

Nonverbal kommunikation i terapi

Psykologers syn på betydningen af nonverbal kommunikation i
terapeutiske sammenhænge

Specialets samlede antal tegn: 190.622
Svarende til antal normalsider: 79,4

Nanna Benedictus Storgaard
20144132

Vejleder: Thomas Borchmann

**10. Semester, Psykologi
Speciale**

Aalborg Universitet
29. september 2020

Abstract

It is well established throughout the literature that nonverbal communication is essential in therapeutic interaction, however research also proposes that clinical psychologists do not apply nonverbal communication in their field of work. The aim of this thesis is to examine how clinical psychologists understand the significance of nonverbal communication in therapy and to explore their point of view on inhibitory and enhancing factors that can influence the ability to control and read nonverbal behavior.

This was examined through an empirical investigation interviewing 3 experienced clinical therapists and a qualitative content analysis was applied to collected data.

The results of the study show that the psychologists possess a rich understanding of the significance of nonverbal communication. They attribute nonverbal communication a central role in therapy and highlight how it can be advantageous in regard to establishing and monitoring a therapeutic alliance as well as a tool to gain insight in emotions. In addition, the therapists in compliance with the literature present both inhibitory and enhancing factors that can influence the ability to control and read nonverbal behavior including dispositional and situational factors. These factors are suggested for psychologists to be taken in mind when controlling own nonverbal communication as well as reading others. Among the dispositional factors are *universal facial expressions*, *the mirror neuron system* and *attachment styles*, which are suggested by both interviewed psychologists as well as the literature to affect how we express and read nonverbal behavior. In addition, the interviewed psychologists propose that *current life circumstances and affective states* are influencing factors, which has not been found addressed in the literature.

Also, a number of situational factors are proposed by the interviewed psychologist and the literature, to influence on this including, *cultural differences*, *knowing baseline*, *amount of consciousness* and *psycho pharmacies and intoxicants*. Additions which have not been found addressed in the literature are the *physical environment* and *the relation and interaction between psychologist and client*.

Finally, their perspectives do not appear as a reproduction of theoretical knowledge, but rather as a reflected knowledge, which is supported by numerous examples. On this basis, the findings

do not give rise to concern about an under-prioritization of nonverbal communication in therapy, as suggested in aforementioned literature.

| | |
|---|-----------|
| 1. INDLEDNINGSKAPITEL | 7 |
| 1.1 Specialets formål og problemformulering | 7 |
| 1.2 Begrundelser for valg af anliggende og problemformulering | 7 |
| 1.3 Fremgangsmåde og struktur | 9 |
| 2. NONVERBAL KOMMUNIKATION | 10 |
| 2.1 Nonverbal kommunikation – definition og modaliteter | 10 |
| 2.2 Forskning i nonverbal kommunikation | 12 |
| 3. NONVERBAL KOMMUNIKATION I TERAPI | 14 |
| 3.1 Nonverbal kommunikation i terapi | 14 |
| 3.2 Dispositionelle faktorerers påvirkning på nonverbal kommunikation | 16 |
| 3.2.1 Almene anlæg: eksistens af biologisk funderede universalsignaler | 17 |
| 3.2.2 Almene anlæg: Spejlneuronmekanismen | 18 |
| 3.2.3 Individuel og gruppemæssig varians: Udvikling og tilknytning | 19 |
| 3.2.4 Individuel og gruppemæssig varians: Køn og kønssocialisering | 20 |
| 3.2.5 Individuel og gruppemæssig varians: Botox, lammelse eller anden invaliditet | 21 |
| 3.2.6 Individuel og gruppemæssig varians: Træning | 22 |
| 3.3 Situationelle faktorerers påvirkning på nonverbal kommunikation | 23 |
| 3.3.1 Kulturelle forskelle og ligheder | 23 |
| 3.3.2 Kendskab til den anden parts baseline | 25 |
| 3.3.3 Opmærksomhed og bevidsthedsgrad | 26 |
| 3.3.4 Psykofarmaka og rusmidler | 28 |
| Opsamling | 28 |
| 4. METODE | 31 |
| 4.1 Dataindsamlingsstrategi | 31 |
| 4.1.1 Kvalitativt forskningsinterview | 31 |
| 4.1.2 Begrundelse for valg af interview | 32 |
| 4.1.3 Overvejelser i forbindelse med COVID-19 | 32 |
| 4.1.4 Interviewguide | 33 |
| 4.1.5 Transskription | 34 |
| 4.2 Undersøgelsespopulation og rekrutteringsstrategi | 34 |
| 4.3 Analysestrategi - Kvalitativ indholdsanalyse | 35 |
| 4.3.1 Teoriinformeret kvalitativ indholdsanalyse | 35 |
| 4.3.2 Operationalisering af den teoriinformerede indholdsanalyse | 35 |
| 4.4 Ethiske overvejelser | 37 |

| | |
|--|-----------|
| 5. ANALYSE | 38 |
| 5.1 Definition af nonverbal kommunikation | 38 |
| 5.1.1 Overordnede definitioner | 38 |
| 5.1.2 Inddragelse af kanalen kropssprog i interviewpersonernes definitioner | 40 |
| 5.1.3 Inddragelse af kanalen para-sprog i interviewpersonernes definitioner | 41 |
| 5.1.4 Inddragelse af kanalen fremtoning i interviewpersonernes definitioner | 41 |
| 5.1.5 Inddragelse af kanalen kontakt i interviewpersonernes definitioner | 42 |
| 5.1.6 Inddragelse af kanalerne tid og sted i interviewpersonernes definitioner | 43 |
| 5.1.7 Opsamling på definitioner af nonverbal kommunikation | 44 |
| 5.2 Betydning af nonverbal kommunikation i terapi | 44 |
| 5.2.1 Betydningsfuldhed af nonverbal kommunikation | 44 |
| 5.2.2 Etablering og monitorering af terapeutisk alliance | 46 |
| 5.2.3 Indsigt i klientens emotioner | 47 |
| 5.2.4 Opsamling på betydning af nonverbal kommunikation i terapi | 50 |
| 5.3 Dispositionelle faktorer | 50 |
| 5.3.1 Besiddelse af universal-anlæg for udtryk og afkodning af nonverbal kommunikation | 51 |
| 5.3.2 Spejlneuronsystemets indflydelse på nonverbal kommunikation | 51 |
| 5.3.3 Udvikling og tilknytning | 52 |
| 5.3.4 Køn og kønssocialisering | 54 |
| 5.3.5 Botox, lammelse eller anden invaliditet | 54 |
| 5.3.6 Træning | 54 |
| 5.3.7 Psykologens øjeblikkelige livsvilkår og affektive tilstande | 61 |
| 5.3.8 Opsamling på dispositionelle faktorer | 63 |
| 5.4 Situationelle faktorer | 64 |
| 5.4.1 Kulturelle forskelle og ligheder | 64 |
| 5.4.2 Kendskab til den anden parts baseline | 65 |
| 5.4.3 Opmærksomhed og bevidsthedsgrad | 66 |
| 5.4.4 Psykofarmaka og rusmidler | 73 |
| 5.4.5 Fysiske rammer | 73 |
| 5.4.6 Det relationelle samspil mellem psykolog og klient | 74 |
| 5.4.7 Opsamling på situationelle faktorer | 79 |
| 6. DISKUSSION | 81 |
| 6.1 Sammenfatning af resultater | 81 |
| 6.2 Kvaliteten af de opnåede resultater | 83 |
| 6.3 Implikationer | 88 |
| 7. KONKLUSION | 91 |
| 8. REFERENCER | 94 |

BILAG

BILAG 1 – Interviewguide

BILAG 2 – Transskription af interview med Else

BILAG 3 – Transskription af interview med Hans

BILAG 4 – Transskription af interview med Ole

BILAG 5 – Kodningsskema

BILAG 6 – Kodningsskema udfyldt

1. Indledningskapitel

1.1 Specialets formål og problemformulering

Formålet med indeværende speciale er at undersøge, hvordan kliniske psykologer anskuer betydningen af nonverbal kommunikation i terapissammenhænge, ligeledes undersøges der, hvad de mener, der henholdsvis kan hæmme og fremme muligheden for at kontrollere egen samt aflæse andres nonverbale kommunikation. Dette leder mig frem til følgende problemformulering:

Hvordan anskuer kliniske psykologer betydningen af nonverbal kommunikation i terapi, og hvad ser samme gruppe som mulige faktorer, der kan fremme eller hæmme muligheden for at kontrollere egen og aflæse andres nonverbale kommunikation?

1.2 Begrundelser for valg af anliggende og problemformulering

I det kommende argumenteres der for, hvorfor jeg finder ovenstående problemformulering relevant ved at skitsere en række almene bevæggrunde.

Studiet af nonverbal adfærd er et bredt felt. For eksempel giver en søgning på 'nonverbal' i PsycINFO databasen over 22.000 resultater. En væsentlig grund hertil er, at nonverbal adfærd udgør et betydningsfuldt element i menneskelige interaktioner. Nonverbal kommunikation er til stede i alle former for sociale interaktioner, hvor der altid vil udsendes nonverbale signaler enten aktivt eller passivt, som vil fortolkes af andre (Hall, Horgan & Murphy, 2019; Hall, 2001). For eksempel vurderes det, at omtrent 60 – 65 % af interpersonel kommunikation i sociale interaktioner sker gennem nonverbal kommunikation (Guerrero, DeVito & Hecht, 1990; Foley & Gentile, 2010). Det betyder dermed, at der findes mere information i vores nonverbale udtryk end i det verbale. Nonverbal kommunikation har længe været anerkendt som en vigtig kilde til klinisk information, og det antages også, at evaluering af nonverbal kommunikation er en integreret del af klinikerens vurdering af en klient (Fred, 1893 as cited in Davis & Hadiks, 1990; Foley & Gentile, 2010). Fokus på den nonverbale kommunikation kan give en indsigt, der ikke nødvendigvis opnås via den verbale kommunikation.

Flere eksempler fra litteraturen (Foley & Gentile, 2010; Mohacsy, 1995; Ekman & Friesen, 1969) eksemplificerer betydningen med klienter, der verbalt udtrykker én ting, men nonverbalt noget andet. Dette kan fungere som vigtig information for en psykolog i et terapiforløb, da det eksempelvis kan være et tegn på en inkonsistens mellem det bevidste og ubevidste eller på en inkonsistens mellem normer og indre ønsker. Ord kan desuden være inadækvate i forhold til at udtrykke emotioner og virkelighedsforståelser. I denne henseende kan nonverbal kommunikation være en hjælp både for klienten i forhold til at kunne udtrykke sig korrekt og ligeledes for psykologen, til at opnå en større forståelse af klienten, ved at være opmærksom på nonverbale signaler (Mohacsy, 1995).

Forskning af Noller (1984, as cited in Guerrero, DeVito & Hecht, 1990) tyder på, at nonverbal kommunikation er mest indflydelsesrig, når emotioner udtrykkes samt, når der skabes en ny relation. Emotionelle udtryk og forståelse heraf samt fokus på at skabe en god relation er netop elementer, der er vigtige i en klinisk setting. Der er i de senere år kommet mere fokus på anvendelsen af viden i praksis, især inden for terapi, coaching og counseling, hvor viden om nonverbal kommunikation kan være et godt redskab (Riggio & Feldman, 2005; Riggio, 2006).

På trods af den store vigtighed nonverbal kommunikation kan tilskrives, gør mange forskere indenfor feltet (Riggio & Feldman, 2005; Hall, Horgan & Murphy, 2019; Foley & Gentile, 2010) dog også opmærksom på, at meget af forskningen ikke anvendes i psykologisk praksis, men forbliver et emne, der blot optræder i forskellige professionelle tidsskrifter. Førnævnte påpeger, at tendensen ofte er, at fokus herpå er perifer og afviger for fokus på det verbale i terapeutiske sammenhænge (Foley & Gentile, 2010). I kraft heraf findes det relevant at undersøge, hvad kliniske psykologer tænker om betydningen af nonverbal kommunikation, samt hvilke faktorer der kan fremme eller hæmme muligheden for kontrol og aflæsning heraf. Det antages, at en afdækning af eventuelle mønstre i forståelsen vil kunne tjene til opkvalificering af fremtidig intervention/oplysningsindsats, der igen vil kunne tjene til at opkvalificere praksis.

1.3 Fremgangsmåde og struktur

For at besvare problemformuleringen indledes specialet med en gennemgang af begrebet nonverbal kommunikation for at etablere et overblik over genstandsfeltet. I kapitel 2 præsenteres definitioner, modaliteter samt indblik i forskning i nonverbal kommunikation generelt.

Herefter følger kapitel 3, der redegører for betydning og influerende faktorer ved nonverbal kommunikation i terapi. Dette opdelt i henholdsvis en intro til betydning af nonverbal kommunikation i terapi og dernæst dispositionelle- og situationelle faktorerers påvirkning på nonverbal kommunikation. Herunder tages der fat i fremmende og hæmmende faktorerers indflydelse på kontrol af egen og aflæsning af andres nonverbale kommunikation.

I dette speciale er der valgt at interviewe tre erfarne psykologer, med det formål at undersøge deres syn på nonverbal kommunikation i terapi, samt hvad de ser som mulige faktorer, der kan fremme eller hæmme muligheden for at kontrol og aflæsning af nonverbal kommunikation. De overvejelser der ligger til grund for rekruttering beskrives i kapitel 4, hvori en redegørelse og argumentation for metode og analysestrategi indgår. Endeligt præsenteres hvilke etiske overvejelser, der må tages i betragtning i forbindelse med specialet. Indeværende speciale anvender en teoriinformeret kvalitativ indholdsanalyse op mod empirien, hvilket ligeledes beskrives og argumenteres for under samme kapitel. Resultaterne fra empirien bliver præsenteret og analyseret i kapitel 5.

I kapitel 6 sammenfattes resultaterne af specialet, hvorefter kvaliteten af specialet og de opnåede resultater diskuteres. Afslutningsvist diskuteres hvilke implikationer specialets resultater kan give anledning til.

I kapitel 7 præsenteres konklusionen på problemformuleringen.

2. Nonverbal kommunikation

I dette kapitel redegøres der først, for hvad der kan forstås ved nonverbal kommunikation, og hvilke modaliteter nonverbal kommunikation har. Dernæst følger en kort gennemgang af nogle af hovedstrømningerne i den almene forskning i nonverbal kommunikation.

2.1 Nonverbal kommunikation – definition og modaliteter

Nonverbal kommunikation refererer til måden, hvorpå mennesker overbringer information om deres behov, emotioner, attituder, tanker og intentioner uden brug af verbalt sprog (Guerrero, DeVito & Hecht, 1990). Disse nonverbale signaler er afgørende i alle sociale interaktioner og er med til at skabe en fælles forståelse i interaktionen (Hall, 2001). Den gængse og almene forståelse af nonverbal kommunikation er, at det afslører vores indre selv gennem spontane udtryk af interne følelser, tanker, emotioner med mere (Guerrero, DeVito & Hecht, 1990). Definitionen på nonverbal kommunikation ifølge Laura Guerrero, Joseph DeVito og Michael Hecht (1990) er, at det indbefatter al kommunikation ud over det sagte gennem relationelle interaktioner, og at det skal udtrykkes med en form for hensigt eller modtages og fortolkes af andre, hvor målet oftest er at skabe en fælles mening (Guerrero, DeVito & Hecht, 1990). Her adskiller nonverbal *kommunikation* sig fra nonverbal *adfærd*, hvor det kommunikative aspekt netop indikerer, at der udtrykkes en form for hensigt som modtages af andre. Derimod er nonverbal adfærd bred nok til at indeholde elementer, hvori der ikke ligger en kommunikativ hensigt, eksempelvis reflekser, der udelukkende har et fysisk formål. En anden definition er at finde hos Jerold Hale (2003 as cited in Burgoon, Guerrero & Manusov, 2016), der beskriver at nonverbal kommunikation er adfærd udover det sagte, der skaber en fælles mening mellem interagerende mennesker. John Greenes (Greene, 2003, as cited in Burgoon, Guerrero & Manusov, 2016) definerer med følgende: “it is everything we do except the words that we use in our face to face interactions, so it includes facial expressions, gestures, eye contact . . . even our artifacts, the clothes that we wear, the rings and jewelry that we carry around with us”.

Fælles for ovenstående definitioner er, at de afgrænser sig fra verbal kommunikation. En overvejelse i forlængelse heraf er, om det verbale aspekt helt kan udelukkes. Hertil pointerer Janet Bavelas og Nicole Chovil (2006), at det nonverbale ofte gestikuleres som understøttende til det

verbale, hvorfor det sagte ofte har en sammenhæng med det nonverbale, og derfor ikke kan udelukkes.

Et eksempel, hvor både det verbale og nonverbale må kombineres, er sarkasme, hvor det verbale udtrykkes med en positiv karakter, samtidig med at de nonverbale signaler udtrykkes med modsat fortegn.

I samme tråd advarer Judith Hall, Terrence Horgan og Nora Murphy (2019) imod at definere nonverbal kommunikation som alt ud over det verbale, da der netop forefindes en vigtig kontekst i form af det sagte, som påvirker måden, hvorpå vi interagerer nonverbalt og dermed er meningsgivende. Hvis ikke konteksten og det sagte overvejes og bringes i spil, kan man misse vigtig information, og den egentlige mening og forståelse kan misfortolkes (Hall, Horgan & Murphy, 2019).

Nonverbal kommunikation inddeles ofte i forskellige kanaler, som repræsenterer forskellige kropssdele eller modaliteter (Hall, 2001, p. 10703). Disse kanaler har i litteraturen forskellige variationer, men inddeles hyppigst i nedenstående 5 kanaler (Guerrero, DeVito og Hecht 1990; Foley & Gentile, 2010; Knapp, Hall & Horgan, 2013; Burgoon, Guerrero & Manusov, 2016):

Kropssprog, som refererer til beskeder sendt gennem kroppen, håndbevægelser, kropsbevægelser, kropsholdning og lignende. Det inkluderer ligeledes ansigtsudtryk samt øjenadfærd, for eksempel øjenkontakt eller pupillens sammentrækninger og udvidelser (Guerrero, DeVito & Hecht, 1990). Ansigtsudtryk menes at være en af de letteste nonverbale kanaler at identificere og fortolke, hvorfor det ligeledes er en af de hyppigst forskede (Foley & Gentile, 2010; Ekman, 2003).

Para-sprog, inkluderer stemmen og pauserne heri og refererer til *hvordan* du siger ordene frem for *hvad* du siger. Ligeledes er fokus på hastighed, toneleje, dialekter, tøven (Guerrero, DeVito & Hecht, 1990). Denne kanal anses ligeledes som vigtig i forhold til at udlede en emotionel tilstand (Foley & Gentile, 2010).

Fremtoning, som inkluderer udseende, lugt, størrelse, form og farve på kroppen, beklædning, pyntegenstande og lignende (Guerrero, DeVito & Hecht, 1990; Knapp, Hall & Horgan, 2013; Greene, 2003, as cited in Burgoon, Guerrero & Manusov, 2016).

Kontakt, som refererer til, hvordan rum og territorium benyttes, såsom personlig sfære, berøring og fysisk kontakt (Guerrero, DeVito & Hecht, 1990).

Tid og sted, som refererer til en større kontekst, hvori kommunikation foregår. Tid kan udtrykkes gennem punktlighed samt anskuelse af tid generelt. Sted refererer til en mere miljømæssig kommunikation for eksempel gennem indretning af rum (Guerrero, DeVito & Hecht, 1990).

2.2 Forskning i nonverbal kommunikation

Den første der for alvor satte fokus på fænomenet nonverbal kommunikation var Charles Darwin (1872), der beskrev nonverbal adfærd i emotionel kommunikation mellem dyr og mennesker (as cited in O'Sullivan, 2005; Knapp, Hall & Horgan, 2013). Ligeledes har William James' (1884) teori om kroppen i forhold til emotioner præget forståelsen af nonverbal kommunikation (as cited in O'Sullivan, 2005). Wilhelm Wundt (1897) må også anses som en pioner inden for studiet af nonverbal kommunikation i sit fokus på, hvordan emotioner kan udtrykkes fysisk (O'Sullivan, 2005). Dog var det først efter anden verdenskrig, at den moderne forskning inden for nonverbal kommunikation for alvor udfoldede sig (Knapp, Hall & Horgan, 2013). Paul Ekman har i samarbejde med kolleger (Ekman, 2003; Ekman & Friesen, 1969; Ekman & Keltner, 1970; Ekman, Friesen & Tomkins, 1971; Izard, 1990) haft stor indflydelse på forskningen inden for nonverbal kommunikation, og anses i dag som en af de mest indflydelsesrige forskere inden for emotioner og ansigtsudtryk.

Studiet af nonverbal kommunikation findes i dag på tværs af adskilte discipliner, heriblandt antropologi, etologi, sociologi og i særdeleshed inden for psykologien, hvortil Hall, Horgan og Murphy (2019) påpeger, at nonverbal kommunikation er relevant i alle underdiscipliner af psykologien. Teorierne tager udgangspunkt i forskellige perspektiver blandt andet biologisk og evolutionært (Ekman & Friesen, 1969) samt socialt og kommunikativt (Patterson, 2006). Ligeledes forskes der i, hvordan nonverbal kommunikation har en betydning inden for felter som sundhedssektoren, strafferet, uddannelse og jura. Desuden er det nyeste felt inden for nonverbal kommunikation det digitale, hvor der udvikles programmer og robotter, der kan aflæse nonverbal kommunikation (Hall, Horgan & Murphy, 2019).

Forskning inden for nonverbal kommunikation er blandt andet baseret på studier af sensorisk deprivation, hvor både blinde og/eller døves nonverbale adfærd undersøges (Knapp, Hall & Horgan, 2013). Ligeledes har neonatale studier præget forskning inden for feltet, hvor nyfødte og deres mødres adfærd blev observeret og sammenlignet med senere udvikling og brug af nonverbal kommunikation (Knapp, Hall & Horgan, 2013).

Desuden har tvillingestudier, hvor tvillinger er opvokset i forskellige miljøer ligeledes influeret forskningen. Her især, hvordan miljø og kultur i forbindelse med arvelige anlæg spiller en rolle i forhold til både at udtrykke samt aflæse nonverbal kommunikation (Knapp, Hall & Horgan, 2013). Multikulturelle studier og sammenligning af, hvordan nonverbal adfærd udtrykkes og opfattes på tværs af kulturer, har ydermere bidraget til viden indenfor feltet (Ekman, 2003; Knapp, Hall & Horgan, 2013).

Der forskes derfor i, hvilke arvelige anlæg og dispositioner, som påvirker måden hvorpå vi kommunikerer nonverbalt samtidig med et kulturelt samt kontekstuel fokus, der undersøger, hvordan nonverbal kommunikation varierer kulturer og kontekster imellem.

Meget af forskningen inden for nonverbal kommunikation undersøger og fokuserer på, hvordan emotioner manifesterer sig nonverbalt. Dermed, hvordan vi ved at observere andres nonverbale kommunikation, kan opnå indsigt i andres emotionelle tilstand gennem ukontrollerbare lækager fra nonverbale kanaler, da nonverbal kommunikation anses som værende den primære måde at udtrykke emotioner på (Choi, Gray & Ambady, 2005).

3. Nonverbal kommunikation i terapi

I dette kapitel redegøres der med udgangspunkt i litteratur og forskning for, hvilken rolle nonverbal kommunikation spiller i terapi, herunder hvilke typer af information nonverbale signaler kan bidrage med i en klinisk setting. Dernæst redegøres der for henholdsvis dispositionelle og situationelle faktorer, der antages at kunne hæmme eller fremme muligheden for at kontrollere egen samt aflæse andres nonverbale kommunikation. Kapitlet afrundes med en opsamling.

3.1 Nonverbal kommunikation i terapi

Brugen og forståelsen af nonverbal kommunikation i terapi antages at kunne give en indsigt, man nødvendigvis ikke får via den verbale kommunikation. Ildiko Mohacsy (1995) beskriver, at nonverbal kommunikation er fundamental for psykologen, da det er en mulighed for at få større indsigt i en klients psyke, både for psykologen og klienten selv. Der er blandt andet foreslået, at psykologer, der er mere sensitive i forhold til deres klienters nonverbale kommunikation opnår større effekt (Hill & Stephany, 1990 as cited in Grace, Kivlighan & Kuncce, 1995).

Inden for litteraturen gives forskellige eksempler på, hvorledes nonverbal kommunikation kan fungere som et gavnligt redskab i terapien. Pamela Highlen og Clara Hill (1984, as cited in Grace, Kivlighan & Kuncce, 1995) påpeger, at nonverbal kommunikation kan kommunikere emotioner, signalere ændringer i den terapeutiske relation, regulere samtalen, give signaler om forsøg på bedrag, give udtryk for selvopfattelse samt udvide den verbale kommunikation. Der formuleres således, at det at være opmærksom på nonverbal kommunikation, kan fungere som en ekstra måde at 'høre' klientens følelser (Grace, Kivlighan & Kuncce, 1995). Fokus på nonverbal kommunikation kan bidrage med at etablere eller forbedre den terapeutiske alliance, som er afgørende for effekten af terapien (Thuesen, 2012).

Løbende gennem terapiforløbet, kan en ændring i den nonverbale kommunikation også være et udtryk for, hvordan klienten har det med terapien, hvilket er en vigtig faktor at være opmærksom på. Der er eksempelvis lavet et studie om nonverbal adfærd og klientens mentale udvikling gennem psykoterapi (Davis & Hadiks, 1990 as cited in Mohacsy, 1995), hvor resultaterne påpegede, at når samtalerne ændrede sig fra værende overfladiske snakke til en aktiv udforskning af interne reaktioner, ændredes kropspositionerne til mere åbne positioner, der var orienteret

mod terapeuten. Nonverbal kommunikation kan dermed give en indsigt i klientens attitude mod psykologen og terapien, hvilket kan bidrage til en bedre udvikling i det terapeutiske forløb.

Meget af forskningen undersøger, hvordan psykologers evne til at aflæse klientens nonverbale kommunikation har betydning for terapien, og her tyder det på at opmærksomhed mod nonverbal kommunikation fungerer som en fremmede faktor for at etablere samt bevare en god terapeutisk alliance (Thuesen, 2012). Det er dog vigtigt at være opmærksom på, at nøjagtig som psykologen observerer klientens nonverbale adfærd, observerer klienten ligeledes psykologens nonverbale adfærd, som derfor har en betydning for den terapeutiske alliance og derved terapiens forløb og effekt (Foley & Gentile, 2010; Thuesen, 2012). Derfor er det ligeledes vigtigt, at psykologen er opmærksom på egen fremtoning og nonverbale kommunikation.

Et andet element nonverbal kommunikation kan bidrage med, er indsigt i klientens følelsesmæssige liv og tilstand. En måde hvorpå en psykolog kan få indblik heri, er hvis der observeres en diskrepans mellem det verbale og nonverbale. Ofte vil den nonverbale kommunikation understøtte det sagte, men flere eksempler fra litteraturen peger på klienter, der verbalt udtrykker én ting og nonverbalt noget andet (Foley & Gentile, 2010; Mohacsy, 1995).

De modsatrettede former for kommunikation kan have forskellig betydning, som for, at klienten ikke er parat til at fortælle om sine egentlige følelser og tanker, eller at klienten ikke er bevidst om samme. Dette er netop temaer, der arbejdes med i psykoterapi, og denne diskrepans kan fungere som et pejlemærke for psykologen om, hvor der terapeutisk skal udforskes yderligere (Mohacsy, 1995; Foley & Gentile, 2010). En case på denne diskrepans, beskriver Mohacsy (1995) ud fra et terapiforløb med en 10-årig dreng, som skulle afsluttes grundet nyt arbejde. Drengen reagerede på denne afslutning med et smil og udtalte: ”Det er helt fint, jeg får bare en ny terapeut”. I samme øjeblik bemærker terapeuten modstridende nonverbale signaler, da drengen synker sammen i kroppen og krymper sig sammen, hvilket er kontraherende i forhold til hans verbale udsagn. Denne opmærksomhed fra terapeuten bidrog til, at de arbejdede dybere med drengens følelser i forhold til at skulle afslutte forløbet, og at terapeuten sammen med drengen kunne anerkende, at det var en reel følelse at være ked af at sige farvel (Mohacsy, 1995). Derved fungerede terapeutens fokus mod klientens nonverbale signaler som fremmede for at både klient og terapeut fik indsigt i klientens emotioner.

Nonverbal kommunikation kan altså give indsigt i samt forståelse af klientens emotioner, samtidig kan nonverbal kommunikation give indsigt i ubevidste emotioner, eller forhold klienten ikke er klar til at acceptere, hvilket også kan indfanges ved det psykoanalytiske begreb undertrykkelse. Med begrebet undertrykkelse påpeges det, at en klients uacceptable følelser kan udledes ved at observere nonverbal adfærd (Deutsch & Murphy, 1955, as cited in Mehrabian, 1974), og Mehrabian påpeger, at denne diskussion startede undersøgelsen af nonverbal adfærd inden for psykologisk praksis.

Gretchen Foley og Julie Gentile (2010) beskriver et forløb med en klient, som lider af angst, men ikke er bevidst om, hvor denne stammer fra. I terapisesessionerne udtrykker klienten verbalt, at hendes relationer til mand og børn er gode, og at der umiddelbart ikke er nogen årsag til hendes ængstelige tilstand. Hendes nonverbale adfærd, når hun omtaler disse, viser da noget andet, som terapeuten bemærker. På denne vis får de sammen undersøgt og italesat elementer, som leder frem til, at der er underliggende frustrationer, som klienten ikke umiddelbart var klar over. Ligeledes viste hendes adfærd i samtalen om manden indikationer på modstand, og at hun ikke var klar til at italesætte denne, ved afvigende øjenkontakt, krydsede arme, samt at hun lukkede sweateren, som blev tolket som beskyttende adfærd. Da psykologen gjorde den kvindelige klient opmærksom på hendes nonverbale adfærd, blev hun opmærksom på de emotioner, som før var undertrykt. Denne opmærksomhed for begge parter, gjorde at de i det videre forløb aktivt kunne arbejde med disse. Den nonverbale kommunikation kan dermed anses som lede-tråde, der kan lede til hypoteser, som kan undersøges nærmere gennem samtale. Det er ikke ensbetydende med, at hypoteserne er korrekte, men de kan anvendes som en indikation (Foley & Gentile, 2010).

3.2 Dispositionelle faktorerers påvirkning på nonverbal kommunikation

Når forudsætninger og blokader for at aflæse og udtrykke nonverbal kommunikation undersøges, er det både relevant at se nærmere på dispositionelle og situationelle faktorer. I det følgende afsnit ses først nærmere på dispositionelle faktorer, bestående af henholdsvis almene anlæg, og faktorer, der medfører varians mellem individer og grupper af individer. I forbindelse med almene anlæg behandles blandt andet Paul Ekman's (2003) påvisning af eksistensen af et alment signalanlæg samt spejlneuronmekanismens indflydelse på kontrol og aflæsning af nonverbal kommunikation. I forbindelse med faktorer, der medfører varians mellem individer og grupper

af individer, ses nærmere på henholdsvis udvikling og tilknytning, køn og kønssocialisering, botox, lammelse eller anden invaliditet, samt endeligt træning.

3.2.1 Almene anlæg: eksistens af biologisk funderede universalsignaler

Paul Ekman og Wallace Friesen (1969) påpeger, at for at kunne forstå en persons nonverbale adfærd, er det vigtigt at forstå, hvordan den form for adfærd blev en del af en persons repertoire. Hertil påpeger de, at alle mennesker besidder visse fælles dispositionelle anlæg for både at aflæse og udtrykke bestemte typer af nonverbal kommunikation. De tilføjer desuden, at kontekstuelle faktorer også har en indflydelse, hvilket vil uddybes senere. Disse dispositioner, er ifølge Paul Ekman og Dacher Keltner (1970) universelle, og derved gældende på tværs af kulturer.

Ekman (2003) arbejde med nonverbal kommunikation, og i særdeleshed ansigtsudtryk, tager afsæt i hans emotionsforskning, hvor tesen er, at der findes syv universelle grundemotioner, som hver især manifesteres gennem syv forskellige unikke og specifikke ansigtsudtryk (Ekman et al., 1987; Izard, 1994), som genkendes, når vi aflæser andre.

Gennem forskellige tværkulturelle studier (Ekman, 1970a, 1970b, as cited in Ekman, Friesen & Tomkins, 1971; Ekman & Keltner, 1970) viste resultaterne, at disse syv ansigtsudtryk kobles til de samme emotioner på tværs af kulturer, altså at denne form for nonverbale kommunikation genkendes og forstås overalt i verden, hvorfor Ekman og kolleger (Ekman, 1970a, 1970b, as cited in Ekman, Friesen & Tomkins, 1971; Ekman & Keltner, 1970) argumenterer for universalitet. Der kan dermed, ud fra dette perspektiv, argumenteres for at aflæsningen og forståelsen af de bestemte ansigtsudtryk er et dispositionelt anlæg, som bidrager til vores mulighed for at kunne aflæse og forstå andres ansigtsudtryk. Vigtigt at pointere er, at denne universalitetstese har modtaget en del kritik, især i forhold til begrebsapparat, metodevalg samt fortolkning af resultater (Barrett et al., 2019; Russell, 1994). Kritikken består blandt andet i, at metoden og definitionerne er for snævre, og at der må være situationelle og kulturelt betingede faktorer, der påvirker aflæsningen af ansigtsudtryk (Barrett et al., 2019; Russell, 1994). I forhold til vores biologiske fundament har alle mennesker ifølge Ekman (as cited in Lakin, 2006) samme forudsætning for at aflæse og forstå nonverbal kommunikation, hvorfor hæmmende eller fremmende faktorer ikke findes blandt de medfødte dispositioner, men udvikles i kraft af for eksempel kulturel påvirkning i form af display rules eller kendskab til baseline, som vil uddybes senere. Én undtagelse herpå, er dem Ekman omtaler som *wizards*, som er en lille procentdel af

befolkningen, der uden nogen træning er ekstraordinære dygtige til at aflæse nonverbal kommunikation korrekt. Der diskuteres, om det skyldes bestemte dispositionelle anlæg, som derved kan anses som værende en fremmede faktor. Men hvorvidt det er en medfødt dispositionel egenskab eller en situationel tillært evne, er der indtil nu ikke fundet evidens for (Ekman, as cited in Lakin, 2006).

3.2.2 Almene anlæg: Spejlneuronmekanismen

Der er forskellige bud på, hvilken mekanisme der ligger til grund for evnen til at aflæse nonverbal kommunikation, hvor der inden for neurovidenskaben påpeges, at spejlneuronsystemet er den primære og vigtigste mekanisme i forhold til at forklare, hvordan vi forstår nonverbal kommunikation og andre mennesker generelt (Gallese, Eagle & Migone, 2007). Man kortlagde disse spejlneuroner ved at undersøge makakaber, og fandt, at spejlneuronerne på lige vis aktiveres når aben selv udfører en handling, samt når samme handling observeres hos en anden abe (Gallese, Eagle & Migone, 2007).

Samme mekanisme er gældende for mennesker, og ikke blot når der udføres fysiske handlinger, men ligeledes, når man observerer andre mennesker udvise emotioner for eksempel via ansigtsudtryk (Van Overwalle, 2009).

Det er ikke blot vores forståelse af andre mennesker og deres nonverbale kommunikation der tager afsæt i denne mekanisme. Mekanismen kan være med til at skabe i særdeleshed ansigtsudtryk, men også anden nonverbal kommunikation hos os selv, når vi observerer andre udtrykke samme signaler. Her er der tale om, at andres nonverbal kommunikation ubevidst spejles i vores udtryk, det kan for eksempel være, at man ser en person, der smiler, og at vi ubevidst vil spejle dette smil, som dermed vil bidrage til vores forståelse af den aflæste emotion (Neal & Chartrand, 2011). Denne spejlneuronmekanisme kan altså bidrage til vores forståelse af andres nonverbale kommunikation samt de emotioner, der danner grundlag herfor. fMRI-scanninger har blandt andet påvist, at når man observerer et ansigtsudtryk hos en person, der oplever afsky aktiveres de samme neurale strukturer hos en selv, som når man selv oplever afsky (Wicker et al., 2003, as cited in Gallese, Eagle & Migone, 2007).

Spejlneuronmekanismen er derfor et alment anlæg vi har, som bidrager til en forståelse af andres nonverbale kommunikation, fordi der i mange sammenhænge aktiveres de samme neurale netværk, som når vi selv udsender samme signaler. Som nævnt sker denne mekanisme

automatisk og på et ubevidst plan, hvilket medfører, at vi ikke rent kognitivt skal analysere og deducere alt, hvad vi ser, men at der ofte, når nonverbal kommunikation observeres, dannes en umiddelbar forståelse af den andens hensigt, emotioner og lignende.

I forhold til hvilke faktorer der kan fungere hæmmende eller fremmende for evnen til at forstå nonverbal kommunikation inden for spejlneuronsystemet, kan der argumenteres for, at dette system er en disposition alle mennesker har i kraft af vores neurologiske fundament (Gallese, Eagle & Migone, 2007). Netop herfor forstår de fleste mennesker hinanden og deres omgivelser ganske ukompliceret. Dog kan der være nogle mennesker, der har sværere ved at forstå og aflæse og nonverbal kommunikation korrekt, hvilket ofte er personer inden for autismspektret (Gallese, Eagle & Migone, 2007). Autisme antages at være koblet til en fejl i spejlneuronsystemet, hvor der ikke er samme aktivering i spejlneuronerne, som hos ikke-autistiske individer. En hæmmende dispositionel faktor i denne henseende, kan dermed argumenteres for at skyldes en defekt på spejlneuronsystemet (Gallese, Eagle & Migone, 2007). Hvad angår faktorer, der kan fremme evnen til at aflæse og forstå nonverbal kommunikation, er de ikke at finde inden for spejlneuronsystemet, da det anses som værende en stabil mekanisme (Gallese, Eagle & Migone, 2007).

3.2.3 Individuel og gruppemæssig varians: Udvikling og tilknytning

En dispositionel faktor der både påvirker evnen til at aflæse nonverbal kommunikation, samt hvordan man generelt udtrykker nonverbal kommunikation, er opvækst og tilknytningsmønstre (Knapp, Hall & Horgan, 2013). En tryk tilknytning antages i høj grad at være fremmende for evnen til at aflæse nonverbal kommunikation, da det er i den spæde udvikling samt i barndommen, at vi lærer meget om social interaktion og om at aflæse og udsende nonverbale signaler fra vores primære omsorgspersoner (Knapp, Hall & Horgan, 2013; Kreifelts et al., 2013).

Allerede fra spæd lærer vi at aflæse samt udtrykke os nonverbalt, hvor især feedback pointeres som værende en vigtig læringskilde (Knapp, Hall & Horgan, 2013). Feedback i denne henseende kan være adskillige ting, for eksempel en nonverbal respons til vores adfærd som spejling, eller en verbal feedback som: ”du ser ikke glad ud i dag”. Gennem alle former for feedback, lærer vi at øge vores opmærksomhed mod egen nonverbal kommunikation og ligeledes andres. Det er ikke kun de primære omsorgspersoner fra spæd, der lærer os at aflæse og udtrykke nonverbal kommunikation. Ovenstående form for feedback er noget vi modtager hele

livet, når vi indgår i sociale interaktioner, hvor især kærlighedsrelationer og nære venskaber, kolleger, mentorer med mere vil påvirke vores måde at interagere på (Knapp, Hall & Horgan, 2013; Guerrero & Floyd, 2006). Det vil i høj grad være en læring via en sådan form for feedback, hvortil man automatisk vil tilpasse sin nonverbale kommunikation i sine nære relationer, ved for eksempel at imitere sin partner, eller modtage verbal feedback på sin adfærd og derefter korrigere sin respons (Knapp, Hall & Horgan, 2013).

Hvad angår udviklingspsykologi og primære omsorgspersoners påvirkning, kan denne ikke blot fungere fremmende, men ligeledes have en negativ effekt og fungere som en hæmmende faktor for evnen til at aflæse og udtrykke sig nonverbalt. Robert Miller, William Caul og Arthur Mirsky (1967 as cited in Knapp, Hall & Horgan, 2013) udførte et studie, hvor de fandt, at rhesus aber opdrættet i isolation var mangelfulde i både deres måde at udtrykke ansigtsudtryk på og ligeledes i at vurdere og aflæse andres ansigtsudtryk. Samme effekt ses hos børn med omsorgssvigt, hvor de enten har været udsat for vold eller misbrug, eller blot at de ikke har modtaget den rette omsorg. Derved kan de have udviklet utrygge tilknytningsmønstre som tidlig spæd, hvorfor de kan have sværere ved at tolke og forstå andre menneskers nonverbale signaler. Personer, der har været udsat for en voldelig opvækst, er ifølge Holley Hodgins og Cindy Belch (2000 as cited in Knapp, Hall & Horgan, 2013) dårligere til at vurdere glæde udtrykt nonverbalt end personer, der ikke har oplevet en voldelig opvækst.

I denne henseende, må man som psykolog være opmærksom på hvilket ophav og opvækst klienten har haft, i forhold til hvordan det nonverbale kommer til udtryk. Desuden må man i terapien være opmærksom på klientens tilknytningsmønstre. En opmærksomhed og viden herpå, kan være fremmende for forståelsen, hvorimod en negligering af samme kan fungere som hæmmende for psykologen og terapien, da der kan opstå misforståelser og fejlfortolkninger.

3.2.4 Individuel og gruppemæssig varians: Køn og kønssocialisering

En tredje betydningsfuld dispositionel faktor relevant at undersøge er køn. Netop om der findes en forskel hos kønnene i forhold til muligheden for at aflæse nonverbal kommunikation, og en diskussion om hvorvidt ét af kønnene er mere disponeret for at være god til at aflæse nonverbal kommunikation eller modsat.

En af de bedst dokumenterede korrelationer i forhold til evnen til at aflæse nonverbal kommunikation er netop køn (Knapp, Hall & Horgan, 2013; Hall, 2011).

Gennem adskillige forskellige studier, med forskellige metoder og test er der fundet, at kvinder generelt er bedre til at aflæse nonverbal kommunikation end mænd på tværs af kulturer (Hall, 1987 as cited in Constanzo, 1992). Generelt anses kvinder som værende bedre til at tyde ansigtsudtryk end mænd, herunder at være bedre til at vurdere affekt ud fra nonverbal kommunikation (Knapp, Hall & Horgan, 2013). Mark Constanzo (1992) sammenlignede mænd og kvinder uden kommunikationstræning, hvor kvinderne scorede signifikant højere i nøjagtighed. Imidlertid fandt de, at mændene troede, at de scorede højere, end de egentlig gjorde, hvorimod kvinderne troede, at de scorede dårligere, end de egentlig gjorde. Der argumenteres ud fra tidligere forskning, at kvinders nøjagtighed kan skyldes socialiseringspraksisser, der fremhæver interpersonelle evner hos kvinder (Hall, 1987 as cited in Constanzo).

Dette betyder, at det kan være en fremmede dispositionel faktor at være kvinde i forhold til evnen til at kunne aflæse nonverbal kommunikation. Hvorvidt det er en hæmmende faktor at være mand, kan ikke på samme måde udledes. Undersøgelserne har blot undersøgt korrelationen mellem mænd og kvinder, og dermed fundet en forskel der tyder på at kvinder generelt er bedre til at aflæse nonverbale signaler end mænd. Der er ingen undersøgelser, der tyder på, at man som mand er dårlig til at aflæse nonverbalt.

3.2.5 Individuel og gruppemæssig varians: Botox, lammelse eller anden invaliditet

En yderligere faktor der kan hæmme kontrol og aflæsning af nonverbal kommunikation er ansigtskonstruktion via botox eller andre kosmetiske indgreb, lammelse eller anden invaliditet, som kan reducere ansigtsbevægelser og kropsadfærd (Miller, Bershad & de Wit, 2015; Neal & Chartrand, 2011). David Neal og Tanya Chartrand (2011) har fundet evidens for, at botoxinjektioner reducerer facial feedback, som er de subtile ansigtsudtryk vi selv udsender, når vi ser en emotion, og som ligeledes er medvirkende til, at vi kan genkende og forstå denne emotion. Botox forhindrer denne facial feedback, og de fandt, at forsøgspersonerne ikke kunne genkende emotionelle ansigtsudtryk på samme vis, som kontrolgruppen uden botox.

Neal og Chartrand (2011) fandt dog, at personer med lammelse eller anden invaliditet kan regulere for denne mangel på egen facial feedback, hvorfor deres aflæsning af nonverbal kommunikation ikke hæmmes. Dog vil lammelse eller anden invaliditet reducere det nonverbale udtryk, og dermed hæmme andres aflæsning af personer, der lider heraf (Neal & Chartrand, 2011). I denne henseende, vil det klassificeres som værende i situationel faktor.

Man må derfor som psykolog overveje, om et stort forbrug af botox hos en selv, kan hæmme forståelsen af klientens nonverbale kommunikation.

3.2.6 Individuel og gruppemæssig varians: Træning

Et sidste dispositionelt aspekt der er værd at undersøge nærmere, er hvorvidt evnen til at aflæse nonverbal kommunikation kan trænes og dermed forbedres. Der er bred enighed om, at evnen til at aflæse nonverbal kommunikation kan fremmes ved træning (Ekman & Friesen, 1969; Knapp, Hall & Horgan, 2013; Riggio, 2006; Delaney & Heimann, 1966; Kreifelts et al., 2013; Ishikawa et al., 2010).

Spørgsmålet er her, hvilken type træning der skal til, for at fremme denne evne. Oftest, når nonverbal kommunikation skal trænes, er der et element af introduktion samt undervisning i teorien bag nonverbal kommunikation (Grace, Kivlighan & Kuncze, 1995; Delaney & Heimann, 1966; Kreifelts et al., 2013). Et andet vigtigt element i træningsøjemed er praksisøvelser, hvor grupper eller par øver sig på hinanden ved både udtryk og aflæsning. Constanzo (1992) har netop undersøgt, hvilken type træning i nonverbal kommunikation, der genererer det bedste resultat. Der blev opsat tre grupper, som udførte en præ-test, og derefter modtog forskellige typer af træning. Resultaterne viste her, at den gruppe der både modtog teori og udførte øvelser i praksis klarede sig signifikant bedre i post-testen, end den gruppe der kun modtog klassisk forelæsning i teori. Der argumenteres i denne henseende for, at det er vigtigt at få mulighed for at anvende den lærte teori i praksis i træningsøjemed, for at træningen kan være succesfuld. Ligeledes påpeger Constanzo (1992), at studiet succesfuldt demonstrerede at aflæsningsteknikker kan forbedres, og at forskningsresultater inden for feltet, kan konverteres til træningsmæssige teknikker.

En typisk måde hvorpå psykologer træner nonverbal kommunikation er ved at filme deres terapisesioner og efterfølgende gennemse dem i forbindelse med supervision (Jacobsen, 2005). I forlængelse heraf benyttes feedback som et værktøj til at forbedre og træne evnen til at aflæse og udtrykke hensigtsmæssig nonverbal kommunikation (Constanzo, 1992). Som tidligere redegjort for, nemlig at feedback spiller en afgørende rolle i barndommen, når vi lærer at aflæse nonverbal kommunikation, kan det ligeledes benyttes som et værktøj, når denne evne skal trænes og forbedres i en terapeutisk setting. I forlængelse heraf spiller erfaring i terapilokalet en

rolle i optræning. Der findes evidens for, at psykologer med mange års erfaring udvikler en mere nuanceret fornemmelse for at kunne aflæse nonverbal kommunikation (Thuesen, 2012). Et fokuspunkt for psykologen, der ønsker at forbedre sin evne til at kontrollere egen og aflæse nonverbal kommunikation, kan være at optræne både gennem viden, teori samt med praksis-øvelser, endvidere vil klinisk erfaring og mange konfrontationstimer forbedre evnen til kontrol og aflæsning.

3.3 Situationelle faktorerers påvirkning på nonverbal kommunikation

I det følgende afsnit ses først nærmere på situationelle faktorer. Blandt de faktorer der behandles, er henholdsvis kulturelle forskelle og ligheder, kendskab til den anden parts baseline, anlagt opmærksomhed og bevidsthedsgrad samt psykofarmaka og rusmidler.

3.3.1 Kulturelle forskelle og ligheder

Ekman og Friesen (1969) påpeger, at selvom de ansigtsudtryk for blandt andet affekt er de samme på tværs af kulturer, så er måden hvorpå vi responderer herpå, samt hvor meget vi udtrykker os påvirket af vores kulturelle socialisering. Ekman og Friesen (1969) kalder disse for *display rules*, som foreskriver de sociale normer der findes i det pågældende miljø man befinder sig i, i forhold til hvordan man udtrykker affekt, sociale roller med mere. Der argumenteres for, at kultur spiller en regulerende samt medierende rolle i forhold til hvilke situationer, der udløser en bestemt emotion. Hvor én bestemt situation i nogle kulturer vil trigge ked-af-det-hed, kan samme situation i andre kulturer eller hos andre individer trigge vrede (Ekman & Friesen, 1969). Der påpeges dermed, at de tidligere gennemgåede dispositionelle faktorer er grundsten i måden at udtrykke sig på, men at disse bliver formet og udviklet i kraft af situationelle faktorer, som miljø og sociale relationer. Disse display rules menes at variere fra individ til individ alt afhængig af rolle, alder, køn, status, fysiologi med mere (Ekman & Friesen, 1969). Der menes endvidere, at disse display rules influerer, hvordan nonverbal kommunikation udtrykkes, eksempelvis om det er socialt acceptabelt at udvise emotioner til bestemte mennesker, samtidig forstås den nonverbale kommunikation ud fra disse display rules. Det vil sige, at den sociale kontekst ligeledes er en influerende faktor, og at disse display rules vil variere fra kultur til kultur (Ekman & Friesen, 1969; Burgoon, Guerrero & Manusov, 2016).

Man kan ligeledes iagttage en vis kontekstuel varians i brugen af nonverbale signaler, der gør, at der ikke kan sættes lighedstegn mellem en bestemt type nonverbal kommunikation og en bestemt mening (Hall, Horgan & Murphy, 2019). Foley og Gentile (2010) eksemplificerer med håndtegnet, hvor pege- og langefinger er udstrakt og spredt i en V-formation, mens resten af hånden er lukket. I USA betyder dette håndtegn 'sejr', hvis håndfladen er vendt mod sig selv, og 'fred' hvis den er vendt mod andre. Hvorimod førstnævnte håndtegn i England anses som værende en fornærmelse med seksuelt indhold, og sidstnævnte anses i London for et sejrstegn. Sådanne kontekstuelle forskelle kan også findes inden for samme kultur, hvor mening influeres af flere forskellige faktorer, herunder afsenderens intentioner, andre personers tilstedeværelse, alder, køn, kropsstørrelse, rollefordeling, den fysiske setting med videre (Foley & Gentile, 2010; Ekman & Friesen, 1969).

Derved må man som psykolog være opmærksom på, hvilken kultur klienten stammer fra. Er man fra den samme kultur, antages det at være en fremmede faktor, da man er underlagt flere af de samme display rules og sociale normer, hvorimod hvis en klient er fra en anden kultur end den pågældende psykolog, må psykologen være bevidst om, at man har forskellige display rules, hvorfor det kan fungere som en hæmmende faktor, der kan lede til misforståelser. Her må man desuden være opmærksom på, at der kan eksistere adskillige subkulturer og miljøer under en bestemt kultur, hvorfor en viden om klientens baggrund og miljø er vigtig for aflæsningen af dennes nonverbale kommunikation (Burgoon, Guerrero & Manusov, 2016).

Foley og Gentile (2010) påpeger også vigtigheden i ikke kun at bemærke de nonverbale ledetråde, men at udlede hensigtsmæssige fortolkninger af dem i forbindelse med den kontekst klienten befinder sig i. Præcis som man i en terapeutisk setting vil gøre med det verbale indhold, altså ikke blot høre hvad klienten siger, men samtidig forstå det sagte i den kontekst og historie klienten har med sig.

Hvad angår nonverbal kommunikation i en terapeutisk setting er det vigtigt, at psykologen er opmærksom på hvilke faldgruber der findes (Davis, 1973, as cited in Mohacsy, 1995). Hvad angår brug af fysisk positionering og bevægelser som klinisk materiale, må man være opmærksom på, at man som psykolog kun ser bestemte aspekter. Det vil sige, at man ikke kan observere alt der sker nonverbalt. Dermed må man fortolke med forbehold og opmærksomhed mod egen bias, for eksempel, at man ikke nødvendigvis ser eller er opmærksom på egen nonverbal

kommunikation, samt at man kan være 'blind' for nogle elementer af det interpersonelle samspil, der sker mellem psykolog og klient (Mohacsy, 1995; Foley & Gentile, 2010).

Der pointeres desuden en anden faldgrube og hæmmende faktor inden for nonverbal kommunikation, nemlig hverdagsforståelsen af, at vi kan lære at læse andre som en åben bog gennem nonverbal adfærd (Riggio & Feldman, 2005). Der er nogle forståelser vi tager for givet, hvad angår nonverbal kommunikation. Eksempler ses ofte i populærlitteraturen, som ofte foreskriver en manual til at bestemte nonverbale clues, kan forstås på én bestemt måde.

Forskere (Hall, Horgan & Murphy, 2019; Foley & Gentile, 2010; Riggio, 2006) inden for feltet påtager sig en mere ydmyg tilgang, og pointerer netop at nonverbal kommunikation er for kompleks til at kunne postulere på en sådan vis, og som før nævnt, må der medtages blandt andet kontekst. Det er derfor vigtigt at være opmærksom på disse heuristikker, når man observerer og fortolker på nonverbal kommunikation i en terapisetting.

Der kan observeres vigtig nonverbal information allerede ved første møde med klienten i venteværelset. Man kan som psykolog være opmærksom på, om klienten virker ængstelig eller depressiv, ved for eksempel at observere, hvor i venteværelset klienten har placeret sig, kropsholdning, om vedkommende er rastløs med mange små bevægelser, eller modsat om vedkommende er afslappet (Foley & Gentile, 2010). Ligeledes kan man bemærke klientens påklædning og lugt, hvilken stil personen har, eller om han eller hun er usoigneret, eller fremstår ren og pæn (Foley & Gentile, 2010). Desuden må man være opmærksom på, hvordan man som psykolog påvirker konteksten, for eksempel den asymmetriske magtposition, køn, påklædning med videre. Ovenstående observationer er noget de fleste mennesker i mødet med andre bemærker per automatik, og dermed danner et indtryk af personen foran dem, men disse indtryk kan ligeledes bidrage med et klinisk indtryk. Man må dog igen være opmærksom på, at man ved første møde ikke har etableret en baseline for klienten, hvorfor ovenstående ikke skal fortolkes bogstaveligt, men kan bruges som informationer senere hen i den terapeutiske behandling (Foley & Gentile, 2010).

3.3.2 Kendskab til den anden parts baseline

En faktor, der også påvirker evnen til at afkode en andens nonverbale kommunikation, er kendskab til personens baseline, altså hvordan klienten udtrykker sig generelt og normalt. Det er en viden man først kan opnå længere inde i forløbet, men som ved opnåelse gør det nemmere for

psykologen at aflæse klienten (Philippot, Feldman & Coats, 2003 as cited in Foley & Gentile). Ét nonverbalt udtryk kan have forskellig betydning fra kontekst til kontekst samt person til person. Derfor er et godt kendskab til klienten og dennes baseline en fordel i forhold til bedre og hurtigere at kunne forstå og udlede informationer ud fra den nonverbale kommunikation. Det er også i denne fase, at psykologen kan opdage afvigelser fra baseline, hvori der ofte ligger en vigtig information.

Lige såvel som når der er diskrepans mellem det verbale og nonverbale, kan en afvigelse fra baseline give en indikation på, at der er noget, der skal udforskes nærmere (Philippot, Feldman & Coats, 2003 as cited in Foley & Gentile). Et kendskab til baseline er placeret som en situationel faktor, da psykologen ved første møde må være opmærksom på, at denne endnu ikke er etableret. Et kendskab til baseline kan senere hen fungere fremmende for forståelsen af klientens nonverbale kommunikation og i dette tilfælde, vil det være en dispositionel faktor, da det derved ikke er situationsbestemt.

3.3.3 Opmærksomhed og bevidsthedsgrad

Når der i litteraturen beskrives, at det har en gavnlig effekt på terapien, at psykologen er opmærksom på nonverbal kommunikation (Foley & Gentile, 2010; Mohacsy, 1995), må det antages, at psykologen har en form for bevidsthed rettet herimod. Men i hvor høj grad vi er bevidste om det nonverbale aspekt, stilles der spørgsmålstejn ved inden for kognitionspsykologien, og ligeledes hvorvidt bevidstliggørelse heraf øger præcisionen af korrekte aflæsninger. Der vil i det kommende redegøres for henholdsvis hæmmende og fremmende faktorer i forbindelse med opmærksomhed og bevidsthed rettet mod nonverbal kommunikation.

Flere studier har undersøgt bevidsthedsgraden mod nonverbal kommunikation, og der findes evidens for, at mennesker generelt både aflæser og udtrykker nonverbal kommunikation ubevidst og per automatik (Hall, 2001; Choi, Gray & Ambady, 2005; Ekman, 2003; Dimberg, 1982, as cited in Lakin, 2006).

Robert Zajonc (1980, as cited in Choi, Gray & Ambady, 2005) påpeger i samme tråd, at ingen kan møde et andet menneske uden øjeblikkeligt at få en fornemmelse for vedkommende, da de nonverbale kanaler ifølge ham bærer størstedelen af information om interpersonelle attituder. Et eksempel kan være spejlende adfærd, hvor studier har fundet, at forsøgspersonerne ikke var bevidste om, at de spejlede den andens adfærd, og omvendt var de heller ikke bevidste om, at

de selv blev spejlet (Chartrand & Bargh, 1999; Chartrand, Maddux & Lakin, 2005, as cited in Lakin, 2006). Man har desuden undersøgt denne ubevidste aflæsning via hjerneskanninger, hvor resultaterne viste, at personer der observerede affektive ansigtsudtryk i et kort øjeblik havde aktivitet i amygdala, når de observerede ansigter der udviste frygt, selvom deltagerne rapporterede, at de ikke lagde mærke til nogle bestemte udtryk (Choi, Gray & Ambady, 2005). Det vil sige, at de nonverbale signaler opfanges rent neurologisk, selv når bevidstheden ikke er rettet herimod. Her kan der refereres tilbage til studier med fokus på spejlneuroner, da det netop er den mekanisme, der menes at have en indflydelse på vores aflæsning af nonverbal kommunikation, og at det samtidig kan ske hurtigt, automatisk og ubevidst (Gallese, Eagle & Migone, 2007). Der påpeges også, at de nonverbale signaler bliver bearbejdet hurtigere i hjernen end de verbale, da de nonverbale udtryk registreres hurtigere i amygdalaen end den præfrontale cortex kan nå at bearbejde det verbale (Riess & Kraft-Todd, 2014). Der findes dermed adskillige studier, som påpeger, at vi evaluerer andres reaktioner på emotionelle stimuli, uden at vi er bevidste om det, og at dette er en fordelagtig proces der er fremmede for social interaktion.

Flere studier tyder desuden på at aflæsningen sker korrekt, selv når vi ikke er bevidste om det (Choi, Gray & Ambady, 2005; Ekman & Friesen, 1969). Det har man blandt andet undersøgt ved at lade observatører se et videoklip i forskellige tidsintervaller fra 5 sekunder til 5 minutter, hvor resultaterne viste, at deltagerne var mere præcise i at angive korrekte emotioner ud fra nonverbal adfærd i de korte videoklip end i de lange (Ambady & Rosenthal, 1992, as cited in Lakin, 2006). Der argumenteres på baggrund heraf, at i kraft af at man kan aflæse korrekt på 5 sekunder, og at forlængelse af tid ikke øger nøjagtigheden. I kraft af den korte tid vurderes det, at det er en ubevidst og automatisk aflæsning, som fører til den korrekte forståelse.

Hvad angår den bevidste og opmærksomme aflæsning, er der varierende resultater, om hvor nøjagtigt og korrekt aflæsningen er. Nogle metastudier påpeger, at når der er bevidst opmærksomhed, aflæser personer generelt ud fra heuristikker, som ikke er tilsvarende virkeligheden. For eksempel at man i en løgn har tendens til at undgå øjenkontakt, hvilket forskning har falsificeret (Ekman, 2003). Der menes dermed, at når bevidstheden aktivt er rettet mod nonverbal kommunikation, at der er risiko for bias og fejlfortolkning og vurderinger ud fra fejlsluttede heuristikker (Ekman, 2003). Ligeledes fandt Daniel Gilbert og Douglas Krull (1988, as cited in Lakin, 2006), ud fra førnævnte studie med længden af videoklip, at hvis aflæsningen er bevidst, så reduceres nøjagtigheden. Mennesker er dermed generelt gode til at afkode hinandens

nonverbale kommunikation, når vi ikke er opmærksomme på det. Men hvis først opmærksomheden skærpes, kan vi være udfordret i at aflæse korrekt (Patterson & Manusov, 2006). En typisk årsag til at opmærksomhed mod det nonverbale skærpes, og man bliver bevidst, er hvis informationerne der observeres, ofte også i kobling med det verbale, er tvetydige, som nævnt tidligere (Patterson, 2006).

Det tyder dermed på, at det kan være en fordel at bero sig på den umiddelbare fornemmelse der opnås på baggrund af den ubevidste aflæsning af nonverbal kommunikation, og at dette kan være fremmende for processen. Ligeledes argumenteres der for, at et for snævert fokus udelukkende mod det nonverbale kan medføre fejlfortolkning, og dermed være hæmmende. Jessica Lakin (2006) foreslår, at en kombination af at bero sig på den intuitive første fornemmelse der opnås, i samspil med det der observeres mere bevidst, så længe der tages forbehold for de eventuelle bias, der kan opstå, når aflæsningen sker bevidst.

3.3.4 Psykofarmaka og rusmidler

En situationel hæmmende faktor kan findes i forskellige medikamenter med videre, vi tilfører vores krop. Her i blandt er rusmidler samt psykofarmaka, som kan virke inhiberende for evnen til at aflæse nonverbal kommunikation, da det generelt reducerer vores opmærksomhed og kognition. Rusmidler samt psykofarmaka kan ligeledes hæmme evnen til at udtrykke nonverbal kommunikation hensigtsmæssigt, da den nonverbale kommunikation ofte fungerer understøttende til det verbale, og motorikken reduceres, når man er påvirket (Miller, Bershad & de Wit, 2015). Der findes få undtagelser, blandt andet ecstasy, som kan fremme genkendelse af ansigtsudtryk og ligeledes øge hastigheden i forhold til, hvor hurtigt emotioner genkendes i ansigtsudtryk (Miller, Bershad & de Wit, 2015).

Psykologen må altså være opmærksom på, om klienten er på antidepressiv medicin eller andre medikamenter, der kan påvirke eller skævvride den nonverbale kommunikation.

Opsamling

I dette kapitel er der redegjort for, hvilken rolle nonverbal kommunikation spiller i terapi, i henhold til, hvordan nonverbal kommunikation har en afgørende rolle i etablering samt monitorering af en terapeutisk alliance. Der blev ekspliciteret, at opmærksomhed på klientens

nonverbale signaler, samt aktiv brug af egen nonverbal kommunikation kan fungere som et fremmede element i den terapeutiske alliance, hvor en reduceret opmærksomhed modsat kan hæmme denne (Thuesen, 2012). Desuden kan klientens nonverbale kommunikation bidrage med en indsigt i dennes emotioner, bevidste såvel som ubevidste.

Psykologens fokus samt italesættelse herpå, har en fremmede effekt på klientens indsigt og udvikling (Foley & Gentile, 2010; Mohacsy, 1995).

Forskning påviser, at en række forskellige dispositionelle faktorer har betydning for nonverbal kommunikation. Den første er besiddelsen af et *alment anlæg for udtryk og afkodning af artspecifikke biologiske funderede universalsignaler* (Ekman & Friesen, 1969). Den næste er *spejlneuronmekanismen* (Gallese, Eagle & Migone, 2007). Netop tesen om de biologiske funderede universalsignaler har modtaget kritik ved sit ensidige fokus på dispositionelle anlæg, og dermed for ikke at medtage, hvordan situationelle og kulturelt betingede faktorer influerer måden, hvorpå nonverbal kommunikation aflæses og udtrykkes (Barrett et al., 2019; Russell, 1994).

Spejlneuronmekanismen menes at være en disposition, alle mennesker har i kraft af det neurologiske fundament, som bidrager til kontrol og aflæsning af nonverbal kommunikation. Dog kan en defekt i systemet, som ofte ses inden for autismspektret, hæmme forståelsen af nonverbal kommunikation (Gallese, Eagle & Migone, 2007). Ydermere kan en persons opvækst, herunder udvikling og tilknytning, anses som en medvirkende faktor for, hvordan vi udtrykker og aflæser nonverbal kommunikation (Knapp, Hall & Horgan, 2013). Hvor en tryk tilknytning vil fungere fremmede for aflæsning samt udtryk af nonverbal kommunikation, vil omsorgssvigt samt utrygge tilknytningsmønstre fungere hæmmende (Knapp, Hall & Horgan, 2013). Dermed findes det relevant, at man som psykolog er opmærksom på klientens ophav samt tilknytningsmønstre i forbindelse med dennes nonverbale kommunikation samt klientens forståelse af andres samt psykologens nonverbale kommunikation. Køn og kønssocialisering er beskrevet som en fjerde faktor, der har betydning for nonverbal kommunikation, hvor studier viser, at kvinder generelt er bedre end mænd til at aflæse nonverbal kommunikation (Hall, 2011). En femte dispositionel faktor, er kosmetiske konstruktioner, lammelse eller anden invaliditet, som kan hæmme forståelsen af nonverbal kommunikation (Miller, Bershad & de Wit, 2015). Slutteligt inden for de influerende dispositionelle faktorer findes træningselementet, der beskriver, at ved hjælp af træning, kan evnen til at aflæse nonverbal kommunikation forbedres. Der beskrives blandt andet, hvordan en kobling mellem teori og praksisøvelser har en god effekt for

optræning, og ligeledes at erfaring anses som fremmende for evnen til at aflæse og udtrykke nonverbal kommunikation (Riggio, 2006).

Ud over de dispositionelle faktorer, vil en række situationelle faktorer ligeledes have en indflydelse på kontrol og aflæsning af nonverbal kommunikation. Kulturel lighed mellem klient og terapeut, er her en vigtig faktor, da den samme type af nonverbal adfærd kan have forskellige betydninger på tværs af kulturer. Dette spiller en rolle i forståelsen af personer, fra hver sin kultur, som kan være reduceret, eller kræve opmærksomhed samt viden om den andens kulturelle baggrund. Samme gør sig gældende for personer fra samme kultur, da de stadig kan stamme fra forskellige subkulturer. Dog vil der være større lighed, hvorfor det anses som en fremmede faktor for forståelsen at psykolog og klient er en del af den samme kultur (Ekman & Friesen, 1969).

Kendskab til baseline er ligeledes en vigtig situationel faktor, da dette kan fremme forståelsen af den nonverbale kommunikation, og samtidig kan mangel herpå føre til misforståelser eller brug af heuristikker, som fører til fejlfortolkning (Philipot, Feldman & Coats, 2003 as cited in Foley & Gentile).

En tredje situationel faktor præsenteret er opmærksomhed og bevidsthedsgrad. Meget forskning tyder på, at de fleste mennesker generelt er gode til at kontrollere egen og aflæse andre menneskers nonverbale signaler uden at tænke over det. Hvis først opmærksomheden skærpes mod det nonverbale, vil det i de fleste henseender reducere korrektheden, og derfor fungere som en hæmmende faktor (Lakin, 2006; Choi, Gray & Ambady, 2005). Den fjerde og sidste situationelle faktor præsenteret er rusmidler eller psykofarmaka, som menes at være inhiberende for evnen til at aflæse nonverbal kommunikation, hvorfor man som psykolog må være opmærksom på, om klienten er påvirket eller indtager for psykofarmaka (Miller, Bershad & de Wit, 2015). Opsummerende kan der argumenteres for, at betydning af nonverbal kommunikation aldrig kan oversættes én til én. Der er adskillige faktorer, der spiller en rolle i forhold til, hvordan vi aflæser samt udsender nonverbal kommunikation. Det vil være en kobling af dispositionelle faktorer, som er dem en person tager med sig ind i en situation, hvilket vil variere fra person til person. I kobling med de dispositionelle faktorer, må de situationelle faktorer tages in mente, da de kan influere både aflæsning og udtryk af nonverbal kommunikation.

4. Metode

Der anvendes i dette empiriske speciale kvalitative interviews som værktøj til at opnå en viden om, hvordan kliniske psykologer anskuer nonverbal kommunikation i terapi. Formålet med metodekapitlet, er at præsentere de metodiske overvejelser både før, under og efter dataindsamlingen.

Første del af kapitlet belyser de teknikker der benyttes i forbindelse med dataindsamlingen, herunder valg af metode, influerende faktorer i forbindelse med COVID-19, samt udarbejdelsen af interviewguide, transskription samt udførelsen af interviews. Den anden del af kapitlet beskriver specialets informanter samt rekrutteringsstrategi for disse. Tredje del af kapitlet beskriver kvalitativ indholdsanalyse, som vil benyttes som analysestrategi i specialet. Slutteligt præsenteres etiske overvejelser i forbindelse med specialet.

4.1 Dataindsamlingsstrategi

I indeværende speciale anvendes kvalitativt forskningsinterview som dataindsamlingsstrategi. I kommende afsnit vil kvalitative forskningsinterview kort beskrives, efterfulgt af en begrundelse for valg af interview. Dernæst beskrives, hvordan COVID-19 har haft indflydelse på udførelsen af interviewene, hvorefter udformning af interviewguide og transskriptionsregler beskrives.

4.1.1 Kvalitativt forskningsinterview

I forbindelse med dette speciale er kvalitative interviews valgt som dataindsamlingsstrategi. Der skelnes i kvalitative interviews mellem flere forskellige former, herunder strukturerede, semi-strukturerede og ustrukturerede interviews (Kvale & Brinkmann, 2009). I indeværende speciale anvendes semistrukturerede interviews, da fokus er på, hvordan terapeuter anskuer nonverbal kommunikation. Det semistrukturerede adskiller sig fra det strukturerede og ustrukturerede ved både at have informantens oplevelser i fokus samtidig med at inkludere standardiserede spørgsmål (Kvale & Brinkmann, 2009).

4.1.2 Begrundelse for valg af interview

Indeværende speciale undersøger, hvordan kliniske psykologer anskuer betydningen af nonverbal kommunikation i terapi. Netop denne problemformulering lægger op til interview som metode. Som Svend Brinkmann og Lene Tanggaard (2010) påpeger, egner det kvalitative interview sig til at belyse er blandt andet de relationelle og konversationelle områder, hvilket netop er to emnefeltet inden for dette speciale.

4.1.3 Overvejelser i forbindelse med COVID-19

Grundet COVID-19 situationen, har det kun været muligt at afholde ét ud af tre interviews ansigt til ansigt, og de resterende to over videosamtale. Generelt kan interviews foretages på forskellige måder, herunder også telefonisk og via video (Kvale & Brinkmann, 2009). Det er blot vigtigt at være opmærksom på, hvordan formen påvirker interviewet. Oprindeligt var ønsket at foretage interviewene ansigt til ansigt, da emnefeltet netop er nonverbal kommunikation, som bedst observeres ved tilstedeværelse. Ligeledes kan denne form bidrage med et blik på miljøet, psykologen arbejder i, for eksempel, hvordan vedkommende placerer sig i forhold til klienten. Et interview over video kan inddrage samme, ved blot at spørge ind til emnet. Grundet restriktioner, som ikke muliggjorde fysisk tilstedeværelse, var det oplagte valg at benytte video. Gennem video, kan informanten samtidig illustrere ansigtsudtryk og kropsholdning til interviewer, men opfattelse af settings og kropssprog mangler selvsagt.

Udfordringen ved at foretage et interview gennem video kan være, at det ikke er givet, at teknikken fungerer optimalt, hvormed der kan gå forståelse tabt. Ligeledes, kan tekniske udfordringer på lyd og billede påvirke relationen, som er vigtig, når der foretages forskningsinterviews, da der lægges stor vægt på interaktionen mellem interviewer og interviewperson, da denne påvirker den viden, der konstrueres i interviewet (Brinkmann & Tanggaard, 2010). Det kan være interviewerens stil, som for eksempel kan være lyttende og empatisk eller mere aktiv og assertiv, og ligeledes hvorvidt interviewpersonen føler sig tryk (Brinkmann & Tanggaard, 2010). Det er derfor vigtigt at være opmærksom på interaktionen, når interviewet foretages over video, og man derfor i højere grad ved hjælp af dialog samt ansigtsudtryk må illustrere forståelse samt skabe tryk hos informanten.

4.1.4 Interviewguide

Interviewguiden er udformet på baggrund af den fremlagte forskning og teori. Tidsrammen for interviewene er 45 minutter. I den indledende kontakt samt møde, vil der præciseres for informanterne, at interviewet er omhandlende nonverbal kommunikation i terapi. Yderligere uddybning af felt og interesse udelades i briefing, for at undgå at influere informanterne.

Indledende stilles åbne spørgsmål i henhold til emnefeltet, nonverbal kommunikation, hvor der vil spørges ind til, hvad de forbinder med betegnelsen nonverbal kommunikation. Dette er for at få etableret et udgangspunkt for interviewets generelle tema, og informanternes viden og forståelse af dette begreb, som ifølge Tanggaard og Brinkmann (2010), giver anledning til at informanterne kan fortælle en historie, der omhandler undersøgelsesfeltet.

Efterfølgende specificeres spørgsmålet i henhold til terapi, som danner rammen for specialet. Her stilles spørgsmålet: "Hvad tænker du om betydningen af nonverbal kommunikation i terapi?". Dette formes ligeledes som et åbent spørgsmål, med formål, at få informanternes umiddelbare holdning.

Efter de indledende åbne og eksplorative spørgsmål, rettes fokus mod teoriinformerede temaer, hæmmende/fremmende faktorer samt dispositionelle/situationelle faktorer. Her benyttes generelt hverdagsprog og ikke de teoretiske begreber, for netop at få deres umiddelbare forståelse og holdning hertil, og samtidig undgå misforståelser i forhold til begrebsafklaring. Sproget er dog tilpasset det ordforråd, og opfattelsesevne, man må formode psykologer besidder (Kvale & Brinkmann, 2009).

Spørgsmålene er struktureret ud fra tematikker i teorien, men i kraft af det semistrukturerede interview er afvigelser fra strukturen i forhold til rækkefølge af spørgsmål forventelige. Dette primært for at opretholde flowet i interviewet. Dette gør at interviewerens skal være opmærksom på at få svar på alle spørgsmål i forhold til senere analyse. Derfor er det vigtigt, at interviewerens har dybt kendskab til sin interviewguide samt overblik over allerede besvarede emner.

Da informanterne har samme uddannelsesbaggrund som interviewerens i dette speciale, kan en faldgrube være, at mange svar vil være indforstået inden for psykologien. Det er kardinalt at være opmærksom på denne indforståethed, og dermed at få informanten til at begrebsafklare og uddybe centrale aspekter. Ofte kan en indforståethed skabes i et interview mellem informant og interviewer, men som glemmes eller ikke opfattes på samme måde efterfølgende. Derfor bør man som interviewer være opmærksom på at stille opfølgende samt uddybende spørgsmål. Interviewguiden er vedlagt som bilag (se Bilag 1).

4.1.5 Transskription

Der findes ikke én bestemt måde at transskribere på, man må derfor tilpasse transskriptionen i henhold til forskningsmål samt den valgte analysestrategi (Kvale & Brinkmann, 2009, p. 209). I indeværende speciale anvendes kvalitativ indholdsanalyse som analysestrategi, der netop undersøger, *hvad* informanterne siger, fremfor *hvordan* de siger de, hvorfor der i transskriptionen heraf er fokus på netop, hvad der siges. Der lægges derfor vægt i disse transskriptioner, på at nedskrive ordene så ordret som mulig samt mindre vægt på toneleje, pauser og tryk (Zhang & Wildemuth, 2009). Derfor udelades egne anerkendende ord som 'ja' eller 'mmm' mens informanten taler, da det ikke har betydning for analysen. Transskriptionerne er vedlagt som bilag (se bilag 2-4).

4.2 Undersøgelsespopulation og rekrutteringsstrategi

Der er inden for kvalitativ indholdsanalyse ikke rammer for, for stor undersøgelsespopulationen skal være. Af hensyn til tidsrammen for specialet er der begrænsninger for, hvor mange deltagere der kan medtages. Her henvises til Brinkmann og Tanggaard (2010), som foreslår at det inden for universitetsprojekter med bestemte rammer, er bedst at udføre relativt få interviews, for at have mulighed for at gennemarbejde disse grundigt. En for stor undersøgelsespopulation kan påvirke analysen af data i forhold til manglende ressourcer såvel menneskelige som fysiske til at bearbejde data. Der kan dermed være risiko for at arbejdet bliver overfladisk, og kvaliteten dermed reduceret. Derfor benyttes tre informanter i indeværende speciale, således der er mulighed for at få et tredje perspektiv og ikke blot to identiske eller modsatrettede forståelser.

Uddannelsesbaggrund samt erfaringsgrundlag er valgt som gældende kriterier for udvælgelsen af undersøgelsespopulation. Der udvælges således praktiserende psykologer, det vil sige personer med titlen cand.psych med minimum 5 års klinisk erfaring efter endt uddannelse. Dermed fravælges psykologer, der arbejder i psykiatrien med svært psykisk syge patienter, da forskning viser, at nonverbale udtryk hos psykisk syge kan differentiere på forskellig vis (Berenbaum & Oltmanns, 1992).

Et opmærksomhedspunkt i forhold til rekruttering er, at informanterne er inden for mit interviewerens eget felt, hvorfor det kan være en udfordring at bibeholde nødvendig distance samt upartiskhed (Kvale & Brinkmann, 2009).

Derfor har interviewereren gennem eget netværk kontaktet forskellige psykologer, der opfylder ovenstående kriterier, og som der ikke tidligere har været samarbejdet med.

4.3 Analysestrategi - Kvalitativ indholdsanalyse

Den kvalitative indholdsanalyse er et analytisk værktøj, der hyppigt benyttes inden for kvalitativ forskning. Formålet er at fortolke indholdet af data baseret på tekst, hvor data kondenseres til temaer (Zhang & Wildemuth, 2009). Formålet er at opnå viden om samt skabe forståelse for et fænomen, ved systematisk at kategorisere samt kode vigtige temaer (Downe-Wamboldt, 1992, as cited in Hsieh & Shannon, 2005). Der findes tre forskellige typer af kvalitativ indholdsanalyse, henholdsvis den konventionelle, - teoriinformerede- samt summative kvalitative indholdsanalyse. I indeværende speciale vil der benyttes den teoriinformerede kvalitative indholdsanalyse.

4.3.1 Teoriinformeret kvalitativ indholdsanalyse

Den teoriinformerede kvalitative indholdsanalyse er relevant at benytte, hvis der på forhånd eksisterer teori om fænomenet, der undersøges. Formålet er typisk at validere, udvide eller opponere imod den eksisterende teori (Zhang & Wildemuth, 2009). Den kan dog samtidig benyttes til at kortlægge forståelser, der endnu ikke foreligger viden om. Fordelen ved at inddrage teori, når et fænomen undersøges, er ifølge Hsiu-Fang Hsieh og Sarah Shannon (2005, p. 1283), at man som forsker ikke arbejder ud fra et naivt perspektiv. Der kan dog ligeledes være udfordringer herved, som man må være opmærksom på, for eksempel, at når en undersøgelse indledes med informeret viden, er der risiko for bias (Hsieh & Shannon, 2005). Her kan en faldgrube være, at der udelukkende findes evidens, som validerer eksisterende teori, og at man dermed undgår at inddrage kontraherende evidens.

4.3.2 Operationalisering af den teoriinformerede indholdsanalyse

Datamaterialet tilgås ud fra Zhang og Wildemuths (2005) trinvis anvisning til kvalitativ indholdsanalyse, der beskrives i det følgende:

1. *Forberedelse af data.* Først og fremmest transskriberes alle interviews ud fra de førnævnte transskriptionsregler. Dette sker ud fra de tidligere beskrevne transskriptionskonventioner.

2. *Gennemlæsning.* Efterfølgende gennemlæses de transskriberede interviews for at skabe overblik og opnå en overordnet forståelse for indhold og materiale.
3. *Udarbejdelse af kategorier og kodningsskema.* Dernæst udarbejdes et kodningsskema, der først og fremmest udledes deduktivt og genereres ud fra de præsenterede teoridannelser. Samtidig benyttes en induktiv metode til at analysere nye temaer, som fremkommer i det empiriske materiale. Kodningsskema er vedlagt som bilag (se Bilag 5).
4. *Test af kodningsskema.* Før den egentlige kodning påbegyndes testes et lille udpluk af data. Dette gøres ved at teste definitionerne samt konsistensen og er for at sikre validiteten i kodningen.
5. *Kodning af data.* Der kodes nu på hele datasættet ud fra det etablerede kodningsskema. Det udfyldte kodningsskema er vedlagt som bilag (se Bilag 6).
6. *Test af konsistens af kodning.* Efter kodningen er udført, tjekkes konsistens Dette gøres, det kan antages, at der kan opstå menneskelige fejl, som i så fald må korrigeres. Ligeledes kan der være tilføjet nye koder, siden den første test af konsistens.
7. *Konkluder på baggrund af det kodede data.* Kategorier og temaer analyseres, og herudfra etableres meninger og mønstre i data.
8. *Rapporter fund og metode.* Fundene rapporteres gennem inddragelse af direkte citater fra det empiriske materiale og metode klarlægges for læser.

Den teoriinformerende indholdsanalyse i dette speciale vil tage udgangspunkt i ovenstående trin, hvilket gøres for at sikre en systematisk behandling af data.

4.4 Etiske overvejelser

I indeværende speciale tages udgangspunkt i Kvale og Brinkmanns (2009) fire vigtige etiske overvejelser, der traditionelt diskuteres i forbindelse med kvalitative undersøgelser: informeret samtykke, fortrolighed, konsekvenser og forskerens rolle.

Informeret samtykke er vigtig i den henseende, at informanten informeres om undersøgelsens overordnede formål og design. Ligeledes, sikrer informeret samtykke, at alle informanter deltagere frivilligt og ved, at de til hver en tid kan trække sig fra interviewet (Kvale & Brinkmann, 2009). Samtidig informeres om, hvem der får adgang til transskriptionerne, hvordan interviewet benyttes til data, og der gives samtykke til, at det hele eller dele af det transskriberede interview benyttes som data og disse informationer gives typisk i forbindelse med briefing samt debriefing.

I indeværende speciale har informanterne givet mundtligt samtykke til at interviewes optages, transskriberes samt anvendes som datamateriale i specialet, og ligeledes at det er fortroligt samt opbevares fortroligt, og at de vil blive anonymiseret i opgaven. Typisk underskrives en samtykke erklæring, men grundet COVID19 og smitterisiko, blev disse efter aftale med informanter blot mundtlige.

Fortrolighed udføres ved at anonymisere data, således informanten ikke kan identificeres ud fra interviewet. Derfor er navnene ændrede, nogle geografiske betegnelser samt få eksempler udeladt.

Konsekvenser er omhandlende de potentielle fordele samt skader interviewet kan have for informanten. Det er vigtigt, at interviewerens er opmærksom på den intimitet samt åbenhed en kvalitativ interviewsituation kan bidrage til, og derved undgå at informanten fortryder senere, ved for eksempel at have fortalt om meget personlige ting.

Forskerens rolle samt forskerens integritet er afgørende i forhold til, hvordan beslutninger træffes gennem hele undersøgelsen. Denne rolle er især vigtig, når der foretages interviews, da det vigtigste redskab til at samle viden er forskeren selv (Kvale & Brinkmann, 2009). Et vigtigt etisk krav er ligeledes, at forskeren overholder den videnskabelige kvalitet af fremstillede viden, hvilket betyder at resultater må fremlægges så præcist som muligt.

Her er fuld gennemsigtighed hele processen igennem vital i sammenspil med en opstilling af eventuelle bias eller faldgruber, samt hvordan forskeren har forholdt sig hertil gennem processen (Kvale & Brinkmann, 2009). En faldgrube kan være, at forskeren gennem interviewet identificerer sig for meget med informanten, således at fortolkning og analyse bliver ud fra informanternes perspektiv, og ikke rapporteret med en professionel afstand (Kvale & Brinkmann, 2009). En måde at forholde sig hertil er, gennem interviewet samt analysearbejdet, klart at gøre opmærksom på egne holdninger og perspektiver hertil, og ligeledes nysgerrigt stille sig kritisk over for egen entusiasme over informant eller deres perspektiv.

5. Analyse

I følgende kapitel præsenteres og analyseres data fra de tre interviews. I det første afsnit ses nærmere på interviewpersonernes definitioner af nonverbal kommunikation. I det efterfølgende afsnit undersøges interviewpersonernes syn på betydningen af nonverbal kommunikation, hvorefter interviewpersonernes opfattelse af dispositionelle og situationelle faktoreres betydning præsenteres og analyseres. De analysetemaer, der fremdrages i forbindelse med de to sidste kategorier, er primært teoriinformerede temaer, disse suppleres med nye temaer, som er udledt på baggrund af empirien. Disse præsenteres til slut i hvert afsnit.

5.1 Definition af nonverbal kommunikation

Det første analysetema vedrører interviewpersonernes definitioner af begrebet nonverbal kommunikation. Først præsenteres interviewpersonernes overordnede definitioner, hvorefter der ses nærmere på hvilke af de fem nonverbale kanaler; *kropssprog*, *para-sprog*, *fremtoning*, *kontakt* samt *tid og sted*, der indgår i deres definitioner og i givet fald hvordan.

5.1.1 Overordnede definitioner

Flere af interviewpersonerne afgrænser i deres definition indledningsvist nonverbal kommunikation fra verbal kommunikation, hvilket giver det, man kunne kalde negative definitioner.

Eksempler på dette er interviewpersonen Hans, der bestemmer nonverbal kommunikation som: *“Alt det som ikke handler om det verbale sprog.”* (Hans, 5). Et andet eksempel er interviewpersonen Else, der definerer nonverbal kommunikation som:

Nonverbal kommunikation er alt det usagte mellem en psykolog og en klient. Alt hvad der foregår, som der ikke bliver sat direkte ord på. Det er rigtig mange forskellige ting... ALT, hvad der ikke vedrører det verbale. (Else, 4-5)

I forlængelse af sin negative definition definerer Else dog også nonverbal kommunikation positivt som en kommunikationsform med mange modaliteter, der udtrykkes ud over det verbale:

Det er rigtig mange forskellige ting: Måden man sidder på, måden man formulerer sig på, tavshed, måden man bevæger sig på, mimikken man har, hvordan man taler ... (Else, 5-7)

I forbindelse med Elses definition kan det også bemærkes, at Else i sine indledende definitioner af nonverbal kommunikation ikke anlægger et specielt fokus på hverken klient, sig selv, eller samspillet mellem de to.

Interviewpersonen Hans giver i lighed med interviewpersonen Else også senere en positiv definition, der blandt andet inkluderer kropssprog:

Det vil sige, at det er kropssproget, det er måden sproget bliver brugt på, det er tøjet, hele kropstonus, og alt det som sker, som man kan kalde noget med kemi. Det er jo ikke noget videnskabeligt begreb, men jeg har sådan en meget bred fornemmelse af, hvad det er. (Hans, 5-8)

Også hos Hans kan man bemærke, at han ikke anlægger et specifikt fokus på hverken klient eller sig selv. Til gengæld kan han med sin henvisning til "kemi" siges at anlægge et fokus på samspil mellem klient og terapeut.

I interviewpersonen Oles indledende definition af nonverbal kommunikation, lægger han først og fremmest vægt på klientens udtryk: "*Men det første der falder mig ind, er patientens gestikulation.*" (Ole, 9), men samtidig beskriver han også, at egne kropslige reaktioner også må medtages som en del af nonverbal kommunikation:

Og i den lidt mere langhårede ende, tænker jeg også, at der er to kroppe i sådan et terapirum. Der er også terapeutens krop, og det man mærker inde i sig. Om det er kropssprog, det kan man

jo diskutere, det er jo et spørgsmål om definition, men ens egne kropslige reaktioner på patienten kan man også tage med. (Ole, 5-8)

Dermed indebærer Oles definition af nonverbal kommunikation både klienten og ham selv som psykolog. Oles definition indeholder ikke kommunikationsaspektet eller samspillet mellem de to, men fokuserer på henholdsvis den ene eller den anden part.

De tre interviewpersoner inddrager alle, hvad der kan betegnes som en negativ definition, nemlig at nonverbal kommunikation unddrager sig det verbale. Herudover bidrager de tre interviewpersoner med forskellige positive definitioner. Interviewpersonen Else har fokus på de mange modaliteter inden for nonverbal kommunikation. Interviewpersonen Hans fokuserer i sin definition på samspillet mellem klient og psykolog. Slutteligt har interviewpersonen Ole i sine definitioner fokus på klientens nonverbale kommunikation samt sit eget nonverbale udtryk.

5.1.2 Inddragelse af kanalen kropssprog i interviewpersonernes definitioner

Alle interviewpersoner definerer blandt andet nonverbal kommunikation som værende besked sendt gennem kroppen. De definerer det som værende kropssituation, gestikulation, øjenkontakt, kropssprog, mimikken og bevægelser.

Dette beskriver interviewpersonen Hans eksempelvis med: *“Alt det som ikke handler om det verbale sprog. Det vil sige, at det er kropssituation ... hele kropstonus ...”* (Hans, 5-6). På lignende vis beskriver interviewpersonen Ole: *“Men det første der falder mig ind, er patientens gestikulation. Ansigtstudtryk. Øjenkontakt. ... Først og fremmest kropssprog”* (Ole, 4-10). Interviewpersonen Else definerer også nonverbal kommunikation, som indeholdende kroppens bevægelser samt udtryk: *“Måden man sidder på... måden man bevæger sig på, mimikken man har...”* (Else, 5-6)

Interviewpersonen Ole beskriver nogle eksempler på kropslig nonverbal kommunikation: *“Det var de her Ekman og Izard, med de her medfødte ansigtstudtryk. Forbavselse, de her seks til syv ansigtstudtryk. Det gik først op for mig senere, hvor centralt det var.”* (Ole, 17-19).

5.1.3 Inddragelse af kanalen para-sprog i interviewpersonernes definitioner

Det er ikke blot de kropslige udtryk, interviewpersonerne definerer som nonverbal kommunikation, alle interviewpersoner lægger vægt på måden at benytte sproget på, her blandt andet toneleje, hastighed pauser med videre.

Interviewpersonen Hans beskriver for eksempel: "... *det er måden sproget bliver brugt på...*" (Hans, 5-6). Lignende beskriver interviewpersonen Else: "... *måden man formulerer sig på, tavshed... hvordan man taler. ... Noget af det handler om pauser, om at lytte.*" (Else, 5-6; 96) Else eksemplificerer det paraverbale med en nuværende klient: "*Jeg har for eksempel en ung mand, der går her i øjeblikket, og han taler simpelthen så lavmeldt, at det er svært for mig at høre ham. Det er jo også noget nonverbalt.*" (Else, 46-48)

Interviewpersonen Ole beskriver i tråd med de andre, det han definerer som det paraverbale: "*Derefter lægger jeg det paraverbale til, altså alt det, der har med talen at gøre, som ikke har med selve ordet. Hastighed, betoning, grynten, snøften.*" (Ole, 4-5) Hvortil han uddyber yderligere: "*Det kan være valget af ord, sætningsopbygning, diskrepansen mellem tempo og det talte ord og gestik, toneleje, stemmeføring. Der er et eller andet i det, som signalerer noget andet end det de siger.*" (Ole, 227-229)

5.1.4 Inddragelse af kanalen fremtoning i interviewpersonernes definitioner

En enkelt interviewperson beskriver, at nonverbal kommunikation desuden kan indebære måden man præsenterer sig selv på, gennem sit ydre:

... det helt selvfølgelig, nemlig at patientens valg af selvpræsentation gennem tøj, tatoveringer, vægt etc. etc. spiller en rolle, hvordan jeg umiddelbart relaterer mig til vedkommende. Vi kan ikke undgå at kommunikere, og det gør vi blandt andet vha. vores valg af tøj, smykker, etc. Det er også her, vi signalerer, hvordan vi gerne vil opfattes af andre – altså selvscenesættelsen. (Hans, 329-333)

Interviewpersonen Hans beskriver her en del af den nonverbale kommunikation som selvpræsentation og fremtoning, det vil sige en måde at signalere til andre, hvem man er.

5.1.5 Inddragelse af kanalen kontakt i interviewpersonernes definitioner

Et andet aspekt af nonverbal kommunikation, som alle interviewpersoner fokuserer på, er interaktionen mennesker imellem - her beskriver to af interviewpersonerne samspillet mellem klient og psykolog som en del af den nonverbale kommunikation:

“Og i den lidt mere langhårede ende, tænker jeg også, at der er to kroppe i sådan et terapirum.” (Ole, 5-6), hvortil interviewpersonen Hans beskriver det som værende kemi: *“... og alt det som sker, som man kan kalde noget med kemi.”* (Hans, 6-7)

De to interviewpersoner definerer hermed kontakt mellem psykolog og klient som værende nonverbal kommunikation.

Den sidste af interviewpersonerne Else pointerer, at kontakten kan have forskellige udtryk. Hun eksemplificerer, hvordan en klients kontakt kan virke truende:

Der vil jeg sige, der har bestemt også været noget nonverbalt, når man sad og lavede undersøgelser på folk, der var sigtet for alvorlige forbrydelser og kunne være truende i kontakten (...) hvor jeg sad på en måde, så han forhindrede mig i at komme ud af kontoret. Det lærte mig noget omkring, at man i hvert fald skulle være opmærksom på det. (Else, 202-204; 208-209)

Som redegjort for i teorigennemgangen i kapitel to, indebærer kanalen kontakt, hvordan rum og territorium benyttes. Dette refererer interviewpersonen Else til, og beskriver at der kan udledes information ud fra, hvordan klienten bruger rummet omkring sig:

Nogle gange kan folk også flytte stolen, og sidde på en anden måde, men så har de friheden til at gøre det, og det siger også noget om dem, om de formår at bruge den til noget. Der sidder nogle mennesker med ondt i ryggen, som sidder dårligt, hvor jeg er nødt til at opfordre dem til, at de må sætte stolen, som de vil. Men nogle gange kan de alligevel finde på at sidde i en forvredet stilling, det siger også noget om folk, og deres evne til at justere på den position de befinder sig i - altså indflydelse på situationen. (Else, 58-63)

5.1.6 Inddragelse af kanalerne tid og sted i interviewpersonernes definitioner

En af interviewpersonerne, Else definerer også nonverbal kommunikation som værende brug af tid:

E: Det med tidsrammen og hvordan folk overholder den, er også utroligt forskellig. Nogle er totalt ligeglade med det, og kan blive ved og ved, selvom man forsøger at lukke den ned flere gange, og henvise til at nu skal vi slutte og aftale en ny tid. Mens andre nærmest minder mig om, at tiden er ved at være gået. Nu skal vi stoppe. Vi skal ikke snakke mere.

I: Og det giver dig også nogle informationer?

E: Det giver mig også nogle informationer om personlighedsstrukturen, begge dele. Og noget med grænser og rammer, hvordan man respekterer det og indgår i det. Jeg ser helt klart nogle interessante ting om personligheden heri. (Else, 85-93)

Hermed refererer Else til tid og brug heraf, som en måde hvorpå kommunikationen foregår, og at denne kan bidrage med kliniske informationer, heriblandt informationer om personlighedsstrukturen. Samtidig uddyber hun, at psykologen selv må være opmærksom på, hvordan denne benytter tid, da det på samme måde kan give nogle signaler til klienten.

Her er to eksempler herpå: *“Noget af det handler om pauser, om at lytte. Hvornår man skal afbryde og få uddybet noget (...)”* (Else, 96) og senere:

Timingen også. Det er meget noget med at bruge de observationer man har, og afgøre lidt med sig selv om man skal eller ej. For det er ikke alt, man skal bruge, og du kan heller ikke bruge alt. Nogle gange er man nødt til at lade nogle ting være også. (Else, 408-410)

Interviewpersonen Else beskriver også, at måden hvorpå man indretter sig kan fungere som en miljømæssig nonverbal kommunikation og ligeledes, kan indretningen have indflydelse på, hvordan klienten udtrykker sig nonverbalt:

Det er min erfaring, især fra psykiatrien, at man sidder bedst, hvis man sidder lidt alternativt og ikke sidder og er direkte konfronteret med hinanden. Og det er godt at have et bord imellem,

alt afhængig af, hvordan folk er, det er rart lige at kunne tage et glas vand. ... Flere af mine klienter er glade for at kigge på blomsterne i mit vindue. Det synes jeg egentlig er en god frihed at give dem, at man ikke sidder i sådan en meget låst position. (Else, 55-58;67-69)

5.1.7 Opsamling på definitioner af nonverbal kommunikation

De tre interviewpersoner anlægger forskelligrettede fokus i deres indledende definitioner af nonverbal kommunikation, som indebærer: de mange modaliteter i nonverbal kommunikation, egen og klientens nonverbale kommunikation og det nonverbale samspil mellem klient og psykolog. Når definitionerne foldes ud, bliver nonverbal kommunikation af en eller flere interviewpersoner defineret med inddragelse af alle fem kanaler; *kropssprog, para-sprog, fremtoning, kontakt samt tid og sted*.

5.2 Betydning af nonverbal kommunikation i terapi

De kommende afsnit omhandler interviewpersonernes syn på betydningen af nonverbal kommunikation i terapi. Først ses der nærmere på, om interviewpersonerne synes at nonverbal kommunikation er vigtigt i terapi, og dernæst på, hvad der er vigtigt. Blandt de identificerede betydninger, som interviewpersonerne fremhæver, er, at nonverbal kommunikation kan bidrage til opbygning og monitorering af en terapeutisk alliance og indsigt i en klients emotioner.

5.2.1 Betydningsfuldhed af nonverbal kommunikation

Alle interviewpersoner er enige om, at nonverbal kommunikation har en væsentlig betydning i terapi.

En interviewperson, Else lægger vægt på betydningsfuldhed i henhold til de mange informationer, nonverbal kommunikation kan bidrage med: *“Det giver en masse informationer, noget man kan bruge...”* (Else, 189)

Interviewpersonen Hans mener også, at nonverbal kommunikation har stor betydning i terapi med sit udsagn om nonverbal kommunikation: *“Det har meget stor betydning helt generelt.”* (Hans, 13)

Den tredje interviewperson Ole beskriver nonverbal kommunikation som værende central i terapirummet, og vigtigt som psykolog at være opmærksom på.

Dette udtrykker Ole ved at vægte en klients kropssprog højere end det verbale udtryk: *“Altså hvis jeg skal vælge mellem, hvad folk siger, og hvad deres krop siger, og hvad min fornemmelse siger, så vil jeg nok stole mest på min fornemmelse og/eller deres kropssprog.”* (Ole, 212-214)

Ole mener dermed, at nonverbal kommunikation er essentielt i terapi. Ydermere pointerer han, at det er vigtigt, at psykologen har mulighed for at se klientens nonverbale signaler:

Min uddannelse er jo psykoanalytisk orienteret, og en ting der altid har undret mig ved psykoanalysen er, at vi er meget optaget af følelser og relationer. Og i den klassiske psykoanalyse, der placerer man sig liggende på en briks, som på en måde begrænser udtrykket og hele interaktionen. Når man sidder i en stol, kan man jo læne sig frem og tilbage, korslægge armene, flytte rundt på sig. Det kan man selvfølgelig også på en briks, men det er lidt anderledes ik? Og man ser ikke hinanden, det er der utroligt meget i, den øjenkontakt der. (Ole, 27-32)

Det fremgår hermed ud fra Oles udsagn, at nonverbal kommunikation er grundlæggende i terapirummet, og hvis klientens nonverbale udtryk begrænses, begrænses psykologens forståelse af klienten ligeledes.

Interviewpersonen Ole mener yderligere, at det fundamentalt at være god til at aflæse nonverbal kommunikation for at være en god psykolog:

Jeg har lyst til at tilføje, at forskning viser at et sted mellem 15 og 25 % af terapeuter ikke er ret gode. De virker overhovedet ikke som terapeuter. Det kunne være sjovt at se, hvordan det korrelerer med deres evne til at aflæse det nonverbale. Jeg tror det korrelerer. (Ole, 318-320)

Alle interviewpersonerne er hermed enige om, at evnen til at aflæse og kontrollere egen nonverbale kommunikation er afgørende for en psykolog.

5.2.2 Etablering og monitorering af terapeutisk alliance

To af interviewpersonerne understreger, at opmærksomhed på nonverbal kommunikation i særdeleshed er vigtig, når der skal etableres en god relation til klienten. For eksempel beskriver interviewpersonen Hans: *“Jeg tror, at relationen langt hen ad vejen etableres via den nonverbale kommunikation. Det er det der gør, at man føler sig tryk og forstået.”* (Hans, 160-161)

De to interviewpersoner, Hans og Else lægger vægt på, at når denne alliance skal etableres, er det vigtigt at kunne aflæse klientens nonverbale kommunikation samt tilpasse egen hertil. Eksempler på dette er:

Jamen det tror jeg, er en meget meget vigtig ting. Specielt, når man taler om at etablere en form for behandlingsalliance eller relation. For den patient, som ikke bliver aflæst korrekt eller valideret, det vil sige, at jeg også nonverbalt, hele tiden spiller sammen med ham eller hende. ... Jeg tror også, at når jeg starter et nyt forløb, så er jeg meget mere tydelig i min anerkendelse eller min validering. I hvert fald over for nogle patienter, for der er også nogle, som gerne vil have lidt formel afstand. (Hans, 75-77; 161-164)

Og:

I de første samtaler, der er jeg meget bevidst, både om at være forsigtig og signalere tid og pauser og være obs på, og virkelig facilitere kontakten, hvis der er brug for det. Det er jo ikke altid der er. (Else, 112-114)

Interviewpersonen Hans uddyber, at det ikke blot er ved opstart, man som psykolog må være opmærksom på nonverbal kommunikation, men at man ligeledes kan benytte det som et værktøj til at monitorere og vedligeholde den terapeutiske alliance hele forløbet igennem, og at det nonverbale samspil mellem klient og psykolog er afgørende for at terapien forløber optimalt:

Men det er jo også noget, som langt hen ad vejen foregår nonverbalt. Der tænker jeg, at det er den olie... altså det at have den emotional attunement med det andet menneske, er den olie, som terapien langt hen ad vejen kører i. (Hans, 79-81)

De to interviewpersoner, Hans og Else pointerer altså, at de er meget opmærksomme på deres egne nonverbale udtryk i starten af et forløb, da det har stor betydning for opbygningen af en

tryk terapeutisk alliance. Hvortil Hans påpeger, at opmærksomhed mod nonverbal kommunikation ligeledes har betydning for monitorering hele forløbet igennem.

5.2.3 Indsigt i klientens emotioner

En anden vigtig gevinst ved at være bevidst om nonverbal kommunikation er, at det kan give indsigt i en klients emotioner. Dette kan både vedrøre klientens *bevidste* emotioner, *ubevidste* emotioner og *tilbageholdte* emotioner.

Indsigt i klientens bevidste emotioner

Blandt interviewpersonerne er der enighed om, at klientens nonverbale kommunikation ofte er et udtryk for deres emotionelle tilstand. Det beskriver blandt andet interviewpersonen Hans *“Og man kan sige helt generelt, at det ofte er følelserne vi får kontakt til gennem den nonverbale kommunikation. Altså det følelsesmæssige spektrum.”* (Hans, 27-28).

Efterfølgende forklarer samme interviewperson, at den emotionelle tilstand ofte udtrykkes gennem det nonverbale: *“(..) igen det følelsesmæssige er jo meget båret af det nonverbale. Hvordan de rent følelsesmæssigt har det.”* (Hans, 107-108). På lignede vis beskriver interviewpersonen Else, at man gennem nonverbal kommunikation: *“kan få rigtig mange informationer om, hvad der foregår følelsesmæssigt hos den pågældende.”* (Else, 9-10)

To interviewpersoner beskriver, hvordan de ved at aflæse klientens nonverbale udtryk kan få indblik i forskellige emotioner: *“Og det er jo netop der, at patienten for eksempel bliver ked af det. Og det kan jeg så se med fine muskeltegninger, som forandring. Altså man kan se, hvad det er for en følelsesmæssig tilstand.”* (Hans, 173-174)

Og interviewpersonen Ole:

For når vi bliver kede af det, kan vi tørre imaginære tårer væk, eller børster os, eller rører os omkring øjet. Og så snøfter vi eller rører os omkring næsen, fordi det relaterer til at græde, hvor man får snotnæse og skal pudse næse. (Ole, 82-84)

Indsigt i klientens ubevidste emotioner

Alle interviewpersoner er enige om, at nonverbal kommunikation ikke blot kan give indsigt i klientens bevidste emotioner, men at der gennem observation af nonverbal adfærd ligeledes kan udledes noget om en klients ubevidste emotioner.

Ole beskriver, at en måde hvorpå man som psykolog kan få indblik i en klients ubevidste følelser, kan være gennem en diskrepans mellem det verbale og det nonverbale: *“Jeg kommer til at tænke på, er der ofte er en diskrepans mellem det folk siger, og det de udtrykker med deres krop.”* (Ole, 202-203). Hvortil han for eksempel beskriver et forløb med en mand, der gennem sit nonverbale udtryk signalerer ét, mens han nonverbalt udtrykker noget andet. Denne diskrepans mener Ole kan skyldes, at han ikke er bevidst om sine emotioner i forbindelse med sin fars død:

Hvis jeg for eksempel taler med en mand på 27, som fortæller, at hans far døde, da han var 10 år gammel, og så spørger jeg, hvordan han har det med det, hvortil han siger: det gør mig ikke noget, og så gør han sådan her (tørre sig/klør sig under øjet). Her tænker jeg så, at han bliver ked af det. ... Så formentlig vil jeg ikke gøre noget ved det der, fordi han siger, at det ikke gør ham noget. Men jeg vil notere mig, at han er ked af det, og at han ikke er i kontakt med det. (Ole, 79-86)

Indsigt i klientens tilbageholdte emotioner

Alle interviewpersoner påpeger desuden, at man gennem en klients nonverbale kommunikation kan få indsigt i dennes tilbageholdte emotioner. Ved tilbageholdte emotioner menes, at klienten distancerer sig fra følelser vedkommende ikke er klar til at acceptere, eller forhold vedkommende ikke ønsker at psykologen får indsigt i. Blandt andet beskriver interviewpersonen Else: *“... måske fordi folk måske ikke altid inviterer en ind til at få øje på det.”* (Else, 267). Interviewpersonen Hans beskriver lignende: *“Man taler også om, at patienter kan være meget garderede. At mennesker kan være meget garderede, og ikke giver meget fra sig. Og det kan jo være et forsvar og en måde at passe på sig selv...”* (Hans, 224-226)

Her påpeger interviewpersonerne, at nogle klienter forsøger at opretholde en facade for psykologen, det vil sige, at de nødvendigvis ikke ønsker, at psykologen bliver opmærksom på sådanne emotioner. Alle interviewpersonerne er dog enige om, at man gennem klientens nonverbale

kommunikation kan få indsigt i disse emotioner, på trods af en eventuel modvilje. Dette kan for eksempel illustreres gennem en diskrepans mellem det nonverbale og verbale udtryk. Et eksempel på dette er: *“For eksempel, folk der er vrede, men smiler. Folk der er kede af det, men smiler eller taler humoristisk om det. Der ligger der jo en distance.”* (Ole, 203-205).

Interviewpersonen Else beskriver på lignende vis:

Altså at der er en modsætning, mellem det der bliver sagt og det følelsesmæssige udtryk den pågældende prøver at give udtryk for, hvor man gemmer noget, eller prøver at neutralisere det indre følelsesmæssige pres ved hjælp af et smilende ydre. (Else, 31-34)

Diskrepans mellem det verbale og nonverbale, kan hermed være et udtryk for distancering eller en måde at neutralisere sine følelser på. Ydermere kan den fungere som et pejlemærke for psykologen i forhold til problemstillinger, der skal udforskes yderligere. En interviewperson beskriver desuden, at der kan opstå diskrepans ikke blot mellem det verbale og nonverbale, men ligeledes de nonverbale udtryk imellem, et eksempel er:

Det kan man høre på folk, som sidder og græder og flår kleenex ud af kassen. Det er for højt et tempo i forhold til at være rigtig ked af det. Og bagefter kan du se, at de folder dem hårdt sammen igen og igen og strangulerer dem. Så diskrepansen mellem udtryk det er en væsentlig ting. (Ole, 205-212)

Det vil sige, at et overdrevent display, som ikke er i overensstemmelse med den givne emotion, kan være en indikator på, at det ikke er den primære affekt der udtrykkes. Hvis klienten for eksempel græder, hvilket er et udtryk for ked-af-det-hed, så kan der ligge en vrede i det nonverbale udtryk på samme tid, i kraft af tempoet samt det at strangulere servietten. Her må man som psykolog være opmærksom på, om denne diskrepans skyldes et forsøg på at tilbageholde emotioner.

Alle interviewpersoner påpeger dermed vigtigheden i at være opmærksom på samspillet mellem det verbale og det nonverbale udtryk, og at det må undersøges yderligere i terapien, hvis der observeres sådanne modsatrettede former for kommunikation:

Det at kroppen siger ét, og det nonverbale budskab er et andet end det eksplicite verbale budskab. ... Det er jo vigtigt, at få det oplyst eller dechifreret den inkongruente adfærd verbalt/nonverbalt. (Hans, 81 - 90)

Alle interviewpersonerne er dermed enige om, at der ligger vigtig information i den nonverbale kommunikation, og at man ikke nødvendigvis får det fulde indblik i klientens forhold, hvis der blot fokuseres på det sagte. *“Skal jeg vælge mellem at stole på det folk siger nonverbalt, og hvad de siger med deres ord, så foretrækker jeg det første. Det er et grusomt valg. Jeg vil helst gøre begge dele.” (Ole, 295-297)*

5.2.4 Opsamling på betydning af nonverbal kommunikation i terapi

Alle interviewpersoner mener, at både klientens og egen nonverbale kommunikation er afgørende i terapi. De pointerer alle, at nonverbal kommunikation har betydning for både etablering og monitorering af den terapeutiske alliance. Ydermere påpeger de, at man gennem observation af nonverbal kommunikation kan få indsigt i klientens emotioner, som er et essentielt element i terapi. Her nævner interviewpersonerne både bevidste, ubevidste og tilbageholdte emotioner, hvor henholdsvis ubevidste samt tilbageholdte emotioner ofte kan observeres nonverbalt gennem en diskrepans mellem enten det verbale og nonverbale eller nonverbale udtryk imellem.

5.3 Dispositionelle faktorer

I det kommende afsnit analyseres interviewpersonernes antagelser og refleksioner om, hvilke dispositionelle faktorer, der kan fremme eller hæmme muligheden for at kontrollere egen og aflæse klienters nonverbale kommunikation i terapirummet. I de efterfølgende underafsnit ses der nærmere på betydningen af henholdsvis *besiddelsen af et universal-anlæg for afkodning af kommunikation, spejlneuronsystemet, udvikling og tilknytning, køn og kønssocialisering, botox, lammelse eller anden invaliditet samt træning*. Disse temaer, er alle temaer, der er gennemgået i redegørelsen i kapitel to redegørelse for hidtidig forskning i faktorer, der kan influere nonverbal kommunikation i terapirummet. Slutteligt præsenteres et nyt tema, der fremkommer i det empiriske materiale, nemlig *psykologens øjeblikkelige livsvilkår og affektive tilstand*.

5.3.1 Besiddelse af universal-anlæg for udtryk og afkodning af nonverbal kommunikation

Kun en af de tre interviewpersoner henviser eksplicit til eksistensen af et universal-anlæg for udtryk og afkodning af nonverbal kommunikation, når vedkommende bedes dele egne tanker om, hvad der muliggør og influerer nonverbal kommunikation. Interviewpersonen Ole beskriver således, at det er vores fælles status som pattedyr, der sætter rammerne for vores nonverbale adfærd og reaktioner:

Man skal tænke, at vi er pattedyr, og når vi bliver vrede, har vi nogle gange lyst til at foretage skade, eller vi vil kæmpe. Vi har dybest set tre ting vi kan gøre. Vi kan sparke folk, vi kan bruge vores hænder eller klør, vi kan kradse, slå, kvæle - hvad vi nu gør med hænderne. Og så kan vi bide dem, bide dem i struben. (Ole, 54-57)

Hermed pointerer interviewpersonen Ole, at vi udtrykker bestemte følelser nonverbalt gennem instinktive og pattedyrs-lignende adfærd. En adfærd vi således kan afkode hos hinanden. Samme interviewperson refererer også eksplicit til Ekman og Izard, og deres teori om universelle ansigtsudtryk:

Jeg tror, det vi lærte, læste jeg dårligt nok selv, fordi jeg så ikke, hvor vigtigt det var. Det var de har Ekman og Izard, med de her medfødte ansigtsudtryk. Forbavselse, de her seks til syv ansigtsudtryk. Det gik først op for mig senere, hvor centralt det var, men det var vist alt vi havde på studiet. (Ole, 17-20)

5.3.2 Spejlneuronsystemets indflydelse på nonverbal kommunikation

En enkelt interviewperson skriver i en opfølgende mail på interviewet: "*Vi kunne også have snakket om spejlneuroner.*" (Hans, 333). Interviewpersonen Hans antyder her, at han er bekendt med, at spejlneuroner kan have en indflydelse for muligheden for at aflæse samt udtrykke nonverbal kommunikation.

I teorigennemgangen i kapitel to af spejlneuronsystemet, kobles autisme sammen med en defekt i spejlneuronsystemet. Forskningen her inden for antyder, at autisters brug af nonverbal kommunikation er hæmmet grundet denne effekt. Ingen af interviewpersonerne kobler autisme og

spejlneuronsystemet eksplicit sammen, men en interviewperson beskriver dog et forløb med en autistisk klient, hvor han oplevede ikke at være i stand til at aflæse klienten:

Vi havde simpelthen ikke ordentlig kontakt, hun var på kanten af det autistiske. Der var ikke noget medsving. Hende kunne jeg simpelthen ikke læse, jeg kunne ikke forstå, hvad der skete hos hende... Jeg kunne simpelthen ikke læse hende. (Hans, 189-195)

Og senere:

... jeg tror også, at der er nogle, som altid er svære at aflæse. Vi kan tage den helt ekstreme, altså den autistiske patient, er meget vanskelig at aflæse. Han eller hun er sådan næsten helt blank. Så der er nogle, der er svære for alle. (Hans, 221-223)

5.3.3 Udvikling og tilknytning

To interviewpersoner foreslår, at evnen til at aflæse samt udtrykke sig nonverbalt bliver grundlagt i den spæde mor-barnrelation. Hvilket blandt andet interviewpersonen Ole beskriver:

Men jeg tror rigtig meget, at det bliver grundlagt i løbet af de første 1 til 5 leveår, der lærer man et eller andet i mor-barn-kontakten, noget meget grundlæggende. ... det skal jo også udvikles, og der sker kolossalt meget i den nonverbale kontakt, og hvor har vi den henne, og hvor bliver vores hjerne mest formet? Det gør den det første leveår. Og hvad laver vi der? Der ligger vi forhåbentlig i mors arme, på mors bryst eller mor hun spejler os. Gør mor det godt, og vi ikke er alt for hjerneskadede og kvikke i hovedet, så fanger det noget. Har vi en god mor og et kvikt barn, så bliver de nok gode. (Ole, 149-151; 164-170).

Ole pointerer i ovenstående citat, at en tryk tilknytning er en afgørende fremmede faktor for at udvikle evnen til at kontrollere egen og aflæse andres nonverbale kommunikation, hvor moderen holder barnet tæt og spejler sit barn.

Interviewpersonen Hans beskriver, at nogle mennesker har en formidabel evne til at aflæse nonverbal kommunikation: *“Og så mener jeg i øvrigt også, at det både er et talent... Nogle er rigtig gode til det, super gode til det... At der er nogen, som har en formidabel evne.”* (Hans,

121-124). Hans mener, at de mennesker, der er særdeles gode til at aflæse andre, har udviklet denne evne i det tidlige samspil:

Den kommer i det tidlige samspil, det er der, vi lærer det. Det er simpelthen i blikket, den måde vi bliver set på. Den her psykosomatiske relation, som vi har i forhold til vores tidlige omsorgspersoner eller moderfigurer. Det er noget vi lærer der, og langt hen ad vejen kan vi tale mentalisering, altså spejling osv. Men jeg mener helt afgjort, at det er der, det sker. (Hans, 127-130)

Begge interviewpersoner pointerer hermed, at evnen især udvikles tidligt i livet, at det er noget, man lærer gennem relationer til tidlige omsorgspersoner. Hvor spejling mellem mor og barn anskues som en vigtig fremmede faktor.

Ligeledes pointerer begge interviewpersoner, at denne evne, som er udviklet tidligt, godt kan forbedres og udvikles senere i livet gennem andre vigtige relationer i livet, heriblandt venner og livspartnere. Eksempler på dette er:

Så kan man selvfølgelig blive bedre, i kraft af det samspil man har med sin måske livspartner eller andre venner, man har som voksen. Men jeg mener, det helt grundlæggende, altså det handler om empati, forståelse af andre mennesker, mentalisering. At det grundlæggende ligger i den tidlige fase. (Hans, 131-134)

På lignende vis beskriver interviewpersonen Ole, at de nonverbale kompetencer kan udvikles senere i livet: “ (Det er noget) *som man nok kan catche op på, men jo ældre man bliver, jo vanskeligere eller mere umuligt bliver det at catche op på. Sådan at vi har forskellige niveauer for, hvor langt vi kan komme.* ” (Ole, 151-153).

Interviewpersonen Hans beskriver også en hæmmende faktor i forbindelse med udvikling, nemlig at personer, der har oplevet misbrug eller har fået deres grænser overskredet, kan fremstå meget garderede, og derved være svære at aflæse:

Man taler også om, at patienter kan være meget garderede. At mennesker kan være meget garderede, og ikke giver meget fra sig. Og det kan jo være et forsvar og en måde at passe på sig selv, fordi de måske er blevet misbrugt, eller at deres grænser er blevet overskredet.

I: Og manifesterer det sig så i det nonverbale, at man bliver mere udtryksløs?

H: Ja, helt klart også på det nonverbale. Det er ikke kun, de ord de ikke siger, men det er også deres kropssprog. (Hans, 224-229)

To interviewpersoner mener hermed at tilknytningsmønstre og tidlige relationer til omsorgspersoner er afgørende for evnen til at kontrollere egen og aflæse andres nonverbale kommunikation. Ydermere kan nære relationer i voksenlivet påvirke evnen, såfremt man har haft en tryk tilknytning med hensigtsmæssig spejling og omsorg.

5.3.4 Køn og kønssocialisering

Ingen af Interviewpersonerne inddrager eksplicit køn eller mønstre i kønssocialisering, som noget der henholdsvis kan hæmme og fremme vores evne til at kommunikere nonverbalt.

5.3.5 Botox, lammelse eller anden invaliditet

Ingen af interviewpersonerne inddrager eksplicit botox, lammelse eller anden invaliditet som faktorer, der kan påvirke evnen til at kontrollere egen og aflæse andres nonverbale kommunikation. En interviewperson Ole beskriver dog en passant, at en hjerneskade kan hæmme udviklingen af evnen til at aflæse og forstå nonverbal kommunikation: *“Gør mor det godt, og vi ikke er alt for hjerneskadede og kvikke i hovedet, så fanger det noget.* (Ole, 168-170). Her impliceres at en eventuel hjerneskade kan være en hindring og hæmmende faktor, for muligheden for at udvikle evnen til både at aflæse samt afsende nonverbal kommunikation.

5.3.6 Træning

I analysen er der opstået flere undertemaer, der vedrører træning. Her analyseres først og fremmest interviewpersonernes syn på betydningen af træning, dernæst om der er grænser for træning og endeligt hvilke teknikker, der kan bruges til at optræne færdigheder.

Betydning af træning

Alle interviewpersoner mener, at træning har betydning for muligheden for at kontrollere egen og aflæse andres nonverbale kommunikation. De tre interviewpersoner har forskellige bud på, hvordan træning kan bidrage til at fremme evnen til at aflæse klienten nonverbalt samt at kontrollere egen nonverbal kommunikation.

Da der i interviewet spørges ind til, hvordan man kan fremme muligheden for at kontrollere egen og aflæse andres nonverbale kommunikation, svarer interviewpersonen Else:

E: Træning, træning, træning, træning. Mange forskellige slags problemstillinger. Supervision.

I: Og når du siger træning, hvad mener du så?

E: At blive kastet ud i det. Dele det med kolleger, få nogle gode kolleger at vende nogle ting med. Det kan man selvfølgelig ikke altid regne med at der er. Men, det handler om at gå ud og gøre sig nogle erfaringer. Og være nysgerrig. (Else, 425-426)

Hermed fastslår Else, at for at træning er afgørende for at forbedre evnen til at kontrollere egen og aflæse andres nonverbal kommunikation.

Interviewpersonen Hans påpeger også, at træning har betydning:

Ja, det mener jeg, er noget man kan træne. Det er jo ikke sådan at man skal sætte sig og aftale, nu træner vi det. Men altså ved at være opmærksom på, at nogle mennesker kan du godt lide, at der er noget som umiddelbart klinger godt. Og så måske reflektere over, hvad det er der gør, at du synes, at det er en spændende samtale, eller at der følte du dig tryk. (Hans, 290-293)

Hans påpeger, at evnen kan trænes og lægger især vægt på refleksion over erfaringer, i måden han anskuer træning på.

Interviewpersonen Ole mener, at træning er en forudsætning for psykologer, da evnen til at regulere relationer udvikles:

For stort set alle psykologer arbejder med mennesker, og ofte er der noget på spil, og så er der altså følelser. Og vi regulerer relationer og interaktion med vores kropssprog og med hele vores nonverbale kommunikation... Så det er hele tiden om at kunne regulere og arbejde i relationen og forstå lynhurtigt og nærmest automatiseret, hvad der foregår. Det er en forudsætning for at fungere som psykolog. (Ole, 175-181)

Grænser for træning

To interviewpersoner beskriver, at der inden for psykologfeltet er stor variation i evnen til at kontrollere egen og aflæse sine klienter nonverbalt. Interviewpersonen Ole påpeger, at nogle psykologer har svært ved at forbedre sig, eller i hvert fald at de kræver markant mere træning:

Jeg har uddannet rigtig mange psykologer, og superviseret rigtig mange psykologer, og jeg vil sige, at der er kæmpe forskel også i det. Nogle har en utrolig fin sensitivitet, intuition og indlevelse i andre. Andre de er faktisk ret snottede, og de bliver nok ikke ret meget bedre. Der skal i hvert fald utrolig meget træning til. (Ole, 144-147)

Samme interviewperson pointerer senere, at han selv har oplevet flere, som på trods af træning ikke har forbedret sig:

... jeg har set nogle over mange år, som jeg tænker: "ahh, det er ikke godt". Os så dukker de op fem år senere i en anden sammenhæng og så tænker jeg stadig: "ahh, det er ikke godt." Heldigvis er jeg ikke den eneste supervisor, de har haft. Hvis jeg holder møder med de andre supervisorer, så kan jeg få samme besked, at de også er lidt bekymret over vedkommendes funktion. Så der er noget, der er rigtig svært at lære. (Ole, 156-161)

Generelt mener interviewpersonen Ole, at der er nogle, som ikke er gode til at forstå klienten nonverbalt, og at det for disse er meget svært at forbedre evnen.

Interviewpersonen Hans beskriver på lignende vis, at der er nogle psykologer, der er dårlige til at aflæse andre: "*... der er jo nogle som er meget, meget dårlige til at aflæse hinanden.*" (Hans, 257)

Interviewpersonen Hans påpeger dog, som tidligere beskrevet, at evnen til at aflæse nonverbal kommunikation udvikles i den tidlige fase i livet, men at denne evne kan trænes og forbedres, men det at være formidabelt god, det kan ifølge ham ikke trænes, der er en sikker tilknytning og udvikling den afgørende faktor:

Nogle er rigtig gode til det, super gode til det... Og så er der nogle andre, som har lært noget, som jeg har. Som kan være mere middelmådige, men som måske efterhånden er oppe på et vist niveau. Jeg håber du hører, hvad det er jeg siger. At der er nogen, som har en formidabel evne. (Hans, 121-124)

To interviewpersoner mener, at der er stor variation i evnen til at kontrollere egen og aflæse andres nonverbale kommunikation. De er begge enige om, at nogle som udgangspunkt har behov for mere træning end andre og ligeledes, at nogle aldrig kan blive dygtige uagtet af, hvor meget de træner.

I deres overvejelser omkring betydningen af træning kommer interviewpersonerne ind på en række teknikker, der kan anvendes til at forbedre evnen til at kontrollere egen og aflæse andres nonverbale kommunikation. Disse er *supervision og videosupervision, undervisning og praktiske øvelser, egenterapi* og endeligt *erfaring*.

Supervision og videosupervision

Alle interviewpersoner er enige om, at supervision er en måde, hvorpå man som psykolog kan blive bedre til at kontrollere egen og aflæse klienters nonverbale kommunikation.

Interviewpersonen Hans beskriver:

Det kan man for eksempel under supervision. Altså hvis nu en supervisor så på vores, altså din og min nonverbale kommunikation her, når du nikker, så prøver jeg at nikke. Så vil man kunne sige: "Nu gør Nanna en hel masse, som du ikke reagerer på." Og så vil jeg blive opmærksom på, at der for eksempel sker noget med dine øjne eller dit smil eller din spænding. Så der kan jeg blive opmærksom på det. (Hans, 239-245)

Ligeledes pointerer interviewpersonen Else, at supervision kan bruges i forbindelse med træning af nonverbal kommunikation:

Man kan helt klart træne det, ved at integrere det, og at supervisor spørger til det. Det mener jeg faktisk, at jeg jævnligt har været med mine supervisors i tidernes morgen, når man skulle fortælle om en klient, så lagde de også mærke til, hvordan jeg sad, når jeg formidlede noget, eller spurgte til, hvordan jeg oplevede den pågældende. (Else, 358-361)

To interviewpersoner er dermed enige om, at man gennem supervision kan reflektere over egen praksis og udvikle sin forståelse på både egen og klients nonverbale kommunikation.

To af interviewpersonerne nævner videomateriale som et godt værktøj, når der superviseres på nonverbal kommunikation. Interviewpersonen Else kommer med et eksempel:

Det er egentlig mere tydeligt, hvis man har nogle videooptagelser af klienten og psykologen sammen. At man mere kan have fokus på samspillet også, og hvordan man hver især måske tilpasser sig i en eller anden form for dans, tror jeg sommetider, når det går allerbedst. Når man interagerer med hinanden på den helt rigtige samarbejds måde, som både er verbalt og nonverbalt. (Else, 363-366)

Else mener dermed, at videomateriale kan tydeliggøre de nonverbale processer, der sker i en terapisesession, da man netop kan observere det samspil der er mellem klient og psykolog, som man nødvendigvis ikke kan gengive eller opdage, når man sidder i det. Hvilket anses som værende et godt udgangspunkt for træning med supervisor.

Undervisning og praktiske øvelser

To af interviewpersonerne nævner, at for at blive bedre til arbejde med nonverbal kommunikation, må man have en grundlæggende viden om det på forhånd. Som interviewpersonen Ole beskriver: *“Så tror jeg man lærer det, ved at der er nogle der fortæller, at det er vigtigt. Bare det at gøre opmærksom på det, og ved at læse noget litteratur om det og blive undervist i det.”* (Ole, 300-302). Hermed påpeger Ole, at det er nødvendigt, at man får fortalt, at nonverbal kommunikation er vigtig for en psykolog, dernæst kan man lære gennem undervisning eller litteratur.

Interviewpersonen Hans påpeger på lignende vis, at en grundlæggende viden herom er vigtig, når man skal observere og kunne aflæse andre mennesker: *“Men man kunne selvfølgelig godt sige, at det er vigtigt helt generelt at vide noget om nonverbal kommunikation. Altså noget med, hvor tæt står folk på hinanden, de kulturelle forskelle - altså at observere andre mennesker.”* (Hans, 253-256)

Interviewpersonerne kommer desuden med forskellige forslag til, hvordan man kan træne arbejdet med nonverbal kommunikation i praksis. Blandt andet foreslår interviewpersonen Ole, at man for at forstå den anden, kan placere sig på samme måde. Han beskriver at det kan fremme forståelsen af den anden, og muligvis opleve samme eller lignende emotionelle tilstand som klienten:

Så derfor er et råd til folk, hvis de vil være bedre til at forstå kropssprog, det er at sætte sig på samme måde som den anden, gøre det samme. Det er en spejling og en forstærkning af den anden, men man kan også indeni selv med sin introspektion, måske fornemme, hvornår gør jeg det her. (Ole, 136-139)

Interviewpersonen Else refererer ligesom ovenstående interviewperson, til det at *fornemme* i forbindelse med aflæsning af den anden. Hun påpeger, at ved at øge fokus på klientens nonverbale kommunikation, kan fremme evnen til at aflæse, og ved blot at fokusere, vil denne evne udvikles af sig selv: *Det tror jeg kommer lidt af sig selv, ved at man bliver mere fokuseret på, at nu skal jeg prøve at sidde og få lidt fornemmelse af, hvordan den pågældende sidder og gør nogle ting.* (Else, 434-435)

Interviewpersonen Hans beskriver modsat Else, at man netop ikke skal sætte sig og fokusere på det nonverbale. Han mener derimod, at refleksion over relationer kan bidrage positivt til forståelsen:

Ja, det mener jeg er noget man kan træne. Det er jo ikke sådan, at man skal sætte sig og aftale, nu træner vi det. Men altså ved at være opmærksom på, at nogle mennesker kan du godt lide, at der er noget som umiddelbart klinger godt. Og så måske reflektere over, hvad det er der gør, at du synes, at det er en spændende samtale, eller at der følte du dig tryk.

Du kender måske også, at hvis man er sammen med nogle bestemte mennesker, så føler man altid at sit tøj er krøllet, og at man ser mærkelig ud. Så forsøg her at reflektere over det. (Hans, 290-295)

Egenterapi

To interviewpersoner beskriver, at en faktor der kan forbedre det nonverbale arbejde, er at arbejde med sig selv og sine følelser og foreslår egenterapi som et redskab: *“Egenterapi, hvor man forhåbentlig lærer sig selv bedre at kende, sine følelser og bliver i stand til at tillade sig alle mulige tanker og følelser ideelt set. Det hjælper også.”* (Ole, 208-310)

Ole beskriver, hvordan det at hvile i sig selv generelt fremmer forståelsen af klienten og dennes nonverbale udtryk. Samtidig med at man som psykolog, der hviler mere i sig selv, kan udvise en større ro - der på samme vis påvirker klienten på en positiv måde. På lignende vis beskriver interviewpersonen Hans:

Men jeg tror faktisk, det jeg siger her er, noget med at hvile i sig selv og forstå, at det er sådan, som det nu engang er. Og blive bedre til at kunne stole på sin egen fornemmelse. Det var det jeg ikke kunne i den første tid, fordi der måtte jeg igen hele tiden prøve at være klog og alt muligt. Jeg var ambitiøs. Men jeg tror, det er noget, der kommer med erfaring og med nysgerigheden på andre mennesker. Evnen til at lytte både det verbale og det nonverbale, at tage den anden ind, og lade den anden skabe nogle følelsesmæssige reaktioner hos dig. (Hans, 296-301)

Både aflæsning og udtryk af nonverbal kommunikation foreslås dermed at kunne forbedres og fremmes ved hjælp af egenterapi og at arbejde med sig selv, samtidig spiller erfaring en rolle i forhold til evnen til at aflæse og udtrykke nonverbal kommunikation på en hensigtsmæssig måde i praksis.

Erfaring

Alle interviewpersoner er endeligt enige i, at en psykologs erfaringsgrundlag spiller en afgørende rolle inden for nonverbal kommunikation i terapirummet. Eksempler på dette kommer fra alle tre interviewpersoner, blandt andet interviewpersonen Else pointerer: *“Og det lærer man jo hen ad vejen, som man får erfaring.”* (Else, 199-200)

En lignende beskrivelse ses hos interviewpersonen Hans:

Så det handler jo også om, at man får nogle erfaringer og opdager, at verden ikke går i stykker... At man lærer, at det er menneskeligt, at man ikke ved noget, eller at det er menneskeligt at være bange for vreden. (Hans, 305-310)

Interviewpersonen Oles udsagn støtter ligeledes op om, at erfaring fremmer processen:

Ja, det bliver nemmere, når ens terapeutiske teknik og praksis den bliver automatiseret. Det er ligesom det at køre bil, i starten så er det med at koble ud og skifte gear fylder enormt meget. Så efterhånden så kører gearstangen, og så kører det andet af sig selv. Sådant er det også meget med det at agere terapeut. Når det bliver automatiseret, så kan man tage sig af andre ting. (Ole, 287-290)

5.3.7 Psykologens øjeblikkelige livsvilkår og affektive tilstande

Et tema, der ikke har fyldt meget i teorigennemgangen, men som fremkommer i det empiriske materiale er, hvordan øjeblikkelige livsvilkår og affektiv tilstand hos psykologen kan påvirke den nonverbale kommunikation.

To interviewpersoner peger på, hvordan psykologens øjeblikkelige livsvilkår og affektiv tilstand kan påvirke den nonverbale kommunikation. Interviewpersonen Else beskriver, at hun er bedre til at aflæse nonverbal kommunikation, når hun har ro i sit personlige liv:

I: Men hvornår er du så rigtig god til at aflæse nonverbal kommunikation? Hvornår går det godt?

E: ... Og jeg er sådan rimelig... Har ro på nogle ting. Har ikke nogle ting jeg skal nå eller nogle ting, der bekymrer mig. (Else, 392-395)

Else beskriver ligeledes, at en fremmede faktor for hende kan være træthed. Hun mener, at det kan hjælpe hende til at være mere afslappet, og dermed fremme muligheden for at aflæse klientens nonverbale kommunikation: *“Hvis jeg ikke har sovet så godt, og er lidt mere træt, så er det besynderligt nok ikke altid det går galt af den grund, nogle gange går det meget bedre. Fordi jeg er lidt mere afslappet...”* (Else, 396-398)

Flere interviewpersoner beskriver også, at der kan være forskellige livsvilkår eller affekter, der kan hæmme deres nonverbale aflæsning. Interviewpersonen Hans beskriver modsat Else, at en hæmmende faktor for ham, er hvis han er træt:

... der er sandelig også forskel på, hvor god jeg er til det i forskellige situationer. Jeg nævnte, at hvis modoverføring fylder alt for meget, eller hvis jeg er træt og stresset og utålmodig og sådan noget, så er jeg ret dårlig til at registrere, hvad der sker hos den anden. (Hans, 118-121)

Interviewpersonen Else bidrager også med eksempler, hun anser som hæmmende for hendes aflæsning af nonverbal kommunikation:

I: Nej. Kan du beskrive nærmere, hvad der kan gøre, at du ikke er så god?

E: Det er sommetider et tilfælde. Men hvis jeg har nogle ting selv, som jeg går og tænker på, et eller andet jeg skal tage stilling til, eller noget der bekymrer mig eller generer mig eller presser mig, så kan jeg være lidt dårligere til at koncentrere mig. Hvis jeg har for mange klienter, som snakker for meget for eksempel, så jeg får svært ved at afslutte, så jeg ved at jeg kommer bagud med nogle ting, hvis jeg ikke gør noget aktivt, så kan jeg også blive lidt mere ukoncentreret. (Else, 131-136)

Her beskriver interviewpersonen, at problematikker i hendes privatliv kan reducere hendes koncentration, og dermed hæmme hendes aflæsning af klienten. Ligeledes kan en faktor som for mange klienter, eller stress i forhold til at overholde tidsplanen være en hæmmende faktor.

Interviewpersonen Hans beskriver på lignende vis, at det kan være hæmmende for hans aflæsning af den anden, hvis han har for meget der fylder for ham:

Ja, det kan være vanskeligt, hvis jeg har meget travlt eller føler mig presset i forhold til at skulle nå en masse. Sådan en form for uro, kan gøre det vanskeligt at synke ind i sig selv, og få kontakt med denne, næsten seismografiske registrering af, hvad der sker hos den anden. Man skal kunne hvile godt i sig selv, og hvis ikke man kan det. f.eks. på grund stress, pres eller sådan nogle ting, tidsmangel. Så kan det være meget, meget svært. Og der er nogle der er bedre til at klare stress end jeg er. (Hans, 233-238)

Ingen af interviewpersonerne inddrager eksplicit øjeblikkelige livsvilkår eller affektive tilstande, som faktorer der kan influere på kontrol af egen nonverbale kommunikation.

5.3.8 Opsamling på dispositionelle faktorer

Under hovedtemaet dispositionelle faktorer er der set nærmere på seks temaer. De fem første temaer er udbygget på baggrund af teori. Hvoraf første undertema, *besiddelse af universal-anlæg for udtryk og afkodning af nonverbal kommunikation*, blev nævnt af en enkelt interviewperson, som beskrev, hvordan vores status som pattedyr kan påvirke vores nonverbale reaktioner og adfærd. I denne forbindelse pointerede samme interviewperson, at vi er i besiddelse af universelle emotionelle ansigtsudtryk.

Det andet undertema, som omhandler *spejlneuronsystemets indflydelse på nonverbal kommunikation*, blev nævnt af en enkelt interviewperson, som beskrev, at han er bekendt med, at spejlneuronsystemet har en indflydelse på nonverbal kommunikation. Under samme tema beskrev interviewpersonen, at personer inden for autismspektret er hæmmet i deres nonverbale udtryk. To interviewpersoner påpegede, at *udvikling og tilknytning* har indflydelse på, hvordan man kontrollerer egen samt aflæser andres nonverbale kommunikation. Der blev beskrevet, at evnen til at udtrykke og aflæse af nonverbal kommunikation udvikles i den spæde mor-barnrelation gennem en tryk tilknytning og spejling. Samtidig pointerede de, at evnen kan udvikles yderligere gennem trygge relationer livet igennem, såfremt at evnen er etableret fra tidlig spæd.

Der var ingen af interviewpersonerne, der eksplicit beskrev temaet *køn og kønssocialisering*. Samme gjorde sig gældende for temaet *botox, lammelse eller anden invaliditet*, hvor dog en enkelt interviewperson påpegede, at en hjerneskade kan være hindring og hæmmende faktor, for muligheden for at udvikle evnen til både at aflæse samt afsende nonverbal kommunikation. Alle interviewpersoner var enige om, at evnen til at kontrollere egen samt aflæse andres nonverbale kommunikation kan forbedres gennem *træning*. To interviewpersoner beskrev, hvordan der findes stor varians i evnen til at aflæse andre, hvorfor nogle har behov for mere træning end andre, samtidig med at nogle mennesker generelt har udfordringer ved at lære og optræne evnen. Alle interviewpersoner foreslog metoder, hvorpå evnen kan trænes, her blev foreslået supervision og videosupervision, undervisning og praktiske øvelser samt egenterapi. Slutteligt

pointerede alle interviewpersoner, at erfaring spiller en vigtig rolle i forhold til hvor god man er til at kontrollere egen samt aflæse andres nonverbale kommunikation.

Endeligt fremkom et nyt undertema på baggrund af empirien, *psykologens øjeblikkelige livsvilkår og affektiv tilstand*, hvor to interviewpersoner oplevede, at egen affektive tilstand kan have en indflydelse på deres evne til at kontrollere egen og aflæse klientens nonverbale kommunikation, herunder stress og personlige udfordringer, som kan være hæmmende for evnen, kan ro på privatlivet fungere fremmende for evnen.

Dermed peger alle interviewpersoner på forskellige dispositionelle faktorer, som influerer deres mulighed for at kontrollere egen og aflæse klientens nonverbale kommunikation - herunder både temaer der fremkom i teorien samt nye temaer.

5.4 Situationelle faktorer

Det kommende afsnit vil præsentere de situationelle faktorer, som interviewpersonerne mener fremmer eller hæmmer muligheden for at kontrollere egen og aflæse klienters nonverbale kommunikation. Først analyseres temaerne: *kulturelle forskelle og ligheder, kendskab til anden parts baseline, opmærksomhed og bevidsthedsgrad* samt *psykofarmaka og rusmidler*, som alle er temaer gennemgået i kapitel to redegørelser for hidtidig forskning i faktorer, der kan influere nonverbal kommunikation i terapirummet. Slutteligt præsenteres også to nye temaer, der fremkommer i det empiriske materiale, nemlig *fysiske rammer* samt *det relationelle samspil mellem psykolog og klient*.

5.4.1 Kulturelle forskelle og ligheder

To interviewpersoner kommer ind på kulturelle forskelle, som noget der kan vanskeliggøre aflæsning af klienters nonverbale kommunikation.

Interviewpersonen Else beskriver et forløb med en mand med anden kulturel afstamning end hende. Hun beskriver, at det var sværere for hende at aflæse ham: *“Og da han også har en udenlandsk baggrund, med anderledes formuleringer, måder at sætte ordene, kan det godt være en udfordring.”* (Else, 49-50).

Interviewpersonen Hans beskriver, i forhold til hvad der er vigtigt at være opmærksom på i henhold til nonverbal kommunikation, at det er vigtigt at vide noget om kulturelle forskelle:

Men man kunne selvfølgelig godt sige, at det er vigtigt helt generelt at vide noget om nonverbal kommunikation. Altså noget med, hvor tæt står folk på hinanden, de kulturelle forskelle, altså at observere andre mennesker. (Hans, 253-256)

Ingen af interviewpersonerne inddrager kulturelle forskelle og ligheder, som faktorer der kan influere på kontrol af egen nonverbale kommunikation.

5.4.2 Kendskab til den anden parts baseline

To interviewpersoner beskriver, at det er lettere at aflæse en klient, når man har haft vedkommende i længere tid, og derfor har opnået kendskab til dennes baseline. Dette eksemplificeres blandt andet fra interviewpersonen Else: *“Nogle gange kører det måske lidt mere automatisk, især når man har haft en klient i et stykke tid.”* (Else, 111-112)

På samme vis beskriver interviewpersonen Hans:

Ja, jo bedre jeg kender ham eller hende, jo bedre bliver jeg også til at forstå. Ligesom du bliver med dine nærmeste, der kan man også se, hvordan de har det. Man behøver ikke sige så mange ord, man kan se det. (Hans, 176-178)

I samme forbindelse beskriver han, at han senere i forløbet, når han kender sin patient, netop kan opdage og se, hvis der sker afvigelser fra baseline:

I: Det var det her med relationens betydning i henhold til nonverbal kommunikation. Hvor du beskriver, at der er meget nonverbalt, du er opmærksom på, især i starten af et forløb. Det kan du bruge for at skabe den her tryghed og terapeutiske alliance, og der er du måske mere opmærksom på din egen fremtoning, end senere hen i forløbet, når relationen er blevet etableret.

H: Ja, der er jeg så opmærksom på, hvis der sker ændringer eller afvigelser. Og det er jo netop der, at patienten f.eks. bliver ked af det. Og det kan jeg så se, men fine muskeltegninger, som forandring. Altså man kan se, hvad det er for en følelsesmæssig tilstand. (Hans, 172-174)

Flere af interviewpersonerne giver desuden eksempler på klienter, der har et reduceret nonverbalt udtryk. Et mangelfuldt nonverbalt udtryk kan medføre, at psykologen ikke har mulighed for at etablere baseline, hvilket kan gøre aflæsningen sværere.

Det der skete var, at hun var fuldstændig flad i kontakten. Jeg havde ikke nogen fornemmelse af, hvad der skete inde i hende... Hende kunne jeg simpelthen ikke læse, jeg kunne ikke forstå hvad der skete hos hende. En gang imellem, så kom der nogle primære følelser. Hun kunne blive meget vred, eller hun kunne blive ked af det, hvor hun så sad og græd, hvor jeg så var en helt anden måde på hjemmebane. Fordi jeg her kunne læse hende, jeg kunne forstå hendes følelser. Men den måde hun plejede at være på... Jeg kunne simpelthen ikke læse hende. (Hans, 183-200)

I tråd hermed beskriver interviewpersonen Ole, at det kan være svært at aflæse og forstå de klienter der ikke udtrykker meget nonverbalt:

Der er nogen, der på en måde hæmmer deres kropssprog ganske meget, som sidder meget låst og stift. Og jeg tænker, hvad sker der inden i dem, skal jeg være bange for dem, er de farlige, overkontrollerede? Er de paranoide? Eller er de bare ængstelige, eller hvad er det der sker? Der er nogen, der ikke giver så meget udtryk, og hvor deres ansigt også er meget dødt. Det er som regel egentlig meget sigende. Så det kan man lure på. Har de lidt flere dyssociale træk end de andre? Eller hvad foregår der her. (Ole, 189-194)

Interviewpersonen Ole beskriver, at en mangelfuld nonverbal kommunikation kan give informationer, for eksempel dyssociale træk hos en klient. Han foreslår hermed, at en mangelfuld nonverbal kommunikation kan være en baseline i sig selv, men ved en sådan baseline er det sværere at aflæse og forstå klienten helt generelt.

5.4.3 Opmærksomhed og bevidsthedsgrad

I analysen er der opstået flere undertemaer, der vedrører opmærksomhed og bevidsthedsgrad rettet mod den nonverbale kommunikation. Her analyseres først og fremmest interviewpersonernes syn på den automatiske og ubevidste aflæsning samt udtryk af nonverbal kommunikation, dernæst interviewpersonernes syn på bevidst aflæsning samt udtryk, og endeligt

interviewpersonernes syn på en kombination af bevidst og ubevidst aflæsning og udtryk af nonverbal kommunikation.

Automatisk og ubevidst aflæsning og udtryk af nonverbal kommunikation

Alle interviewpersoner er enige om, at meget af aflæsningen af nonverbal kommunikation ofte sker automatisk og ubevidst. Interviewpersonen Hans mener, at det er den ubevidste registrering, der spiller den største rolle i terapien:

Men jeg tror, at der hvor det fylder mest og spiller den største rolle, det er den ubevidste registrering af det der sker ... Vi får en masse, masse, masse tunes, som fortæller noget om, hvem de er, men uden at vi altid kan sige, at det er lige præcis derfor, sådan og sådan. (Hans, 14-15; 22-23)

Interviewpersonen Else påpeger også, at der ofte er tale om en ubevidst registrering: *“Man registrerer jo en helt masse ting, som man nødvendigvis ikke tænker over. Fordi det bliver indforstået.”* (Else, 71-72)

Interviewpersonen Ole lægger stor vægt på, at meget af det vi observerer, sker ubevidst. Det ekspliciterer han med en whisky-reklame, hvor man har brugt denne viden til at fremme salg af whisky:

Engang, der gjorde man det i en whisky-reklame, at man ud af de 24 frames pr. Sekund og klippede en nøgen kvinde ind, der snor sig omkring flasken i tre af dem. Så viser man denne video til halvdelen af informanterne, som er mænd. Det viste sig, at dem der så videoen, hvor den nøgne dame var klippet kortvarigt ind, var mere tilbøjelige til at købe whiskyen, også selvom de rapporterede, at de ikke så en nøgen kvinde. Det går så hurtigt, at vi ikke kan opfatte det bevidst. (Ole, 248-253)

På lignende vis beskriver interviewpersonen Ole, vigtigheden af, at aflæsningen og responsen hertil sker hurtigt og nærmest automatisk: *“Så det er hele tiden om at kunne regulere og arbejde i relationen og forstå lynhurtigt og nærmest automatiseret, hvad der foregår. Det er en forudsætning for at fungere som psykolog”*. (Ole, 179-181). Han tilføjer desuden, at den ubevidste aflæsning kan komme på forskellig vis, for eksempel som en fantasi:

... Jeg sidder sammen med en, hvor jeg pludselig får en fantasi om et eller andet, som tilsyneladende er helt ude af kontekst, og som er en fantasi, som ikke umiddelbart giver mening for mig at få på dette tidspunkt eller i dag. ... Jeg har ikke tænkt på det her i syv år, og nu fylder den. Der vil jeg nok være tilbøjelig til at sige, at det er mit ubevidste, der ræsonnerer med et eller andet i den anden. Og det må jeg så prøve at forstå, hvad pokker det er. Ved først at lave en analyse af, hvad repræsenterer det her for mig, og så dæmme det ind til noget mere alment og så spørge mig selv, om der er noget i patientens materiale eller historie, hvor det giver mening. (Ole, 263-271)

Her beskriver interviewpersonen Ole, at aflæsning af en klient kan ske på et ubevidst plan, og at denne ubevidste registrering kan komme til udtryk gennem psykologens egne tanker eller fantasier. Herved beskriver han ikke opmærksomheden som værende på den nonverbale kommunikation, men på den præsentation i hans mentale, som muligvis præsenterer en nonverbal kommunikation hos klienten, han ubevidst har opfattet.

Interviewpersonen Hans beskriver ydermere, at det ikke blot er klientens nonverbale kommunikation, man som psykolog kan være ubevidst om, men ligeledes sine egne nonverbale signaler: *“Og ofte er jeg jo ikke helt klar over, hvad det er jeg afsender.”* (Hans, 47-48). Hvorfor det ikke blot er aflæsningen der sker ubevidst, ifølge Hans, men ligeledes afsending heraf.

Alle interviewpersoner mener altså, at aflæsningen ofte sker helt automatisk og ubevidst. I forbindelse hermed benytter de alle referencen *fornemmelse*, med forklaring om, at når aflæsningen af det nonverbale sker ubevidst, hvortil de ikke kan forklare, hvad de har observeret, så opstår der en form for fornemmelse hos alle tre interviewpersoner. Eksempler herpå er:

Nogle ting, kan vi godt registrere, men nogle gange laver vores ansigt en lille grimasse af foragt, afsky eller frygt. Nogle gange går det så hurtigt, at vi ikke opfatter det bevidst. Og det er der, jeg tror, at vores fornemmelse kommer ind. Når vi kan lave et udtryk så hurtigt, så giver det også mening, at andre kan aflæse det. Og jeg tror det vi kalder fornemmelse, intuition, god/dårlig kemi er om vi sender positive signaler ud eller andre signaler. Vi har ikke ord for det, det går for hurtigt. Det går under bevidstheden, men flyver ind alligevel. Og det er der fornemmelsen kommer ind. (Ole, 254-260)

Og interviewpersonen Hans beskriver:

Jeg har selvfølgelig siddet i rigtig mange og lavet rigtig meget terapi, så jeg har også en vis fornemmelse af, hvad det er for en modoverføring, det aktiverer hos mig, hvad det er for nogle følelser, det aktiverer hos mig. Men ofte kan jeg ikke helt sætte ord på det, andet end at jeg registrerer, at der sker et eller andet. Og der er et eller andet i personens kontakt eller nonverbale kommunikation, som aktiverer noget hos mig. (Hans, 13-17)

I sidste eksempel fra interviewpersonen Hans, beskriver han, hvordan der aktiveres nogle følelser i ham. Det er et aspekt alle interviewpersoner lægger vægt på, nemlig at den gode psykolog forstår sin klient ved at mærke efter, hvad der sker inden i sig, hvilket interviewpersonen Else desuden forklarer:

Plus den indre fornemmelse. Jeg tror at man er den bedste psykolog, hvis man kan være afslappet nok til at være nærværende og mærke efter i sig selv. ... I det hele taget, mærker man jo, hvad der sker inden i sig. Man registrerer stemninger, anspændthed og nervøsitet, sorg, tristhed, man er sådan lidt en stemmegaffel på den måde. Men om det påvirker min måde at sidde på, det kan godt være. (Else, 259-261;122-125)

De er dermed alle enige om, at meget af den nonverbale kommunikation klienten udtrykker, opfanges på et ubevidst og automatisk plan, og ræsonnerer som en fornemmelse, intuition eller andre følelser hos psykologen, som kan være en præsentation af klientens følelser, tanker med mere. Ligeledes pointerer de alle vigtigheden i at arbejde med denne fornemmelse, da den ofte er et pejlemærke for noget klienten har udtrykt, uden at psykologen har opfattet det aktivt. Samtidig pointerer de, at man ikke nødvendigvis er bevidst om de signaler man selv udsender.

Bevidst kontrol af egen og aflæsning af klientens nonverbale kommunikation

To af interviewpersonerne er enige i, at for meget fokus på nonverbal kommunikation kan være hæmmende for aflæsning af klientens nonverbale kommunikation. Dette understreges blandt andet af interviewpersonen Else:

Hvis man bliver fuldstændig overfokuseret på at sidde og koncentrere sig om det, så kunne jeg forestille mig, at ens ører ikke er så gode, hvis øjnene er på overarbejde. Vi er jo ikke altid lige gode til at bruge begge dele på en gang. ... Så hvis jeg sidder og skal tænke for meget og fokusere for meget, på hvordan jeg spørger om noget, så går der et eller andet tabt for mig også, som jeg bliver nødt til at rette op på, på et tidspunkt. (Else, 257-259; 275-277)

Et andet eksempel er interviewpersonen Hans, der beskriver, hvordan han en tidligere fokuserede enormt meget på klientens nonverbale udtryk, hvilket han mener var hæmmende for forståelsen:

H: Men jeg tror også, at i den fase, hvor jeg var meget hyperbevidst, der tror jeg ikke, at jeg har været særlig god. Hverken i samspillet med patienterne, fordi jeg har været alt for styret... Der ligger jo også et ønske om kontrol. Og det er jo ikke særligt hensigtsmæssigt, når man har med andre mennesker at gøre.

I: Så man er egentlig bedst, når man bare ér og ikke er alt for bevidst fokuseret?

H: Ja, lige præcis. (Hans, 276-279)

Selvom flere pointerer, at det kan være hæmmende for forståelsen, hvis man fokuserer for meget på klientens nonverbale kommunikation, beskriver flere alligevel, at de i starten af et nyt forløb er meget bevidste om sine egne nonverbale udtryk med det formål at facilitere en god kontakt. Det beskriver blandt andet interviewpersonen Else:

I de første samtaler, der er jeg meget bevidst, både om at være forsigtig og signalere tid og pauser og være obs på, at virkelig facilitere kontakten, hvis der er brug for det. Det er jo ikke altid der er. (Else, 112-114)

Lignende udsagn kommer fra interviewpersonen Hans, i forhold til, at man bevidst må forsøge at tilpasse sin nonverbale kommunikation til den terapeutiske setting:

Hvis jeg sidder med armene over kors, så sendes der også et signal til patienten. Jeg har på et tidspunkt været meget optaget af nonverbal kommunikation, så der arbejdede jeg også bevidst med at prøve på for eksempel på at sidde afslappet, eller sidde inviterende på en måde, som hører til i sådan en setting. (Hans, 32-35)

Den sidste interviewperson erklærer sig uenig med påstanden om, at det kan reducere nøjagtigheden i aflæsningen af den nonverbale kommunikation, hvis man øger opmærksomheden herpå. Han blev i interviewet stillet spørgsmålet: "Der er nogle der mener, at øget opmærksomhed på nonverbal kommunikation kan reducere nøjagtigheden i aflæsningen. Hvad tænker du om det?" Hvortil interviewpersonen Ole svarer: "*Jeg ved ikke, hvorfor de siger sådan.*" (Ole, 297) Han beskriver dog, at et for stort kognitivt load, kan hæmme aflæsningen og forståelsen af den anden:

Begynderterapeuter kan det også, men begynderterapeuter har det problem, at de har så travlt med at sige det rigtige og spørge om de rigtige ting og gøre det rigtige og sidde rigtigt, så de fylder sig selv med en masse kognition. Og derfor er de nødt til at skabe nogle pusterum for dem selv, hvor de kan sidde og mærke dem selv. Jeg oplevede det rigtig meget i et samtaleteknik-kursus jeg afholdte. Når de studerende skulle agere terapeuter, så var de tit på overarbejde. Men når de sad i de reflekterende teams, så var de faktisk ret præcise og ret dygtige, ret skarpe. Og det er fordi, der har de ikke det pres, at de skal gøre noget, de kan bare sidde og glo. (Ole, 275-282)

Her lægger han vægt på, at for meget fokus på for mange ting, og ikke blot den nonverbale kommunikation kan være en hæmmende faktor.

Kombination af bevidst og ubevidst aflæsning

Flere interviewpersoner pointerer altså at ubevidste og automatisk aflæsning er mest hensigtsmæssig, men alle interviewpersoner forklarer, at den også må kombineres med en form for bevidst opmærksomhed. Eksempler herpå er:

Det er mere ubevidst, tror jeg. Jeg sidder ikke og planlægger, at nu skal jeg se, hvordan den pågældende sidder. Det gør jeg faktisk ikke. Men jeg registrerer det. Det bliver en stille registrering. Hvor jeg selvfølgelig et eller andet sted også forholder mig til det jeg observerer i sådan en løbende proces. (Else, 228-231)

Her beskriver Else altså, hvordan hun oftest registrerer nonverbal kommunikation ubevidst samtidig med, at hun er opmærksom og bevidst forholder sig til nogle signaler, for eksempel hvordan klienten sidder. På samme vis beskriver interviewpersonen Ole, at hans aflæsning både er bevidst og ubevidst: *“Noget af det er jeg i stand til at forstå bevidst, noget af det er jeg ikke i stand til at opfange bevidst, eller registrerer ikke bevidst, eller har ikke ord for det eller viden om”* (Ole, 229-231) I samme forbindelse påpeger han også, at han mener, at det er en kombination af de to: *“Jeg tænker, det er en kombination.”* (Ole, 263)

Interviewpersonen Hans beskrev tidligere, at meget af den nonverbale aflæsning han registrerer, sker ubevidst, men uddyber, at hans opmærksomhed til tider fanges af noget, hvortil bevidstheden og opmærksomheden fokuseres herpå:

I: Nu nævnte du, at din nonverbale kommunikation tilpasses til, hvad der sker, og hvis du ikke er opmærksom på det kan du ryge lidt med, og det bliver på patientens præmisser, frem for dine egne. Og så sker der det, at du bliver opmærksom på det, og så kan du justere/korrigere dig selv og så bliver dynamikken anderledes?

H: Ja, det er sådan i de ekstreme situationer. Men ja, der er en tendens til, at jeg flyder med, og så først, når der er et eller andet som kommer ind i min bevidste refleksion, så bliver jeg klar over det. (Hans, 66-72)

Alle interviewpersoner er enige om, at både kontrol af egen og aflæsning af klientens nonverbale kommunikation sker både bevidst og ubevidst, samt at denne kombination er den mest hensigtsmæssige, såfremt man er opmærksom på samt reflekterer over, hvordan de ubevidste signaler hos klienten kommer til udtryk hos psykologen.

5.4.4 Psykofarmaka og rusmidler

En enkelt interviewperson funderer over en mulig faktor, der kan være medvirkende til et reduceret nonverbalt udtryk. Her foreslår interviewpersonen Hans, at flere forskellige faktorer kunne spille ind, men foreslår blandt andet, at stoffer kan være en faktor.

H: Det der skete var, at hun var fuldstændig flad i kontakten. Jeg havde ikke nogen fornemmelse af, hvad der skete inde i hende... Om det var en svær depression, om hun var stofpåvirket, om hun var en dissociativ tilstand, eller om hun var sammenbidt vred. Jeg kunne simpelthen ikke greje det. Jeg kunne ikke forstå, hvad det der handlede om...

I: Det jeg hører dig sige, det er, at der ikke bliver sagt så meget verbalt, men også, at det er meget lidt nonverbal kommunikation hun udtrykker?

H: Ja, hun var meget flad. Altså så lidt, at jeg ikke kunne greje hvad det var. Jeg var helt på herrens mark. Det var meget meget anstrengende. (Hans, 183-204)

Ingen af interviewpersonerne inddrager eksplicit rusmidler eller psykofarmaka, som faktorer der kan influere på kontrol af egen nonverbale kommunikation.

5.4.5 Fysiske rammer

Et tema, der ikke er redegjort for i teorigennemgangen, men som fremkommer i det empiriske materiale er, hvordan fysiske rammer har indflydelse på den nonverbale kommunikation i terapilokalet.

En enkelt interviewperson beskriver, at de fysiske rammer samt settingen for terapien har en indflydelse på hendes mulighed for at aflæse klienten. For eksempel forklarer hun, at hun er bedre til at aflæse den anden nonverbalt, når der er stille og ingen lugtgener:

I: Men hvornår er du så rigtig god til at aflæse nonverbal kommunikation? Hvornår går det godt?

E: Jamen i dag er der jo stille, og ikke sådan en speciel madlugt der kommer ind ad vinduet. (Else, 392-393)

Samme interviewperson beskriver dog også, at de fysiske rammer og omkringliggende faktorer kan fungere hæmmende for hendes mulighed for at aflæse nonverbal kommunikation. Interviewpersonen Else kommer med flere eksempler på, hvordan for eksempel støj kan hæmme hendes koncentration: “... *oppe i psykiatrien, var der jo også støj på gangen, folk der stod og snakkede om noget, lige uden for mit kontor, så der kan man også blive ukoncentreret.*” (Else, 388-389). Hun tilføjer, at støj sommetider kan være så hæmmende for hendes arbejde og koncentration, at hun er nødsaget til at afbryde terapien: “*De udfører en masse arbejde dernede, som ødelægger mit arbejde heroppe. Borer gulve op, og murer, sådan så jeg faktisk ikke kan arbejde, altså så kan jeg ikke koncentrere mig. Så må jeg afbryde.*” (Else, 381-384)

Else påpeger, at de fysiske rammer modsat kan fungere fremmende for interaktionen og det verbale udtryk: “*Flere af mine klienter er glade for at kigge på blomsterne i mit vindue. Det synes jeg egentlig er en god frihed at give dem, at man ikke sidder i sådan en meget låst position.*” (Else, 67-69)

En interviewperson foreslår hermed, at de fysiske rammer samt settingen for terapien både kan fungere hæmmende og fremmende for muligheden for at kontrollere egen og aflæse klienters nonverbale kommunikation.

5.4.6 Det relationelle samspil mellem psykolog og klient

Et tema, der ikke har fyldt meget i teorigennemgangen, men som fremkommer i det empiriske materiale er, hvordan det relationelle samspil mellem psykolog og klient påvirker muligheden for at kontrollere egen og aflæse klientens nonverbale kommunikation. Her beskrives først, hvordan relationen til klienten har en betydning, og dernæst, hvordan relationen kan influere psykologens affektive tilstand, som så påvirker muligheden for at kontrollere egen og aflæse klientens nonverbale kommunikation.

Relation til klient

En variabel som interviewpersonerne nævner, har betydning for, om at de kan kontrollere egen og aflæse klientens nonverbale kommunikation afhænger af klienten og relationen til denne.

To interviewpersoner påpeger, at det er lettere at aflæse klienter, som de oplever, at de har en god kemi med. Et eksempel ses hos interviewpersonen Hans: "*Det spiller en rolle, hvordan jeg umiddelbart relaterer mig til vedkommende.*" (Hans, 330-331).

Hans beskriver yderligere, at relationen har stor betydning for hans mulighed for at aflæse klienten, og at den samtidig spiller en rolle i forhold til, hvordan han selv udtrykker sig nonverbalt. Hans beskriver, at der er forskel på hans evne til at aflæse nonverbal kommunikation afhængig af klienten:

I: Nu har du jo arbejdet med det her i mange år, og er rigtig dygtig til at få den her fornemmelse og at mærke og aflæse. Er der forskel på mennesker i forhold til evnen til at kunne aflæse eller forstå nonverbalt?

H: Absolut. Der er både forskel på min evne til at forstå/registrere nonverbale cues hos forskellige mennesker. Hvis vi tager det først. Der er nogle, hvor jeg, hvad kan man sige, har en mere sikker fornemmelse af, hvordan de har det, igen det følelsesmæssig er jo meget båret af det nonverbale. (Hans, 102-107)

Hans beskriver et forløb med en svær borderlinepatient, som flere af hans kollegaer havde svært ved at aflæse og arbejde med. Hans uddyber, at han havde et godt forløb med denne patient, og at det var let for ham at aflæse hende nonverbalt. Da der spørges ind til, hvad der gjorde det let, beskriver han, at dét at klienten følte sig tryk, gjorde det lettere for ham, samtidig med at de sammen havde en god humor:

Det var et samspil imellem hendes tillid til mig... Så det er både noget jeg gjorde, men også noget hun gjorde. Altså hun følte sig efterhånden tryk, og vi havde en guddommelig humor også. Det er jo også en vigtig pointe. Det er også et udtryk for nonverbal kommunikation. Det var et eksempel på et rigtig godt forløb. (Hans, 146-153)

Det at have opbygget en god alliance med klienten, fungerer dermed fremmende for interviewpersonen Hans' evne til at aflæse klientens nonverbale kommunikation.

Interviewpersonen Else mener ligeledes, at der er forskel på hendes evne til at aflæse nonverbal kommunikation afhængig af klienten. Hun påpeger, at klientens attitude over for terapien eller psykologen kan influere hendes mulighed for at aflæse klienten. Else beskriver for eksempel, at hvis en klient udtrykker modvilje gennem sin nonverbale kommunikation, kan det være svært for hende at aflæse og opfange de rigtige signaler nonverbalt, fordi størstedelen af de nonverbale signaler, der udtrykkes illustrerer denne modvilje:

Her for nylig har jeg måtte afslutte en klient efter ganske få samtaler, fordi hun kom med en fuldstændig afvisende holdning, som også viste sig i kropssproget, hvor hun sad med korslagte arme, og helt stiv i kroppen og næsten uden mimik i ansigtet, og måske har haft så meget modvilje mod at komme her, men var presset af sin kæreste. Men hun var slet ikke indstillet på at arbejde med sit problem. (Else, 15-19)

I samme tråd beskriver Else, at hvis en klient er utilfreds, er hun mere opmærksom på at kontrollere sig selv og sin kommunikation med klienten - både er verbalt og nonverbalt:

E: Og for eksempel når jeg ved, at der kommer en, der er utilfreds, så kan jeg godt være måske lidt mere på dupperne og lidt mere ufri på min måde at indgå i kontakten i.

I: Når du siger ufri?

E: Kontrolleret på det jeg siger, veje lidt mine ord på en vægt, tænke mig meget om. Det gør jeg jo også med jævne mellemrum ift. nogle af de mennesker som kommer med svære svære problemstillinger, med overgreb for eksempel (Else, 136-142)

Else påpeger også, at den problematik klient kommer med, kan have indflydelse på hendes mulighed for at kontrollere egen opmærksomhed. *“Ja, hvis det er sådan, at jeg føler mig usikker på en problematik for eksempel, så kan jeg også blive ukoncentreret.”* (Else, 415-416)

Ydermere påpeger interviewpersonen Else, at seksuel kontakt rettet mod psykologen kan have en indflydelse på relationen og den nonverbale kontakt: *“Det sker ind imellem, at der er en seksualiseret kontaktform fra mandlige klienter. Flirtende. Som er svær at have med at gøre.”* (Else, 320-321). Hun beskriver, at et eksempel med en mandlig klient: *“... der var helt klart hele tiden en inviterende og seksualiserende kontaktform, som han havde udviklet, og som var meget vigtig at holde sig ude af som undersøger.”* Hertil hun beskriver, at hun som respons hertil var opmærksom på at kontrollere egen kommunikation: *“Det gjorde jeg ved at holde mig så neutral som mulig”* (Else, 327)

En seksualiseret kontaktform kan hermed være udfordrende, hvortil man som respons hertil må være specielt opmærksom på at egen nonverbal kommunikation ikke inviterer til en sådan måde at kommunikere på.

Psykologens affektive tilstand og reaktioner

Alle interviewpersonerne påpeger, at evnen til at kontrollere egen og aflæse klientens nonverbale kommunikation afhænger af deres affektive tilstand, og at denne kan påvirkes af klienten. Alle interviewpersoner beskriver, at egne affektive reaktioner kan hæmme aflæsningen af klienten samt kontrol af egen nonverbal kommunikation. For eksempel beskriver interviewpersonen Hans:

Det betyder også, at nogle gange kan man blokere den anden. For eksempel, hvis man er bange for vrede eller en anden følelse, og derved blokere den anden i vedkommendes følelsesmæssige udtryk. Altså jeg gør det, fordi jeg er bange for vrede. Så får man ødelagt den relation, som ville kunne opstå. Altså den anden føler sig jo også styret eller kontrolleret af min ufrivillige væren. (Hans, 301-305)

Og senere:

Og der kan godt være for eksempel at mit arousal niveau bliver lidt højt ved nogle, fordi jeg måske er meget usikker, eller at jeg er irriteret eller vred. At der er et eller andet der irriterer mig hos dem, det er jo nogle informationer, som kommer inde fra mig selv. Men hvis de fylder for meget, så er jeg dårlig til at forstå og mentalisere. Det jeg siger her, det er, at der er forskel

på, hvor god jeg er til at mentalisere, eller til at bruge og registrere den nonverbale kommunikation fra person til person. (Hans, 111-116)

Hans beskriver her, at han kan have nogle affekter rettet mod klienten, som kan være hæmmende for både hans evne til at aflæse denne samt hans evne til at kontrollere sig selv. Som Hans beskriver i første eksempel, kan disse reaktioner hæmme relationen mellem klient og psykolog. Hans beskriver desuden, at klienten vil blive påvirket af det nonverbale udtryk psykologen sender, og hvis dette illustrerer en uhensigtsmæssig affekt hos psykologen, kan det få klienten til at distancere sig fra psykologen:

Eller en patient kan mærke, at jeg måske er utålmodig eller irriteret. Jeg prøver at formulere mig klart verbalt, som jeg plejer, men det påvirker dem. Ligeså vel som jeg bliver påvirket, modoverføring. Så bliver de også påvirket af min nonverbale kommunikation. Og ofte er jeg jo ikke helt klar over, hvad det er jeg afsender. Men nogle gange, kan jeg godt registrere, at den anden ændrer sig, for eksempel bliver mere detached, mere distanceret i kontakten. Så kan jeg begynde at reflektere lidt over, hvad er det der sker her. (Hans, 45-50)

Hans argumenterer for vigtigheden i at være opmærksom på egen affekt, og hvordan denne kommer til udtryk nonverbalt, da man kan risikere, at klienten mærker det og i værste fald distancerer sig fra psykologen, hvilket ikke er hensigtsmæssigt i en terapisituation.

Interviewpersonen Else beskriver på lignende vis, at hvis psykologen har en affektiv reaktion på noget der foregår i terapilokalet, så vil klienten aflæse dette nonverbalt: *“Altså hvis jeg udviser en tilbageholdenhed med at forholde mig til det, så tror jeg godt at klienten kan fornemme, at her er noget som psykologen ikke kan lide at snakke om.”* (Else, 304-306)

Interviewpersonen Ole påpeger også, at man som psykolog må være opmærksom på egne reaktioner:

O: Og det er handler jo også om, hvordan jeg reagerer selv. Jeg kan også nogle gange mærke, at jeg bliver vred eller irriteret på folk og mærker det forskellige steder i kroppen, og så ved jeg at nu skal jeg lige holde en pause og tænke mig godt om.

I: Når du siger holde en pause og tænke dig om. Hvad betyder det?

O: Det betyder, at hvis jeg kan mærke, at jeg bliver ophidset eller irriteret på dem. Det er jo ikke der man træffer de bedste valg, der tænker man ikke særligt godt, heller ikke som terapeut. Der er det utroligt vigtigt. Der tænker jeg, at det bedste jeg kan gøre, indtil jeg har mere styr på mig selv og forstår, hvad det er der foregår, det er at tie stille og vente. (Ole, 112-120)

Ole beskriver altså her, at man i en affektiv tilstand ikke tænker godt. Hertil beskriver han vigtigheden i at være opmærksomme på sådanne reaktioner og forsøge at få ro på sig selv, således klienten ikke lader sig mærke af psykologens uhensigtsmæssige affekt.

På lignende vis pointerer interviewpersonen, at man som psykolog kan have en affektiv reaktion på klienten. Hun beskriver i tråd med interviewpersonen Ole, at man som psykolog skal forsøge ikke at reagere ud ad til, men derimod reflektere over denne affektive reaktion:

Man skal selvfølgelig lige tænke over, at noget af det man registrerer, at det kan være nogle modoverføringer og overføringslementer. Derfor skal man finde ud af, hvad det er man reagerer på, altså hvis folk er trodsige eller afvisende, og man kan mærke, at det sætter noget gang i en selv, så skal jeg jo ikke reagere sådan helt konkret på, at folk de bliver sure eller ikke vil mig. Men på en eller anden måde omsætte det i en indre proces hos mig, som skal fortælle mig noget om, det enkelte menneske, og hvad det måske har været udsat for, der gør, at man reagerer på den måde. Men det er ikke altid, jeg får chancen for det. (Else, 189-196)

5.4.7 Opsamling på situationelle faktorer

Under hovedtemaet *situationelle faktorer*, er der set nærmere på seks undertemaer, hvoraf de første fire er teoriinformerede. To interviewpersoner nævnte kort, at man må være opmærksom på *kulturelle forskelle og ligheder*, og hvordan en klient med en anden kulturel baggrund kan være svær at aflæse nonverbalt. To interviewpersoner beskrev, hvordan et *kendskab til den anden parts baseline*, kan fungere fremmende for aflæsning af den andens nonverbale kommunikation. Da interviewpersonerne blev spurgt ind til *opmærksomhed og bevidsthedsgrad*, oplevede alle, at eget udtryk og aflæsning af klientens nonverbale kommunikation primært sker på et ubevidst plan, men selvom de nonverbale udtryk registreres ubevidst, kan de blive bevidste for psykologen, samtidig med at der er også sker en bevidst registrering.

En enkelt interviewperson funderede over, hvordan *psykofarmaka* og *rusmidler* kan være hæmmende for, hvor meget nonverbal kommunikation der udtrykkes. Hertil fremkom der to undertemaer i det empiriske materiale, hvor en enkelt interviewperson påpegede, hvordan *fysiske rammer* kan have en indflydelse på muligheden for at kontrollere egen og aflæse klientens nonverbale kommunikation. Her beskrev interviewpersonen, hvordan larm, støj og lugtgener kan være hæmmende, hvor modsat ro og en ordentlig setting kan fungere fremmende for hendes evne. Endeligt kom alle interviewpersoner ind på, hvordan *det relationelle samspil mellem psykolog og klient*, spiller en rolle for nonverbal kommunikation. To interviewpersoner var inde på, hvordan en god kemi fungerer fremmende for aflæsning af klienten. Modsat, hvis relationen eller kemien ikke er god, kan det have implikationer for både kontrol af egen og aflæsning af klientens nonverbale kommunikation. Desuden beskriver alle interviewpersoner, at klienten kan igangsætte en uhensigtsmæssig affektiv reaktion hos psykologen, som kan udfordre psykologens kontrol af eget nonverbale udtryk.

Dermed peger alle interviewpersoner på forskellige situationelle faktorer, der influerer deres mulighed for at kontrollere egen og aflæse klientens nonverbale kommunikation - herunder både temaer der fremkom i teorien samt nye temaer.

6. Diskussion

Nærværende kapitel indledes med en sammenfatning af resultaterne. Herefter vil kvaliteten af resultaterne blive diskuteret ud fra en syv kvalitative kvalitetskriterier. Slutteligt vil jeg diskutere, hvad resultaterne potentielt giver anledning til, og hvad eventuelle implikationer for videre studier.

6.1 Sammenfatning af resultater

I følgende afsnit sammenfattes specialets resultater med en gennemgang af samtlige temaer repræsenteret i teori og analyse.

Hver enkelt af de tre interviewpersoner definerer betegnelsen nonverbal kommunikation med forskelligrettet fokus, både på henholdsvis klientens og egen nonverbale kommunikation og det nonverbale samspil mellem klient og psykolog. I udfoldelsen af definitionerne bliver de fem hyppigste modaliteter fra litteraturen, *kropssprog*, *para-sprog*, *fremtoning*, *kontakt* samt *tid og sted*, nævnt af interviewpersonerne.

Specialets første anliggende, om hvordan kliniske psykologer anskuer betydningen af nonverbal kommunikation i terapi, illustreres i høj grad under temaet *betydningsfuldhed af nonverbal kommunikation i terapi*. Det fremgår af resultaterne, at interviewpersonerne tillægger nonverbal kommunikation en central rolle i terapi. De hævder i overensstemmelse med eksisterende litteratur, at fokus på egen og klientens nonverbale kommunikation er fundamental i forhold til at etablere og monitorere en terapeutisk relation, hvilket findes afgørende for om terapien lykkes. Desuden fremhæver interviewpersonerne, at aflæsning af klientens nonverbale kommunikation kan bidrage med en indsigt i klientens bevidste, ubevidste og tilbageholdte emotioner, hvilket er en betragtning i overensstemmelse med fremlagte litteratur. Evnen til at kunne aflæse klientens nonverbale kommunikation og derudfra udlede emotioner, opleves af interviewpersonerne således som central og essentiel for en psykolog at mestre.

Resultaterne illustrerer interviewpersonernes reflekterede og nuancerede forslag til en række forskellige dispositionelle og situationelle faktorer, der fremmer eller hæmmer muligheden for at kontrollere egen og aflæse andres nonverbale kommunikation, hvorfor denne del forsøger at besvare specialets andet anliggende.

Under dispositionelle faktorer, nævner en interviewperson, hvordan *besiddelse af universal-anlæg* kan have indflydelse på kontrol og aflæsning af nonverbal kommunikation. En anden interviewperson påpeger, at *spejlneuronsystemets* er en faktor relevant at nævne i forhold til nonverbal kommunikation, yderligere uddybes det dog ikke. En tredje faktor interviewpersonerne mener at have indflydelse på kontrol og aflæsning af nonverbal kommunikation er *udvikling og tilknytning*. Slutteligt fremgår det, at alle interviewpersoner anser træning som en fremmede faktor for muligheden for at kontrollere egen og aflæse andres nonverbale kommunikation.

To af tematikkerne præsenteret i litteraturgennemgangen, *køn og kønssocialisering* samt *botox, lammelse eller anden invaliditet*, inddrages ikke af interviewpersonerne. Eventuelle årsager hertil diskuteres i næste afsnit. Slutteligt fremkommer en dispositionel faktor, *psykologens øjeblikkelige livsvilkår og affektiv tilstand*, som foreslås af interviewpersonerne at være en hæmmende faktor for både kontrol og aflæsning. Denne faktor er ikke fundet behandlet i eksisterende litteratur.

Interviewpersonerne påpeger yderligere en række situationelle faktorer herunder temaet *kulturelle forskelle og ligheder*, hvor udelukkende kulturelle forskelle kort nævnes af to interviewpersoner i forbindelse med aflæsning af nonverbal kommunikation. Af resultaterne fremgår det endvidere, at et *kendskab til den anden parts baseline* kan fungere som en fremmede faktor for både kontrol og aflæsning. En tredje situationel faktor alle interviewpersoner fremdrager er *opmærksomhed og bevidsthedsgrad*, hvor resultaterne i høj grad illustrerer, at ubevidst udtryk og aflæsning er den mest hensigtsmæssige i en terapeutisk relation. En enkelt interviewperson funderer over, hvordan *psykofarmaka og rusmidler* kan være hæmmende for, hvor meget nonverbal kommunikation der udtrykkes. Endeligt fremkommer der to tematikker i interviewpersonernes besvarelser, som ikke er fundet behandlet i eksisterende litteratur, *fysiske rammer og det relationelle samspil mellem psykolog og klient*, som menes at fungere både hæmmende og fremmede for kontrol og aflæsning af nonverbal kommunikation.

6.2 Kvaliteten af de opnåede resultater

I kommende afsnit vil kvaliteten af de opnåede resultater i specialet diskuteres. Dette vil gøres med udgangspunkt Sarah Tracy (2010), som har opbygget en model for kvalitetskriterier til kvalitativ forskning, hvor hun gør op med de traditionelle kvantitative principper, som ofte overføres til kvalitativ metode. Når kvaliteten af en kvalitativ metode vurderes, er det, ifølge Tracy (2010, p. 838), ofte med udgangspunkt i positivistiske begreber, som benyttes i kvantitativ forskning som for eksempel generaliserbarhed, objektivitet og reliabilitet, men som ikke er adækvate i kvalitativ forskning. Inden for kvalitativ forskning er formålet ikke nødvendigvis at kunne generalisere i samme forstand som inden for kvantitativ forskning, ligeledes er der ikke et mål om objektivitet, da forskeren for eksempel i interviews sammen med deltagerne er med til at konstruere viden. Indeværende diskussion tager derved afsæt i Tracys (2010) syv kvalitetskriterier: *relevans, væsentligt bidrag, 'rich rigor', oprigtighed, troværdighed, etik, meningsfulde sammenhænge og resonans*.

Tracys (2010, p. 840) første kvalitetskriterier omhandler specialets relevans og bidrag. Som beskrevet under redegørelsen af bevæggrunde for emnevalg (se kapitel 1.2), er der meget forskning, der foreslår, at nonverbal kommunikation er relevant i terapeutiske sammenhænge (Mohacsy, 1995, p. 36). I forlængelse heraf påpeger flere, at meget af forskningen inden for nonverbal kommunikation i terapi ikke anvendes i psykologisk praksis, og at fokus herpå ofte er perifer og viger for fokus på det verbale i terapeutiske sammenhænge (Riggio & Feldman, 2005, p. ix; Hall, Horgan & Murphy, 2019, p. 272; Foley & Gentile, 2010, p. 44). Jeg har dog ikke fundet litteratur der konkret undersøger, hvordan psykologer anskuer betydningen af nonverbal kommunikation i terapi, hvilket derfor kan ses som et relevant bidrag.

Tracys (2010, p. 841) andet kvalitetskriterium omhandler rich rigor. For at opfylde dette kriterium, må grundigheden vurderes, og det er vigtigt at hele processen fremstår transparent for læseren. Jeg har forsøgt at imødekomme dette i specialet i metodekapitlet (se kapitel 4), hvor jeg beskriver hver del af metodeprocessen. Herunder hvorledes datamaterialet transformeres og analyseres og på denne vis sikrer transparens, som er et vigtigt element i forbindelse med dette kvalitetskriterium.

Inden for kriteriet rich rigor er det ligeledes relevant at vurdere mængden af data - det vil sige antallet af interviewpersoner samt længden af interviewene (Tracy, 2010, p. 841). Som

argumenteret for i metodeafsnittet (se kapitel 4.2), afgrænsede jeg antallet af interviewpersoner til tre.

I denne henseende kan man stille spørgsmålet, om det er tilstrækkeligt til at understøtte analysen samt besvare problemformuleringen. Her vil jeg argumentere for, at man inden for kvalitative interviews forholder sig på anden vis til mængden af data, end ved for eksempel kvantitativ forskning, hvor det kræver en bestemt mængde, for at resultaterne kan være repræsentative. I forbindelse med kvalitativ forskning, argumenterer Tracy (2010, p. 841) for, at repræsentativitet ikke nødvendigvis er relevant - alt afhængig af analysemetoden samt formål. Hun påpeger, at det at analysere beskrivelser i sig selv gør sig gældende som grundighed eller som værende rigorous. I dette speciale er formålet netop at analysere psykologers beskrivelser og forståelser af nonverbal kommunikation, hvilket kræver en anden grundighed og tilgang, hvor der ikke på samme måde er behov for at kvantificere eller benævne repræsentativitet. Derfor vil jeg argumentere for, at tre interviews i mit speciale er tilstrækkeligt til at kunne besvare min problemformulering. Som nævnt i metodekapitlet, skyldes valget desuden en tids- samt omfangsbe- grænsning inden for rammerne af specialeudarbejdelsen. Derfor kan der overvejes, hvordan flere interviewpersoner ville kunne have bidraget, specielt i forhold til de temaer, som ikke benævnes eksplicit og derfor fremstår tomme i analysen. Endvidere kunne flere interviewper- soner muligvis have bidraget til at nuancere de temaer, der ikke har været mulighed for at ud- folde i tilstrækkelig grad. I henhold til de temaer, som interviewpersonerne ikke eksplicit ind- drager er heriblandt *køn og kønssocialisering* og *botox, lammelse eller anden invaliditet* samt de temaer interviewpersonerne i mindre grad har forholdt sig til; *besiddelse af universal-anlæg for udtryk og afkodning af nonverbal kommunikation, spejlneuronsystemets indflydelse på non- verbal kommunikation, kulturelle forskelle og ligheder* og *psykofarmaka og rusmidler*.

Manglen på besvarelser samt de mindre fremtrædende temaer kan være udtryk for flere fakto- rer, som er relevante at diskutere. Først og fremmest kan dét, at ingen af interviewpersonerne inddrager disse skyldes, at de ikke finder det relevant for muligheden for at kontrollere egen og aflæse andres nonverbale kommunikation. Det kan ligeledes skyldes varigheden af inter- viewene, som var på 45 minutter. Som beskrevet i metodeafsnittet (se kapitel 4.1.4), var dette en afgrænsning jeg valgte i forhold til tidsrammerne inden for specialet. Et tredje forslag til at disse temaer ikke er repræsenteret kan skyldes, at interviewpersonerne vægtede de præsen- terede faktorer som vigtigere, end de temaer der ikke blev nævnt.

For at diskutere underrepræsentationen af disse temaer, må der ses nærmere på de forskellige temaer separat. En overvejelse i henhold til spejlneuronsystemet, er at systemet inden for neuropsykologien anses som værende en stabil faktor, og dermed ikke nødvendigvis værende applicable i praksis. I forhold til temaet kulturelle forskelle og ligheder, som blot nævnes kort, kan en overvejelse være de inddragede psykologers klientel. Det må antages, at en psykolog, der primært arbejder med borgere fra andre kulturer, med høj sandsynlighed ville fremdrage flere kulturelle faktorer. I forhold til psykofarmaka og rusmidler, som ligeledes er underrepræsenteret i analysen, kan dette skyldes, at det ikke er en problematik interviewpersonerne ofte oplever, eller at de ikke er opmærksomme herpå. Hvor psykologer der til daglig arbejder med misbrugsproblematikker, med høj sandsynlighed ville have flere erfaringer og oplevelser og viden herom. Desuden må det antages, at ingen af interviewpersonerne har interesse i at afsløre eventuelle erfaringer med eget forbrug af rusmidler i forbindelse med deres profession.

En vigtig kritisk diskussion i henhold til de to temaer, *køn og kønssocialisering* og *botox, lamelse eller anden invaliditet*, der ikke er præsenteret i analysen er, hvordan interviewguiden samt min teknik og kompetence som interviewer har influeret resultaterne (Tracy, 2010, p. 842). Interviewguiden indeholder ikke direkte spørgsmål til ovennævnte temaer. Derfor findes der intet grundlag for at vide, om interviewpersonerne fandt disse relevante. På baggrund af resultaterne, vil jeg argumentere for, at interviewguiden med fordel kunne have indeholdt flere spørgsmål, der forsøgte at afdække psykologernes syn på disse tematikker. Et alternativ hertil kunne have været at udføre opfølgende interviews, hvor der stilles spørgsmål til de ubesvarede dele af analysen. Samtidig ville dette have givet mulighed for at stille uddybende spørgsmål om de temaer der er perifært behandlet. Interviewguiden blev udformet med åbne spørgsmål, med det formål at få interviewpersonernes umiddelbare og spontane besvarelser, og dermed et bevidst forsøg på ikke at 'lægge ord i munden på dem'. En kritik i forhold hertil er desuden, at ud over de overordnede spørgsmål i interviewguiden udformet på baggrund af teori, indsneget sig direkte spørgsmål til både træning og bevidsthed, som de eneste, som derfor er en smule overrepræsenteret i forhold til de andre temaer. Dette afspejler resultaterne da også, da begge temaer vægtes mere i analysen.

Et tredje kvalitetskriterium relevant at forholde sig til, er det Tracy (2010, p. 41) betegner som oprigtighed. Med oprigtighed refereres der til, at processen er baseret på ærlighed og transparens i henhold til forskerens bias, mål, samt hvordan disse influerer metoden og resultaterne. Selvrefleksion er et centralt element herunder, som kan sikre kvaliteten af resultaterne, hvor der

opfordres til at være ærlig om styrker og udfordringer samt vurdere egne bias og motivationer i forhold til specialet. I den forbindelse finder jeg det relevant at se nærmere på vægtning af de forskellige temaer i analysen. I analysen er temaet *træning* mere fremtrædende end de andre temaer, hvilket må overvejes i forhold til de overordnede resultater. En influerende faktor kan være en bias hos mig i kraft af, at jeg er studerende og dermed i færd med netop at forbedre mine færdigheder i at blive praktiserende psykolog, hvorfor en specifik personlig interesse på netop træning kan have manifesteret sig i og påvirket interviewsituationen. Det var ikke noget, jeg selv var opmærksom på i interviewsituationen, men det kunne have influeret min måde at stille spørgsmålene på, og ligeledes, at interviewpersonerne eventuelt ville kunne fornemme denne interesse og beskrive tilsvarende. Dette har muligvis forårsaget, at de brugte mere tid på netop emnet træning. Det er et vigtigt opmærksomhedspunkt, at både jeg som interviewer og interviewpersonerne er aktive meningskonstruktører i en interviewsituation, og at viden bliver konstrueret via samtalen, hvorfor interviewpersonens egne bias kan influere resultaterne, såfremt denne ikke er aktivt opmærksom på dem. Resultaterne viser, at alle interviewpersoner er meget positivt indstillet over for træning, som de anser som værende en fordelagtig måde at fremme evnen til at kontrollere egen og aflæse andres nonverbale kommunikation. En overvejelse her er, om resultaterne havde været anderledes, hvis jeg i interviewsituationen havde været opmærksom på egne bias i henhold til træning, og været mere undersøgende i forhold til deres udsagn og måske fået et mere nuanceret billede af træning som betydende faktor.

En anden måde at sikre oprigtighed er via gennemsigtighed (Tracy, 2010, p. 842). Jeg har forsøgt at imødekomme dette i metodekapitlet (se kapitel 4) ved at beskrive processen og metoden, som jeg har anvendt. Herunder har jeg udførligt beskrevet udformningen af interviewguide, samt regler for transskription for at sikre gennemsigtighed. Ligeledes har jeg informeret om, at interviewsituationerne adskiller sig fra hinanden grundet COVID-19, hvorfor to af interviewene blev afholdt over video, hvor lyden af og til faldt ud. Jeg oplevede, at dette havde indflydelse på, hvordan interviewpersoner forstod mine spørgsmål, samtidig påvirkede det min evne til at stille hensigtsmæssige og dybdegående opfølgende spørgsmål, fordi der gik noget forståelse tabt for begge parter. Ydermere oplevede jeg, at der over video ikke var samme plads til tavshed og tænketid, som i det interview der foregik ansigt til ansigt. Dette kan skyldes min manglende erfaring med at udføre interviews over video, hvorfor det kan overvejes om eventuelle pilotinterview over video ville have sikret min tryghed, samt evne som interviewer til at give plads til tavshed og tænketid for både mig og interviewperson.

Et fjerde kriterium, der er relevant at forholde sig til i forhold til kvaliteten, er resultaternes troværdighed, hvilket betyder at analysen må være plausibel og overbevisende (Tracy, 2010, pp. 842f). En af de vigtigste måder at sikre troværdighed er blandt andet gennem dybdegående beskrivelser, hvilket jeg imødekommer ved at inddrage direkte citater fra data, som derefter fortolkes. Det giver hermed læseren mulighed for at vurdere, hvorvidt fortolkninger og resultater stemmer overens med data. Samtidig inddrager jeg citater fra flere interviewpersoner, når der hævdes, at flere eller alle har samme perspektiv. Dette er især for at understøtte argumenterne og dermed formidle på en troværdig måde. En anden måde at øge troværdigheden og sikre kvaliteten er ydermere at lade flere personer deltage i analyseprocessen, da der kan ske fejlfortolkninger i kodningsprocessen. Jeg har i specialet arbejdet alene, hvorfor det har været en gevinst at min vejleder har læst analysen igennem, hvilket har givet mulighed for at reflektere over analysen og fortolkningerne. Tracy (2010, p. 844) nævner i forbindelse med kvalitetskriteriet oprigtighed, at man må være opmærksom på kulturelle forskelle mellem interviewer og interviewpersoner, for eksempel køn, alder, seksualitet med mere. I forbindelse med indeværende speciale, vil jeg argumentere for en kulturel lighed i kraft af, at både interviewpersonerne og jeg er inden for samme fagområde. En faldgrube her, kan som beskrevet i metodekapitlet (se kapitel 4.2), resultere i indforståethed og dermed mangelfulde uddybende spørgsmål. Denne bias var jeg opmærksom på under hele interviewet og stillede derfor løbende uddybende spørgsmål, samt bad om nærmere beskrivelser på udsagn og forståelser. Dette var for at sikre, at min forståelse af et bestemt begreb ikke influerede deres forståelse, samtidig for at sikre substans og beskrivelser i henhold til analysen.

Et femte af Tracys (2010, pp. 846f) kvalitetskriterier, som er relevant at forholde sig til, er etik. Jeg har imødekommet dette kriterium ved at følge de etiske retningslinjer præsenteret metodekapitlet (se kap. 4.4). Dette omhandler blandt andet informeret samtykke, fortrolighed, konsekvenser og forskerens rolle.

Et sjette kvalitetskriterium, der findes relevant at diskutere, er Tracys (2010, p. 848) meningsfulde sammenhænge, hvor det er vigtigt at vurdere, om specialet opnår det stillede mål, problemformuleringen. Min problemformulering er todelt og søger først svar på, hvordan kliniske psykologer anskuer betydningen af nonverbal kommunikation i terapi, dernæst hvad samme gruppe ser som mulige faktorer, der kan fremme eller hæmme muligheden for at kontrollere egen og aflæse andres nonverbale kommunikation. Første del er besvaret ved en redegørelse af

eksisterende litteraturs syn på, hvordan nonverbal kommunikation har betydning i terapi, hvilket har bidraget til analysedelen, hvor interviewpersonernes syn herpå analyseres. Sidste del af problemformuleringen søges besvaret gennem de dispositionelle og situationelle faktorer, hvor der ligeledes først præsenteres teoretisk bidrag og næst en analyse baseret på teori og interviewpersonernes betragtninger. Dermed skildres den todelte problemformulering i specialets opbygning og struktur. En anden overvejelse i forbindelse med kvalitetskriteriet meningsfulde sammenhænge, er hvorvidt den valgte metode er passende i forhold til undersøgelsen (Tracy, 2010, p. 848). Dette er ligeledes søgt imødekommet ved at begrunde mine valg i metodekapitlet, for både valg af interview (kapitel 4.1.2) samt begrundelse for valg af den teoriinformerede kvalitative analyse (kapitel 4.3.1). Jeg præsenterede disse valg i henhold til mit genstandsfelt og problemformulering, og argumenterede herfor hvorfor den valgte metode var passende i dette speciale.

Slutteligt findes et syvende kriterium relevant at diskutere i forhold til kvaliteten, er hvorvidt resultaterne skaber resonans (Tracy, 2010, p. 845). Resonans kan blandt andet vurderes ud fra om forskningen er overførbart, det vil sige om den kan være værdifuld på tværs af kontekster og situationer. Dette betegnes ofte, specielt inden for kvantitativ forskning, som generaliserbarhed. Tracy (2010, p. 845) argumenterer dog for, at det må forstås anderledes inden for kvalitativ forskning, hvor overførbart opnås, når læseren oplever, at forskningens historie overlapper med deres egen situation, og at det dermed kan overføres til egen adfærd. Jeg vil derfor lade det være op til læseren at vurdere, om specialet er overførbart i ovenstående betydning i forhold til, om det skaber resonans hos læseren samt en oplevelse af at kunne genkende eller benytte resultaterne i egen praksis.

6.3 Implikationer

Som det fremgår af sammenfatningen af analysen, udviser interviewpersonerne både en dyb og nuanceret forståelse af betydningen af nonverbal kommunikation i terapeutisk arbejde, samt en forholdsvis omfattende viden om faktorer af betydning for kontrol og aflæsning af nonverbal kommunikation. Denne viden fremstår for størstedelens vedkommende ikke som en gengivelse af teoretisk viden, men derimod som en reflekteret viden, der blandt andet underbygges med talrige praksiseksempler. Specialets analysefund er dermed i modfase med de dele af litteraturen, der påpeger at nonverbal kommunikation underprioriteres i terapeutisk praksis. Set på

denne baggrund giver specialets resultater ikke umiddelbar anledning til bekymringer omkring en sådan underprioritering eller forskrifter om promovning af oplysningsindsatser.

Det forhold, at der er tale om en begrænset undersøgelse, der primært har fokuseret på erfarne psykologer alle med over 25 års klinisk erfaring, gør dog, at supplerende undersøgelser er påkrævede. Disse undersøgelser kan for eksempel vedrøre yngre og mere uerfarne psykologers forståelse for dermed at undersøge om psykologer, der ikke besidder samme erfaringsgrundlag ville bidrage med samme nuancerede syn på nonverbal kommunikation i terapi. Som beskrevet i teorikapitlet, findes der evidens for, at psykologer med mange års erfaring udvikler en mere nuanceret fornemmelse for at kunne aflæse nonverbal kommunikation (Thuesen, 2012, p. 69). Dette er desuden et understøttende argument for at udvide undersøgelsespopulationen, og undersøge om mindre erfarne psykologer har større behov for træning og interventionspraksisser i forhold til arbejdet med nonverbal kommunikation.

I analysen fremkommer temaer, som ikke redegøres for i teorigennemgangen; *psykologens øjeblikkelige livsvilkår og affektive tilstande, fysiske rammer og det relationelle samspil mellem psykolog og klient*. Dette skyldes først og fremmest min indledende afgrænsning i forhold til, hvad jeg fandt relevant at inddrage. Det skal dog nævnes, at afgrænsningen blev foretaget på baggrund af en omfattende litteratursøgning på forskellige databaser, hvor den præsenterede litteratur afspejler de store strømninger inden for feltet nonverbal kommunikation i terapi. Det betyder derfor ikke, at de nyfundne temaer ikke optræder i litteratur inden for feltet. Det er bemærkelsesværdigt, at ingen af de inddragede teorier eller forskning behandler psykologers syn på nonverbal kommunikation i terapi, hvor interviewpersonerne i de nye temaer især *psykologens øjeblikkelige livsvilkår og affektive tilstande og det relationelle samspil mellem psykolog og klient* i høj grad fremhæver egen affektion som værende en af de mest afgørende faktorer for, hvordan den nonverbale kommunikation udspiller sig i terapirummet. Det er en interessant betragtning, at der er adskillige faktorer, der influerer evnen til at kontrollere egen og aflæse andres nonverbale kommunikation som beskrevet ovenfor, men disse synes at træde i baggrunden, når psykologen oplever negativ affekt.

De faktorer, der fremdrages af interviewpersonerne, og som ikke er fundet behandlet i eksisterende forskning om forhold af betydning for kontrol og aflæsning af nonverbal kommunikation, kan også søges gjort til genstand for videre undersøgelse. Herunder for eksempel om samme forhold er gældende i andre kontekster end den terapeutiske. Endvidere påpeger en

interviewperson, at en procentdel af psykologer ikke er egnede som terapeuter, hvortil han gisner om dette kunne korrelere med en manglende evne til at aflæse klienten nonverbalt. Sat i relief til specialets resultater, hvor det tydeligt fremgår ud fra både interviewpersonernes perspektiver samt litteraturen, at evnen til at aflæse nonverbal kommunikation er afgørende for en psykolog at mestre, kunne det være et andet muligt indsatsområde, netop at undersøge om evnen til at kontrollere egen og aflæse andres nonverbale kommunikation korrelerer med effekten af terapien.

7. Konklusion

Indeværende speciale har søgt at besvare problemformuleringen: *Hvordan anskuer kliniske psykologer betydningen af nonverbal kommunikation i terapi, og hvad ser samme gruppe som mulige faktorer, der kan fremme eller hæmme muligheden for at kontrollere egen og aflæse andres nonverbale kommunikation?* Specialet har to anliggender, som er forsøgt besvaret. Første anliggende er psykologers syn på betydningen af nonverbal kommunikation i terapi. Det har ikke været muligt at finde eksisterende forskning, der beskriver psykologers syn på ovenstående, hvorfor litteraturgennemgangen først har beskrevet fænomenet nonverbal kommunikation. Dernæst blev der ud fra et forskningsmæssigt grundlag redegjort for, hvilken funktion nonverbal kommunikation kan have i terapeutiske sammenhænge.

Efterfølgende blev der søgt at skabe et teoretisk grundlag for besvarelsen af anden del af problemformuleringen; hvilke faktorer der kan hæmme eller fremme muligheden for at kontrollere egen og aflæse andres nonverbale kommunikation. Denne teoretiske fremstilling blev inddelt i henholdsvis dispositionelle- og situationelle faktorer, der kan influere ovenstående.

Dernæst blev der empirisk undersøgt hvordan tre erfarne kliniske psykologer anskuer ovenstående problemstilling. Dette blev undersøgt gennem kvalitative interviews, som senere blev behandlet ved brug af en teoriinformeret kvalitativ indholdsanalyse.

Efterfølgende blev kvaliteten af de opnåede resultater diskuteret ud fra syv kvalitetskriterier og specialets implikationer fremlagt.

Det fremgår af resultaterne, at alle interviewpersonerne lægger stor vægt på betydningen af nonverbal kommunikation og anser både egen og klientens nonverbale kommunikation som værende afgørende i terapi. I overensstemmelse med forskningen påpeger interviewpersonerne, at nonverbal kommunikation har betydning for både etablering og monitorering af en terapeutisk alliance, som er essentiel for, at terapien kan forløbe hensigtsmæssigt. Ydermere anser både litteraturen og interviewpersonerne, at man gennem observation af nonverbal kommunikation kan få indsigt i klientens emotioner, herunder både bevidste, ubevidste og tilbageholdte emotioner.

Interviewpersonerne fremhæver i overensstemmelse med litteraturen en række dispositionelle faktorer, de mener, kan fungere hæmmende og fremmende for kontrol og aflæsning af nonverbal kommunikation, herunder *besiddelse af universal-anlæg, spejlneuronsystemet, udvikling og*

tilknytning samt *træning*. Interviewpersonerne præsenterede desuden et tema, som ikke blev præsenteret i litteraturgennemgangen, *psykologens øjeblikkelige livsvilkår og affektive tilstande*. Desuden blev der i teorigrundlaget redegjort for *køn og kønssocialisering* og *botox, lammelse eller anden invaliditet*, som ikke behandles i analysen, grundet manglende empirisk materiale. Dette kan ligeledes skyldes metodologiske udfordringer, eller repræsentere interviewpersonernes vægtning af elementer de finder relevante i henhold til genstandsfeltet.

Interviewpersonerne påpeger desuden en række situationelle faktorer, som de mener, kan hæmme eller fremme kontrol og aflæsning af nonverbal kommunikation. I overensstemmelse med litteraturen fremhæver de *kulturelle forskelle og ligheder, kendskab til den anden parts baseline, opmærksomhed og bevidsthedsgrad* og *psykofarmaka og rusmidler*, samtidig påpeger de, at *fysiske rammer* og *det relationelle samspil mellem psykolog og klient* kan have en indflydelse, hvilket ikke er fundet behandlet i eksisterende litteratur.

I henhold til specialets resultater, må der tages et par enkelte forbehold. Blandt andet, at der er tale om en begrænset undersøgelse med fokus på erfarne psykologer, hvilket gør at supplerende undersøgelser er påkrævede. Ligeledes må det overvejes, om mine eventuelle bias har influeret på resultaterne, her især overrepræsentation af temaet træning.

Specialets resultater giver anledning til yderligere undersøgelsesfelter. For eksempel fremdrager interviewpersonerne faktorer, som ikke er fundet behandlet i eksisterende forskning i forhold til betydning af kontrol og aflæsning af nonverbal kommunikation, som med fordel kan gøres til genstand for videre undersøgelse i andre kontekster end den terapeutiske. Desuden fremgår det, at både litteratur og interviewpersoner anskuer nonverbal kommunikation som værende så central for en psykolog at mestre, at en manglende evne til at kontrollere egen og aflæse nonverbal kommunikation kan være hæmmende for terapien. Derfor kunne det være interessant at undersøge, om evnen til at kontrollere egen og aflæse andres nonverbale kommunikation korrelerer med effekten af terapien.

Der kan konkluderes, at interviewpersonerne udviser en reflekteret og nuanceret forståelse af betydningen af nonverbal kommunikation i terapeutisk arbejde og ligeledes en relativ omfattende viden af betydning for kontrol og aflæsning af nonverbal kommunikation i henhold til hæmmende og fremmende faktorer, som underbygges med talrige praksiseksempler.

Specialets analysefund er dermed i modstrid med de dele af litteraturen, der påpeger at nonverbal kommunikation underprioriteres i terapeutisk praksis. Som beskrevet indledningsvist havde specialet netop til formål at en afdækning af eventuelle mønstre i forståelsen ville kunne tjene til en opkvalificering af fremtidig intervention eller oplysningsindsats i forbindelse hermed, hvilket ikke findes relevant på baggrund af specialets resultater. Tværtimod giver disse resultater ikke anledning til bekymringer omkring en underprioritering af nonverbal kommunikation i terapi.

8. Referencer

- Barrett, L. F., Adolphs, R., Marsella, S., Martinez, A. M., & Pollak, S. D. (2019). Emotional expressions reconsidered: challenges to inferring emotion from human facial movements. *Psychological Science in the Public Interest*, 20(1), 1-68.
- Bavelas, J. B. & Chovil, N. (2006). Nonverbal and Verbal Communication. In Manusov, V. & Patterson, M. (Eds.), *The Sage handbook of nonverbal communication*. (97-115) Sage.
- Berenbaum, H., & Oltmanns, T. F. (1992). Emotional experience and expression in schizophrenia and depression. *Journal of abnormal psychology*, 101(1), 37.
- Burgoon, J. K., Guerrero, L. K., & Manusov, V. (2016). Introduction to nonverbal communication. In *Nonverbal communication*. Routledge. 1-28.
- Choi, Y. S., Gray, H. M., & Ambady, N. (2005). The glimpsed world: Unintended communication and unintended perception. *The new unconscious*, 309-333.
- Constanzo, M. (1992). Training students to decode verbal and nonverbal cues: Effects on confidence and performance. *Journal of Educational Psychology*, 84(3), 308.
- Davis, M., a& Hadiks, D. (1990). Nonverbal behavior and client state changes during psychotherapy. *Journal of Clinical Psychology*, 46(3), 340-351.
- Delaney, D. J., & Heimann, R. A. (1966). Effectiveness of sensitivity training on the perception of non-verbal communications. *Journal of Counseling Psychology*, 13(4), 436.
- Ekman, P. (2003). *Emotions revealed*. New York: St. Martins Press, 1-16.
- Ekman, P., & Friesen, W. V. (1969). The repertoire of nonverbal behavior: Categories, origins, usage, and coding. *semiotica*, 1(1), 49-98.

- Ekman, P. & Keltner, D. (1970). Universal facial expressions of emotion. *California mental health research digest*, 8(4), 151-158.
- Ekman, P., Friesen, W. V. & Tomkins, S. S. (1971). Facial affect scoring technique: A first validity study. *Semiotica*, 3(1), 37-58.
- Ekman, P., Friesen, W. V., O'Sullivan, M., Chan, A., Diacoyanni-Tarlatzis, I., Heider, K., . . . Tzavaras, A. (1987). Universals and cultural differences in the judgments of facial expressions of emotion. *Journal of Personality and Social Psychology*, 53(4).
- Foley, G. N., & Gentile, J. P. (2010). Nonverbal communication in psychotherapy. *Psychiatry Edgmont*, 7(6), 38-44.
- Gallese, V., Eagle, M. N. & Migone, P. (2007). Intentional attunement: Mirror neurons and the neural underpinnings of interpersonal relations. *Journal of the American Psychoanalytic Association*, 55(1), 131-175.
- Grace, M., Kivlighan Jr, D. M., & Kuncze, J. (1995). The effect of nonverbal skills training on counselor trainee nonverbal sensitivity and responsiveness and on session impact and working alliance ratings. *Journal of Counseling & Development*, 73(5), 547-552.
- Guerrero, L. K. DeVito, J. A & Hecht, M. L (1990). Perspectives on Nonverbal Communication Codes, Functions, and Contexts. In Guerrero, L. K. DeVito, J. A & Hecht, M. L. *The Nonverbal Communication Reader*. 1-19.
- Guerrero, L. K., & Floyd, K. (2006). *Nonverbal communication in close relationships*. Routledge. Kap. "Major Paradigms and Theories of Nonverbal Communication. 17-56
- Hall, J. A. (2001). Nonverbal communication In Montello, D. R. (Eds.) *International Encyclopedia of Social & Behavioral Sciences*. Smelser, NJ, Baltes, PB,

- Hall, J. A. (2011). Clinicians' accuracy in perceiving patients: Its relevance for clinical practice and a narrative review of methods and correlates. *Patient Education and Counseling*, 84(3), 319-324.
- Hall, J. A., Horgan, T. G., & Murphy, N. A. (2019). Nonverbal communication. *Annual review of psychology*, 70, 271-294.
- Hsieh, H. F., & Shannon, S. E. (2005). Three approaches to qualitative content analysis. *Qualitative health research*, 15(9), 1277-1288.
- Ishikawa, H., Hashimoto, H., Kinoshita, M., & Yano, E. (2010). Can nonverbal communication skills be taught?. *Medical teacher*, 32(10), 860-863.
- Izard, C. E. (1990). Facial expressions and the regulation of emotions. *Journal of Personality and Social Psychology*, 58(3), 487-498.
- Jacobsen, C. H. (2005). Psykoterasupervisionens didaktik. *Psyke & Logos*, 26(2), 15-15.
- Knapp, M. L., Hall, J. A., & Horgan, T. G. (2013). *Nonverbal communication in human interaction*. Cengage Learning.
- Kreifelts, B., Jacob, H., Brück, C., Erb, M., Ethofer, T., & Wildgruber, D. (2013). Non-verbal emotion communication training induces specific changes in brain function and structure. *Frontiers in human neuroscience*, 7, 648.
- Kvale, S., & Brinkmann, S. (2009). *Interview: introduktion til et håndværk*. Hans Reitzels Forlag.
- Lakin, J. (2006). Automatic cognitive processes and nonverbal communication. In Manusov, V. & Patterson, M. *The Sage handbook of nonverbal communication*. (59-77) Sage.
- Mehrabian, A. (1974). *Nonverbal Communication*. New Brunswick: Aldine Transaction

- Mohacsy, I. (1995). Nonverbal communication and its place in the therapy session. *The Arts in psychotherapy*.
- Neal, D., T. & Chartrand, T., L. (2011) Embodied Emotion Perception: Amplifying and Dampening Facial Feedback Modulates Emotion Perception Accuracy. *Social Psychological and Personality Science*, 2(6), 673-678.
- O'Sullivan, M. (2005). Emotional Intelligence and Deception Detection: Why Most People Can't "Read" Others, But a Few Can. In Riggio, R. E., & Feldman, R. S. *Applications of nonverbal communication*. Psychology Press.
- Patterson, M. (2006). The Evolution of Theories of Interactive Behavior. In Manusov, V. & Patterson, M. *The Sage handbook of nonverbal communication*. Sage.
- Patterson, M. & Manusov, V. (2006). Nonverbal Communication – Basic Issues and Future Prospects. In Manusov, V. & Patterson, M. *The Sage handbook of nonverbal communication*. Sage.
- Riess, H., & Kraft-Todd, G. (2014). EMPATHY: a tool to enhance nonverbal communication between clinicians and their patients. *Academic Medicine*, 89(8), 1108-1112.
- Riggio, R. E., & Feldman, R. S. (2005). Introduction to Applications of Nonverbal Communication. In Riggio, R. E., & Feldman, R. S. *Applications of nonverbal communication*. Psychology Press.
- Riggio, R. E. (2006). Nonverbal Skills and Abilities. In Manusov, V. & Patterson, M. *The Sage handbook of nonverbal communication*. Sage.
- Russell, J. A. (1994). Is There Universal Recognition of Emotion From Facial Expression? A Review of the Cross-Culture Studies. *Psychological Bulletin*, 115(1), 102-141.

- Tanggaard, L. & Brinkmann, S. (2010). Interviewet: Samtalen som forskningsmetode. In Brinkmann, S. & Tanggaard, L. (Eds.). *Kvalitative metoder – En grundbog*. Hans Reitzels Forlag: Viborg
- Thuesen M. (2012). Terapeutisk forandring gennem terapeutens egne emotionelle processer. *Psyke & Logos*, 33, 66-86.
- Tracy, S. J. (2010). Qualitative quality: Eight “big-tent” criteria for excellent qualitative research. *Qualitative inquiry*, 16(10), 837-851.
- Van Overwalle, F. (2009). Social cognition and the brain: A meta-analysis. *Human Brain Mapping*, 30(3), 829-858.
- Zhang, Y. & Wildemuth, B. M. (2009). Qualitative analysis of content. Applications of social research methods to questions in information and library science, 308, 1-12.