosofen Hans-Georg Gadamer (1900-2002) og hans verk *Sannhet og metode* tar for seg hans hermeneutiske teorier og er et viktig bidrag for å søke innsikt i forståelsens natur slik jeg gjorde i min undersøkelse. Gadamer utviklet den moderne hermeneutikken, og hans hermeneutikk vil jeg ta med inn som en av flere forståelseshorisonter for min tematikk og undersøkelse. En sentral tanke ved Gadamers teori og filosofi er at vi alle har med oss en forforståelse når vi går inn og prøver å forstå noe. Denne forforståelsen kaller han fordom. Ordet fordom har i dagligspråket en negativ assosiasjon, men han mente det ikke bare slik. "Fordom" betyr altså på ingen måte en falsk dom. I begrepet om en fordom ligger det at den kan vurderes positivt og negativt" (Gadamer, Schaanning & Holm-Hansen, 2012, s. 307). Den enkelte persons fordommer utgjør "(...)langt mer enn hans dommer, hans værens historiske virkelighet" (Gadamer et al., 2012, s. 314). En fordom er en første forståelse. Denne kan endre seg idet vi får mer innsikt. Hos meg synliggjøres en del av mine forforståelser gjennom mitt teoretiske grunnlag, beskrevet i kapittel 2. Eventuelle hypoteser rundt hva jeg tror blir utfallet av gruppens arbeid er også en del av en slik forforståelse. At jeg selv har positive erfaringer knyttet til anvendelse av psykodrama og kreative metoder, kan ses på som en forforståelse jeg har. Men det betyr ikke at det blir resultatet av arbeidet i gruppen. Samtidig vil mine forforståelser innvirke på min fortolkning av ulike deler og helheter i det praktiske feltarbeidet. Denne prosessen inngår i den hermeneutiske sirkel, som vil si hvordan skiftingen mellom del og helhet, forståelse/forforståelse og fortolkning driver den hermeneutiske fortolkningsprosessen fremover mot økt kunnskap om noe. Det kan være en tekst eller noe som skjer i praksis. I mitt undersøkelsesarbeid går jeg inn med en forforståelse og prøver å forstå del elementer. Det kan revidere mine forforståelser som gjør at jeg vil se det som skjer i praksis på en annen måte. Dette prosessarbeidet inngår i den hermeneutiske sirkel hvor det skiftes mellom del-helhet, og forforståelse som driver forståelsesprosessen fremover. Fordommene er det som gjør at vi kommer inn i den hermeneutiske sirkelen (Krogh, 2009, s.

53), og forståelse- og fortolkningsprosessen kommer i gang. Gadamer sitt begrep horisont er summen av fordommer og forforståelser. Når han beskriver horisontsammensmelting snakker han om et møte mellom to horisonter. Det er her den intersubjektive meningsteorien kommer inn og som Rasmussen og Kristoffersen beskriver det:

Det som Moreno og blant annet Gadamer (Gadamer, 2004) tilfører interaksjonismen, handler om intersubjektivitet. Vi forstår at to parter taler til hverandre, men ikke fra statiske posisjoner, som i eldre retorisk oppfatning. Partene (alle roller) har et intensjonelt engasjement, men når intensjoner møtes kan partene oppgi sin autoritet og underkaste seg samspillet dynamikk (2011, s. 166).

Her er form og spontanitet i samhandling, i møte mellom to eller flere personer, og ny mening kan skapes. Dette er noe av kjernen ved det psykodramatiske møtet og rollebyttet. Samtidig vil denne måten å finne mening, kunnskap og få ny innsikt på, være med inn i mitt møte med gruppedeltakerne for å skape kunnskap sammen med dem om deres møte med hendelsene i gruppen. Så vekselvirkningen mellom del og helhet, forforståelse og fortolkning, og intersubjektiv meningskonstruksjon vil foregå på to nivå. Både på mikronivå i møte med hver enkelt gruppedeltaker i det praktiske arbeidet i gruppen, og på makronivå i bevegelsen mellom de ulike delene underveis i forskningsprosessen etter at det praktiske arbeidet i gruppen er avsluttet. Slik vil jeg forsøke å beskrive noe av deltakernes egne beskrivelser av det å delta i gruppen. Denne kunnskapsskapende prosessen vil foregå mellom innsamlet data(empiri), fortolkning, teori og forståelse av dette slik som vist i figur 2.



Figur 7: Den hermeneutiske sirkel knyttet til forskningsprosessen (Gjærum, 2016).

### 3.3 Fenomenologi

Edmund Husserl (1859-1938) grunnla fenomenologien. Utgangspunktet er levd erfaring. Fenomenologene er opptatt av at vi må innta en holdning som går ut på ikke ta en hendelse eller et fenomen for gitt. Husserl beskriver overgangen fra en naturlig holdning til en fenomenologisk holdning, og hvordan vi må etterstrebe en slik holdning for å undersøke et

fenomen og dets essens med dets meningsstruktur (Lindseth & Norberg, 2004, s. 146). Dette perspektivet ønsker jeg å ta med meg inn som en del av min forståelsehorisont for hendelser i gruppen. Samt for forståelsen av gruppedeltagernes opplevelse av disse hendelsene. Det ville vært en del av den dobbelte fortolkning ut ifra Gadammers hermeneutikk. Deltakerens opplevelse og møte med disse fenomenene og mine forsøk på å fortolke og forstå disse opplevelser ut ifra deltakernes egne beskrivelser av dem, resulterer i en dobbelt fortolkning.

### **3.3.1 Fenomenologisk hermeneutisk tradisjon**

Anders Lindseth og Astrid Norberg peker på at i Husserl's terminologi er denne bevegelsen fra naturlig til fenomenologisk holdning overfor et fenomen uttrykt på en relativt teknisk og komplisert måte. De mener denne overgangen er lettere å forstå i den fenomenologisk hermeneutiske tradisjonen. De beskriver at i en naturlig holdning har vi en holdning hvor vi dømmer og allerede har gjort oss forhåndsbestemte forståelser eller oppfattelser av noe. Vi vet noe allerede og vi konkluderer og tar for gitt hva som er ment med hendelsen. Dersom jeg hadde gjort dette i forbindelse med en deltakeres fortelling om hvordan han eller hun opplevde en hendelse, kan man si at min forforståelse og fordom virker inn, og at jeg på en måte gjør en hendelse eller fenomen en urett. Idet jeg gjør meg opp en mening ut ifra min forforståelse, uten å undersøke om min oppfattelse og fortolkning stemmer med hvordan denne deltakeren selv forstår denne hendelsen, er det min forforståelse som presenteres. Om overgangen til den fenomenologiske holdningen skriver Lindseth og Nordberg: "To shift to the phenomenological attitude we must refrain from making judgements about the factual. We must accomplish epoché or bracketing. The easiest and, so to speak, the natural way of doing this is to narrate from lived experience" (Lindseth & Norberg, 2004, s. 147). Rasmussen viser til en forsker innen humanistisk psykologi John Heron når han skriver at: "en av Herons viktigste validitetskriterier er den fenomenologiske reduksjon, som betyr en mental utsettelse av påstandskonstruksjoner for tidlig i prosessen" (Rasmussen, 2012, s. 42). Dette hadde jeg som mål å ta med meg inn både i møte med gruppedeltakerne i intervjusituasjoner i etterkant av grupper, og i forbindelse med analysearbeidet. Jeg forsøkte å beholde en åpenhet og ikke la egne fortolkninger og fordommer påvirke min forståelse av det gruppedeltakerne sier for tidlig i prosessen. Selv om dette er et mål å strekke seg etter, vil alltid noe av min forforståelse innvirke på min fortolkning av deltakernes beskrivelser. Som nevnt under 3.2 er det noe av det som er med på å drive forståelsesprosessen fremover.

### 3.4 Case studie som forskningsdesign

”Et kasus har nemlig egenverdi som et forbilde: Det kan fungere som et redskap for læring (Løvlie 1990)” (Kvale & Brinkmann, 2015, s. 314). Case studie som metode konsentrerer seg om en ting og ser på det i detalj, og prøver ikke å generalisere fra dette. Denne ”tingen” kan være alt fra en person, en gruppe, en institusjon et land, en hendelse, en tidsperiode eller hva som helst (Thomas, 2010, s. 3). Den ”tingen” jeg ønsker å undersøke er opplevelsen ved å delta i en gruppe som blant annet benytter psykodrama og hvordan det kan bidra til estetiske erfaringer. Gjennom undersøkelse av deltakernes beskrivelse av opplevelser i en gruppe hvor psykodrama og andre kreative uttrykksformer er en del av aktivitetene de deltar i, er målet å kunne belyse dette. Dag Ingvar Jacobsen beskriver at det finnes mange ulike definisjoner på hva en case er, men peker på at det som er felles er vektleggingen av en inngående studie av en eller noen få undersøkelsesenheter (2015, s. 97). Han beskriver hva en undersøkelsesenhet er og at det kan finnes mange ulike slike enheter, og at de kan avgrenses i tid og rom. Det studeres det som skjer i konteksten hvor fenomenet utvikler seg. Videre peker Jacobsen på at slike undersøkelser er komplekse ettersom de inneholder svært mange forhold som er interessante å studere, altså flere variabler (2015, s. 99). Slike undersøkelsesopplegg er empirinære eller virkelighetsnære, ”Virkelighetsnært” betyr at undersøkelsen tar utgangspunkt i dem som blir studert, deres forståelse og den konteksten de inngår i.(...) Intensive undersøkelsesopplegg vil dermed score høyt på intern gyldighet” (Jacobsen, 2015, s. 91). Det vil si at de som har deltatt i undersøkelsen vil kjenne seg igjen i beskrivelsen av hvordan noe opplevdes. Dette gir et godt utgangspunkt for en teoretisk generalisering som vil si at man kan ut ifra et mindre antall observasjoner(f.eks en eller noen få case) danne en generell teori om hvordan virkeligheten ser ut, og hvordan fenomener henger sammen (Jacobsen, 2015, s. 90). Min studie blir en enkeltcase-studie i den forstand at det er én gruppe, over et bestemt tidsrom, på et bestemt sted, som er konteksten for det fenomenet jeg undersøker. Gjennom fyldige beskrivelser har jeg som mål å gi detaljerte beskrivelser av virkeligheten og peke på noen av disse variablene. Innad i dette enkeltcase-studiet, finnes det flere hendelser med flere variabler. Ved at jeg velger å gå mer detaljert inn på noen av enkeltindividenes beskrivelser av ulike hendelser, forsøker jeg å få tak i noen av disse variablene for å belyse problemstillingen. Min undersøkelsesenhet for denne undersøkelsen mener jeg blir en kollektiv enhet hvor de 10 deltakerne sine beskrivelser av opplevelser, blir gjenstand for overordnet empiri beskrivelser på gruppenivå. På individnivå vil jeg gå nærmere inn på noen enkeltindivider i gruppen og deres beskrivelser og drøfte disse. Det kan ses på

som enkeltcaser i enkeltcase-studiet. Prosjektet er vurdert og godkjent av Norsk Senter for forskningsdata (NSD), personvernombudet for forskning (vedlegg 1).

Gary Thomas skriver at ”The main feature of your choice of case will be the interest that you have in the subject of the study. Why are you interested in it?” (Thomas, 2010, s. 3), og påpeker at dette blir en del av rettferdiggjørelsen for valg av case study. En del av min begrunnelse beskrives i avsnitt 1.2. Samtidig så er jeg interessert i dette fordi det for meg personlig har vært verdifulle hendelser og opplevelser i ulike psykodramagrupper, hvor det er blitt åpnet for et annet kommunikasjonsspråk enn kun det verbale. Gjennom uttrykksmåter som også rommer handling og kunstuttrykk har jeg opplevd å få ny erkjennelse og innsikt som har vært viktig for min utvikling. Samtidig er jeg nysgjerrig på hvordan hendelser i en gruppe som åpner for dette oppleves og beskrives av andre. Hva som er for mye for en person, er kanskje akkurat passe for en annen og balanseringen av de ulike behov og hensyn i en psykodramagruppe er interessant å studere nærmere. Valg av deltakergruppen med rusavhengige i behandling er interessant på grunn av utgangspunkt for studie nevnt i avsnitt 1.2, og fordi utfordringen knyttet til å ha bevissthet rundt og kunne uttrykke egne tanker og følelser er så sentral i en slik behandlingssammenheng.

### **3.4.1 Tredimensjonalt visning av undersøkelsesmaterialet**

I forbindelse med at jeg gikk mer detaljert inn i gruppen som et enkeltcase, var det viktig å se på tematikken fra flere perspektiv og flere retninger. Jacobsen viser til antropologen Clifford Geertz sine ”thick descriptions” og trekker frem at case studier er godt egnet for å gi detaljerte beskrivelser av virkeligheten og en mulighet for å forstå samspillet mellom aktør og kontekst (Jacobsen, 2015, s. 99). Thomas viser til den franske filosofen Michel Foucault og sier at man må se på en tematikk fra flere og varierte vinkler for å utvikle det Foucault kalte *polyhedron of intelligibility*. Slik vil vi oppnå: ”rounder, richer, more balanced picture of our subject is developed – we get a three-dimensional view” (Thomas, 2010, s. 4). For å prøve å ivareta dette i min undersøkelse, benyttet jeg flere ulike praktiske forskningsverktøy for innsamling av data.



### 3.5 Rekruttering til deltakergruppen

Deltakergruppen ble forespurt av enhetsleder eller kontaktperson i tråd med anbefalingene fra NSD (vedlegg 1). Jeg oppfordret til at kontaktpersonen som kjente personen(-e) i behandling godt valgte ut de mulige deltakerne for forespørsel om deltakelse. Ansatte fikk et skriftlig informasjonsbrev om prosjektet og gruppen tre uker før planlagt oppstart av gruppen. Jeg presenterte prosjektet muntlig på en ledersamling 1 uke før planlagt oppstart, hvor det også var mulighet for å stille spørsmål og avklaringer. På bakgrunn av dette spurte de ansatte direkte de som de mente kunne være potensielle deltakere til en slik gruppe og prosjekt om de var interessert i å delta. Dersom svaret var positivt var neste skritt muntlig og skriftlig gjennomgang og signering av samtykkeskjema for deltakelse og i forhold til lydopptak av gruppene (vedlegg 3). Noen kriterier som ble formidlet av meg muntlig eller skriftlig i forhold til deltakere til gruppa var at de med stor grad av sosial angst ikke burde delta i gruppen, og at det var minst to deltakere fra samme kjønn, og at deltakeren har en viss forutsetning for å fungere i en gruppe med andre (lytte til andre, samhandle) Dersom det var veldig dårlig funksjonsnivå knyttet til dette ble det anbefalt at deltaker ikke skulle delta i gruppen. Deltakerene i gruppen hadde varierende alder og lengde i behandling. Mitt taushetsløfte omfattet enhetsleder og de som var kontaktpersoner for deltakerne i gruppa. Jeg vil nå beskrive hvordan jeg samlet inn data.

### 3.6 Datainnsamling

De forskningsverktøyene jeg benyttet meg av mens gruppene pågikk var lydopptak av gruppene, deltakende observasjon og feltdagbok. Kunstbaserte datainnsamlingsformer var gjennom bilder av figurer, postkort, tegninger og dikt som ble brukt eller laget i arbeidet i gruppen. Feltdagbok skrev jeg så umiddelbart etter gruppene som det var praktisk mulig. Datainnsamling etter at gruppen var avsluttet foregikk gjennom skriftlig spørreskjema (vedlegg 4) og kvalitativt, individuelt, semi-strukturert intervju. Spørreskjemaene hadde syv svaralternativer utformet som en Likert-skala<sup>7</sup> (Jacobsen, 2015, s. 268) for spørsmål 1 for å si noe kort og overordnet om hvordan det hadde vært å delta i gruppen. Spørsmål 2 var også inspirert av en slik Likert-skala for å sette opp svaralternativer. Spørreskjema ble delt ut til alle som deltok i gruppen i kortere eller lengre tid, rett etter gruppen var avsluttet. Det ble

---

<sup>7</sup> "Ofte vil spørsmål formulert som påstander inneholde flere spørsmål der svaralternativene er de samme, f.eks. fra "helt enig" til "helt uenig" eller fra "passer helt" til "passer ikke i det hele tatt" Ofte kalles slike svaralternativer for en Likert-skala" (Jacobsen, 2015, s. 268).

oppfordret til å fylle ut dette før deltakerne kom til intervju. Noen hadde fylt ut på forhånd, og noen gjorde det der og da rett før vi begynte intervjuet. Spørreskjemaet ble tatt med til intervjuet, og eventuelle utdypningsspørsmål, uklarheter ved spørsmål i spørreskjema ble det mulighet for å spørre om da i forkant av intervjuet eller underveis i intervjuet.

### **3.6.1 Utvalg av personer til intervju**

Jacobsen peker på at det er ulike måter å gå frem for å velge ut personer til individuelle intervju, men trekker frem at det i kvalitative undersøkelser er det formålsoverrettede som leder vei i utvelgelsesprosessen. Altså at vi hele tiden velger ut de enhetene vi tror kan gi oss den mest interessante informasjonen for å belyse den problemstillingen vi har valgt (Jacobsen, 2015, s. 194). Jeg valgte å intervju alle som deltok i gruppen. Grunnen til det er todelt. For det første så ønsket jeg å sikre en bredde og variasjon knyttet til opplevelsbeskrivelser og betydning blant de forskjellige deltakerne i gruppa hvor både positive og negative synspunkter ble inkludert. For det andre så synes jeg det var vanskelig å skulle forutsi hvem som var positive og negative, og hvem av deltakerne som kunne gi meg spesielt interessant informasjon. Jeg hadde noen hypoteser, men valgte å utsette valget om hvem av deltakerne som kunne gi meg spesielt interessant informasjon. Knyttet til den fenomenologiske reduksjon kan dette ses på som en mental utsettelse av påstandskonstruksjoner for tidlig i prosessen, og en måte å beholde åpenhet i undersøkelsesprosessen.

### **3.7 Kvalitativt individuelt semi-strukturert intervju**

Intervjuformen var kvalitativ, delvis åpen og individuell. Jeg valgte individuelt intervju for å prøve å få tak i hva hvert enkelt individ mente og sa. Fokus gruppe intervju vurderte jeg, men kom frem til at risikoen ved at deltakerne da gjentar de andres svar, i stedet for å beskrive egne opplevelser og kommer med den betydningen de selv legger i deltakelsen, er for stor. Som Jacobsen peker på så vil vi ofte i en fokusgruppe oppleve at gruppen utvikler en felles forståelse av hva som har skjedd, og de individuelle synspunktene tones ned. Jacobsen viser til Hollander og peker på at resultater fra gruppeintervjuer i meget stor grad er et produkt av gruppeprosesser (2015, s. 161). Jeg valgte en intervjuguide (vedlegg 5) som var sterkt prestrukturert og følger en rekkefølge, med hovedsakelig åpne svar. Oppbygging går fra det generelle inn mot det mer spesifikke. Noen av spørsmålene har svaralternativer, men alltid en

mulighet for å velge annet og beskrive med egne ord. Jeg hadde under intervjuet også en mulighet til å stille oppfølgingsspørsmål eller å hoppe over spørsmål jeg opplevde allerede var besvart. To av spørsmålene i intervjuet var oppfølging av spørsmål 3a og 3b fra spørreskjema og inneholdt svaralternativer. Intervjuene ble gjennomført på behandlingsstedet (BS), ansikt til ansikt med deltakerne. Ut ifra at deltakerne er i behandling og bor på BS, er det i deres situasjon det nærmeste jeg kommer et naturlig sted. Altså et sted hvor den som intervjues "føler seg som hjemme". Det kan sies å virke positivt for intervjuet knyttet til konteksteffekt. Samtidig er det ingen kontekst som er nøytral, og BS kan også være en kontekst som innvirker på intervjuet og svarene som gis (Jacobsen, 2015, s. 152).

### **3.7.1 Svake og sterke sider ved intervjuet**

En svak side med at intervjuet foretas ansikt til ansikt er at intervju effekten er relativt stor, det vil si at jeg som intervjuer kan påvirke den som intervjues. Sterke sider er at det er et godt intervju for å bygge videre på tillit og åpenhet som kan ha blitt etablert gjennom grupperelasjonen. Jeg valgte å gjennomføre intervjuene selv på grunn av nærheten til det arbeidet vi har gjort i gruppen, og nærheten til deltakerne. Dette støtter seg på et dialogisk syn på kunnskapsskaping og på forståelsen om at for å forstå noe om virkeligheten deltakerne beskriver (det å delta i gruppa) må jeg selv ha en engasjert deltakelse i den samme virkeligheten som forskningsgjenstanden utgjør. Samtidig kan også denne nærheten til gruppedeltakerne, gi forforståelser knyttet til deres svar. Det stiller krav til at jeg er en reflektert praktiker, at jeg arbeider med å gå inn med en åpen fenomenologisk holdning og at jeg virkelig lytter til deltakernes svar. Møtet, og min egen aktive deltakelse i møtet med deltagerne blir viktig i mitt forskningsarbeid, for å ikke se på det jeg skal undersøke med et distansert og objektivt blikk, og slik kunne skape kunnskap sammen med deltakerne og ikke måle av en kunnskap. Det som jeg her argumenterer for at er en sterk side ved å gjennomføre intervjuet på denne måten, kan samtidig være en svak side. Det kan også innvirke på svarene som blir gitt, og hvilken type informasjon som blir delt og ikke. Det ligger et potensiale for en stor grad av undersøkelseeffekt i min undersøkelse, altså at jeg ender opp med å måle noe jeg selv har skapt, i stedet for å måle hvordan respondenten opplever et fenomen (Jacobsen, 2015, s. 132). At deltakerne har lest informasjonsskriv og samtykkeskjema knyttet til deltakelse i forskningsprosjektet, hvor jeg valgte å være åpen rundt undersøkelsen og hva den gikk ut på, kan ha påvirket svarene og deres deltakelse, hva de svarer og sier noe om, og ikke sier noe

om. Mitt mål og ønske om å være nær de som undersøkes og det som undersøkes for sammen å *skape* kunnskap og oppnå åpenhet og tillit, har også flere svakheter. Nærheten kan bli for tett, og dette kan innvirke på den interne gyldigheten til undersøkelsen. Jeg kunne valgt å la noen andre gjennomføre intervjuene, noen fra enheten, eller en assistent i gruppen dersom jeg hadde hatt det med. Svarene ville da kunne bli annerledes, dersom deltakerne kunne svare til en mer nøytral part. Samtidig kunne det også åpne for ulemper som misforståelser og at andre forforståelser kom inn og preget deltakernes beskrivelser. Med begrensede ressurser, og meg selv som eneste person til praktisk å gjennomføre dette arbeidet, valgte jeg å gjøre intervjuene selv. Dette til tross for disse svake sidene. Jeg hadde et prøveintervju med en kollega i forkant av intervjuene med deltakeren, hvor jeg fikk nyttige tilbakemeldinger, og forberedte meg godt før jeg møtte deltakerne. I intervjuet informerte også om at jeg nå var i en litt annerledes rolle, intervju-rollen og ikke gruppeleder-rollen, og at dersom jeg virket stille var det fordi jeg fokuserte på å lytte til deres svar. Min vurdering var også at åpenheten og relasjonen som var blitt etablert kunne virke positivt inn på undersøkelsen. Trygghet, interesse og motivasjon for å fortelle noe om egen opplevelse kunne være større som følge av dette.

### 3.8 Transkripsjon

Å transkribere betyr å transformere, skifte fra en form til en annen. Fra muntlig tale, et levende samspill ansikt til ansikt i den muntlige samtalen som kunnskapsskaping, til en skriftlig form. Noe går tapt i transkripsjonen, av kroppsspråk, kroppsholdning og gester, stemmeleie, og andre ting fra den direkte sosiale og levende interaksjonen, det er det viktig å huske på når jeg i etterkant av transkribering begynner og forholde meg til denne skriftlige teksten som en del av min empiri. Kirsti Malterud påpeker at:

De virkelige rådata er den faktiske hendelsen slik den faktisk fant sted i tid og rom mellom de impliserte parter, og deres opplevelse av den. I samhandlingen mellom forsker og deltakere konstrueres en avgrenset versjon av virkeligheten for et bestemt formål (Malterud, 2011, s. 75).

Respekt for transkripsjonsfasen av forskningsprosessen er viktig, da det i denne fasen foregår filtrering og tolkning av materialet. ”All nærkontakt med materialet innebærer at forskeren setter spor i materialet som på ulike måter kan påvirke meningen i teksten” (Malterud, 2011, s. 78). Som Steinar Kvale og Svend Brinkmann skriver er transkripsjoner kort sagt svekkede, dekontekstualiserte gjengivelser av direkte intervjusamtaler (Kvale & Brinkmann, 2015, s. 205). De påpeker at det finnes én grunnregel i transkripsjon, at det tydelig og uttrykkelig fremgår i selve forskningsavhandlingen hvordan transkripsjonen er utført. Det vil jeg nå gjøre.

Jeg gjennomførte selv transkripsjoner av lydopptak fra alle gruppene og intervju, kort tid etter avsluttet gruppesesjon og intervju. For gruppene gjorde jeg dette ukentlig før neste gruppe. Det gav meg innsikt i min gruppeledelse, som både var verdifullt og frustrerende. Det var fort å bli selvkritisk på egen gruppelederrolle her, og det var nyttig å få veiledning og tilbakemelding underveis på mine refleksjoner rundt egen gruppeleder rolle. Denne ukentlige transkripsjonen bidro til refleksjoner rundt gruppeprosessen og veien videre. Jeg anonymiserte respondentenes identitet allerede på transkripsjonsstadiet. Når lydopptakene ikke ble bearbeidet til transkripsjoner, eller når transkripsjonene ikke ble bearbeidet av student, var de nedlåst. Da jeg bearbeidet lydopptakene eller transkripsjonene arbeidet jeg uten nettverkstilgang. I det gjengitte transkripsjonsmaterialet i oppgaven er fiktive navn benyttet, og nødvendige omskrivninger knyttet til deltaker, tredjepersoner og steder gjort for å sikre anonymiteten til deltakerne og konfidensialitetene til andre personer som nevnes. Jeg skrev også logg knyttet til egne refleksjoner og opplevelser i etterkant av gruppene, og intervjuene for å beholde noe av den sosiale og emosjonelle aspektet ved gruppene og intervjuene. Kvale og Brinkmann skriver at ”under transkripsjonen vil de forskere som gjør disse transkripsjonene selv til en viss grad huske eller gjøre seg tanker om de sosiale og emosjonelle aspektene ved intervjusituasjonen, og vil allerede ha påbegynt meningsanalysen av det som ble sagt (Kvale & Brinkmann, 2015, s. 207). Selv om noe av meningsanalysen ubevisst eller mer eller mindre bevisst startet under transkripsjonene, jobbet jeg med å utsette dette arbeidet. Men nye sider og nyanser kom tydeligere frem etter hvert som transkripsjonsarbeidet skred frem, og i etterkant ved flere lesninger av intervjutekstene. En utsettelse av fortolkningen har jeg også forsøkt å ivareta underveis i transkriberingen ved å kun beskrive det som skjer, og skrive f.eks *lav stemme*, i stedet for sjenert, selv om det ikke er mulig å fullstendig forhindre at det skjer. Der jeg har valgt å skrive inn smil sammen med latter, humring, prøver jeg å bevare noe av den sosiale konteksten slik jeg husker det, men det kan jo også være en fortolkning som dukker opp hos meg idet jeg jobber med transkribering av lydopptaket. I transkripsjonene så benytter jeg noen forkortelser. De beskrives her:

P: protagonist. (P) Bekken: Protagonisten i rollen som hjelpegoet bekken.  
 S: Siri  
 D: Deltaker (en av de 10 deltakerne)  
 Kenneth, Hanna, Tom, Helge, Per, Ella, Ole etc. - Fiktive navn på deltakerne  
 D til P i teksten: Overgangen fra at jeg benevner en deltaker med enten D eller et fiktivt navn, og til at jeg bruker P for protagonist, skjer når en protagonist er valgt. Det knytter seg mot de ulike fasene i et psykodrama, og P benyttes i det de innledende fasene mot et psykodrama er i gang i gruppen, og under forberedelsene mot et psykodrama (intervju og iscenesetting), under selve psykodramaet, og i delingsfasen i etterkant av psykodramaet.  
 Pauser: angitt ved .... (ikke definert lengde her, men mer enn tre prikker er en lengre pause)  
 Latter/humring: beskrives i parentes. Heh: også en slags kort humring.  
 Smil: beskrives noen steder der jeg mener å huske at det også var et smil.  
Understreking: hvor jeg oppfattet at noe ble sagt mer bestemt eller med trykk på noen ord.

**Figur 8: Oversikt over forkortelser og teknikker som benyttes i transkripsjonene.**

### 3.9 Kunstbasert forskning og det performative forskningsparadigmet

Doktor i sosiologi, lærer og forfatter Patricia Leavy, er en sentral formidler av kunstbasert forskning. Hun beskriver at kunstbaserte forsknings praksiser er en samling av metodologiske verktøy som er anvendt av kvalitative forskere på tvers av disiplinene i alle fasene av sosial forskning. Det inkluderer data innsamling, analyse, fortolkning og representasjon. Hun peker på at kunstbaserte forskere ikke oppdager nye kvalitative forskningsverktøy, men anvender de på nye måter for å behandle sosiale forsknings spørsmål på holistiske og engasjerte måter hvor teori og praksis er sammenflettet. Videre om kunstbaserte metoder skriver hun at:

Arts-based methods draw on literary writing, music, performance, dance, visual art, film, and other mediums. Representational forms include but are not limited to short narratives, novels, experimental writing forms, poems, collages, paintings, drawings, performance scripts, theater performances, dances, documentaries, and songs. This genre of methods also comprises new theoretical and epistemological groundings that are expanding the qualitative paradigm (Leavy, 2014, s. 3).

Rasmussen peker på at begrepsutvalget for å forske med eller innenfor kunsten er bredt (Rasmussen, 2012, s. 27). Samt at noen ganger varierer meningsbetydningen innenfor samme begrep. Kunstbasert forskning er et slikt begrep: "(...) "art based research", som både kan bety at kunsten er en sentral forskningsempiri for tradisjonelle kvalitative analyser, og at den mer radikalt er basis som forskningsmetode og formidlingsform" (Rasmussen, 2012, s. 27). Henk Borgdorff beskriver at "The relationship between art and academia is uneasy, but challenging" (Borgdorff, 2011, s. 44) og viser til noe av utviklingen innenfor møtet mellom kunst og academia, og hvordan dette har vært et av de mest diskuterte temaene de siste femten årene. Rasmussen og Gjørnum beskriver at det performative forskningsparadigme "(...)betegner en videreutvikling av kvalitativ forskning, med vekt på kunstpraksis som både

menings- og kunnskapsgenerering og formidlingsform i seg selv (performativ ytring) og som data for en videre teoretisk analyse” (Gürgens Gjærum & Rasmussen, 2012, s. 15). Videre peker de på at det er et forskningsparadigme som ”(...) fordrer en kompleks forskningsdesign hvor det stilles krav til forskeren som reflektert praktiker i og om dramaundervisningen(...)” (2012, s. 15). En slik type forskning kan også kalles for praksis-ledet forskning. Min undersøkelse og forskning baserer seg på en kvalitativ metodologi, med innspill fra kunstbasert forskning. Dialogsekvensene fra psykodramaet kan ses på som performative ytringer som i seg selv generer kunnskap som kan knyttes inn til analysen. Representasjoner som dikt, bilder, tegning og de små dialogsekvensene er noe jeg forsker gjennom og noe av dette benyttes også for å presentere det empiriske materiale i kapittel 4. Min forskerrolle som en reflektert praktiker har jeg tidligere vært inne på, og står sentralt i undersøkelsen.

### **3.10 Eklektisk analyse og en polyfonisk drøftingssamtale**

Jeg fikk en stor mengde data, og har gjort et utvalg som jeg presenterer i empiri og drøftingsdelen. Tanken med lydopptakene av gruppene var at jeg kunne knytte hendelser fra gruppene mot deltakernes beskrivelser av disse hendelsene i intervjuene. Det deltakerne da trakk frem som sentrale hendelser for dem i gruppen i intervjuene i etterkant av gruppen, var et utvelgelseskriterium for hvilke hendelser fra gruppen jeg beskriver mer i detalj i kapittel 4. Kvale og Brinkmann skriver at forskere som skal forberede seg til kvalitativ intervjuanalyse kan vurdere om de skal arbeide deduktivt, induktivt eller abduktivt (eller bruke en kombinasjon). For de to første alternativene beskriver de at det forutsetter at vi har en stabil entitet som vi kan analysere gjentatte ganger. Videre skriver de at når det gjelder ”menneskers uforutsigbare verden, er dette sjelden tilfelle, og man må bruke en mer dynamisk abduktiv tilnærming i stedet og kanskje bruke mer ad-hoc pregede teknikker(...)” (Kvale & Brinkmann, 2015, s. 225). Av disse mer ad-hoc pregede teknikker finner vi analyser med fokus på mening og eklektiske og teoretisk analyser av intervjuer. Jeg har valgt å benytte meg av den eklektiske og teoretiske analysen av intervjuer. Her veier kjennskap til gjenstanden tyngre enn anvendelsen av bestemte analytiske teknikker (Kvale & Brinkmann, 2015, s. 263). Gjennom intervjuanalysen som bricolage<sup>8</sup>, vil jeg som bricolage-tolker benytte meg av en rekke blandede tekniske diskurser og bevege meg fritt mellom forskjellige analytiske former

---

<sup>8</sup> Bricolage, definisjon: konstruksjon (som en skulptur eller en idestruktur) oppnådd ved å bruke det som kommer til hånden; også: noe som er konstruert på denne måten (Merriam-Webster.com, 2018).

og teknikker (Kvale & Brinkmann, 2015, s. 263). Denne måten å analysere på står i motsetning til mer systematiske analytiske former og teknikker. Gjennom ulike meningsskapende teknikker som gjennomgang av noen utsagn og svar på spørsmål, mer inngående analyse av noen deltakere sine beskrivelser, hvor jeg gjenforteller dette mer som en fortelling, prøver å få frem deltakernes stemmer, og foretar en drøfting mot teori, vil jeg prøve å få tak i sammenhenger og strukturer som er av betydning for min problemstilling.

For å belyse problemstillingen har jeg derfor valgt å beskrive og analysere empiri på to ulike nivå. Det ene er gruppenivået, hvor jeg spesielt går inn på noen spørsmål fra spørreskjema og intervju, og som hovedsakelig er beskrivende og presenterer empiri gjennom tabeller. Det andre nivået er individnivået, hvor noen deltakere sine opplevelser knyttet til en hendelse i gruppen blir beskrevet og drøftet. Slik håper jeg å få med både en mer overordnet belysning av opplevelse ved deltakelse i en slik gruppe for gruppen som helhet, og en drøfting på individnivå knyttet til teori presentert i teori kapittelet. Som en bricolage-tolker benytter jeg meg av flere ulike tilgjengelige verktøy som kilder til analysen. Transkripsjoner fra gruppene, transkripsjoner fra intervjuene, feltdagbok, samt den mer kunstbaserte måten å forske på gjennom visuelle kilder som bilder av postkort, tegninger, figurer og dikt. Formidling av empiri og drøfting vil også ha noen innspill fra det kunstbaserte. Jeg vil benytte bilder og dikt noen steder for å formidle empirien. Ved å trekke inn det kunstbaserte i formidlingen mener jeg empirien fremstilles på en måte som får frem flere nyanser ved de ulike stemmene til deltakerne i forskningsprosjektet.

Sally Mackey beskriver i sin artikkel ”Applied theatre and practice as research: polyphonic conversations”(2016), at hun ser på anvendt teaters praktiske forskning som en produktiv, mangfoldig, polyfonisk samtale. Denne metaforen kan tilby ”(...)a productive capaciousness for embracing the complexities of the field” (Mackey, 2016, s. 487). Gjennom den flerstemmige samtalen kan flere ulike stemmer komme frem. De individuelle perspektivene kan tre tydeligere frem og noen ganger overdøve andre stemmer, samtidig gi mulighet for en mer detaljert beskrivelse av empirien. Begrepet flerstemmighet knyttes teoretisk til dialog- og språkteoretiker Michael Bakhtin (1895-1975). Bakhtin er opptatt av det kreative potensialet som finnes i spenningen mellom *ulike* stemmer og at det er “vi” som skaper mening (Dysthe, 2013, s. 90). “Mening blir til i mellomrommet, som “en bro mellom den som taler og den som lytter” eller “som “en gnist mellom to poler” (2013, s. 90). Professor i pedagogikk Olga Dysthe trekker frem at Bakhtin har fremhevet Dostojevskijs romaner som “polyfone”, fordi



hver person kommer til orde med sin stemme her, uten å bli overstyrt av forfatterens autoritative grep. “For Bakhtin er “stemme” et uttrykk for hele personligheten” (2013, s. 91).

Ved å ha analyse på gruppenivå og på individnivå er mitt mål at bredden og dybden fra stemmene som var en del av denne anvendte og praktiske forskningsprosessen formidles gjennom oppgavens tekst. ”The metaphor of polyphonic conversations is offered as a way of conceiving the nuances and particularities that can be found in community-based, applied theatre practical research” (Mackey, 2016, s. 489). Metaforen den polyfoniske samtalen, vil jeg derfor benytte for min eklektiske analyse og drøfting av empirien. Alle stemmene som utgjorde gruppeprosessen og undersøkelsessamtalen vil ikke komme frem i like stor grad, og mine valg innvirker på hvilke stemmer som får plass og ikke. Hovedvekten i drøftingen vil for eksempel være på beskrivelsen av opplevelsen til de som var positive til gruppens arbeid, og formidlet i intervjuet at de hadde deltatt i hendelser som opplevdes betydningsfulle. Ved at jeg velger å fokusere på dette er det noen stemmer som ikke høres så tydelig. Ved å fokusere på noe(-n) er det noe(-n) som blir satt utenfor.

### **3.11 Gyldighet, reliabilitet og validitet for undersøkelsen**

Den interne gyldigheten bør være høy nok for de deltakerne som er valgt ut til individnivået. Samt at stemmene til alle som deltok i gruppen høres gjennom gruppenivået. Undersøkelsen har ikke som formål å generalisere eller ha ekstern gyldighet gjennom å være representativ. Case studiet jeg har gjennomført har som formål å undersøke sammenhenger, mening og opplevelse knyttet til de deltakerne som deltok i gruppen. Jeg opplevde at oppriktigheten og troverdigheten i intervjusituasjonen var god, men det er jo mange faktorer rundt respondentene jeg ikke vet noe om, så andre motiver kan ha vært en del av bildet, og dermed innvirke på påliteligheten og reliabiliteten til deres svar. Reliabiliteten kan også kritiseres ettersom jeg både ledet gruppen, og etterpå var den som skulle undersøke hvordan det hadde vært å delta i denne gruppen. Det kan ha innvirket på hvilken informasjon som ble delt og ikke delt. Som tidligere nevnt så er potensialet for undersøkelseeffekt stor i min undersøkelse. En videre undersøkelse ville hatt fordel av at jeg kun var i den ene rollen, altså enten gruppeleder, eller forsker. Et samarbeid hvor flere deltok i undersøkelsesprosessen kunne styrket reliabiliteten knyttet til dette og gjort undersøkelseeffekten mindre.

Validiteten sier noe om hvorvidt en intervjustudie undersøker det den er ment å skulle undersøke (Kvale & Brinkmann, 2015, s. 137). Jeg mener at spørsmålene i spørreskjemaet og intervjuguiden er utformet slik at den går inn på aspekter ved opplevelse og betydning på ulike måter, slik at det skal være mulig å få svar knyttet til dette på både direkte og mer indirekte måter. Imidlertid kunne intervjuguiden vært utformet annerledes, blant annet med et mer dagligdags språk, kortere og enklere formuleringer, og kanskje med fordel bestått av færre spørsmål. Når det blir for mange spørsmål er det jo en risiko at respondentene ikke svarte så utfyllende fordi de begynte å bli slitne, og egentlig bare ville bli ferdige med intervjuet. Jeg sa imidlertid underveis i intervjuet at noen av spørsmålene nok virket som at ”dette har jeg jo akkurat svart på”, og sa at da fikk de bare si det, men at jeg spør på litt forskjellige måter for å se om det kommer andre svar. Jeg åpnet også for at det var mulig å ta en pause underveis dersom de ønsket det. Utholdenheten og tåleevnen knyttet til å sitte i et slikt intervju varierte mellom deltakerne. Omstendigheter utenfor intervjusituasjonen kan også ha innvirket på tålmodigheten og roen i intervjusituasjonen. Om validitet som sosial konstruksjon hevder Kvale og Brinkman at ”Når gyldigheten ved et funn skal fastslås – det vil si om en undersøkelse undersøker det den søker å undersøke – går undersøkelsens innhold og formål forut for metodespørsmålet” (2015, s. 281). Undersøkelsens formål og fokus var på deltakernes subjektive beskrivelse av deltakeropplevelsen og å kunne si noe om hvordan psykodrama og andre kreative arbeidsformer kan bidra til estetiske erfaringer. Utifra dette kan man si at validiteten er god og at undersøkelsen undersøker det den søker å undersøke.

### **3.12 Gruppens aktiviteter og etisk dimensjon**

De fleste av gangene hadde vi balleker som en del av oppstarten, og noen av gangene hadde vi en kort avslapping med fokus på pust i oppstart og avslutning av gruppa. Samtale, deling og refleksjoner fulgte naturlig etter aktivitetene vi gjorde.

#### Uke 1 – Bli kjent & temaene Arbeid-Relasjonelt-Indre tilstander/følelser

Oppstart av gruppen med praktisk informasjon, taushetsløfte og fokus på å bli litt bedre kjent. Balleker, to og to øvelser som ”1,2,3”<sup>9</sup> og bli kjent aktiviteter. Jeg la opp tre lapper hvor det stod skrevet *Arbeid* (det å stå opp om morgenen, samarbeide med noen i arbeid, motivere seg

---

<sup>9</sup> 1,2,3 er en øvelse hvor to personer samarbeider i par(A og B). A sier 1, B sier 2, A sier 3, B sier 1 igjen etc. Etter hvert byttes tallene gradvis ut med ut med en lyd og/eller bevegelse. Til slutt er dette en kommunikasjon med kun lyd/bevegelse mellom A og B.

selv i arbeidet/til arb.oppgavene, tålmodighet i arbeidet) -*Relasjonelt* (det å være sammen med folk, familie, venner, kjæreste, nære relasjoner) og *Indre tilstander/følelser* på hvert sitt ark. Deltakerne skulle da gå til den lappen som var mest aktuelt å ha fokus på for eget personlig arbeid på det tidspunktet. Etter de hadde gjort dette ble de bedt om å velge en figur som hadde noe med dette å gjøre, sa noe om det som var det relevante området for dem.

### Uke 2 - Psykodrama

Hovedaktivitet var at deltakerne skulle velge et postkort som for dem viste eller representerte noe de mente var viktig å jobbe med for egen utvikling. Det kunne være noe som hadde noe med det de hadde nevnt forrige gang eller noe annet. Dette resulterte i en protagonist og det ble laget et lite psykodrama.

### Uke 3 - Psykodrama

Innledende samtaler rundt det å ha lyst til å jobbe med noe, og det å ville jobbe med noe til tross for at det kan oppleves litt utfordrende og ubehagelig (lyst versus viljestyrke). Arbeid gjennom et psykodrama var hovedaktivitet, og en deltaker arbeidet som protagonist.

### Uke 4 - Dikt

Jeg leste to dikt, "Det viktige" av Arnhild Lauveng og et dikt jeg hadde skrevet selv. Postkort ble lagt ut og deltakerne ble bedt om å velge et postkort som skulle være utgangspunktet for å skrive et dikt selv. Deling, samtale og tilbakemelding til hverandre etterpå.

### Uke 5 – Tegning og psykodrama vignett

Hovedaktivitet var å tegne noe som er viktig for deg. Som du enten har eller ikke har, eller ønsker mer av. Det kunne være noe helt konkret, abstrakt, materialistisk eller relasjonelt. Det kunne også være noe som de hadde vært inne på noen av de tidligere gangene i gruppa. Noen satte tittel på tegningen. Etterpå fortalte alle litt fra sin tegning, og det ble gitt en mulighet for å jobbe videre med dette gjennom en liten psykodrama vignett.

### Uke 6 - Samtale

Kort samtale med en deltaker.

### Uke 7 - Psykodrama

To små psykodrama vignetter for to deltakere var hovedaktivitet.

## Uke 8 – Oppsummering og avslutning

Oppsummering knyttet til de tre kategoriene; *Relasjonelt, Arbeid og Indre tilstander/følelser*. Deltakerne valgte figurer inn til det området som hadde vært mest aktuelt for dem og gitt dem mest ved arbeidet i gruppa. Etterhvert lagde vi små tablåer/frysbilder ut ifra dette og samtaler vi hadde. Avrunding og avslutning av gruppa.

Prendergast og Saxton (2009) fremhever fire motiver som eksisterer i anvendte teaterprosjekt: deltakelse, estetikk, etikk og evaluering. Jeg opplever at disse kan utfordre hverandre. Det har vært viktig i forberedelse, gjennomføring og i forbindelse med evalueringsarbeidet og reflektere rundt disse fire motivene. I mitt praktiske arbeid ble deltakelse og etikk de to motivene som veide tyngst. Åpenhet og fleksibilitet for hva som var mulig og ikke mulig ut ifra deltakernes behov og forutsetninger stod sentralt og noe jeg kontinuerlig vurderte det praktiske opplegget opp mot. Samtidig hadde jeg med meg vissheten om at noe utfordring også må til i meningsfylt utvikling- og endringsarbeid. Den etiske dimensjonen og ansvaret som medfølger av å være en igangsetter av aktiviteter som kan virke åpne for følelser, tanker og personlig tematikk hadde jeg med meg underveis i vurderingen av det praktiske arbeidet i gruppa, samt i presentasjon av empirien. Dette diskuterte, reflekterte og vurderte jeg underveis sammen med veiledere, samt at jeg hadde jevnlig kontakt med enhetsledelsen ved det behandlingsstedet jeg var på underveis i det praktiske arbeidet.

## 4.0 Empiri og drøfting – en polyfonisk samtale

Jeg vil nå beskrive utvalgte empirideler og drøfte noen av de opp mot teori for å belyse problemstillingen. I samsvar med fordelingen på spørsmål 1 i spørreskjemaet (se 4.2) vil majoriteten ligge på de med positiv opplevelse. Opplevelse ved deltakelse i gruppen beskrives på to ulike nivå. Det første nivået er på gruppenivå. Dette avsnittet vil forsøke å beskrive overordnede korte synspunkter og sitater fra deltakerne som sier noe om deres opplevelse og betydning ved deltakelse i gruppen. Det andre nivået er på individnivå og søke og gå mer i dybden på noen caser fra gruppa. Kvale og Brinkmann peker på at ”Terapeutenes formuleringer av sine erfaringsbaserte kunnskap, som kasushistorier og fortellinger, blir et bindeledd mellom det singulære og det allmenne. Slike formidlingsformer har mer til felles med håndverk og kunst enn med standardformene for en formell, vitenskapelig rapportering (Kvale & Brinkmann, 2015, s. 315). Min intervjurapportering, beskrivelser av empiri og drøfting vil bære mer preg av dette håndverket. Sammen med deltakernes beskrivelser vil jeg også benytte meg av verktøy fra den kunstbaserte og performative forskningstradisjon for å belyse problemstillingen. Samlet håper jeg dette skal formidle bredden av de ulike stemmene, og gi en slags polyfonisk samtale som formidler empiri og drøfting. Jeg ønsker at alle de ulike stemmene og meningsuenighetene skal komme frem. Hovedvekten blir imidlertid mer individfokusert på noen deltakere som beskrev hendelser som de synes hadde en positiv betydning for dem.

### 4.1 Rammen for empirien –varierende oppmøte

I hvor stor grad de ulike deltakerne møtte opp og deltok i gruppen varierte over de 8 ukene gruppen varierte. Gjennomsnittsoppmøtet var på 5 personer pr.gang. Oversikt over oppmøtet kan ses i tabellen under. Der det er satt opp et tall i parentes viser til at deltakeren gikk i 1.pause eller før 1.pause, så tallet i parentes viser til antall deltakere som var tilstede fra start til slutt. De som gikk i 1.pause eller før første pause har blitt regnet inn som 0,5 knyttet til gjennomsnittsoppmøte.

Gruppa	Uke 1	Uke 2	Uke 3	Uke 4	Uke 5	Uke 6	Uke 7	Uke 8
Antall D.	8 (6)	8	9	4	6 (4)	1 (0)	4 (3)	4

Tabell 1: Oppmøte gruppa

Det ustabile oppmøtet vil innvirke på forutsetningene deltakerene har for å svare på de spørsmålene i spørreskjema og intervju, men jeg har valgt å ta med alle deltakerne sine

beskrivelser for gruppenivået. Jeg mener det er verdifullt og lærerikt og få med synspunktene til de deltakerne som var med få ganger eller sluttet i gruppa også. Det var en kjerne med 3-4 deltakere som møtte opp jevnt fra start til slutt i gruppa. Når deltakere ikke møtte opp var det forskjellige grunner som varierte fra dårlig form, legetime/tannlegetime, ”ute i rus”, annet arbeid og ferie. Grunner for at noen sluttet i gruppa beskriver jeg mer i neste avsnitt.

## 4.2 Gruppenivå – Overordnet helhet

Av totalt 10 deltakere som var påmeldt ved oppstart av gruppen valgte 4 deltakere å slutte i gruppen, og gav beskjed om dette. Det var valgfritt å si noe om hvorfor man sluttet i gruppa på spørreskjemaet. I forbindelse med det informerte samtykkeskjema for deltakelse i prosjektet, var det formidlet både muntlig og skriftlig at man når som helst kunne trekke seg uten grunn. Selv om deltakere sluttet i gruppa spurte jeg om de ønsket å delta i intervju og spørreskjema, og alle ønsket det. Det var da en ny runde med informasjonsskriv og samtykke for deltakelse i intervju for å sikre informert samtykke for denne deltakelsen (vedlegg 3). Når det ble gjentatt skriftlig og muntlig av meg i forkant av intervjuet opplevde jeg at ivaretagelsen av dette var tilfredsstillende. Skriftlige besvarelser på hvorfor deltakerne sluttet i gruppa var: ”Visste ikke det var så mange ganger, hadde mye annet viktig arbeid på samme tid den dagen, følte jeg hadde lite brukt for å være med videre, ubrukelig for min utvikling, bare ubehagelig” og ”følte ikke jeg fikk noe ut av gruppa”. Dette var på det skriftlige spørreskjemaet, begrunnelsene ble formulert mer nyansert under intervjuet.

Besvarelsen på spørsmål 1 fra spørreskjemaet fordelte seg slik:

**Tabell 2: Spm.1: Hvordan har det vært for deg å delta i gruppa i høst?**

Svært dårlig	Dårlig	Litt dårlig	Helt greit	Litt bra	Bra	Svært bra
	1		4	1	4	

Det var ulike meninger fra deltakere på hvordan det hadde vært å delta i gruppen. De ble utdypet gjennom spørsmål 1 i intervjuet.

Hvordan har det vært for deg å delta i denne gruppa i høst? (svar på spørsmål 1 fra intervjuet)

D10	Greit, nytt og allright og prøve noen nye ting, så jeg syns det var bra. Jeg har aldri gjort noe lignende før så det... Jeg trodde det skulle være litt mer sånn tull og, at man skulle...ja, le litt mer da. Eller jeg lo masse, men at man skulle lage ting og...Det ble litt mer seriøst enn det jeg trodde det skulle være.
D9	Interessant, fått nye erfaringer. Veldig allright. En erfaring rikere på godt og vondt. interessant måte og tenke litt terapi på. Utfordrende og ikke sant, på en måte gjøre noen ting man aldri har gjort før

	med andre mennesker rundt. Som går inn i litt såre temaer for oss.
D8	Interessant, variert og sånn. Litt spennende og delta på den drama greia. Men alt sammen har jo vært egentlig bra da. Unntatt av at, jeg er ikke så glad i sånn grupper og sånn. Den delen er ikke jeg så glad i men, jeg syns at når vi har kommet i gang så... Det har mye med å gjøre at, på den dagen så har vi sitti hele dagen her fra før av. Også etterpå sitti videre. Også jeg sliter egentlig litt med å sitte rolig da. Jeg er litt hyperaktiv. Så det er det eneste, men med en gang vi kommer opp og gjør bevegelser og sånn så..., syns jeg..., det har vært..., da går tida fort.
D7	Helt greit. Det har ikke gitt meg så mye kanskje men...ja.
D6	Litt sånn blanda egentlig. Det har ikke gitt meg sånn kjempemye. Jeg sa jo egentlig i begynnelsen at jeg skal teste det ut, jeg skal prøve å gi det et forsøk, ehh, så det har ikke gitt meg så mye, men det har vært litt interessant og... Når D hadde sine greier her, det synes jeg var litt interessant. Litt sånn klarte å sette meg litt inn i situasjonen til D da. Fikk med meg mye av det D snakka om fra sånn jeg kjenner D da på en måte.
D5	Veldig allright.... egentlig. Fått trent på veldig mange ting, å være med i gruppa, også på en måte å sitte i gruppa da. veldig bra at jeg har fått snakka en del om følelser og sånn, og eksponert det. Det har vært kjempebra. Bra å få bydd litt på seg sjøl da. Og få utfordra seg sjøl litt.
D4	Artige øvelser. Mye på tapeten. Misforstått med at det skulle være flere ganger.
D3	Første og andre gangen synes jeg var helt allright. For mye informasjon og repetisjon.
D2	Ikke vært min greie, og vært litt ubehagelig. Kort, og hva man skal gjøre og hvordan man skal gjøre det er ubehagelig. Å stå å spille foran andre folk og gjøre ting det er..., sånne ting synes jeg er vanskelig å gjøre da.
D1	Litt spesielt. Satte i gang litt tanker og sånn. Fin måte å bli kjent med sjøl og de andre på. Allright.

#### 4.2.1 Refleksjoner og noe drøfting rundt svar på spørsmål 1

Blant det som kan tolkes som positive utsagn finner vi ord og beskrivelser som: allright å prøve noen nye ting så det var bra, interessant og fått nye erfaringer, veldig allright, interessant, variert, spennende og delta på den drama greia, fått trent på veldig mange ting så veldig allright, veldig bra at jeg har fått snakka om følelser og sånn, fått bydd litt på seg sjøl, utfordra seg sjøl litt, artige øvelser, fin måte å bli kjent med seg sjøl og de andre på, satte i gang litt tanker og sånn. Deltakerne satte her stort sett pris på å bli utfordret, trene på å gjøre nye ting sammen med de andre i gruppa og at det ble satt i gang tanker og følelser. Arbeidet er annerledes, nytt og utfordrende, og deltakerne mener det er noe lærerikt og viktig å erfare ved å være i situasjonen. På siden som kan tolkes som den mer negative siden finner vi ord og beskrivelser som: litt blanda, helt greit, ikke gitt meg så mye, ikke min greie, vært litt ubehagelig, for mye informasjon og repetisjon, vanskelig å stå foran andre folk og spille og gjøre de tingene, det var vanskelig. Disse deltakerne synes det ble mer ubehagelig og vanskelig å bli utfordret og gjøre nye ting. Det kan være fordi det ikke er deres "greie" og det kan være fordi de ikke ser nytteverdien ved å delta i arbeidet eller erfaringen. Beskrivelser

som greit, alright, fått nye erfaringer, fått utfordret meg litt på nye situasjoner kan både ha en positiv ladning og en negativ ladning eller være et sted midt i mellom. Det ble mer seriøst enn jeg trodde det skulle være så en deltaker, så forventingen om hva arbeidet i gruppa skulle være var en annen enn det vi faktisk gjorde. Slik gruppen hadde blitt presentert og forventningene dette hadde gitt, samsvarte ikke med det som skjedde i praksis. Samtidig var denne deltakeren positiv til arbeidet, men kunne kanskje vært enda mer positiv dersom det hadde vært mer av det useriøse, latter og lek. Grunnene til disse meningsvariasjonen kan både ha med gruppesituasjonen, min fasilitering av gruppen, aktivitetene vi gjorde og min formidling av dette samt deltakerens egne forutsetninger for tilstedeværelse og deltakelse og individuelle forskjeller. Samt ulike kombinasjoner av dette.

Min fasilitatorrolle, tilstedeværelse i møte med deltakerne, formidlingen av de ulike aktiviteter, evne til å følge opp og ta tak i ting som skjedde underveis i gruppeprosessen kan ha innvirket på deltakeropplevelse. Min gruppeledelse og tilstedeværelse i gruppen, medvirker på relasjonene som skapes eller ikke skapes i gruppa. Det kan også innvirke på opplevelsen ved det å være i gruppa. Imidlertid vil ikke dette være et stort fokusområde i denne oppgaven, men jeg vil si noe om det underveis. Flere deltakere nevnte at den dagen gruppen var satt opp på kanskje var "en dårlig dag" ettersom de da hadde vært i mange møter allerede. Det innvirker på deltakerne sine forutsetninger for tilstedeværelse og deltakelse i gruppearbeidet. Dette burde jeg kanskje tatt enda større høyde for gjennom forberedelser av gruppens aktiviteter, ved for eksempel større fokus på overgangen mellom andre aktiviteter på enheten og til nå å være tilstede i gruppen. Kanskje kunne det fungert bedre for noen deltakere dersom det var satt opp en annen dag. En del gruppedeltakere nevnte også at det med å være i gruppa og gruppesituasjoner kunne være utfordrende og vanskelig. Det sosiale ved å gjøre nye ting sammen og vise frem andre sider av seg selv i et slikt gruppearbeid var utfordrende, og kunne være noe som gav en ny erfaring både på godt og vondt.

#### **4.2.2 Betydning og det viktigste**

Spørsmål 7 i intervjuguiden spør om hvilken betydning det hadde for deltakerne å delta i denne gruppa. Jeg har samlet svar på dette spørsmålet og et oppfølgingsspørsmål om hva som var det viktigste eller, betydde mest, eller det de likte best, for å vise noen ulike utsagn fra deltakerne. Spørsmålet om betydning kan jo også ha blitt besvart indirekte gjennom andre spørsmål i intervjuet, men jeg har tatt utgangspunkt i disse to tabellene for å si noe overordnet



om dette. Samtidig er jeg klar over at spørsmålet om å skulle si noe om betydning så kort tid etter gruppa er ferdig er et krevende spørsmål, som kanskje ikke er mulig å svare på så direkte etter at gruppa er ferdig. Som en deltaker (D) nevnte i intervjuet:

D: (...). Ja, men jeg har ikke noe svar på det. Ikke sant på om det har gjort meg sterkere, jeg tenker jo sånn at alle erfaringer som man gjør seg rikere, det er en styrke det og da, ikke sant. Men jeg må jo tro på det at å snakke om følelser og tunge ting skal være virkningsfullt da. Skjønner du hva jeg mener? S: Mhm.

D: Ja.

S: Jeg må tro på det?

D: Ja, ja, jeg er veldig sånn at..., hvis noen for eksempel sier til meg at hvis du gjør det og det, så blir det sånn og sånn, så må jeg vite litt hvorfor da. Hva... Jeg skjønner jo det at hvis...ja.

Men det blir litt sånn som hvis bonden legger et korn i jorda ikke sant, så vanner'n det kornet, det gjør'n fordi han veit at da vokser det kornet ikke sant. Men det som skjer med selve kornet når han ligger og sover om natta, det er den, det er den effekten som jeg er litt ute etter, er det ikke det a? (litt humring) Tenker jeg.

S: Som du er litt ute etter?

D: Jaja, at det vi har sådd inn i psykodrama, det skal bli noe som tar litt del i oss da. Som gir oss et eller annet da, ikke sant (fra intervjutranskripsjon).

Spørsmål 7: Hvilken betydning har det hatt for deg å delta i denne gruppa?

D10	Utfordrende og spennende
D9	Har gitt en positiv mening
D8	Bra å komme isammen. Være sammen i gruppa
D7	Vet ikke/Ingen betydning
D6	Ikke noe/Vet ikke
D5	At jeg har vært mer åpen. At jeg har blitt mer åpen
D4	Hadde ikke så veldig stor betydning egentlig.
D3	Egentlig ikke hatt noen betydning. Likte ballgreia.
D2	Ikke hatt noen betydning
D1	Allright å prøve noe annet. Gjennomført, og sjefen har sett det. Ny erfaring. Spesiell opplevelse (noe uvant som man ikke gjør til vanlig)

Halvparten sier her noe positivt knyttet til betydning og den andre halvparten sier det ikke har noen betydning eller at de ikke vet hvilken betydning det har hatt. For å få tak i eksempler på hendelser som var viktigst, eller hadde betydd mest for dem stilte jeg spørsmålene under.

Dersom de ikke hadde noe svar på dette spurte jeg hva de hadde likt best og hva de hadde likt minst, eventuelt hva som var mest utfordrende eller verst.

Hva var det viktigste/betydde mest/likte best?

D10	Utfordra seg på å gjøre ubehagelige ting som å være protagonist i et psykodrama foran andre. Gjøre det.
D9	Samholdet i gruppa. Interessant å vite hva det er for noe, gøy, utfordrende.

D8	Helheten, alt sammen har vært bra.
D7	At de som fikk noe ut av det fikk delt (vært protagonist, fortalt og delt fra seg)
D6	Skuespillergreiene-psykodrama (som tilskuer/gruppedeltaker)
D5	Være protagonist. Få eksponert ut noe av det.
D4	Det jeg likte best var den øvelsen hvor det ble litt fliring (1,2,3, se s.56)
D3	Ikke noe. Samme som på spm.7. Gikk ikke inn i det her med at dette skulle gi meg noe som helst.
D2	Svarte kun på likte minst/verste.
D1	Morsomt. Det var det og se på de andre det synes jeg var interessant. Allright å gjøre det selv og (være P). Gjøre noe annet.

Hva var det verste/det du likte minst/utfordrende?

D10	Sitte i de sirkla og snakke.
D9	Det å på en måte gjøre noen ting man aldri har gjort før med andre mennesker rundt. Som går inn i et, litt såre temaer for oss da ikke sant. (...)man kjenner jo på det at....., det heter seg jo at skuespillere har litt nerver før de går på scenen, kjenne litt på de tinga der.., litt da
D8	Grupper og sånn. Sitte rolig.
D7	Verste det å snakke i grupper, når det blir sånne små grupper. Mye fokus på en.
D6	Ikke noe svar på det verste, eller likte minst.
D5	Vet jeg egentlig ikke. Jeg syns på en måte alt var litt bra da. Eneste jeg husker er at jeg syns litt synd på (nevner en situasjon med en D) liksom. Men jeg syns jo alt vi gjorde var jo nyttig da.
D4	Det var kjedelig og bare sitte og snakke om tema.
D3	Ja, som sagt de rollespilla. At jeg synes de tok for lang tid da. For mye av tida. Da blir jeg... Jeg blir <u>kjemperastløs</u> hvis det er sånne ting som jeg synes er unødvendig eller som jeg syns er for tungtrått da. Tar for lang tid da. For mye fokus på en person.
D2	Når D2 så på at andre deltakere var P. ”Det så jeg på som noe av det verste og noe av det vanskeligste her.
D1	Jeg er vel ikke mest glad i sånne sosiale ting alltid jeg heller, når det blir sånn veldig intimt sånn på den måten der. Så det var jo, det var en utfordring, det var jo det. Hele greia egentlig. Ikke ting man gjør til vanlig.

Presentasjon av empirien gjennom disse tabellene blir litt løsrevet og fragmentert fra de aktuelle situasjonene i gruppa. Neste avsnitt som går inn på individnivå søker å forene beskrivelse av opplevelse med selve situasjonen deltakeren knyttet til opplevelsen.

Deltakeropplevelsen utdypes her ved beskrivelser hvor jeg knytter sammen flere ulike deler fra intervjuet, og situasjonen deltakeren beskriver. Beskrivelse på individnivå ivaretar helheten i større grad enn hva disse enkeltstående tabellene får til.

### 4.3 Individnivå – Beskrivelse av hendelser og drøfting

Når jeg videre vil beskrive noen hendelser fra gruppen, vil jeg først beskrive hva vi faktisk gjorde, før jeg går inn på min fortolkning og drøfting knyttet til denne hendelsen i det påfølgende avsnittet. I drøftingsdelen kommer mine refleksjoner, fortolkninger og teoretiske blikk inn og legger seg oppå den opprinnelige hendelsen. Slik vil jeg prøve å skape mening utover de ordene som ble sagt av deltakeren for å si noe om hva slags betydningsdimensjon arbeidet kan ha bidratt med. Jeg vil gjennomføre en meningsfortolkning på de eklektisk utvalgte analysedelene. Her vil jeg som fortolker gå utover det som direkte blir sagt, for å søke etter meningsstrukturer og betydningsrelasjoner som ikke fremtrer umiddelbart i en tekst (Kvale & Brinkmann, 2015, s. 234). Til sammen er intensjonen at dette skal belyse problemstillingen. Mitt utvalg er gjort hovedsaklig med utgangspunkt i de hendelsene deltakerne selv trakk frem i intervjuet som viktige for dem. Hendelse 1 og 2 beskrives mer utfyllende, mens 3 og 4 beskrives kortere. Til slutt kommer et perspektiv fra to deltakere som ikke var like positive til gruppas arbeid. Alt materiale er anonymisert og det er gjort mindre omskrivninger der det har vært nødvendig for å sikre anonymiteten til deltakerne.

### 4.4 Hendelse 1 - Vennskap

Denne deltakeren som jeg har valgt å gi det fiktive navnet Kenneth (K), trakk frem hendelsen da han var protagonist som en hendelse han satte pris på i gruppen.

K: Det utfordra meg på å liksom stå frem og...måtte også jobbe med det jeg tenker på og som jeg ville lage da, men bare foran folk. Det skulle det vært mer av. (...) Så jeg likte det veldig godt. Mhm.

S: Hvis du skulle si det du likte best og det du likte minst, hva ville det vært da?

K: Jeg likte best selvfølgelig det jeg nevnte da, det med, det med kortet, at du skal lage din egen greie ut av det. Den første gangen likte jeg veldig godt.

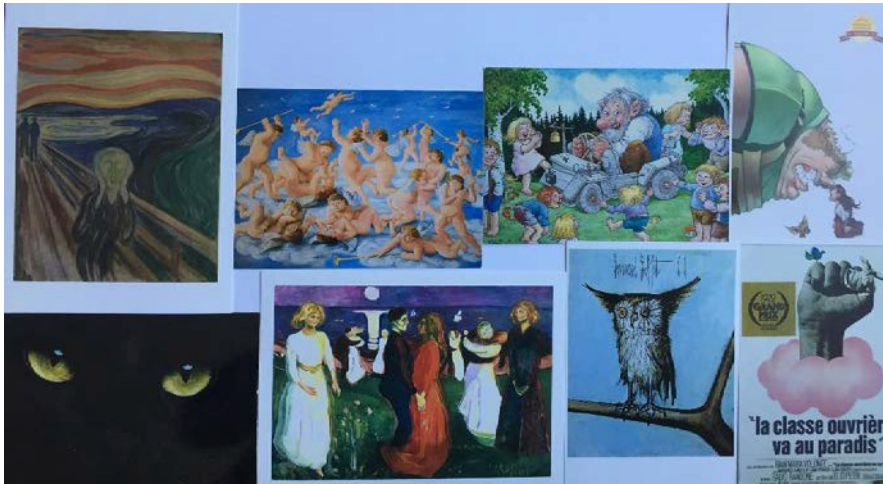
S: Det med psykodrama, når du var protagonist og...

K: Ja.

S: Hva tar du med deg videre fra det arbeidet her ?

K: Jeg tar med meg det der videre, det kortet, det psykodramaet for det er noe jeg har lyst til å gjøre faktisk. For hvis jeg er med en vennegjeng, kan ikke vi gjøre en ting, en morsom ting. For jeg ser på det som en morsom ting, en utfordrende ting da, men som er morsomt (fra intervjutranskripsjon).

Vi hadde hatt en oppvarming med mange postkort liggende på gulvet, og alle skulle velge seg et postkort som viste eller representerte noe som var viktig å jobbe med. Etter at alle hadde sagt noe om sitt postkort, var det 3 deltakere som meldte interesse for å utforske sitt postkort videre gjennom psykodrama.



**Bilde 1: Postkort de forskjellige deltakerne fortalte fra (kunstpostkort av Edvard Munch: Skrik og Livets dans, Bernard Buffet: The owl (©BONO) Rolf Lidberg: Fjellrike,, Rolf Tieman: Himmelscher Friede (©BONO) og 3 andre postkort).**



**Bilde 2: Kunstpostkort Rolf Tiemann: Himmelscher Friede (©BONO)**

Dette ”englekortet” av Rolf Tiemann *Himmelscher Friede*, ble det kortet som var utgangspunkt for dette psykodramatiske arbeidet. Når deltakeren ble bedt om å sette en overskrift til kortet for å få formidle essensen, kom denne overskriften: ”Kaos og den endelige løsningen”. Tematikken, innholdet og hva dette kortet handlet om og representerte for Kenneth beskriver han her:

K: Her ser jeg bilde av en helg gjeng med engler som sloss og leker og... Det skulle jo vært begge kjønn da, men det er bare gutter. (humring-latter fra noen i gruppa) Men i hvert fall det jeg tenker da, er at nå er det mye som skjer da. Mange sånne tanker som at nå skal jeg ut i jobb, det nærmer seg flytte ... (...) Det er mange sånne ting da som at det nærmer seg flytte..., ja, så det er litt sånn der, det er moro, spennende, krangling...med hodet mitt. Litt sånn kaos da.

S: Det rommer mye det bildet der, det er mye forskjellig?

K: Ja. Og til syvende og sist så er alle kule med hverandre selv om det er krangling og.

(...)Kenneth forteller litt rundt tema, jobb, flytte ut etc. Krangling med hodet sitt, men det er mye glede knyttet til det å flytte ut. Har jobb, ikke leilighet, bor fortsatt her det er trygt.

K: Slåss med meg sjøl, det er vanskelig å komme ut av trygge vaner. Men jeg har gode venner her som du ser (peker på kortet og englene), men jeg krangler mye med de og ser det ut som.

S: Er det gode venner?

K: Disse er jo egentlig alle gode venner, de er jo engler, men dem krangler.

S: Alle gjør vel det i blant, selv de som er gode venner og det beste kjæresteparet må vel og krangle litt iblant.

K: Mhm, Ja, men de har en løsning, de har en plan. Så den endelige løsningen jobber dem seg imot. Det er derfor det er kranglinger da. Det er derfor det er full krig. For de skal jobbe seg frem og finne den løsningen og det er ikke lett. For det er et nytt kapittel i livet da liksom så..

S: Mhm. Alle må trække opp den veien, hvordan den løsningen ser ut for hver enkelt.

K: Ja, og dette er i huet mitt. Så, det er det jeg ser for meg da (fra transkripsjon fra gruppen).

Her er vi i de innledende fasene, og jeg intervjuer deltakeren som vil utforske mer i sitt postkort og nå er protagonist. Jeg stiller spørsmål inn til postkortet og tema for å forstå mer av tema, og han beskriver. Etter hvert sammen med protagonisten og innspill fra en gruppedeltaker skapes den første scenen til psykodramaet hans.

K: Venner, folk jeg er i behandling med, men også i hue mitt. (Setter navn på noen av englene i postkortet, venner han har inne på enheten og utenfor.) Dem krangler jeg med og dem hjelper meg. Jeg ser O. er her et sted, han prøver å fly unna ser det ut som. Så det er liksom ting da. Dette her er tanker og folk som..., i hodet mitt så blir jo det en tanke. Alt er bare kaos, men det er også en ting man kan komme frem til, en løsning.

S: Hva er du mest nysgjerrig på å skulle finne ut noe mer om? Akkurat nå?

K: Som jeg har snakka om eller som er i kortet her?

S: Som du har snakka om og som er i kortet der.

K: Hva jeg vil finne ut av liksom? Mener du?

S: Ja, hva du er mest nysgjerrig på... / Kenneth: i kortet?

S: Ja, hvis vi skal lage en scene her, hvis vi skal lage en scene av noe. Er det noe du kommer på som du tenker..

En gruppedeltaker: Hva tenker du folk har å si om de forskjellige tinga.

K: Ja, det er alright synes jeg. (Kenneth virker letta over at det kom et forslag fra gruppa) For da kan jeg høre hva folk tenker da. For nå har jeg sagt masse og jeg veit ikke sjøl. Det er alright å høre med andre hva de har å si og (fra gruppetranskripsjon).

Her velger jeg å gå videre på det forslaget som kom fra en deltaker i gruppa. Jeg tenkte det var bra å komme i gang med iscenesetting og bevege oss mot det første rollebyttet, og heller vise i handling hva jeg mente enn å forklare mer. Samtidig så var den umiddelbare reaksjonen fra protagonisten såpass klar på at dette var noe han ønsket å gjøre. Så etter hvert kom vi frem til at Kenneth som protagonist ønsket å møte en venn og høre hva han tenkte rundt at han nå snart var på vei ut fra behandlingsstedet (BS), og skulle begynne i jobb. Et sted hvor de kunne møtes ble iscenesatt av protagonisten, og han valgte en annen i gruppa til å spille hjelpepegorollen som denne vennen. Noen avbrudd fra mine side med forklaringer om metoden psykodrama var det, og så kom vi i gang med de første rollebyttene. Først var det litt vanlig smalltalk, slik som de vanligvis snakker sammen. Etter hvert kommer det frem at kameraten er stolt av at han har fått seg jobb:

P (hjelperolle som venn): Jeg er stolt av deg, at du har fått deg jobb.

Jeg stopper opp og spør inn til P; Hvordan kjennes dette at han er stolt av deg? Kjenner du det noe sted i kroppen? (Etter litt forklaringer om dette bruddet kommer det et svar)

K : Ja, det er godt. Det kjennes godt.

S: Hvor i kroppen

K: Hvor i kroppen..æh.. magan da sikkert.

S: Magen. Det er en god følelse.

K: Ja. Endelige løsninga nærmer seg liksom (fra gruppetranskripsjon).

Avslutningsvis spør jeg om det er noe Kenneth vil spørre eller be kameraten sin om.

P: Samme om du flytter til ....., så er det viktig at vi opprettholder kontakten. Og når du er sliten og vil ta den bussen så ta den og jeg tar den jeg og. Så vi opprettholder kontakten. Det er viktig for oss begge.

P (hjelperolle som venn): Det skal jeg gjøre mitt beste for. Det er viktig, jeg skal gjøre det. Du vet jo hvor viktig det er for oss dette vennskapet så jeg skal gjøre mitt beste.

P: Ja, for du er viktig for meg, jeg kan ikke miste en kompis til så vi må gjøre det.  
(fra gruppetranskripsjon).

Vi avslutter og etterpå spør jeg hvordan det oppleves å ha gjort dette, Kenneth svarer at:

Jo, det oppleves okey det. Føler at det tok litt tid kanskje å komme inn i det. Ikke som at det var kleint eller noe, men som at i hvordan det kan føles da å snakke med X. Så jeg prøver og jeg synes det var jævlig allright. Takk for hjelpa (han viser mot hjelperollen, og gruppa her tror jeg). Synes det var greit jeg. Det var litt morsomt. Selvfølgelig litt stress og da (fra gruppetranskripsjon).

Vi tar en pause før det blir en delingssirkel hvor alle i gruppa får mulighet til å si noe om hvordan dette var, eventuelt dele om det var ting fra egne liv de kom i kontakt med underveis når de så protagonisten jobbe. Etter denne delingen og helt til slutt da vi tok en runde hvor alle kunne si noe om hvordan det var å ha vært der i gruppa i dag sier Kenneth at:

Veldig allright. Jeg skal være med neste gang. Det er jo skummelt og nervepirrende og stå foran alle og skulle være i flere roller. Men jeg fikk hjelp da. Også, jeg syns det er allright at folk ler litt når det er sånn. Da er det ikke så stress liksom. Jeg synes tida har gått veldig fort jeg. Synes det var allright. Og dette får jeg sikkert brukt for en gang. Kanskje blir det lettere å si noe når jeg møter han neste gang (fra gruppetranskripsjon).

#### 4.4.1 Drøfting av hendelse 1

Her vil jeg argumentere for at Kenneth skaper sin egen estetiske erfaring gjennom dette psykodramaet. Han sier at: ”Det utfordra meg på å liksom stå frem og måtte også jobbe med det jeg tenker på og som jeg ville lage da, men bare foran folk” (fra intervjutranskripsjon). Han lager noe konkret, visuelt og i handling som har med egne tanker og egen livsverden å gjøre. Med referanse til Blatner & Blatner (1988) kan det forstås som at han skaper en representasjon av sitt eget indre mini-drama. Slik kan noen av de ulike kommunikasjonsslagene Sauter (2000) nevner undersøkes gjennom rollebyttet som fungerer som et forstørrelsesglass for de relasjonelle sammenhengene. Denne pendlingen, medieringen som foregår idet han slik skaper sin egen estetiske erfaring og responderer på den, kan en økt innsikt for sammenhengene ved hans indre drama utvikles. Kenneth nevnte at det med å gjøre nye ting som å lage psykodramaet foran andre folk uten å få helt nervesammenbrudd var en måte han opplevde å få jobbet med seg selv i gruppa. Det krever noe å utfordre seg på å gjøre nye ting, og han nevnte også stress og positivt stress. Knyttet til Deweys (1934) begrep den estetiske erfaring kan vi si at det å få en estetisk erfaring krever en aktiv deltakelse hvor man opplever motstand, spenninger og fristelser, men likevel gjennomfører erfaringshandlingen slik at den estetiske erfaringen blir en fullendt erfaring. Kenneth beskriver at det er litt utfordrende, og sett i forhold til

toleransevinduet kan det tyde på at han er i øvre delen av toleransevinduet og deltar i et meningsfylt terapeutisk arbeid. For å skape sin egen erfaring og de ulike handlingsmomentene i psykodramaet må han inngå i spontan-interaktiv handling hvor han går inn i ulike roller. Dermed får han trening i å handle spontant, og være i ulike sosiale roller som viser frem flere sider av ham. Jeg ser på dette som en fullendt erfaring i psykodramakonteksten. Motivet på postkortet setter noe i gang hos deltakeren, det indre drama blir aktivert som B.Peterson (2003) beskriver gjennom arbeid med det billedterapeutiske. Møtet med kunstpostkortet igangsetter tanker og følelser hos protagonisten. Med referanse til Morenos (1978) spontanitetsteori kan dette tyde på at spontaniteten er vekket gjennom den oppvarmende aktiviteten med å velge et kort og fortelle noe om det, dermed er kreativitetsprosessen i gang. Kanskje kan dette ses på som en møtetilstand som Bourriaud (2007) beskriver, og et sanselig mellomrom som åpner for en annen måte å kommunisere på. Ved å lage det han tenker på gjennom en skapende og utforskende prosess prøver han ut nye handlinger og responser i flere her-og-nå øyeblikk i gruppen. Psykodramaet gjennomføres med sine rollebytter, og små brudd/pauser som et forsøk på å åpne for en annen måte å *ta noe inn* på, som Dewey (2013) beskrev, til hendelsen er avsluttet, og står som en egen fullendt erfaring som kan oppfattes av Kenneth som et øyeblikk, som han kan huske tilbake til. Dewey (1934) skriver at den estetiske fasen i erfaringen er den fasen hvor man gjennomgår noe, og det er en mottakende fase. Gjennom sitt begrep den estetiske erfaring ønsker Dewey å ha et begrep som rommer både produksjonsfasen ved kunst, det å lage eller gjøre, og den mottakende fasen hvor man *tar noe inn*. I det psykodramatiske rollebyttet foregår begge disse fasene i en dialektisk prosess som er gjensidig avhengig av hverandre, med å skape egne estetiske erfaringer underveis i handlingsutforskningen og skapelsen av egen erfaring på psykodramascenen. Vi kan kalle det for små egenproduserte teatererfaringer. Det å ta noe inn krever noe av oss, det krever en responsiv aktivitet, vi må samle energi og bruke den i vår respons for å forstå hva som virker i oss og kunne ta noe inn. Man må gi seg hen til erfaringen og opplevelsen som Dewey beskriver om den estetiske erfaringen. Samtidig krever situasjonen at deltakeren engasjerer seg og deltar aktivt i det felles skaperarbeidet. Sånn sett blir det også en trening i å være fokusert, konsentrert og tilstede i situasjonen og øyeblikket. Med referanse til Dewey kan dette forstås som at det foregår en integrering av noe nytt sammen med det deltakeren har med seg av tidligere erfaring. Den integrerte erfaringen krever at det er en dynamisk organisering og det tar tid å fullføre den. Det er en begynnelse, utvikling og oppfyllelse. ”Material is ingested and digested through interaction with that vital organization of the results of prior experience that constitutes the mind of the worker” (Dewey, 1934, s. 57). Samspillserfaringer oppstår i det deltakeren i psykodramaet skaper sin

egen erfaring ved at andre deltakere i gruppen velges til å spille hjelperoller i dramaet. Slik engasjerer og deltar gruppedeltakerne aktivt i et samspill for å hjelpe den som er protagonist. Gode samspillserfaringer og opplevelse av relasjoner er med på å bygge resiliens, og kan slik medvirke til økt livsmestring (Olsen & Traavik, 2014).

Kenneth snakket om positivt stress knyttet til aktiviteter i gruppa og at dette var noe han så på som en bra ting:

K: (...)da får jeg testa meg sjøl, på noe jeg ikke gjør, og da blir man jo stressa, og det er positivt stress. Så er det litt lettere når man kommer i en folkemengde da man må gjøre noe man ikke liker. Det var bra (fra intervjutranskripsjon).

Jeg har valgt å se dette som at det er utfordrende og krever noe av Kenneth å delta i aktiviteter i gruppa og at han merker det kroppslig med klamme hender, blir stressa og gira. Med referanse til Dewey kan det si noe om hvordan det krever en vilje til å gi seg hen til den estetiske erfaringen. Det krever også mot til å gjøre noe nytt og ukjent, en viss grad av følelse av trygghet, tillit og åpenhet i gruppa. Kenneth reflekterer her rundt hvordan han vet at disse situasjonene og aktivitetene gjør noe med han og krever noe av han. Samtidig beskriver han at dette er et positivt stress, og at det kanskje blir lettere en annen gang. Positivt stress kan tolkes som at det ligger en erkjennelse av at for å utvikle seg og endre seg, så kan det medføre utfordrende og smertefulle situasjoner hvor det også er motstand. Med referanse til (Braarud & Nordanger, 2014) kan man si at arbeidet foregår i øvre del, og at Kenneth deltar i et meningsfylt terapeutisk arbeid, som på sikt kan innvirke til at toleransevinduet utvides. Kenneth skaper det han tenker på i handling gjennom psykodramaet, han responderer og deltar aktivt i dette selv om det er utfordrende. Dermed resulterer det i en estetisk erfaring med tema vennskap, som er en fullendt, helhetlig erfaring som han kan huske tilbake til og som kan ha gitt en ny innsikt.

#### **4.5 Hendelse 2 – Nære relasjoner og følelser**

Denne deltakeren synes hun hadde fått trent på flere ting gjennom gruppa, blant annet å få uttrykt følelser og få utfordret seg selv. Jeg gir henne det fiktive navnet Hanna. Den viktigste situasjonen fra gruppa var da hun jobbet med sitt tema gjennom et psykodrama fordi relasjoner var vanskelig for henne, og som hun sa "(...) at jeg på en måte har satt ord på det foran andre da og ikke bare....(...)bare fikk sagt det på en måte. Stukki høl på det. Det var vel det beste" (fra intervjutranskripsjon). Hun beskrev også at det var litt rart og småkleint å være protagonist i psykodramaet, men hun synes det var bra at hun gjorde det. Vi hadde ikke hatt



oppvarming med kort, figurer, tegning eller dikt denne dagen, men det er mulig at noe av Hannas tema også var i postkortet som hun valgte en av de tidligere gangene vi hadde møttes i gruppa. Om dette postkortet fortalte hun i gruppen at:

H: Det er en puma eller en katt med skarpe øyer. For min del så representerer det at jeg er inne i en veldig, veldig mørk periode eller prosess og da tenkte jeg at det passa/er viktig at man har litt skarpe øyer og holde den røde tråden i mørket. Skarpe øyer i mørket på en måte. Det...Sånn er det for min del.  
S: Å holde den røde tråden, hva er den røde tråden?  
H: Det er alt det som er positivt og bra og...kjærlighet (lavere stemme)..og..det andre er på en måte det mørke da. (...)Det med å holde dem gode øya. Skarpe øyer når man har det tungt på en måte da (fra gruppetranskripsjon).

Underveis i intervjuet under et annet spørsmål kom Hanna inn på at hun likte å jobbe på slike måter vi gjorde i gruppa og at hun forsto poenget med å jobbe sånn:

H: (...)man velger jo ut et postkort ut ifra en sjøl, man er seg sjøl nærmest på en måte, og hva som skjer i følelsene sine på en måte, og hva som er.  
(...)Som jeg tok den svarte pantern ikke sant, den, og ville uttrykke det som er inni meg, og det er på en måte kanskje lettere for mennesker da også bare ta et postkort, eller tegne et bilde, eller sette på en sang på en måte. Det kan være lettere enn..., men jeg tenker da at det kan være en bra åpning. Så jeg har litt sansen for sånn jeg da (fra intervjutranskripsjon).

Hun synes det fungerte bra som en inngang og åpning å bruke postkortene og tegninger "(...)for man tar jo noe ut ifra hva som skjer i huet sitt på en måte, eller hva man relaterer til (...)" (fra intervjutranskripsjon). Psykodrama, som er den hendelsen hun spesielt trakk frem, skal vi nå vende tilbake til. Tema kommer tilsyne gjennom denne dialogen:

H: Hvis det skal henge i tråd med det som ble nevnt sist så, Det blir litt sånn heavy da. (Raske kommentarer fra de andre gruppedeltakerne: "Det går fint").  
H: Jeg har jo en ganske tøff bakgrunn som ligger liksom over alle de vennskapene jeg har da, så har jeg valgt det tema følelser. Og med alle vennskap som jeg har så blir det vanskelig når det er prat om følelser.  
S: Kjempeviktig tema  
H: Ja, det er jo det.  
S: Kjempeviktig tema, og det høres ut som at det ikke er alltid at det er like lett å være i det, eller stå i det. Er det riktig oppfatta?  
H: Ja, det blir vel det. På en måte hele bakgrunnen min den har fulgt meg i det voksne livet og påvirker alle vennskap jeg har. Det er liksom litt sånn heavy.  
S: Men det er det mulig å gjøre et lite arbeid på. Så må vi sammen finne ut hvordan (fra gruppetranskripsjon).

Når det var bestemt at Hanna skulle jobbe i dag, kom det mer informasjon om tema:

H: Er så vant med å skjule følelser og ikke vise dem så da... Jeg får et sånt ekstremt ubehag da når det er snakk om.. Bare når en venn sier, jeg er glad i deg liksom, det er..., jeg har veldig ubehag med det. Sånn inni meg da.  
S: Noen ganger kan jo det være det vanskeligste da. Å kjenne, å ta imot de gode orda kan noen ganger kanskje være vanskeligere enn å ta imot det som er dårlig faktisk. Hvordan er det med følelsene nå? Og sitte her og vite at du skal jobbe etterpå? (fra gruppetranskripsjon).

Etter pausen fungerer den ene enden av rommet som en scene hvor P kan jobbe med sitt tema. Flere i gruppa sier at de gleder seg til å se dette, og humrer litt. Hanna svarer med et glimt i øyet og smiler at ”Ja, det kan jeg tenke meg!”. Jeg spør igjen litt inn til hvordan det er å nå skulle jobbe, og hun svarer at det er utfordrende, og at hun er utenfor komfortsona si, men at hun vil jobbe med følelser og utfordre seg selv på det. Vi begynner med en samtale rundt tema, og jeg stiller noen spørsmål inn til det. Her kommer frem flere lag knyttet til følelser og utfordringer. Det er med på å gi meg informasjon for å kunne foreslå mulige steder og begynne som kan være hensiktsmessig ut ifra de rammene vi har.

P: Nei, asså jeg har en sterk mistillit i ryggraden, som er på en måte, den er innprenta da, den bor så hardt i meg, (...) så var det å skjule følelser og sårbarhet for det kunne bli brukt mot deg. Så alt har liksom handla om å gjemme følelser da (...) Det bare...jeg klarer liksom ikke..., men jeg har masse følelser, men jeg bare klarer liksom ikke helt å uttrykke det. Jeg vet ikke om det ligger en stolthet i det, eller hva som er greia med det, men jeg har fortsatt veldig problemer med det da (fra gruppetranskripsjon).

Jeg spør om det er forskjell på dette mellom forskjellige følelser, og hun svarer at sinne har hun ikke noe problem med å uttrykke, men at de følelsene det er vanskelig å uttrykke er de følelsene som har med ”svakheter og gjøre da, eller litt sånn at du legger deg litt nedpå (...) litt sånne laidbacke følelser som det er litt sårbarhet i da, som du på en måte viser..., det har jeg problemer med” (fra transkripsjon fra gruppa). Etter vurdering på noen alternativer for første situasjon(scene) sier Hanna at hun vil møte en nær venninne, og de skal møtes ute i naturen. Hun beskriver hvor de sitter og møtes når de nå skal slå av en prat, beskriver været og litt hvor de kommer fra nå rett før denne samtalen, og viser hvor bekken renner mellom de der de sitter. Så velger hun en annen fra gruppa til å spille hjelperollen som venninnen. Når P selv først går inn i denne rollen, en rolle som er ganske annerledes enn slik hun oppfatter seg selv, humrer hun og smiler. Det er rart og plutselig *være* den andre, prøve å gå som den personen og snakke som den personen og om det den er opptatt av. Det er også viktig rolletrening å gå inn i denne rollen som er så annerledes fra henne. De første rollebyttene kommer i gang og de snakker mer generelt om vanlige ting. Så minner jeg om at det kan også snakkes om ting de vanligvis ikke snakker om. Etter hvert i samtalen forteller venninnen hvor glad hun er i henne. For Hanna handlet en del av det hun ville jobbe med om hvordan hun møter disse ordene. Det blir naturlig at det blir noen stopp her, hvor vi går litt ut av situasjonen, ser den mer på avstand og undersøker litt inn til hva som skjer hos henne. Hvilke tanker og følelser dukker opp, og hva hun får lyst til å gjøre. Hva er det hun pleier og gjøre, og hva kunne hun ønske hun fikk til å gjøre i situasjonen. Hanna har god innsikt rundt det som skjer og sier:

P: Men jeg tror..., det handler jo om flere ting, at man kanskje ikke er vant til det, eller at det blir så nytt da. At det blir bare litt overveldende og litt sånn.. Også går man litt i forsvar, for jeg sier gjerne sånn "Ja, det er hyggelig det" eller veldig sånn kort da. Men jeg har jo sagt at jeg er glad i henne, og setter pris på henne og. Men veldig ofte da så prater hun om følelser. Og da, jeg kan bli litt sånn at, jaja, okey liksom. Jeg kan bli litt sånn.

S: Er det noe sted du kjenner det i kroppen at det blir litt overveldende, det er jo hyggelig å høre det, men det blir litt overveldende. Er det noe sted i kroppen du kjenner det?

P: Nei, det er på en måte triggende og ubehagelig da.

S: Ja

P: Og sånn er det for meg bare å si følelser på en måte. Da kjenner jeg at jeg får ubehag bare med det.

S: Hva får du lyst til å gjøre i forhold til det ubehaget da?

P: Nei, altså sånn intellektuelt så vil jeg jo på en måte stå i det, følelser og sånn. Men sånn egentlig så vil jeg bare bort fra det. Eller jeg kjenner det inni meg at jeg bare vil trekke meg vekk på en måte. Eller den følelsen som kommer da på en måte at bare uff.

S: Så hva...

P: Jeg kan bli sint og, at jeg kjenner det inni meg at jeg blir sint. Faen (småhumring).

S: Så hva er det ideelle da, hva ville vært det ideelle her ? Hvis du kunne velge fritt fra øverste hylle?

P: Det ideelle ville jo vært at jeg hadde en følelse av at det var komfortabelt og at jeg bare kunne sagt hvor mye hun betyr da. For meg liksom. Kan jeg ikke bare si det på en måte. Men det er det der med å holde igjen..., ja, jeg vet ikke.. Men det ideelle hadde jo vært å bare sagt det tilbake på en sånn genuin måte da.

S: Mhm. Hva tenker du kan hjelpe deg for å si det tilbake på en sånn genuin måte?

P: Nei, det er jo på en måte å snakke om det sånn som jeg gjør nå. At jeg sier eller ja. Eller, ja. Hva tenker du ? (fra gruppetranskripsjon).

Jeg svarer at jeg er enig i at det er viktig og nyttig å snakke om det sånn som hun gjør her og nå i gruppen, og at den erfaringen kan være med på å gi henne støtte til å gjøre det også senere. For å kjenne på støtten også i det lille møtet hun nå står i på psykodramascenen, sier jeg at P kan velge en fra gruppen som kan representere den støtten og tryggheten det gir å ha snakket om det sånn som vi gjør her og nå. P velger en fra gruppen til å være denne støtten, og denne deltakeren plasserer seg bak henne på psykodramascenen. Etter hvert prøver Hanna selv å si hvor mye venninna betyr for henne og hvor mye hun setter pris på henne, det hun har gjort for henne og det de har vært igjennom sammen. Etter hvert ender dette opp i at de gir hverandre en klem. Hun prøver kanskje noe nytt der og da på psykodramascenen.

S: Så nå var du der, men det å slappe av og kunne være mer tilstede i situasjonen er det et ønske?

P: Ja, å slappe av og kunne være litt mer tilstede, og være litt mer åpen og være litt mer komfortabel med følelser da. For jeg skjønner jo sånn intellektuelt at..., så skjønner jeg jo at det er sånn det skal være da. Men det oppleves annerledes i kroppen. Men det er på en måte forsvar og gamle ting som sitter igjen da på en måte. Som skygger over..., som kveler det...

S: Mhm. Det er flere lag. Og det vi gjør nå er at vi jobber med et av de lagene, og er på vei i forhold til det å skulle kunne slappe av og ta det litt mer inn da.

P: Mhm.

S: Så det er et av de lagene og det er veldig viktig (fra gruppetranskripsjon).

Avslutningsvis får vi noen ord fra bekken som renner mellom de to der de sitter. P velger en fra gruppa til å spille hjelperollen som bekken. Jeg spør om hvordan det har vært å høre de to venninnene prate, og om den har noen råd.

(P) Bekken: Nei det har vært veldig hyggelig å høre på og spennende og relasjon og ja.....

S: Er det noe du vil si til noen av de? Noen råd?

(P) Bekken: Nei, det ordner seg det her, det går bra dette.

S: Er det noe ifht.hva som kan hjelpe dem? P sa jo det at det er litt det med å ta inn, og kunne slappe av og være litt mer tilstede i den situasjonen når R sier at hun er glad i henne og gir P en klem. Har du noe tips eller råd ifht.hva som kan hjelpe henne og slappe av og være mer tilstede i det?

(P) Bekken: Nei, jeg tenker jo at P bare må prøve å ta det litt mer til seg og...ja, ta det litt mer til seg og være litt mer åpen, og at det. Det at R er glad i henne handler ikke om, det handler om.. Du må akseptere det, og du kan ikke blande henne med gamle opplevelser. Jeg vet ikke om det gav noe mening? Andre opplevelser? Du må ta R for den hun er og det kommer til og gå bra, det er nytt og stå i det vennskapet med R. Det er en knallperson.

S: Takk. Mye visdom i bekken.

P: Bekken er fin (fra gruppetranskripsjon).

Vi runder av og samles i en delings sirkel, hvor alle i gruppa kan dele fra hvordan det var å ha en rolle og fra ting de kom i kontakt med fra eget liv. Når jeg flere uker senere intervjuer Hanna er dette hendelsen hun beskriver som viktigst for henne. På spørsmål om hva hun tok med seg fra arbeidet i gruppa, og hvilken betydning det har hatt for henne og delta svarer hun at hun føler hun har blitt litt mer åpen:

(...)når jeg var med hun etterpå da var jeg litt mer åpen med hun og, og jeg snakka litt med henne om det og, og snakka litt mer i dybden på ting da. Så det tar jeg vel med meg fra gruppa at jeg kanskje har blitt litt mer åpen (fra intervjutranskripsjonen).

#### **4.5.1 Drøfting av hendelse 2**

Hendelsen hvor deltakeren velger et postkort, er en hendelse hvor "tilskueren" av bildet er i et møte med bildet, og dermed åpner for en dialog med seg selv, eller noe av det han eller hun har med seg. Fortellingen deltakeren gir i møtet med bildet blir en formidling av noe personen har inni seg. Forstått med Bourriaud (2007) så tilfører den kunstneriske mediering som skapes i møtetilstanden med bildet en annerledes kommunikasjons sone. Dette sosiale mellomrommet kan fungere som en bro mellom indre og ytre verden som B.Peterson (2003) beskriver, og en inngang eller oppvarming mot det psykodramatiske arbeidet. I hendelsen med å være protagonist i et psykodrama kan vi si at Hanna trener seg på å være i en ny situasjon og gjøre noe nytt. Det å kunne ta imot ordene fra venninnen, være mer komfortabel med å være tilstede i situasjonen med de følelser og stemninger som oppstår og kunne si noe tilbake beskriver hun som noe essensielt ved situasjonen. Hanna nevner flere ganger det med å forstå noe intellektuelt og hvordan det kan oppleves adskilt eller annerledes fra en kroppslig følelse. Jeg har valgt å se dette som et eksempel på at selv om vi forstår eller erkjenner noe kognitivt og rasjonelt, så er det ikke sikkert at vi har en kroppslig, emosjonell eller sanselig erkjennelse av dette. Det kan forstås som at gjennom en sanselig-kroppslig erkjennelse kan man forbedre

egen forstand om seg selv og eget følelsesliv. Ved å trekke en parallell til Baumgarten og Böhme (2013) så kan følelser eller stemninger forstås som de evnene som ikke alltid produserer distinkte erkjennelser hos oss. For å få tak i disse erkjennelsene og hvordan de henger sammen med hva vi velger å handle ut og ikke handle ut, nærme oss og trekke oss unna i våre egne liv og relasjoner, kan estetikken og den sanselige erkjennelsen komme logikken til hjelp. Med referanse til Moreno's spontanitetsteori (Moreno, 1978) kan "(...)forsvar og gamle ting(...) som skygger over..., som kveler det" (fra intervjutranskripsjon), forstås som en spontanitetsenergi som er blokkert på grunn av tidligere erfaringer. Det gamle handlingsmønsteret, det hun har pleid å gjøre i disse situasjonene er ikke lenger hensiktsmessige for situasjonen og egne behov. Hanna ønsker å kunne forholde seg annerledes i den nære relasjonen med venninnen, og ikke la forsvar og gamle ting skygge over. Dette kan tyde på at hennes potensiale for spontanitet er med som en katalysator til å sette kreativitetsprosessen i gang som resulterer i utforskning av en ny respons eller handling i møte med venninnen. Med referanse til Morenos (1978) *canon of creativity* modell kan dette forstås som at Hannas *cultural conserve* (fast handlingsmønster) knyttet til nære relasjoner er i ferd med å endre seg gjennom at det her foregår en utprøving av hvordan respondere annerledes i møte med venninnen. Det gamle handlingsmønsteret som fungerte bra før fungerer kanskje ikke like bra lenger, eller ut ifra egne behov ønsker hun nå å være tilstede i den nære relasjonen på en annen måte. Jeg har valgt å se på dette som at det foregår en kunstnerisk mediering hos Hanna mellom scenebildet og den spontan-interaktive handlingen i psykodrama med rollebyttene som forstørrelsesglass. Det åpner for å få tak i noen ikke-distinkte erkjennelser om seg selv på en ny måte og igangsette endringsbevegelsen (*transportation*) som kan medvirke til at spontaniteten som har vært blokkert kan flyte mer fritt og anvendes med økt nyhet og relevans. Innsikt om egen sanselig- kroppslig kunnskap, og egne følelser synliggjøres gjennom en kommunikasjonsform som også benytter det symbolspråklige gjennom teaterkommunikasjonen. Gjennom den kunstneriske medieringen kan nye mentale forestillinger oppstå og nye sosiale roller prøves ut. Med referanse til Moreno (1978) så foregår det en mini-reorganisering av deler som har vært holdt fra hverandre. Som gradvis kan fremme spontaniteten som gjør at Hanna gradvis kan være i sin sosiale rolle som en nær venn på en mer personlig og fleksibel måte. Hun kan være eller fylle rollen på en mer adekvat måte, som gjør at hun kan være tilstede i situasjonen og i større grad forholde seg til hva situasjonen krever og egne behov. Hun nevnte at hun opplevde å ha blitt "litt mer åpen" i etterkant av psykodramaet. Dette kan tyde på at arbeidet også har innvirket noe på hvordan hun er i sin sosiale rolle som venn. Flere gjentatte positive erfaringer med dette er nødvendig for å fortsette endringsbevegelsene i utviklingen av seg selv for å

være tilstede mer slik hun ønsker. Men ved å våge å gjøre det nye i gruppen og så i det virkelige liv er hun aktivt med på å skape og igangsette denne endringsbevegelsen, mener jeg.

Det er ikke sikkert at det var noen sammenheng mellom postkortet til Hanna, og det som ble tema i Hanna sitt psykodrama, men jeg vil nå ta utgangspunkt i at det var det. Da kan det Hanna beskrev om sitt postkort fungere som en ramme rundt den prosessen hun gjennomgår med å våge å være tilstede og delta aktivt i en spontan handling i møte med venninnen i psykodramaet. I det Hanna deltar aktivt med å skape sin egen erfaring og ny handling på psykodramascenen får hun en estetisk erfaring som kan fremme hennes spontanitet. Det vil si hennes evne til å være spontan og inngå i nye handlinger, som betyr en handling som er adekvat i forhold til situasjonen og egne behov med nyhet og kreativitet. Slik kan hun våge å være litt mer åpen, og kanskje etter hvert litt mer komfortabel i forhold til følelser i møte med venninnen. Gjennom de små egenproduserte teatererfaringene på psykodramascenen er hun med på å bidra til at den røde tråden kan opprettholdes. Det hun erfarer fra dette arbeidet kan være et bidrag til hennes verktøykasse for hennes liv og relasjoner. Et verktøy som kan hjelpe henne med å holde de gode øynene, i møte med det som er positivt og bra. Å våge og være tilstede i det som er positivt og bra, men som også kan vekke ubehag eller gamle følelser, og ikke trekke seg vekk. Samtidig fordrer det å ha verktøyene i seg selv for å mestre dette og våge å være i det. Det krever å utfordre seg på å handle nytt, trække opp en ny sti, for at nye erfaringer og opplevelser skal få ta plass. Samtidig kan dette oppleves skremmende fordi det er nytt, og vekker noe på det kroppslige/emosjonelle plan som man må orke å stå i. Men litt etter litt kan dette bygges opp gjennom viktige mestringserfaringer. Det kan gi en økt mestring ved å være komfortabel i en utfordrende situasjon med vanskelige følelser. Forstått gjennom Sterns (2007) teori, mener jeg at man kan si at gjennom deltakerens aktive deltakelse i her- og-nå øyeblikk i psykodramaet, hvor det åpnes for en undersøkelse av de ulike relasjonelle skritt som inngår i situasjonen, skapes endringsbevegelser. Denne endringsbevegelsen kan ses på som som det Nicholson (2005) kaller for transportation. Flere slike transportations kan over tid gi en endring eller transformasjon av relasjonelle mønstre. Hanna beskriver også selv hvordan hun merket at hun kunne handle litt annerledes i et virkelig møte med denne personen etter psykodramaet. Det kan forstås som at Hanna tar med seg noen aspekter fra den nye handlingen i psykodramaet og prøver den også i et spontant møteøyeblikk med denne personen i det virkelige liv. Dette kan tyde på begynnelse av endring av et gammelt handlingsmønster og på det å trække opp en ny sti.

Ønsket og motivasjonen om å oppnå noe annet enn det hun har oppnådd før i sine nære relasjoner begynner kanskje å få en større plass hos Hanna, som er med på å gi henne drivkraften for å arbeide mot dette.

#### 4.6 Hendelse 3 – Fremtiden

Da vi hadde tegning som oppvarming mot et psykodrama handlet mange av tegningene om fremtiden på en eller annen måte. Tegningen av blant annet en kvinnelig karakter ble utgangspunktet for en psykodrama vignett for en deltaker. Jeg gir deltakeren det fiktive navnet Tom. I intervjuet kom det frem noe rundt prosessen med å tegne:

T: Man måtte jo kjenne litt på følelsene når man tegna.

Eller hva man tenker og hva man drømmer om da.

S: Ja. Hvilke følelser dukka opp da hos deg, eller husker du det?

T: Nei, litt sånn spenning. Eller forventning. For fremtiden. Litt sånn undre seg over.. hva som..

S: Ja. Undre seg litt..

T: Ja, kjenne litt på det da (transkripsjon fra intervju).

Ettersom det som var størst på tegningen er den kvinnelige figuren, ble jeg nysgjerrig på å jobbe med dette. Tom var enig i at vi begynte der. I det psykodramatiske arbeidet endte vi opp med en iscenesettelse av et mulig møte med denne personen, en fremtidig partner, hvor vi ble bedre kjent med hvilke kvaliteter hun hadde og hva hun var opptatt av. Samtidig var det en trening i hvordan gjøre denne første kleine samtalen med en potensiell fremtidig kjærste. Hvordan få kontakt, og hvordan begynne å bli kjent. Deltakeren sa at han synes det var kult at han gikk opp og gjorde dette psykodramatiske arbeidet. I intervjuet reflekterte og snakket han om at han kanskje hadde blitt litt tryggere på å være i gruppe, og litt mindre redd for å drite seg ut, etter arbeidet i gruppa.

T: Men jeg tenker at det er mer at jeg kan ha utbytte av det en annen gang da.

S: Mhm.

T: At man kanskje kan..., når har man tørt å gå opp og drite seg ut, så nå kan man kanskje tørre det andre ganger og da. Det er mer det jeg mener da.

S: Ja.

T: At jeg må opp og synge eller et eller annet sånn så har jeg vært oppe og gjort det her da og..., så blir det kanskje litt lettere for meg å finne ut at det er ingen som biter eller, det er ingen som hogger hånda av deg når du går opp og gjør sånt da. Folk blir jo mer sånn at de syns det er tøft. At noen tør å gå opp eller spille en sang eller dele av seg sjøl da.

S: Ja. Ikke sant.

T: Kanskje jeg blir litt tryggere på å gjøre det en annen gang da. Det er mer det det går i (transkripsjon fra intervju).

#### 4.6.1 Drøfting av hendelse 3 - ny erfaring med å handle nytt

Prosessen med å tegne viktige ting, skape konturene av ønsker for fremtiden på papiret og fortelle om dette, som videre ble utgangspunkt for en psykodramavignett innehar mange viktige øyeblikks erfaringer. Noen av dem drøftes her. Tom beskriver at gjennom tegningsaktiviteten i gruppa ble det skapt et undringsrom for han. I arbeidet med egen tegning ble tanker, undring, spenning og forventning knyttet til fremtiden satt i gang hos han. Dette kan tyde på at han gjennom tegningen skaper en bro mellom indre verden og ytre verden som B.Peterson (2003) beskriver, og er i det undringsrommet Ziesler (2015) beskriver eksisterer i billedterapi. Han deltar aktivt med seg selv i undringsrommet idet han tegner, og etterpå når dette blir iscenesatt gjennom den felles skaperprosessen i psykodrama. Her vil jeg argumentere for å se dette som at han her skaper en estetiske erfaring. For at den estetiske erfaringen skal bli noe av må han skape noe, og respondere på det han skaper. Det mener jeg han gjør i det han lager tegningen, er i møtet med tegningen, og medskaper i psykodramavignetten. Han er tilstede, konsentrert og deltakende i disse øyeblikkene og beveger seg mellom de tre momentene skaper, verk og mottaker som nevnt i 2.9.1. Intensjonene kan "lekes" med og føre til at "materialet" og hverdags erfaringen endres, noe som kan gi nye mentale forestillinger, nye materielle former og nye handlingsrom. Tom beskrev i intervjuet at han kanskje har blitt litt tryggere på å tørre å gjøre nye ting gjennom arbeidet i gruppa. Dette kan tyde på at den estetiske erfaringen fra gruppa gir mot til å handle nytt også i det virkelige liv. I intervjuet pekte Tom på hvordan han spontant hadde hentet gitaren og spilt for de andre en kveld de hadde sett på TV. Som han selv sa var dette tryggere for han å gjøre, da det ikke var så personlig som det arbeidet vi gjorde i gruppa. Men jeg mener han er inne på noe viktig her knyttet til det å være istand til å handle nytt og spontant. Evnen til å vise andre sider av seg selv, uttrykke egne tanker og følelser som også er personlig foran andre når det er nytt, flaut, kleint og utfordrende, oppøves gjennom at han skaper en estetisk erfaring gjennom den estetiske medieringen i arbeidet med tegningen og iscenesettelsen i psykodrama. Dette fremmer spontaniteten og bidrar til selvtillit og mot til å gjøre nye ting, blant annet være mer fleksibel og personlig i sine sosiale roller. Sånn sett er arbeidet en sosial ferdighetstrening. Dette kan tyde på at han fikk en annerledes erfaring med å handle nytt, som kan gjøre at dette også kan oppleves annerledes i det virkelige liv. Samtidig er kanskje motet til å ta initiativ til kontakt med en fremtidig partner blitt litt høyere, som gjør at dette ønsket for fremtiden er litt nærmere enn før. Her kan vi trekke en parallell til Moreno's spontanitetsteori (1978) og si at Tom har fått økt kontakt med eget potensiale for spontanitet. Gjennom handlingen og deltakelsen i den estetiske



erfaringen fremmer Tom spontaniteten hos seg selv. Som kan gjøre han bedre rustet til å gjøre spontane og adekvate valg i eget liv.

#### 4.7 Hendelse 4 – Kunstpostkort, diktskaping og forholdet til en by og en person

Jeg viser her frem to dikt som ble til når deltakerne ble bedt om å velge seg et postkort og skrive et dikt med utgangspunkt i det. Det kan ses på som resultatet av denne aktiviteten.

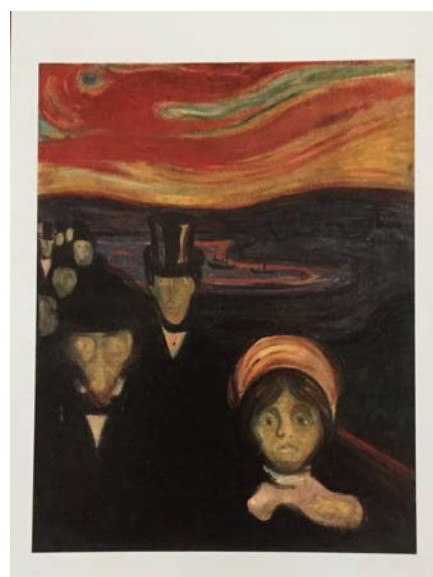


*Sitter i mitt lille  
mørke i fengsel eller  
i behandling. Men du  
har alltid vært der  
for meg. Du har støtta  
meg hele veien.  
Takk mamma,  
jeg er veldig glad i deg.*

Bilde 3: Kunstpostkort Ståle Blæsterdalen: Kvinner og alder (tresnitt) (©Ståle Blæsterdalen/BONO).

##### *Tigerstaden*

*Oslo, Oslo du gamle blå  
Oslo gir meg farger, med nyanser av grå.  
Sulten gjør sliten, men Oslo metter deg  
Tigeren sluker alle hele og rå  
Fra Oslo S til Karl Johan vi ser tigeren gå  
Blant oss byttedyr som lister oss på tå.*



Bilde 4: Kunstpostkort Edvard Munch: Angst.

##### 4.7.1 Drøfting av hendelse 4 – Hvilken betydning kan et dikt ha?

Et dikt er som et bilde malt med ord. Det fanger en emosjonell kvalitet og noe av en persons livsverden. Man kan skape en form til noe man har inni seg av tanker eller følelser som så kan gi nye muligheter for et verbalt uttrykk om dette. Deltakeren som skrev det første diktet gir jeg det fiktive navnet Helge. I intervjuet kom vi inn på situasjonen når Helge skrev diktet, da han hadde krysset av for dikt knyttet til følelser (spørsmål 6a).

S: Mhm. Også har du satt ett kryss på dikt.

H: Ja, jeg skrev jo det diktet da. Det var jo litt kult. Mhm.

S: I forhold til følelse, når det var det arbeidet med å skrive det diktet og dele, var det noe du kommer på i forhold til den situasjonen?

H: Nei, det var jo det jeg skreiv da, så det var jo...ja, atte, kanskje litt overdrivi, men allikevel, det var jo, nei, det var allright det. Mhm.

S: Hva var det du skrev om?

H: Husker ikke helt (latter). Det var muttern da jeg skreiv om. Det var jo et brev, dikt til mora mi, var det ikke det? Tror det var det. Mhm.

S: Ehh, så hvordan synes du det var i etterkant og ha gjort det på en måte, altså det med diktet og det med å ha vært i en sånn psykodramasetting?

H: Nei, jeg syns det var bra det. At jeg klarte å skrive det diktet, det var bra. At, det, man, det er jo, ja, at man klarer å gjøre det da. At det, litt sånn mestrings..., ja kanskje..

S: Ja, det var veldig bra gjort det.

H: Mhm. Når jeg hørte at de andre ikke klarte å skrive noe så, jeg syns det ikke var så vanskelig egentlig. Kunne sikkert skrevet på forskjellige måter og, men greit og, ja litt mestringsfølelse da (fra intervjutranskripsjon).

Mestringsfølelsen ved å klare å skrive diktet trekker Helge frem, ”at man klarer å gjøre det.”

Å uttrykke noe gjennom en skriftlig, fri form som et moderne dikt kan være krever

konsentrasjon. Jeg sa at diktet bare kunne ha løsrevne ord og setninger, hele setninger, ettersom det passet dem. Personlig så får Helge en mestringsopplevelse knyttet til noe han ikke har gjort så mye før. Han viser en ny side av seg selv i gruppa og samtidig får han kanskje kontakt med noe viktig i livet på en annen måte gjennom diktet. Et dikt kan være som et bilde malt med ord og her kan vi trekke en parallell til Peterson (2003), Ziesler (2015) og Bourriaud (2007) om at det blir et møtepunkt med bildet, hvor diktet fungerer som en bro mellom indre og ytre verden. Relasjonen til moren som beskrives i diktet åpnet også for flere verdifulle delinger fra andre deltakere i gruppa. Diktet vekket gjenkjennelse hos andre deltakere. Det kan tyde på at diktet aktiverte noe hos de andre deltakerne og kanskje dette kan sees på som at det igangsatte en kunstnerisk mediering hos de. Løvlie (1990) beskriver at det meningsskapende finnes i dialogen mellom momentene skaper, verk og mottaker. Kanskje skaper Helge ny mening gjennom arbeidet med diktet, og dialogen mellom de tre momentene. På spørsmål om hva Helge tok med seg fra arbeidet i gruppa svarte han at:

H: Nei, det var jo å bli kjent med seg sjøl, og kanskje bli litt mer utvendt på en måte da. Ehh.... tørre litt mer da på en måte. Mhm. Absolutt. Tenkte jo over det etterpå hva man gjorde og.. Det var veldig allright og ja, utfolde seg litt sånn da, ja (fra intervjutranskripsjon).

Deltakeren som skrev det andre diktet synes det gikk veldig greit å skrive dikt, selv om det var verre når det også var et personlig nivå i diktet. Jeg gir han det fiktive navnet Per.

Kombinasjonen av bilder og dikt likte han godt. Han var glad i Munch og diktet var inspirert av Sult av Hamsun. Før han leste diktet sa han: ”(...)Sult, hvor han fyren flyr rundt i Oslo, eller Kristiania da og sulter og..., da tenkte jeg liksom på hvor mye den byen konsumerer hver enkelt da. Så skrev jeg i hvertfall det her da” (fra gruppetranskripsjon). Gjennom diktet

uttrykker han refleksjoner og tanker knyttet til eget forhold til Oslo. ”Jeg har veldig sånn på godt og vondt forhold til Oslo, som de fleste har. Så jeg forbinder både mye angst og glede ved Oslo da. Så skrev jeg noen... (smiler, ler)” (fra gruppetranskripsjon). Selve skrivingen gikk greit og han viste glede ved oppgaven. Det kan tyde på at deltakeren var i en flyt tilstand og opplevde mestring, mening og glede ved skriveoppgaven. Samtidig kommer deltakeren i kontakt med et emosjonelt lag som gjelder sitt eget personlige forhold til byen gjennom å skrive diktet. Diktskapingen åpnet kanskje for en meningsskaping og erkjennelse på en litt annerledes måte, selvom det kanskje allerede var kjent for deltakeren. Her kan vi trekke en parallell til Rasmussen (2013) og det han peker på når han trekker inn dannelsbegrepet knyttet til estetisk erfaring. Dermed kan vi si at det foregikk en kunstnerisk mediering mellom bildet, egne personlige minner som nedfelles i den konstruerte formen dikt. Den estetiske erfaringen er sanselig og transformerende ved at hverdagslivet opplevelser rammes inn og erfares gjennom den kunstneriske medieringen peker Rasmussen på. Videre kan Pers dikt skape en mediering hos andre deltakere i møte med hans dikt. Det virker som det åpner for en annen frihet i å uttrykke noe personlig gjennom dikt for deltakerne. Det er andre emosjonelle nyanser eller lag som kommer frem hos dem. De viser en annen side av seg selv, noe nytt aktiveres som igangsetter en refleksjon og kanskje en kunstnerisk mediering. De to andre som var med i gruppa da det var dikt, valgte et postkort og sa noen ord til det, men skrev ikke noe dikt. Men de lyttet til de andres dikt og kom med respons. Kanskje kan dette sees som at det foregikk en kunstnerisk mediering også hos dem i møte med de andres dikt.

#### **4.8 Beskrivelser fra deltakere som ikke synes arbeidet hadde så stor betydning**

Ella, som blir det fiktive navnet på denne deltakeren, synes ikke hun fikk så mye ut av arbeidet i gruppa, og at det ikke hadde gitt henne så mye. Da jeg spurte henne om hva som hadde vært utfordrende svarte hun:

E: Nei, det er jo det å snakke i grupper og sånn da. Jeg er ikke så glad i det.

S: Er det noen spesielle situasjoner når det var spesielt utfordrende?

E: Ja, det er jo når vi det er snakking i gruppa, når vi sitter i gruppa og skal fortelle ting, så synes ikke jeg det er så veldig allright liksom (fra intervjutranskripsjon).

Uttrykk av egne tanker og følelser og fortelle ting fra seg selv var utfordrende. Det var ikke noe hun likte, og hun synes det var noe av det som ble ubehagelig. Hun beskrev i intervjuet at hun opplevde det som at man måtte si noe i delingsssirkelene i gruppa. Det var ment å være relativt åpent og fritt, og at man selv sa det man ønsket å si. Om man hadde lite å si, så var det

ok, og hadde man mer og si var det ok. Etter hvert forsøkte jeg å utfordre litt ved å stille noen oppfølgingsspørsmål til de som ikke fortalte så mye. Dette var kanskje noe av det som opplevdes som å ”måtte si noe”, og som var ubehagelig. På spørsmål om hva som var det viktigste for Ella svarte hun at:

E: Nei, det er jo at de som fikk noe ut av det fikk delt da.

S: Mhm. Hvordan var det å høre på andres sine delinger?

E: Nei, det..., jeg vet ikke... Jeg respekterer jo det dem sier, men..., det var jo mer i forhold til..., ja, de greiene vi hadde da. Hvor man liksom skal være en annen person og sånne ting så det...(...) men det var jo bare litt rart da. Jeg følte liksom at det var litt sånn urealistisk og sånn...ja.(om PD tror jeg)  
(fra intervjutranskripsjon).

Så det at de andre som jobbet som protagonist i et psykodrama, og delte og fortalte om sine ting gjennom det, trekker Ella frem som det viktigste for henne, selv om hun synes det ble litt urealistisk. Ella satte mest på at det gikk an å ha det morsomt, og at vi lo sammen gjennom noen aktiviteter vi gjorde i gruppa, blant annet balllekene.

Mye fokus på en person nevnte også en annen deltaker som ikke synes han fikk så stort utbytte av gruppa. Men han nevnte det knyttet til de som var protagonist, at det ble i psykodramaene mye fokus på en person, at dialogen gikk treigt, og at han ble rastløs av å sitte stille, lytte og observere. Jeg gir han det fiktive navnet Ole.

O: Men så er det der uheldige da med dagen, og at jeg synes det ble litt mye prat og at de der rollespillene at det ble veldig mye fokus på en persons opplevelse av ting, og at vi andre var statister da ikke sant. Og at dialogen i det gikk altfor treigt, og da..blir jeg veldig urolig da (heh)  
(fra intervjutranskripsjon).

Selv om Ole her kommenterer at han synes det gikk treigt og at han ble rastløs når det var mye fokus på andre, så beskriver han senere i intervjuet at det virket som at arbeidet som protagonist gav noe til de deltakerne som deltok i det og at det var bra. Utfordringen som det er å skulle stole på andre i en slik gruppe mener jeg kommer tilsyne i Ole sitt svar her:

O: Men jeg syns det var helt allright liksom. Det jeg syns var allright, var allright.

S: Mhm. Så det med de postkortene og figurene som på en måte inngang til litt sånn egne tanker og følelser og tematikker det var...

O: Ja, eller, altså, det blir litt overflatisk da. Som sagt, jeg går ikke i dybden da når det er andre personer..., det tar jeg sånn face to face med en annen person som jeg har tillit til. Jeg gjør ikke det med folk som jeg bor sammen med og som jeg veit flagrer rundt med..., både det ene og andre.. Også jeg stoler ikke på det der taushetsløfte og sånn...., for meg så blir det bare sånn pjatt, for å være helt ærlig, for å være litt sånn..

S: Det er fint å få tilbakemeldinger...

O: Jojo, men, for meg så er det sånn. Jeg er dønn ærlig

S: Ja.

O: Så sånn..., så sånn for meg så går ikke jeg i dybden sånn psykisk med andre mennesker, med andre folk tilstede som jeg ikke har full tillit til. Jeg gjør ikke det. Så det blir litt sånn overflatisk.

S: Mhm.

O: Ja. Det tipper jeg gjelder alle altså. Jeg vet ikke, jeg har ikke noe innblikk i dem.. Ja (fra intervjutranskripsjon).

Ole trakk frem at ballekene var bra og at han likte det samt små arbeid med figurene.

O: Men jeg likte de tingene der, at man finner sin ting, også kan man fortelle litt om den tingen. Det fikk i hvert fall i gang mye for min del da. At det var allright da.

S: Ja. Du nevner det med figurer og baller og postkort, hva var det du likte knytta til det med figurer og sånn?

O: Nei, jeg liker at man må liksom tenke litt da. Tenke på de forskjellige figurene, jaja, den her kan jeg tenke litt rundt, og den her, og ”oi”, det setter i gang ganske mye, mange tanker da rundt mange temaer ikke sant. Ehh...knytta til mange forskjellige situasjoner (fra intervjutranskripsjon).

#### **4.8.1 Drøfting**

Deling av tanker og følelser i en gruppe hvor flere ser og hører deg kan oppleves vanskelig og rart, og det å finne veien til ordene kan være utfordrende. Opplevelse av trygghet og uttrykk i gruppesituasjonen, og tidligere erfaring kan innvirke på hvordan dette oppleves. Kanskje kan det Ella beskrev om at det var utfordrende tyde på at hun ikke opplevde at det var tilstrekkelig trygghet i gruppa. Mye fokus på en person i slike små grupper når det var snakking og deling var det Ella synes var det verste. Jeg tolker dette som at det å lytte til de andre var greit, men når hun selv måtte bli mer synlig gjennom å snakke ble det for mye fokus på henne og det opplevdes da ubehagelig. Med referanse til Nicholson (2005) sin metafor om gaven kan dette forstås som at min intensjon med at det er nyttig og bra å trene på å snakke om egne tanker og følelser ikke ble oppfattet slik, og heller oppfattet som noe som ble ubehagelig og virket negativt. Det samme perspektivet kan man sette på fokus på møter mellom deltakere i en gruppe. Ella sa at det var bra at de som fikk noe ut av det fikk delt. Kanskje kunne hun anerkjent verdien av at hun selv fikk delt ting fra sitt liv, det som var viktig for henne i større grad i en slik gruppe i fremtiden. Samtidig så må det være noe hun personlig ser verdien av og har vilje til. Kanskje er dette noe jeg oppfatter som en verdi, mens det kanskje er helt andre ting som oppfattes som en verdi og betingelse for et godt liv sett fra hennes ståsted.

Jeg fikk inntrykk av at kortere, mer lekne sekvenser fungerte bra for Ole. Ubehaget eller utfordringen med å dele personlige ting i en gruppe hvor man ikke har tillit til at man kan stole på de andre i gruppa mener jeg kommer til syne i noe av det han sier. Ustabiliteten i oppmøtet i gruppa gjør også at rammene for å kunne stole på, bygge opp trygghet og tillit kanskje ikke var helt tilstede i rammene til denne gruppa. For eksempel satte han pris på de

små aktivitetene knytta til figurene og hvordan det satte i gang tanker og refleksjoner hos han. Å ikke ville dele så personlige ting i en slik gruppe kan også handle om motstand. Motstand mot å åpne opp for noe han ikke turde eller ikke ville gå inn i. Men det kan også bare være at slikt arbeid fungerer bedre en til en for han som han selv sa. Det kan også ha vært andre omstendigheter utenfor gruppa som jeg ikke kjenner til og vet omfanget av som innvirket på om det opplevdes som mulig og trygt å dele personlige ting. Andre regler, verdier og betingelser fra grupper han tidligere har vært en del av kan også ha innvirket. Med referanse til Nicholson's gave metafor kan aktivitetene og de personlige delingene i gruppa da oppleves som truende, skadelig eller noe som innebærer for stor risiko.

#### **4.9 Gruppeleder, gruppeprosess og balansering av ulike behov**

Balansering av ulike individuelle behov i en gruppe gjennom gruppelederrollen og fokus på kombinasjoner av både lek og alvor, aktivitet, refleksjon, deltakelse hos flere gruppedeltakere og stillhet, personlige delinger og fiksjonalitet er sentralt inn i en slik gruppeprosess. Samtidig er det en krevende del av gruppelederrollen i forbindelse med endring og personlig utvikling. En gruppedeltaker gav meg en tilbakemelding på min tilstedeværelse som gruppeleder i en pause etter noen av de første gangene med gruppa:

D: Du er så streng Siri. Når du snakker så ser du litt sånn streng ut da. Det er en litt sånn morsom greie. Men du har et fint smil. Du burde smile mer Siri, da tror jeg det går lettere da veit du. Det er en bra tilbakemelding er det ikke det?

S: Det er en god tilbakemelding.

D: Du ser litt sånn streng ut når du ikke smiler.

S kommenterer det med smilinga, og det å se streng ut når jeg ikke smiler. Sier at jeg vet jeg ofte ser slik ut når jeg tenker eller har mye jeg skal huske på. Smiler mer (fra transkripsjon fra gruppa).

Dette kan også ha innvirket på opplevelsen av gruppeklima og gruppeprosess. Det kan også innvirke på om det fremmes deltakelse og spontanitet i gruppa. Samtidig sier det noe om spontanitetsnivået i gruppa at denne deltakeren kommer med en slik tilbakemelding til meg. Det krever litt mot å gi en slik tilbakemelding. Gruppa med gruppeprosess og dynamikk mellom deltakere og leder, deltakernes indre verden og tidligere erfaringer og aktivitetene vi gjør gjennom kreative metoder og psykodrama virker gjensidig inn på hverandre, som beskrevet i 2.4.2. Samlet avgjør dette hva som kommer opp i gruppa og ikke. Det er et gruppesamspill som påvirkes av mange faktorer, og det kan være sårbart i forhold til hvilke undringsrom og handlingsrom som kan finne sted i gruppa. En uke eller to senere fikk jeg tilbakemelding fra denne deltakeren på at det nå gikk bedre med smilinga. Et aspekt ved

deltakergruppa som kan være med på å gi mening inn til det å utfordre seg på ting, handle nytt og stole på kommer frem i en av deltakernes beskrivelser:

D: (...)når man er, hvis jeg er ute i miljøet..., når jeg er ute i narkomiljøet så...

D: Ikke sant så er man litt den personen ikke sant. Tyrili har laget en film som heter ”Store gutter gråter ikke” ikke sant, også her så blir vi jo litt utfordra på å se på ting som har vært vanskelig på en måte.

Hvis vi skal være..., p, hva er det det heter igjen?

S: Protagonist

D: Protagonist og sånne ting, så går man jo egentlig litt tilbake og ser på følelser da, også har man levd et liv med..., hvor ting har vært litt tøft og brutalt på en helt annen måte, ikke sant. Så jeg syns det er tøft å se folk ta den utfordringa her da. Og inkludert meg sjøl. (...)

D: Og sånn sett så er det jo litt banebrytende ifht.ens eget liv da, at man tar den utfordringa også står man der og på en måte blottlegger seg litt. Det er tøft det.

S: Mhm.

D: Ikke sant? Hvordan reagerer man da. Plutselig kan man begynne å grine, det kjennes vondt da til tider. (...)

D: Jeg husker det kom et ord frem da og det var kleint eller flaut, og det er litt den der ”Store gutter gråter ikke” opplegget ikke sant. At det er jo der vi har vært, for store gutter gråter ikke. Også kommer vi på en måte her og blir litt utfordra på en sånn tematikk da, som vi, vi skal på en måte komme ut av det der skallet da, ikke sant. For det er jo sånn her, det er testosteron miljø og folk går sånn i gangene (viser litt stor brystkasse, skyver brystet litt frem), folk har med seg det livet der ute inn her da, også skal vi prøve å på en måte bryte gjennom det tjukke, ofte tjukke skallet der da. Og det er det jeg syns er interessant med det da. Det er liksom å gå andre veier enn det da. Og bli litt mykere eller litt sånn da.

S: Mhm.

D: Det er det jeg tror det her har..., kan gi meg da, på en positiv måte ikke sant.

S: Ja.

D: At jeg er åpen og ærlig

S: Hvordan tenker du at det kan gjøre det?

D: Nei, det handler jo om..., i de oppgavene her så handler det om..., det handler om samarbeid i gruppa ikke sant. Man lever ganske egosentrisk liv der ute. Sant man tenker mye på seg sjøl og man tar ikke ansvar for noe da. Man tar bare ansvar for seg og sitt eget liv, og det er jo på en måte sånn det livet der ute er. Det jaget etter narkotika og sånne ting, og dette her er jo, her lærer vi å samhandle når vi kaster ball til hverandre og ler sammen da. At det også er lystbetont. Ikke sant, også er det..., også går vi inn på temaer som skaper følelser da, med følelser som vi har bedøvd oss bort ifra før, så skal vi stå i det da og det kan være tøft det. Ikke sant, så det.. Og det er på den måten det gir et eller annet da.

S: Mhm.

D: Ikke sant at man kan venne seg til den nyktre seg på en måte.

S: Mhm.

D: Det er jo dette her det handler litt om. Hvis man skal klare seg der ute så må man også kunne se på de tingene da (fra intervjutranskripsjon).

Utfordringen det er med sårbarheten og risikoen som medfølger det å tillate seg å stole på noen og ha tillit til noen kommer til syne her. Det kan medføre at du blir såret, sveket eller at noen misbruker din tillit. Det krever gjentatte gode erfaringer med å åpne seg for noen for å tro på at det kan komme noe konstruktivt og bra ut av det å stole på (nye) mennesker og vise dem tillit dersom du har mange dårlige erfaringer med dette.

#### 4.9.1 Drøfting

Denne deltakeren trekker frem betydningen av å samarbeide i gruppen, le sammen i gruppen og å utfordre seg på temaer og situasjoner som vekker vanskelige følelser. Flere andre

deltakere trakk også frem det og kunne ha det morsomt sammen og le sammen i gruppa som en viktig ting ved arbeidet i gruppa. Utfordre seg foran og sammen med de andre, bryte ut av skallet og venne seg til den nyktre versjonen av seg selv beskrives her. Det er en del av arbeidet og endringsprosessen tidligere rusavhengige i behandling går igjennom. Gruppas aktiviteter opplevdes for noen av deltakerne å være et bidrag som gav mening inn i dette arbeidet. For andre deltakere ikke. Schacht (2007) fremhever at endringsprosesser med fokus på å handle nytt foregår gjennom hele spennet mellom flyt og krise. Man kan si at deltakerne som opplevde å ikke kunne stole på de andre i gruppa og delta i et mer personlig arbeid, ikke gav seg hen til erfaringen slik som den estetiske erfaringen krever i følge Dewey (1934). Men det kan også forstås som at tryggheten og tilliten som kreves for dette ikke var etablert. Gruppas arbeid representerer kanskje en annen kultur som skiller seg fra de verdier, holdninger og betingelser deltakerne er vant med fra andre gruppekulturer ”der ute” som deltakeren i 4.9 beskriver. Dermed med referanse til Nicholson (2005) sin metafor om gaven, kan den velmenende intensjonen med gruppas aktiviteter oppfattes negativt, utrygt og usikkert. De ulike deltakerne med sitt ståsted, individuelle toleransevindu og perspektiv innvirket på forutsetningene for å delta i aktiviteter i gruppa. Samtidig kommer det frem av de fire første eksemplene at noen av deltakerne hadde stor nok grad av tillit og trygghet, og valgte å stole på de andre i gruppa idet de delte personlige ting gjennom arbeidet i gruppa. Kanskje var det en tillit og trygghet som var opparbeidet fra før av og noe de hadde med seg inn i gruppa. At gruppa noen ganger var mindre på grunn av frafall kunne virke både positivt og negativt. Det virket som det da opplevdes tryggere å delta mer aktivt, samtidig blir alt mer synlig med en mindre gruppe og det er vanskeligere å ”gjemme seg”. ”Det åpner andre rom i gruppen for å jobbe for forskjellige deltakere når det er færre der” (fra feltdagbok).

Deltakernes ulike behov, knyttet til egen prosess, toleransevindu, dagsform, evner og ferdigheter til å delta i gruppa varierte. Det krever en kontinuerlig kalibrering og tilretteleggelse utifra de individuelle behov i gruppa underveis i gruppeprosessen. Fasilitering for nye erfaringer og opplevelser i gruppa med passe mengde utfordring på det personlige plan slik at det krever en engasjert aktivitet og deltakelse står sentralt, samtidig må dette tilpasses så det ikke blir for mye eller overveldende, og mestringensopplevelsen kan være innen rekkevidde for de ulike deltakerne. Det er en krevende oppgave å være fasilitator for en slik gruppe, som jeg opplevde jeg mestret noen ganger bra, og andre ganger mindre bra. Samtidig var det krevende som fasilitator å skulle forklare psykodrama som metode og arbeidsform samtidig som vi gjorde det.



## 5.0 Avslutning og veien videre

D: (...)men, jeg tenker på at det vi gjør, det gjør vi av en grunn da. (...)jeg har liksom lurt på hvorfor gjør vi det her nå og hva gir det meg og...

S: Mhm.

D: Kommer jeg sterkere ut av dette i enden av den psykodramatunnelen da (fra intervjutranskripsjon).

Hva kan man så si at deltakelse i en gruppe som arbeider med psykodrama og andre kreative uttrykksformer *gir* deltakerne? Kom de sterkere ut av psykodramatunnelen? Hvilken betydning hadde det å delta i gruppa?

Deltakelse i gruppa fungerte som en sosial treningsarena som åpnet for både lek og alvor. Ballkastingen pekte flere på at var morsom, samtidig gav det en ny måte å huske noe på og var en aktivitet som krevde konsentrasjon og oppmerksomhet. Handlingsutforskning vedrørende egen selvfølelse og selvillit i ulike situasjoner, bidro til en mulighet for å bli bedre kjent med egen reaksjoner og handlinger i situasjoner. Det var en annerledes arena for å gjøre noe nytt sammen og utfordre seg på det. Arbeidet i gruppa kan bidra til bevisstgjøring på hva deltakerne liker og ikke liker. Det kan være en arena for å utfordre seg selv i nye situasjoner sammen med andre. Dermed kan de relasjonelle ferdighetene styrkes, samspillserfaringer oppnås som igjen kan virke positivt inn på resiliens og livsmestring. Det kan fungere som en arena for å undersøke i praksis det med å stole på andre og ha tillit til gruppa. Og prøve noe nytt i forhold til dette, som senere kan bringes ut i det virkelige liv. Gruppens arbeid fungerte for noen av deltakerne som en arena for utprøving av nye, spontane handlinger og som en inngang til estetiske erfaringer og kunstnerisk mediering. Gjennom dette var det mulig å komme i kontakt med egne tanker, følelser og ønsker for eget liv på en litt annerledes måte. Sånn sett er nok mye av det arbeidet som gjøres i gruppa allerede arbeid som er tilstede gjennom andre aktiviteter i Tyrili. Men det åpnet for et litt annerledes sosialt rom som for noen av deltakerne gav en litt annerledes inngang til nye utfordringer og erfaringer, som kan ha bidratt til å se noe i et nytt perspektiv. Det var bra når vi lo og lekte, hadde det morsomt, syntes flere. Noen deltakere satte mer pris på det mer personlige arbeidet, andre ikke. Et flertall mente det var en positiv opplevelse og hadde en betydning. Det var utfordrende å sitte rolig og være i gruppa med snakking, bedre når vi kom oss opp fra stolene og gjorde mer, mente flere. Balansegangen mellom det alvorlige og det lekne i en slik gruppe så ut til å være viktig og var en erkjennelse jeg fikk underveis i det praktiske gruppearbeidet.

## 5.1 Kritisk refleksjon og videre forskning

Jeg valgte å ha fokus på deltakeropplevelse og tok utgangspunkt i de subjektive beskrivelsene for å beskrive opplevelse og hvordan det kan bidra til estetiske erfaringer. Dersom jeg hadde inkludert ansatte på enheten i undersøkelsen ville flere perspektiv kommet med.

Begrensningen som ligger i enkeltcase-studien jeg gjennomførte er at det ikke er mulig å generalisere ut ifra denne studien, og at det er flere faktorer og variabler som innvirker på gruppeprosessen som jeg ikke kontrollerer. Et eksempel på dette er at ved at jeg kommer inn utenfra som en ”fremmed” på dette behandlingsstedet og tar del i en kort del av et større behandlingsopplegg, kjenner jeg ikke status i deltakernes behandlingsprosess. Dermed kan jeg ikke se beskrivelsene fra deltakerne i sammenheng med det større bildet i deres behandlingsprosess. Samtidig er det også noen fordeler ved å være den ”fremmede” som kommer inn og tar del i en slik kort del av et større behandlingsopplegg. Kanskje var det med på å åpne opp for et annet sosialt rom for deltakerne da jeg ikke kjente noe til dem fra før. For videre forskning kunne det vært interessant å ta mer spissede valg ved for å undersøke sammenhenger og eventuell virkning mer i detalj. Dersom jeg selv hadde stått mer utenfor gruppearbeidet og vært i en mer avgrenset forskerrolle ville jeg også kunne kommet frem til andre svar. Men jeg kunne også mistet noe vesentlig ved å gjennomføre det slik. Nærheten ved en slik type deltakende observasjon som jeg hadde i min undersøkelse åpner for detaljerte og fyldige beskrivelser av deltakeropplevelsene. Noe av dette, det subjektive perspektivet og nyansene tror jeg kunne blitt borte dersom jeg hadde stått mer utenfor i en slik avgrenset og distansert forskerrolle. Mitt empiriske datamateriale har en begrensning i forhold til at det varierte hvor mange ganger de ulike deltakerne var tilstede over de 8 gangene. Ettersom jeg hadde en fleksibel, åpen og utforskende forskerholdning i prosjektet, åpnet jeg for at det ble mange spørsmål i spørreskjema og intervju. Jeg burde muligens tatt flere valg tidligere for å få avgrenset det empiriske materialet tidligere i prosessen. Min vurdering rundt dette var at jeg da lukket prosessen for tidlig, og at jeg ville kunne gå glipp av sentrale moment. Men dette resulterte i et omfangsrikt datamateriale som det var utfordrende å navigere i. Jeg har tatt noen valg og fokusert på det i datamaterialet som jeg mener kan belyse problemstillingen på best mulig måte. Imidlertid så ville fremstillingen av empirien sett annerledes ut om jeg hadde fokusert på andre svar og benyttet en mer strukturert analysemetode og kategorisering. For videre undersøkelser synes jeg det ville vært spennende å arbeide mer tverrfaglig i undersøkelsesarbeidet. En forskningsstudie som kunne undersøkt mer om det er noen sammenheng og i såfall hva som innvirker på denne sammenhengen mellom psykisk helse,

rus, evne til verbalisering og hvordan ulike kreative supplerende kreative arbeidsformer som blant annet psykodrama kan innvirke på dette, ville vært interessant. En gruppe som varte over lengre tid, et mer direkte samarbeid med ansatte på enheten, samt en oppfølgingsstudie lengre tid i etterkant av avsluttet gruppe ville vært interessant og spennende.

## 5.2 Avslutning og svar på problemstillingen

D: Hvis bonden legger et korn i jorda ikke sant, så vanner'n det kornet, det gjør'n fordi han veit at da vokser det kornet ikke sant. Men det som skjer med selve kornet når han ligger og sover om natta, det er den, det er den effekten som jeg er litt ute etter, er det ikke det a? (litt humring) Tenker jeg.

S: Som du er litt ute etter?

D: Jaja, at det vi har sådd inn i psykodrama, det skal bli noe som tar litt del i oss da. Som gir oss et eller annet da, ikke sant (fra intervjutranskripsjon).

Jeg vil vende tilbake til problemstillingen: Hvordan beskriver mennesker i rusbehandling deltagelse i en gruppe som anvender psykodrama og andre kreative uttrykksformer og hvordan kan disse opplevelsene bidra til estetiske erfaringer ?

Noen av deltakernes beskrivelser av deltakeropplevelsen kommer frem i kapittel 4.

Oppsummeringsvis her så vil jeg si at de beskrev deltakelsen som noe som utfordret de på å gjøre noen nye ting sammen i gruppe, som satte i gang tanker og følelser. Utifra deltakernes beskrivelser mener jeg det for noen av deltakerne åpnet for en annerledes opplevelse og en annerledes måte å uttrykke seg selv på. Det gav et ekstra handlings- og utforskningsrom. Dette kan bidra til estetiske erfaringer slik jeg har beskrevet i drøftingen av hendelse 1,2,3 og 4 i kapittel 4. Det som skapes eller spilles kan fungere som en bro mellom den indre og den ytre verden og de estetiske erfaringene kan fungere som en inngang til det verbale språket. I vandringen mellom verket, seg selv og en gruppeleder kan undringsrom og møter oppstå som gjør at man evner å gripe tak i tanken, følelsen eller sammenhengene og sette noen ord til det som tidligere ikke hadde ord og oppnå økt innsikt og selvbevissthet. Den kunstneriske medieringen bidrar til å finne frem til ord og til å lage det man tenker på gjennom kreative og visuelle uttrykk, teatral kommunikasjon og psykodrama. Spontanitet kan fremmes gjennom estetiske erfaringer som kan gi økt selvtillit, selvfølelse, åpenhet og mot til å prøve ut nye ting og være i nye situasjoner med seg selv som en nykter person. Den sosiale dimensjonen med å utfordre seg på å gjøre nye ting sammen i gruppa ble trekt frem som betydningsfulle opplevelser fra flere deltakere. Med referanse til Nordang (se side 9) vil jeg samlet kalle erfaringene fra gruppa for sosial-estetiske erfaringer. Case studien viser at anvendelsen av

psykodrama og andre kreative uttrykksformer i gruppe åpner for et annerledes sosialt rom, som gir rom for estetiske erfaringer for noen av deltakerne. Et sosialt rom for å forske med, og i seg selv som en nykter person gjennom utforskning, undring og skapende og spontan handling. I dette rommet kan ulike aspekter ved å være den nyktre versjonen av seg selv i ulike sosiale situasjoner og i møte med seg selv utforskes. Det tyder på at sosial-estetiske erfaringer kan igangsette eller generere kunstnerisk mediering som fremmer spontanitet, samarbeid og kan ha terapeutisk effekt. Gjennom slike erfaringer kan meningsfylte endringsbevegelser settes i gang som bringer mennesker i rusbehandling videre med økt mot, åpenhet, selvfølelse og selvtillit på sin vei mot å trække opp en rusfri sti for seg selv. Det kan være et bidrag og supplement sammen med rusbehandling for å finne frem til det verbale språket for tanker og følelser. Det kan være en mulighet for å uttrykke seg selv gjennom skapende og spontan handling i en skapende prosess. Videre forskning er nødvendig for å si noe mer om mulige sammenhenger, betydning og effekt.

Eller sagt med en deltakers ord:

D: (...) det handler om samarbeid i gruppa ikke sant. Man lever ganske egosentrisk liv der ute. Sant man tenker mye på seg sjøl og man tar ikke ansvar for noe da. Man tar bare ansvar for seg og sitt eget liv, og det er jo på en måte sånn det livet der ute er. Det jaget etter narkotika og sånne ting, og dette her er jo, her lærer vi å samhandle når vi kaster ball til hverandre og ler sammen da. At det også er lystbetont. Ikke sant, også er det..., også går vi inn på temaer som skaper følelser da, med følelser som vi har bedøvd oss bort ifra før, så skal vi stå i det da og det kan være tøft det. Ikke sant, så det... Og det er på den måten det gir et eller annet da.

S: Mhm.

D: Ikke sant at man kan venne seg til den nyktre seg på en måte.

S: Mhm.

D: Det er jo dette her det handler litt om. Hvis man skal klare seg der ute så må man også kunne se på de tingene da.

## Litteraturliste

- Andersen, F. Ø. (2006). *Flow og fordypelse*. København: Hans Reitzels forlag.
- B.Peterson, J. (2003). The Synergism of Art Therapy and Psychodrama: Bridging the Internal and the External Worlds. I J. Gershoni (Red.), *Psychodrama in the 21st Century* (s. 81-99). New York, USA: Springer Publishing Company.
- Bale, K. & Bø-Rygg, A. (Red.). (2013). *Estetisk teori - En antologi*. Oslo: Universitetsforlaget.
- Balfour, M. (2009). The politics of intention: looking for a theatre of little changes. *Las políticas de intención: buscando un teatro de pocos cambios*, 14(3), 347-359. doi: 10.1080/13569780903072125
- Blatner, A. (2015). Action Explorations as reflective practice. I E. Vettrano & W. Linds (Red.), *Playing in a House of Mirrors, Applied Theatre as Reflective Practice* (s. 219-228). Rotterdam, Nederland: Sense Publishers.
- Blatner, A. & Blatner, A. (1988). *Foundations of Psychodrama*. New York: Springer Publishing Company.
- Borgdorff, H. (2011). The production of knowledge in artistic research. I M. Biggs & H. Karlsson (Red.), *The Routledge companion to research in the arts* (s. 44-63). London, USA, Canada: Routledge.
- Borge, L. (2011). *Møte med Psykodrama*. Oslo: Kolofon Forlag AS.
- Bourriaud, N. (2007). *Relasjonell estetikk*. Oslo: Pax Forlag AS.
- Braarud, H. C. & Nordanger, D. Ø. (2014). Regulering som nøkkelbegrep og toleransevinduet som modell i en ny traumepsykologi. *Tidsskrift for Norsk Psykologforening*, 51(7), 530-536.
- Böhme, G. (2013). "Innføring" fra Aisthetik. Vorlesungen über ästhetik als allgemeine wahrnehmungslehre(2001). I K. Bale & A. Bø-Rygg (Red.), *Estetisk teori. En antologi*. (s. 519-532). Oslo: Universitetsforlaget.
- Cassidy, S., Gumley, A. & Turnbull, S. (2017). Safety, play, enablement, and active involvement: Themes from a Grounded Theory study of practitioner and client experiences of change processes in Dramatherapy. *Arts in Psychotherapy*, 55, 174-185. doi:10.1016/j.aip.2017.05.007
- Dewey, J. (1934). *Art as experience*. New York: The Berkely Publishing Group, Penguin Group.
- Dewey, J. (2013). "Å gjøre en erfaring" fra Art as Experience. I K. Bale & A. Bø-Rygg (Red.), *Estetisk teori. En antologi*. (s. 196-213). Oslo: Universitetsforlaget.
- Dysthe, O. (2013). Dialog, samspill og læring, Flerstemmige læringsfellesskap i teori og praksis. I R. J. Krumsvik & R. Säljö (Red.), *Praktisk-pedagogisk utdanning, en antologi* (s. 81-116). Bergen: Fagbokforlaget.
- Fischer-Lichte, E. (2008). *The transformative power of performance : a new aesthetics* (Ästhetik des Performativen). London: Routledge.
- Føyn, P. & Shaygani, S. (2010). *Psykodynamisk behandling av ruslidelser*. Oslo: Universitetsforlaget.
- Gadamer, H.-G., Schaanning, E. & Holm-Hansen, L. (2012). *Sannhet og metode : grunntrekk i en filosofisk hermeneutikk* (Wahrheit und Methode Grundzüge einer philosophischen Hermeneutik). Oslo: Pax.
- Gjærum, G., Rikke (2016). Forelesningsnotat: Hermeneutikk master hioa 8 12 2016.pdf
- Gürgens Gjærum, R. & Rasmussen, B. (2012). Vitenskapsteori og kunnskapssyn i anvendt drama/teaterforskning. I R. Gürgens Gjærum & B. Rasmussen (Red.), *Forestilling, fremføring og forskning* (s. 7-20). Trondheim: Akademika forlag.

- Harsberg, E. (1975). *Aristoteles, Om digtekunsten*: Gyldendal.
- Imsen, G. (2014). *Elevens verden, innføring i pedagogisk psykologi (5.utg.)*. Oslo: Universitetsforlaget AS.
- Jacobsen, D. I. (2015). *Hvordan gjennomføre undersøkelser? Innføring i samfunnsvitenskapelig metode (3.utg.)*. Oslo: Cappelen Damm Akademisk.
- Kipper, D. A. & Hundal, J. (2005). The Spontaneity Assessment Inventory: The Relationship Between Spontaneity and Nonspontaneity. *Journal of Group Psychotherapy, Psychodrama & Sociometry (15453855)*, 58(3), 119-129.
- Konopik, D. A. & Cheung, M. (2013). Psychodrama as a Social Work Modality. *Social Work*, 58(1), 9-20. doi: 10.1093/sw/sws054
- Kristiansen, D. L. (2013). *Nye muligheter, En eksplorativ studie av deltakeres opplevelse i musikkterapigruppe innen rusbehandling* (Masteroppgaven, Norges musikkhøgskole). Hentet fra <https://brage.bibsys.no/xmlui/handle/11250/218345> Hentet 15.4.2018
- Krogh, T. (2009). *Hermeneutikk*. Oslo: Gyldendal Norsk Forlag AS.
- Kvale, S. & Brinkmann, S. (2015). *Det kvalitative forskningsintervju*. Oslo: Gyldendal Akademisk.
- Leavy, P. (2014). *Method Meets Art: art based research practice*. Hentet fra <https://ebookcentral-proquest-com.ezproxy.hioa.no>
- Lindseth, A. & Norberg, A. (2004). A phenomenological hermeneutical method for researching lived experience. *Nordic College of Caring Sciences, Scand J Caring Sci; 2004; 18(18)*, 145-153. doi: 10.1111/j.1471-6712.2004.00258.x
- Lossius, K. (Red.). (2012). *Håndbok i rusbehandling (2.utg.)*. Oslo: Gyldendal Akademisk.
- Lundberg, A. (2012). Hva er det med rusmiddelavhengighet som krever tverrfaglighet? I K. Lossius (Red.), *Håndbok i rusbehandling* (s. 40-46). Oslo: Gyldendal Akademisk.
- Løvlie, L. (1989). Erfaring som handling. I H. Thuen & S. Vaage (Red.), *Oppdragelse til det moderne*. Oslo: Universitetsforlaget.
- Løvlie, L. (1990). Den estetiske erfaring. *Nordisk Pedagogikk*, 10(1-2), 1-18.
- Mackey, S. (2016). Applied theatre and practice as research: polyphonic conversations. *Research in Drama Education: The Journal of Applied Theatre and Performance*, 1-14. doi: 10.1080/13569783.2016.1220250
- Malt, U. (20.februar 2018). Projisere: medisin. I *Store medisinske leksikon*. Hentet fra [https://sml.snl.no/projisere\\_-\\_medisin](https://sml.snl.no/projisere_-_medisin) Hentet 15.mars 2018
- Malterud, K. (2011). *Kvalitative metoder i medisinsk forskning*. Oslo: Universitetsforlaget.
- Marineau, R. (1989). *Jacob Levy Moreno: 1889-1974: father of psychodrama, sociometry, and group therapy*. London: Routledge.
- McVea, C. S., Gow, K. & Lowe, R. (2011). Corrective interpersonal experience in psychodrama group therapy: A comprehensive process analysis of significant therapeutic events. *Psychotherapy Research*, 21(4), 416-429. doi: 10.1080/10503307.2011.577823
- Merleau-Ponty, M. (1994). *Kroppens fenomenologi (Phénoménologie de la perception)*. Oslo: Pax Forlag AS.
- Merriam-Webster.com. (2018). Bricolage Hentet 19.02.2018 fra <https://www.merriam-webster.com/dictionary/bricolage>
- Moreno, J. L. (1946). *Psychodrama First Volume* (Second revised edition. utg.). Beacon House, New York: Beacon House.
- Moreno, J. L. (1978). *Who shall survive? Foundations of Sociometry, Group Psychotherapy and Sociodrama*. (3.edition. utg.). New York, Beacon House: Beacon House Inc.

- Neelands, J. (2007). Taming the political: the struggle over recognition in the politics of applied theatre. (12:3), 305-317. doi:10.1080/13569780701560388
- Nicholson, H. (2005). *Applied drama: the gift of theatre*. Basingstoke: Palgrave Macmillian.
- Niemistö, R. (2008). Spontaaniudesta luovuuteen, olemisesta ilmaisuun. I S. Aitolehti & K. Silvola (Red.), *Suhteiden näyttämöt - näkökulmia psykodraamaan*. Helsinki: Kustannus Oy Duodecim.
- Olsen, M. I. & Traavik, K. M. (2014). *Resiliens i skolen. Om hvordan skolen kan bidra til livsmestring for sårbare barn og unge. Teori og tiltak*. . Bergen: Fagbokforlaget.
- Prendergast, M. & Saxton, J. (2009). *Applied theatre : international case studies and challenges for practice*. Bristol: Intellect.
- Rasmussen, B. (2012). Kunsten å forske med kunsten. Et blikk på kunnen ut fra praksisteori relasjonen. I R. Gürgens Gjørum & B. Rasmussen (Red.), *Forestilling, framføring og forskning* (s. 23-49). Trondheim: Akademika forlag.
- Rasmussen, B. (2013). Teater som danning - i pragmatisk-estetiske rammer. I K. M. Heggstad, S. A. Eriksson & B. Rasmussen (Red.), *Teater som danning*. Bergen: Fagbokforlaget.
- Rasmussen, B. & Kristoffersen, B. (2011). *Handling og forestilling - forestilling om handling : Jacob Levy Morenos teaterpresjonisme og sosiatri*. Trondheim: Tapir akademisk forl.
- Rustin, T. A. & Olsson, P. A. (1993). Sobriety shop--a variation on magic shop for addiction treatment patients. *Journal of Group Psychotherapy, Psychodrama & Sociometry*, 46(1), 12.
- Sauter, W. (2000). *The theatrical event : dynamics of performance and perception* (Studies in theatre history and culture). Iowa City: University of Iowa Press.
- Schacht, M. (2007). Spontaneity-creativity: the psychodramatic concept of change. I C. Baim, J. Burmeister & M. Maciel (Red.), *Psychodrama, Advances in Theory and Practice*. USA & Canada: Routledge.
- Schechner, R. & Thompson, J. (2004). Why "Social Theatre"? *The Drama Review (TDR)*, 48(3), 11-16.
- Stern, D. N. (2007). *Her og Nå. Øyeblikkets betydning i psykoterapi og hverdagsliv. The Present Moment in Psychotherapy and Everyday Life*. Oslo: Abstrakt Forlag AS.
- Thomas, G. (2010). *How to Do Your Case Study: A Guide for Students and Researchers*: SAGE Publications.
- Tynæs, A. K. (2013). Performativ danning-kollektive transformasjonsprosesser. I B. Rasmussen (Red.), *Teater som danning*. Bergen: Fagbokforlaget.
- Tyrilistiftelsen. (2018). Hentet 24.mars 2018 fra <http://www.tyrili.no/virkksomhetside/>
- Vettraino, E. & Linds, W. (2015). Introduction: Playing in a House of Mirrors: Applied Theatre as Reflective Practice. I E. Vettraino & W. Linds (Red.), *Playing in a House of Mirrors*. Hentet fra <https://ebookcentral.proquest.com/lib/hioa/detail.action?docID=4396488>  
Hentet 5.4 2017
- Ziesler, A. (2015). Skapende prosesser og terapi - Torhilds billedterapeutiske reise. I V. Aure & K. Bergaust (Red.), *Estetikk og samfunn. Tekster mellom samtidskunst og kunstdidaktikk*. (s. 177-192). Bergen: Fagbokforlaget.
- Zontou, Z. (2011). *Applied theatre and drugs: Community, creativity and hope*. Hentet fra <https://www.escholar.manchester.ac.uk/uk-ac-man-scw:122619>

Zontou, Z. (2013). An allegory of addiction recovery: exploring the performance of Eumenides by Aeschylus, as adapted by 18 ANO theatre group. (August 2013;18(3)), 261-275. doi:10.1080/13569783.2013.810931

Aamodt, H. L. (2013). *Med rus - uten ord? En norsk studie av aleksitymi blant rusavhengige i behandling* (Mastergradsoppgave, Høgskolen i Oslo og Akershus). Hentet fra <https://oda.hioa.no/en/item/med-rus-uten-ord-en-norsk-studie-av-aleksitymi-blant-rusavhengige-i-behandling> Hentet 15.5.2018

## **Vedlegg:**

1. Tilråding fra Norsk Senter for forskningsdata (NSD)
2. Bekreftelse fra NSD på endring av daglig ansvarlig/veileder for prosjektet
3. Informasjonsskriv og samtykke skjema deltakere
4. Spørreskjema
5. Intervjuguide



Rikke Gürgens Gjærum  
Postboks 4 St. Olavs plass  
0130 OSLO

Vår dato: 14.08.2017

Vår ref: 55177 / 3/ AMS

Deres dato:

Deres ref:

## Tilbakemelding på melding om behandling av personopplysninger

Vi viser til melding om behandling av personopplysninger, mottatt 03.08.2017.

Meldingen gjelder prosjektet:

<i>55177</i>	<i>En annen inngang til personlig arbeid</i>
<i>Behandlingsansvarlig</i>	<i>Høgskolen i Oslo og Akershus, ved institusjonens øverste leder</i>
<i>Daglig ansvarlig</i>	<i>Rikke Gürgens Gjærum</i>
<i>Student</i>	<i>Siri Merethe Skar</i>

Personvernombudet har vurdert prosjektet, og finner at behandlingen av personopplysninger vil være regulert av § 7-27 i personopplysningsforskriften. Personvernombudet tilrår at prosjektet gjennomføres.

Personvernombudets tilråding forutsetter at prosjektet gjennomføres i tråd med opplysningene gitt i meldeskjemaet, korrespondanse med ombudet, ombudets kommentarer samt personopplysningsloven og helseregisterloven med forskrifter. Behandlingen av personopplysninger kan settes i gang.

Det gjøres oppmerksom på at det skal gis ny melding dersom behandlingen endres i forhold til de opplysninger som ligger til grunn for personvernombudets vurdering. Endringsmeldinger gis via et eget skjema. Det skal også gis melding etter tre år dersom prosjektet fortsatt pågår. Meldinger skal skje skriftlig til ombudet.

Personvernombudet har lagt ut opplysninger om prosjektet i en offentlig database.

Personvernombudet vil ved prosjektets avslutning, 30.06.2018, rette en henvendelse angående status for behandlingen av personopplysninger.

Dersom noe er uklart ta gjerne kontakt over telefon.

Vennlig hilsen

Marianne Høgetveit Myhren

Anne-Mette Somby

Kontaktperson: Anne-Mette Somby tlf: 55 58 24 10 / anne-mette.somby@nsd.no

Vedlegg: Prosjektvurdering

Kopi: Siri Merethe Skar, otiliana@yahoo.com



### FORMÅL

Målet er å undersøke om øvelser og arbeid med en annen inngang enn verbal samtale kan tilføre noe til den enkeltes personlige utvikling og arbeid med seg selv, og eventuelt hva og hvordan. Deltakerne er personer som benytter psykodrama-elementer og kunstuttrykk som supplement til annen behandling på en Tyrili rusbehandlingsenhet.

### INFORMASJON OG SAMTYKKE

Utvalget skal informeres skriftlig og muntlig om prosjektet og samtykker til deltakelse..

Når det skal gjennomføres forskning på egen arbeidsplass kan det i noen tilfeller være nyttig å avklare de ulike rollene man har som ansatt og forsker før prosjektet starter og underveis. I e-post 07.08.17 har studenten gjort nærmere rede for sine roller og inklusjon av deltakere. Vi anbefaler at forespørsel om å delta i prosjektet rettes av personer som ikke er direkte involvert i prosjektet, for eksempel enhetsleder eller primærkontakt/behandler.

Dersom studenten skal foreta lydopptak i gruppen er det viktig at alle samtykker til dette, samt at de samtykker til at opplysningene kan brukes i prosjektet. Vi har vurdert at informasjonsskrivene mottatt 07.08.17 sikrer gyldig samtykke for deltakelse i prosjektet.

### SENSITIVE OPPLYSNINGER

Det skal behandles sensitive personopplysninger om helseforhold. Studenten har ikke angitt dette i meldeskjemaet og vi har derfor endret dette punktet.

### INFORMASJONSSIKKERHET

Personvernombudet legger til grunn at forskere og studenter følger Høgskolen i Oslo og Akershus sine rutiner for datasikkerhet. Dersom personopplysninger skal lagres på mobile enheter, bør opplysningene krypteres.

Forventet prosjektslutt er 30.06.2018. Ifølge prosjektmeldingen skal innsamlede opplysninger da anonymiseres. Anonymisering innebærer å bearbeide datamaterialet slik at ingen enkeltpersoner kan gjenkjennes. Det gjøres ved å:

- slette direkte personopplysninger (som navn/koblingsnøkkel)
- slette/omskrive indirekte personopplysninger (identifiserende sammenstilling av bakgrunnsopplysninger som f.eks. bosted/arbeidssted, alder og kjønn)
- slette digitale lydopptak

ENDRINGSMELDING 17.10.17.

## VEDLEGG2

Vi bekrefter å ha endret daglig ansvarlig slik at det nå er Astri Ziesler som er oppført som daglig ansvarlig/veileder i dette prosjektet.

Vennlig hilsen

Anne-Mette Somby  
Spesialrådgiver | Special Adviser  
Seksjon for personverntjenester | Data Protection Official  
T: (+47) 55 58 24 10

NSD - Norsk senter for forskningsdata AS | NSD - Norwegian Centre for Research Data  
Harald Hårfagres gate 29, NO-5007 Bergen  
T: (+ 47) 55 58 21 17  
postmottak@nsd .no www.nsd.no

# Forespørsel om deltakelse i forskningsprosjektet

## ”En annen inngang til personlig arbeid”

### Bakgrunn og formål

Fra høsten 2016-våren 2018 tar jeg en Mastergrads utdanning ved Høyskolen i Oslo og Akershus i drama og teaterkommunikasjon. I forbindelse med dette ønsker jeg å gjøre en praktisk undersøkelse av hvordan betydning det kan ha for mennesker i rusbehandling og delta i en gruppe som benytter seg av elementer fra psykodrama og andre kunstuttrykk. I gruppa får du mulighet til å utforske deg selv og dine relasjoner ved å bruke handling, tegning, maling, bilder, fotografi(som dere selv tar av noe som opptar dere), dikt, figurer sammen med samtale og refleksjon. Dette vil gi deg flere perspektiver på deg selv og egen utvikling. Arbeidet er ikke prestasjonsorientert eller krever noen spesielle ferdigheter. Hva dere som deltakere i gruppen er opptatt av og interessert i å jobbe med vil også ha et stort fokus. Formålet med undersøkelsen er å undersøke din opplevelse ved å delta i en gruppe over tid som benytter psykodrama-elementer og kunstuttrykk. Hovedfokus vil være på de ulike deltakernes opplevelser i en slik gruppe ved en Tyrili enhet. Foreløpig problemstilling som skal analyseres er: *Hvilken betydning har det for deltakerne å delta i gruppe som benytter psykodrama-elementer og kunstuttrykk som supplement til annen behandling på en Tyrili enhet?* Prosjektet er en del av Mastergrads studie i drama og teaterkommunikasjon ved Høyskolen i Oslo og Akershus(HiOA). Det gjennomføres av Siri Skar i samarbeid med veiledere, og publiseres i en skriftlig Mastergradsoppgave våren 2018.

### Hva innebærer deltakelse i studien?

Gruppen vil gjennomføres på en vanlig hverdag innenfor ordinær arbeidstid ved enheten. Varighet hver gang er 2-3 timer inkludert pause ukentlig over 8 uker høsten 2017. Siri Skar leder gruppen, eventuelt sammen med en assistent(co-terapeut) og er ansvarlig for den sammen med veiledere.

Relevant informasjon(datainnsamling) som danner grunnlaget for min forskning vil innhentes gjennom lydopptak av gruppene, mine refleksjonsnotater i etterkant av gruppen uten å oppgi navn og persongjenkjennende opplysninger, tegning, dikt, spørreundersøkelse og intervju.

Jeg ønsker å ta lydopptak av de ukentlige gruppene. Dette fordi jeg ønsker å dokumentere det som skjer, hvordan du som deltaker opplever det å være med i gruppa og hva dere f.eks synes og mener om dette. Denne informasjonen danner grunnlaget for min forskning. Det vil være en opptaker som tar lydopptak av hele gruppen og lydopptaket vil ikke forstyrre gruppens aktivitet. Opplysningene vil bli behandlet konfidensielt, og i tillegg til meg, er det bare mine veiledere som får innsyn i disse opplysningene. Lydopptak og opplysninger vil i de perioder av masterprosjektet det ikke brukes være nedlåst.

Intervjuene vil det settes av tid til på en hverdag innenfor ordinær arbeidstid på enheten, og gjennomføres på enheten. Spørsmålene vil omhandle din opplevelse ved deltakelse i gruppen, og hvilken betydning du selv synes dette har sett i sammenheng med annen behandling og aktiviteter ved enheten.

### Hva skjer med informasjonen om deg?

Alle personopplysninger vil bli behandlet konfidensielt. De som vil ha innsyn i informasjonen er jeg som student og mine veiledere: Rikke G.Gjærum og Kirsti Silvola. Navnelister og koblingsliste vil

oppbevares adskilt fra øvrige data. Informasjonen vil lagres nedlåst når de ikke er i bruk. I publikasjonen vil informasjon/data om deg vil anonymiseres slik at studien kan publiseres offentlig.

Prosjektet skal etter planen avsluttes innen 30.juni 2018.

Etter endt prosjekt vil opplysningene enten slettes eller anonymiseres. Lyddopptak vil slettes.

### **Frivillig deltakelse**

Det er frivillig å delta i studien, Du kan når som helst trekke ditt samtykke uten å oppgi noen grunn. Dersom du trekker deg, vil alle opplysninger om deg bli anonymisert. Dersom du trekker deg fra studien vil det ikke få noen innvirkning på ditt forhold til meg eller andre medarbeidere ved enheten eller i Tyrili, eller din behandling.

Dersom du ønsker å delta, undertegner du samtykkeerklæringen på denne siden. Om du nå sier ja til å delta, kan du senere trekke tilbake ditt samtykke uten at det påvirker din øvrige behandling. Dersom du senere ønsker å trekke deg eller har spørsmål til studien, ta kontakt med student og prosjektleder Siri Skar, mobil: 97 77 50 61, eventuelt veileder Rikke Gürgens Gjørum.

### Veiledere HiOA

Daglig prosjektansvarlig:

Professor i drama og teater Rikke G.Gjørum – Mobil: [REDACTED]

Mail: [rikke-grugens.gjarum@hioa.no](mailto:rikke-grugens.gjarum@hioa.no)

### Ekstern veileder

Praktisk veileder: Kirsti Silvola(psykodramaterapeut) - [kirsti.silvola@icloud.com](mailto:kirsti.silvola@icloud.com)

Studien er meldt til Personvernombudet for forskning, NSD - Norsk senter for forskningsdata AS.

## **Samtykke til deltakelse i studien**

Jeg har mottatt informasjon om studien, og er villig til å delta

-----  
(Signert av prosjektdeltaker, dato)

Jeg samtykker til at anonymiserte opplysninger/data kan publiseres/lagres etter prosjektslutt

-----  
(Signert av prosjektdeltaker, dato)

## VEDLEGG 3b

### Samtykkeerklæring

Jeg samtykker i at jeg har lest informasjonsbrevet til masterprosjektet “En annen inngang til personlig arbeid” og godkjenner at det blir gjort lydopptak av ukentlige grupper som jeg deltar på. Jeg samtykker også i at lydopptakene brukes av Siri Skar i hennes masteroppgave.

Samtykkeerklæringen gjelder under følgende omstendigheter:

- Student og veileder er underlagt taushetsplikt og datamaterialet vil bli behandlet konfidensielt. Lydopptakene oppbevares nedlåst når det ikke bearbeides av student
- Samtykket er frivillig og kan når som helst trekkes tilbake av deg, uten at det må oppgis grunn og vil ikke påvirke ditt forhold til behandlere ved behandlingsstedet
- Lydopptakene vil bli slettet etter at prosjektperioden er slutt (30.juni 2018)
- I oppgaven vil det kun benyttes anonymiserte opplysninger.

Informantens underskrift: \_\_\_\_\_ Dato: \_\_\_\_\_

## VEDLEGG 3c

### Informasjon og forespørsel om å delta i et intervju

Masteroppgave for Siri Skar ved Høyskolen i Oslo og Akershus.

*Det henvises her til tidligere informasjonsbrev om prosjektet; ”Informasjon til informantene og forespørsel om å delta i forskningsprosjekt, “En annen inngang til personlig arbeid”.*

I tillegg til at det blir gjort lydopptak av gruppene, ønsker jeg også å gjennomføre et intervju med noen av de som er med på gruppa. Dette er fordi jeg ønsker ytterligere opplysninger om dine tanker rundt temaet. I intervjuet vil du og jeg ha en samtale ut i fra noen spørsmål jeg vil stille deg om temaet, og det vil bli tatt lydopptak slik at jeg slipper å notere alt som sies.

Opplysningene vil bli behandlet konfidensielt, og i tillegg til meg, er det bare mine veiledere som får innsyn i disse opplysningene. Lydopptak og opplysninger vil i de perioder av masterprosjektet det ikke brukes være nedlåst.

I den skriftlige teksten vil kun anonymisert informasjon fremkomme, og lydopptakene slettes når oppgaven er ferdig. Senest 30.06.2018.

Det er frivillig å delta i intervjuet, og du kan når som helst trekke deg underveis uten å måtte begrunne dette nærmere. Dersom du trekker deg, vil de opplysninger du har gitt, bli slettet.

Dersom du sier nei til å delta i forskningsprosjektet eller senere trekker deg, vil dette ikke ha noen innvirkning på ditt forhold til noen av behandlerne ved behandlingsstedet. Dersom du sier ja til å delta i forskningsprosjektet, må du undertegne vedlagte samtykkeerklæring og levere tilbake til meg.

Forskningsprosjektet er meldt til Personvernombudet for forskning, Norsk samfunnsvitenskapelige datatjeneste (NSD), som godkjenner at prosjektet gjennomføres på etisk riktig vis.

Hvis det er noe du lurer på, kan du ringe meg på tlf 97775061 eller sende en e-post til [otiliana@yahoo.com](mailto:otiliana@yahoo.com)

Du kan også kontakte min faglige veileder v/ Høyskolen i Oslo og Akershus førstelektor Astri Ziesler: [Astri.Ziesler@hioa.no](mailto:Astri.Ziesler@hioa.no)

Med vennlig hilsen, Siri Skar (Masterstudent og prosjektleder)



## **Samtykkeerklæring**

Jeg ønsker å delta i intervju, og samtykker i at jeg har lest informasjonsbrevet til masterprosjektet og informasjonsbrev om intervju. Jeg samtykker i at det blir gjort lydopptak av intervjuet, og at lydopptaket og opplysninger fra meg brukes av Siri Skar i hennes masteroppgave.

Samtykkeerklæringen gjelder under følgende omstendigheter:

- Student og veileder er underlagt taushetsplikt og datamaterialet vil bli behandlet konfidensielt. Lydopptakene oppbevares nedlåst når det ikke bearbeides av student
- Samtykket er frivillig og kan når som helst trekkes tilbake av deg, uten at det må oppgis grunn og vil ikke påvirke ditt forhold til behandlere ved behandlingsstedet
- Lydopptakene vil bli slettet etter at prosjektperioden er slutt (30.06.2018)
- I oppgaven vil kun anonymiserte opplysninger bli brukt

Informantens underskrift: \_\_\_\_\_ Dato: \_\_\_\_\_

## VEDLEGG 4

### **Spørreskjema "En annen inngang til personlig arbeid"**

Masterprosjekt for Siri Skar ved Høyskolen i Oslo og Akershus.

Besvares direkte etter endt gruppe og før du møter til intervju. **Bruk blå penn.**

Det er 3 spørsmål totalt, fordelt over 4 sider. Bruk baksiden dersom du trenger mer plass.

#### Bakgrunnsinfo:

Fornavn:

Alder:

Lengde i behandling totalt på denne enheten:

Vært i behandling før, evt.lengde totalt:

#### Valgfritt å svare på:

Hvorfor du slutta i gruppa(dersom du slutta før den var ferdig)?

#### **1. Hvordan har det vært for deg å delta i denne gruppa i høst?**

(Sett kun én, 1, ring rundt det alternativet som passer på linjen. Om du ønsker kan du i tillegg skrive noen egne ord som utdyper det du har satt ring rundt)

Svært dårlig-----Dårlig-----Litt dårlig-----Helt greit----Litt bra-----Bra-----Svært bra

Her kan du utdype og beskrive mer det du har satt ring rundt dersom du ønsker det:

2. I hvor stor grad opplevde du at følgende deler ble aktivert gjennom arbeid og øvelser i gruppen? (Sett ett, 1, kryss)

	1=Ingen grad	2	3	4	5=Stor grad
Hodet/ tanker/ refleksjon					
Hjertet/følelser og/eller stemninger					
Det kroppslige og/eller fysiske					

Annet - Beskriv med egne ord dersom noe av det over ikke er beskrivende for deg:

Spørsmål 3a, 3b og 3c følges opp i intervjuet, og spørres mer om der. Det er likevel fint at du har svart på disse spørsmålene før du møter til intervju.

**3.a: Dersom du opplevde å komme i kontakt med og/eller få uttrykt egne følelser i gruppen; kryss av for gjennom hvilke medier dette var mest gjeldende for deg:**

(sett kryss, du kan sette flere kryss)

- Ord/samtale/deling i gruppa
- Psykodrama/iscenesettelse av situasjoner/rollespill
- Tegning
- Bruk av bilder/postkort
- Bruk av figurer
- Dikt
- Bevegelse/fysiske øvelser
- Annet

Beskriv/utdyp gjerne med egne ord hvordan du synes dette var mest gjeldende for deg og om det var spesielle hendelser eller situasjoner i gruppen du husker fra dette.

**3.b: Dersom du opplevde å komme i kontakt med og/eller få uttrykt egne tanker gjennom arbeid i gruppen, gjennom hvilke medier opplever du dette skjedde?**

(sett kryss, du kan sette flere kryss.)

- Ord/samtale/deling i gruppa
- Psykodrama/iscenesettelse av situasjoner/rollespill
- Tegning
- Bruk av bilder/postkort
- Bruk av figurer
- Dikt
- Bevegelse/ fysiske øvelser
- Annet

Beskriv/utdyp gjerne med egne ord hvordan du synes dette var mest gjeldende for deg og om det var spesielle hendelser eller situasjoner i gruppen du husker fra dette.

**3. c: Dersom du opplevde at noe kroppslige eller fysisk ble aktivert gjennom arbeid i gruppen, gjennom hvilke medier var dette mest gjeldende for deg ?**

(sett kryss, du kan sette flere kryss)

- Ord/samtale/deling i gruppa
- Psykodrama/Isenesettelse av situasjoner/rollespill
- Tegning
- Bruk av bilder/postkort
- Bruk av figurer
- Dikt
- Bevegelse/fysiske øvelser
- Annet

Beskriv/si noen ord om denne kroppslige eller fysiske aktiveringen og eventuelt om det er spesielle situasjoner eller hendelser du husker fra gruppen hvor dette var gjeldende for deg:

## **VEDLEGG 5**

### **Intervjuguide semi-strukturert individuelt dybdeintervju**

Etter endt gruppe.

(Noen av avkryssningsspørsmålene fra spørreskjemaet(3a og 3b følges opp muntlig i spm.6a og 6b.)

#### **Bakgrunnsinfo:**

Alder:

Lengde i behandling totalt på dette stedet ?

(Evt.om dette er 1.gang i behandling, eller vært i det før. )

**Valgfritt** - Hvorfor du slutta i gruppa, og når:

(dersom den slutta i gruppa på et tidspunkt)

**1.Hvordan har det vært for deg å delta i denne gruppa i høst?**

**2.Hva tar du med deg videre fra dette arbeidet?**

**3.Hva var utfordrende for deg?**

**4. Hvordan opplevde du at du fikk jobbet med deg selv i denne gruppa ?**

**5.Hva var annerledes i forhold til annen behandling/utviklingsarbeid du har vært i?**

**6.a(3a): Dersom du opplevde å komme i kontakt med og/eller få uttrykt egne følelser i gruppen; kryss av for gjennom hvilke medier dette var mest gjeldende for deg:**

Kontakt med og uttrykke følelser gjennom:

- Ord/samtale/deling i gruppa
- Psykodrama/Iscenesettelse av situasjoner/rollespill
- Tegning
- Bruk av bilder/postkort
- Bruk av figurer
- Dikt
- Bevegelse/fysiske øvelser
- Annet

Beskriv/utdyp gjerne med egne ord hvilke situasjoner du synes dette var mest gjeldende for deg og hvordan:

Begrunn/peke på situasjon eller hendelse dette skjedde.

Vil du si noe mer rundt det du har krysset av på

**6.b (3b): Dersom du opplevde å komme i kontakt med og/eller få uttrykt egne tanker gjennom arbeid i gruppen, gjennom hvilke medier opplever du dette skjedde?**

- Ord/samtale/deling i gruppa
- Psykodrama/Iscenesettelse av situasjoner/rollespill
- Tegning
- Bruk av bilder/postkort
- Bruk av figurer
- Dikt
- Bevegelse/fysiske øvelser
- Annet

Beskriv/utdyp gjerne med egne ord hvilke situasjoner du synes dette var mest gjeldende for deg og hvordan:

**6. c (3c): Dersom du opplevde at noe kroppslige eller fysisk ble aktivert gjennom arbeid i gruppen, gjennom hvilke medier var dette mest gjeldende for deg?**  
(sett kryss, du kan sette flere kryss)

- Ord/samtale/deling i gruppa
- Psykodrama/Isenesettelse av situasjoner/rollespill
- Tegning
- Bruk av bilder/postkort
- Bruk av figurer
- Dikt
- Bevegelse/fysiske øvelser
- Annet

Beskriv/si noen ord om denne kroppslige eller fysiske aktiveringen og i hvilke situasjoner du opplevde det :

**7. Hvilken betydning har det hatt for deg å delta i denne gruppa ?**

**8.a: Har du kommet i kontakt med tanker, følelser, temaer hos deg selv og dine relasjoner, gjennom arbeid i gruppa som har fått betydning i andre sammenhenger for deg (utviklingsplan, arbeid, terapi, sosiale situasjoner mm.)?**

**8.b:Har noe av dette vært helt ny innsikt for deg, som du ikke tidligere har vært bevisst/kjent til ?**



**9. Hvordan har det vært at jeg har ledet gruppa, har du noen tilbakemeldinger du vil gi til meg ? (Hvordan har du opplevd meg som leder av gruppa, og min rolle)**

**10. Andre kommentarer  
(Er det noe annet du vil si noe om eller vil komme med tilbakemelding på?)**

**11. Helt til slutt, er det noe du har lyst til å si som vi ikke har kommet inn på tidligere?**



