

MENNESKET BAG PSYKOLOGEN

Emilie Ewald Førster Pedersen

Studienr.: 20176011

Aalborg Universitet 30.05.2022

Specialeafhandling

Vejleder: Kristine Jensen de López

Antal tegn: 135.326

Antal normalsider: 56,4

Abstract

The most important tool as a psychologist is yourself. Studies have shown that psychologists' personal characteristics influence their professional performance in psychotherapy (Bernhardt, Nissen-Lie, Moltu, McLeod & Råbu, 2017, p. 959). Quantitative studies imply that the intra- and interpersonal function of the psychologist influences the work with clients (Bernhardt, et al., 2017, p. 960). This affects both the alliance and outcome ratings obtained from the clients' point of view (Bernhardt, et al., 2017, p. 960). On the other hand, there is a lack of qualitative studies investigating *how* this is experienced by psychologists themselves. This makes one wonder: is a psychologist able to leave the private life at home or do unconscious behavior through previous experiences affect the way we interact and work with clients?

This thesis investigates how psychologists experience the influence of previous relational experiences and personal qualities in their therapeutic practice. Data were collected through three semi-structured interviews with highly qualified and experienced psychologists. Thematically analysis was performed using Braun and Clarke's (2022) reflexive thematic analysis. This version of thematic analysis offers flexibility and variability in gaining a rich and comprehensive dataset. During the analytical process, three themes were identified and developed: *The personal story*, *Motivation* and *Meaningful relations*. These themes help to understand *what* psychologists experience as important to them and *how* their personal experiences are playing a role in their professional work. *The personal story* captures how the enrolled psychologists feel that their personal experiences and narratives affect the therapeutic practice. *Motivation* reflects how they are highly motivated and driven by both personal and professional interest in therapy and human behavior. *Meaningful relations* focus on how relational, personal, and professional experiences are individually perceived as meaningful. Results were discussed to help understand the experiences in a more theoretical sense. Bowlby's attachment theory helps to understand how earlier relations influence current relations, and Rogers' client-focused theory helps to understand the importance of the psychologist's role. The results were discussed and compared to previous studies.

The observations in this thesis propose the importance of psychologists being aware and content about themselves in therapeutic relations. Personal experiences seem to have a meaningful importance and should be part of the psychologist's consideration and supervision.

Indholdsfortegnelse

INDLEDNING	4
LITTERATURREVIEW	6
<i>Søgestrategi</i>	6
<i>Gennemgang af de overordnede fund</i>	7
<i>Studiernes undersøgelsesmetoder</i>	7
<i>De overordnede fund</i>	8
<i>Problematikker forbundet med at undersøge psykologens rolle i terapien</i>	9
<i>Problemformuleringens aktualitet i forhold til litteratursøgning</i>	9
TEORI	11
<i>Fra intra- til interpsykisk menneskesyn</i>	11
<i>Relationernes betydning - Tilknytningsteori</i>	12
<i>Tilknytningsteori i en terapeutisk kontekst</i>	14
<i>Et skift i fokus i den terapeutiske praksis</i>	15
<i>Psykologens rolle og den terapeutiske metode</i>	17
<i>Opsummering af Litteraturreview og Teori</i>	18
METODE	20
DEN KVALITATIVE TILGANG	20
ET FÆNOMENOLOGISK PERSPEKTIV I INTERVIEWET	21
DET SEMISTRUKTUREREDE INTERVIEW	21
UNDERSØGELSENS KVALITET	22
METODISKE OVERVEJELSER I EMPIRIEN	23
<i>Rekruttering af informanter</i>	23
<i>Udformning af interviewguide</i>	24
<i>Transskription</i>	25
<i>Etiske overvejelser</i>	26
<i>Refleksiv tematisk analysemetode</i>	27
DEN DATAANALYTISKE PROCES.....	29
AT BLIVE BEKENDT MED DATASÆTTET	29
KODNING	29
DE FØRSTE TEMAER OPSTÅR	30
VIDERE UDVIKLING AF TEMAER MED AFSÆT I PROBLEMFORMULERINGEN	31
DE ENDELIGE TEMAER	32
PRÆSENTATION AF DATA	32

RESULTATER	33
TEMA 1) DEN PERSONLIGE HISTORIE: “PÅ EN ELLER ANDEN MÅDE SMELTER DET HELE SAMMEN”	33
<i>Subtema 1: Den personlige stil</i>	35
TEMA 2) DRIVKRAFTEN: “JEG ER DREVET AF HÅBET - DÉT AT SE NOGLE FÅ DET BEDRE”	37
<i>Subtema 1: Når arbejdet overlapper med det private</i>	40
TEMA 3) MENINGSFULDE RELATIONER: “DEN NÆRHED DU KAN HAVE MED DIN KLIENT, DEN TROR JEG IKKE DU KAN HAVE MED RET MANGE ANDRE MENNESKER”	42
DISKUSSION	47
DRIVKRAFTENS BAGSIDE	47
TILKNYTNINGSMØNSTRES FORDELE OG ULEMPER	48
ERHVERVSSKADE?	50
MODSÆTNINGER	51
DODO-KENDELSEN	52
STYRKER OG BEGRÆNSNINGER	53
PRAKTISKE IMPLIKATIONER	54
TERAPEUTISKE IMPLIKATIONER	55
FORSKNINGSMÆSSIGE IMPLIKATIONER	56
KONKLUSION	57

Bilag

Bilag 1- Samtykkeerklæring

Bilag 2 – Interview, D

Bilag 3 – Interview, H

Bilag 4 – Interview, J

Indledning

Som menneske, er relationer til andre uundgåelige. Vi fødes i tæt relation til vores forældre, og er i de første mange måneder af livet hjælpeløse og afhængige af forældre eller andre omsorgspersoner (Godrim, Groot, Bech, Viftrup & Mortensen, 2017, p. 36). Gennem hele livet følger en strøm af bekendtskaber: fra børnehavens uformelle lege til pubertetens følelsesmæssige venskaber og videre ind i voksenlivet. Alle disse relationer har betydning for hvordan vi udvikles som mennesker (Bowlby, 1988, p. 139).

For nogle mennesker forbliver de personlige relationer bag hoveddøren til hjemmet, mens hos andre er det en stor del af deres arbejde. Psykologer, pædagoger, sygeplejersker, socialrådgivere og så videre, er alle professioner, som indebærer et stort relationsarbejde, og hvori der er et omsorgs- og hjælpe perspektiv (Daniel, 2021, p. 2). Et perspektiv som betyder, at man i sit arbejde drager fysisk eller psykisk omsorg gennem eksempelvis empati, forståelse, dialog, trøst og pleje (Daniel, 2021, p. 2). Men dette er også et perspektiv, som indebærer en mere personlig side, der kan være svær at holde adskilt fra den professionelle side. Arbejdet kan opleves som et krydsningsfelt, hvor det ikke altid er muligt at holde døren lukket til ens private erfaringer, oplevelser og relationer. For hvordan adskiller du som psykolog, måden hvorpå du drager empati og sympati for dine klienter og for din familie? Dette kan være en balancegang, som ikke altid er let at betræde. Daniel (2021) forklarer hvordan personlighed og alt hvad man har med sig i bagagen som menneske, ikke er noget der i særlig høj grad berøres i uddannelsen til at blive psykolog. Der er hverken krav om selvterapi eller krav om andre måder at arbejde reflektivt og bevidst om sin egen position som psykolog (Daniel, 2021, p. 3). Det kan være svært at adskille det personlige fra det professionelle, og måske være forbundet med skam eller bekymringer om, hvordan man holder det adskilt (Daniel, 2021, p. 4). Som psykolog er du redskabet. Du har erhvervet dig forskellige værktøjer gennem din uddannelse, som kan tages frem og bruges, men først og fremmest er du et menneske, som sidder overfor et andet menneske.

Steel, Macdonald og Schroder (2018) deler ligeledes denne betragtning: "Evidence now suggests that the therapist cannot credibly be treated as a blank who responds in the same way to every different client" (p. 35). Steel, Macdonald og Schroder (2018) har gennem et systematisk review undersøgt, effekten af terapeuters måder at indgå i relationer på og hvordan det påvirker kvaliteten af det terapeutiske forhold. Deres gennemgang viser at terapeuternes ubevidste prædispositioner er med til at

forme forholdet både til dem selv og til klienter, og er derfor særligt relevant for deres rolle som terapeut (Steel, Macdonald & Schroder, 2018, p. 38). Disse non-specifikke faktorer er et kendt og udforsket fænomen inden for den terapeutiske verden, og altså en faktor, som man er nødt til at forholde sig til som psykolog. I forskningen ses der særligt et fokus på de non-specifikke faktorer, som opstår i situationen, eksempelvis kropssprog og klientens opfattelse af situationen (Hougaard, 2019, p. 232). Men, hvad med alt det, som ligger til grund for den adfærd, man udviser i den terapeutiske situation? Tilknytningsmønstre, personlighed, humør, tidligere professionelle og personlige oplevelser, og relationsdannelse, er nogle af de refleksioner jeg selv har gjort mig. Faktorer, som i høj grad er møntet på den enkelte psykolog, og som Steel, Macdonald og Schroder (2018) beskriver, ofte er ubevidste, men har stor indvirkning (p. 38). Dette perspektiv deler Blow, Sprenkle og Davis (2007) i deres artikel om terapeutens rolle. De argumenterer for, at til trods for at terapeuten har en signifikant rolle i den terapeutiske situation, ses der stadig et hul i forskningen omkring hvilke variabler og karakteristika, som har størst betydning for det terapeutiske udfald (p. 298).

Interessen for dette perspektiv i den psykologiske praksis, er opstået ud fra en personlig refleksion over eget kommende arbejdsliv. Gennem de sidste to år af min uddannelse, har jeg særligt været optaget af arbejdspsykologiske perspektiver, men især i det psykologiske arbejde. Jeg anser den psykologiske praksis, som et unikt felt og erhverv, som kræver noget ekstra af den person, som påtager sig den rolle. Den relation man indgår i med sin klient, kan være svær at sammenligne med andre relationer, og som Godrim og kolleger (2017) beskriver, så er det uundgåeligt at blive konfronteret med sig selv i relationen. Det der opstår i relationen mellem to mennesker, er noget særligt, som ikke kan opstå hos individet i isolation. Når vi lærer andre at kende, uanset om det er privat eller professionelt, lærer vi samtidig os selv at kende, ved at opdage ligheder og forskelle (Godrim et al., 2017, p. 41)

Ud fra dette perspektiv omkring en række uundgåelige faktorer i den terapeutiske situation, manglende viden om psykologens rolle, og en generel nysgerrighed for mit kommende arbejde, vil denne afhandling undersøge feltet fra psykologernes eget synspunkt:

Hvordan oplever psykologen betydningen af tidligere relationelle erfaringer og personlige oplevelser i sit terapeutiske arbejde?

Her findes en undren over hvorvidt man kan anse arbejdet som psykolog uden at tage mennesket bag det i betragtning. I min undersøgelse tages der udgangspunkt i psykologens oplevelser og tanker. Gennem afhandlingen vil jeg løbende referere til titlen 'psykolog', fordi det først og fremmest er en beskyttet titel (Beskyttelse af titler, 2020), men også for at imødekomme eventuelle misforståelser i forhold til hvilken uddannelse og baggrund, som ligger bag. Ordet 'terapeut' vil kun blive brugt, hvis studier eller teorier selv benytter denne betegnelse. Jeg ønsker at undersøge den specifikke terapeutiske situation, som ofte er mellem klient og psykolog, og til at referere til det, bruges ordet 'terapi'. Der er altså ikke tale om gruppeterapi, men individuel terapi, hvori konstellationen består mellem klient og psykolog. I følgende afsnit vil jeg præsentere det teoretiske og empiriske landskab, som skal give en forståelse for denne afhandlings placering og relevans. Dernæst vil de metodiske overvejelser og fremgangsmåden blive præsenteret, med henblik på at skabe et transparent indblik i indsamlingen af data. I forlængelse af den metodiske fremgangsmåde, fremlægges resultaterne, som til sidst vil blive diskuteret ud fra et teoretisk perspektiv. Dette for at skabe en bredere og kontekstuel forståelse for psykologernes oplevelse af relationelle og personlige erfarings betydning i deres terapeutiske arbejde.

Litteraturreview

I følgende afsnit vil relevant forskning på området blive gennemgået. Dette med formål at afdække området for allerede eksisterende viden, og dermed bidrage til et empirisk overblik til afhandlingen, og hvilke begrænsninger og muligheder, der eksisterer indenfor området. Først vil jeg gennemgå søgestrategien og selektionsprocessen, og til sidst vil den relevante litteraturs fund fremlægges med afsæt i afhandlingens problemfelt

Søgestrategi

Formålet med denne litteratursøgning er at skabe en forhåndsviden om problemfeltet, klargøre mulige fokuspunkter, og dermed også imødekomme mulige problematikker, som tidligere er set i forskningen (Tanggaard & Brinkmann, 2015, p. 37). I forhold til problemformuleringen, har det primære fokus i litteratursøgningen, været at søge efter studier, som undersøger psykologens rolle i terapien, og afdække teoretiske forklaringer på de mulige forskelligheder som ses hos psykologer. Herefter har fokus været på at indskrænke de fundne studier i forhold teorier og studiets empiriske fokus. Et kriterie i søgningen er, at studierne specifikt undersøger psykologens rolle eller personlige karakteristika, eksempelvis gennem interview eller spørgeskema. Dernæst er et kriterie, at enten teorier

omkring tilknytningens betydning eller perspektiver på psykologens relation eller tidligere erfaringer, undersøges eller bruges som et teoretisk fundament. Til sidst, er et kriterie, at alle studier skal være peer review og udført i et vestligt land. Disse kriterier er med til at opretholde en ensartethed og kvalitet i søgningen, samt sikre at de fundne studier, er relevante for afhandlingens undersøgelse.

Litteratursøgningen har fundet sted på databaserne PsycInfo og Google Scholar med søgeordene: *Therapist OR Psychologist AND attachment OR attachment style AND quality OR outcome AND alliance AND therapy AND relation*. Søgningerne blev udført i februar 2022. Søgeordene er valgt på baggrund af indledende søgning på Aalborg Universitetsbibliotek og i kædesøgning i relevante systematiske reviews (Degnan, Seymour-Hyde, Harris & Berry, 2014). Her fandt jeg blandt andet, at ordet 'psychologist' ikke var rammende i forhold til international forskning. Her viste det sig, at man benytter ord som 'therapist' omkring professionen, og jeg er derfor endt med at inkludere begge termer i min søgekæde. Jeg har dog nærlæst hver artikel, for at sikre at der er en vis homogenitet i hvad der bliver kategoriseret som 'terapeut'. I den endelig litteratursøgning, blev søgningen yderligere afgrænset i PsycInfo af, at søgeordene skulle indgå i abstract.

Gennemgang af de overordnet fund

Gennem søgning på databasen PsycInfo, Google Scholar og kædesøgning i Degnan, Seymour-Hyde, Harris & Berry (2014), vil der nu blive gennemgået 10 af de mest relevante studier på området i forhold til afhandlingens problemformulering. Det overordnet billede af de empiriske studier viser at der først og fremmest er et overtal af kvantitativ forskning på området i databaserne, som her er blevet benyttet. Af de artikler, som er vurderet mest relevante for problemstillingen jf. ovenstående kriterier, er der inkluderet 10 studier som alle er fra år 2000-2018, og hvoraf der er; ét kvalitativt (Bernhardt, Nissen-Lie, Moltu, McLeod & Råbu, 2017), fire kvantitative (Berry, Shah, Cook, Greater, Barrowclough & Wearden, 2008; Black, Hardy, Turpin & Parry, 2005; Kivlighan & Marmarosh, 2008; Ligiéro & Gelso, 2002), to mixed-method (Cologon, Schwitzer, King & Nolte, 2017; Petrowski, Pokorny, Nowacki & Buchheim, 2013), to systematiske reviews (Degnan, Seymour-Hyde, Harris & Berry, 2014; Steel, Macdonald & Schroder, 2018), og én metaanalyse (Diener & Monroe, 2011).

Studiernes undersøgelsesmetoder

I forhold til at undersøge og kortlægge tilknytningsmønstre- og stile hos psykologer, benytter de syv empiriske studier forskellige metoder. Ved de tre kvantitative studier, benytter ét (Kivlighan &

Marmarosh, 2018) af studierne spørgeskemaet Experiences in Close Relationships Scale (ECR), mens ét studie (Black et al., 2005) benytter Attachment Style Questionnaire (ASQ) og ét (Berry, et al., 2018) benytter et ukendt spørgeskema, som er udviklet specifikt til undersøgelsen. Ved de ene kvalitative studier, benyttes et semi-struktureret interview til at undersøge psykologernes egen oplevelse af hvordan de påvirkes af tidligere erfaringer. Ved de to mixed methods bruger begge studier Adult Attachment Interview (Cologon et al., 2017; Petrowski et al., 2013), mens de yderligere bruger to forskellige spørgeskemaer, ECR (Cologon et al., 2017) og The Client Attachment to Therapist Scale. (Petrowski et al., 2013).

De overordnede fund

I de syv studier tegner der sig et overordnet billede af, at der ses en sammenhæng mellem psykologens personlige karakteristika, eksempelvis tilknytningsstil (Black et al., 2005, p. 372) eller psykologens refleksive funktion og klientens opfattelse af terapien (Cologon et al., 2017, p. 621). Altså, at psykologen i højere eller mindre grad bidrager på forskellig vis til relationen med klienten, og klientens udvikling. Black og kollegaer (2005) konkluderer i deres undersøgelse ud fra selvrapporterende spørgeskemaer, at britiske psykoterapeuters tilknytningsstile har betydning for den terapeutiske alliance og terapeuternes egen oplevelse af problemer i terapien. Her ses også en signifikant association mellem tilknytningsstil og terapeuternes oplevede kvalitet i terapien (Black, 2005, p. 372). Til gengæld viser studiet af Ligiero og Gelso (2002), at der ikke ses en klar sammenhæng mellem de selvrapporterede tilknytningsstile hos terapeuter og kvaliteten af den oplevede terapeutiske alliance. Deres studie viser derimod, at negativ modoverføring har en betydning for både terapeutens og dens supervisors vurdering af den terapeutiske alliance (Ligiero & Gelso, 2002, p. 9). I det kvalitative studie af Bernhardt et al., (2017) undersøges hvordan terapeuter oplever deres personlige kvaliteter som værende til stede i deres terapeutiske arbejde. Gennem semi-struktureret interview, peger de på en række temaer, hvor der særligt beskrives en oplevet spænding mellem personlige styrke og sårbarhed i rollen som terapeut (Bernhardt et al., 2017, p. 964). De påpeger ud fra deres fund, at terapeuter skal være opmærksom på deres personlige sårbarhed og aktivt arbejde med at imødekomme den, for at forblive professionelle (Bernhardt et al., p. 968)

Det overordnede fund i de to systematiske review og den ene metaanalyse viser, at der er ligeledes ses en sammenhæng. Degnan og kollegaer (2014) viser ved gennemgang af 11 studier, at terapeuters tilknytningsstil i nogen grad har en indflydelse på den terapeutiske proces, men pointerer også at

resultaterne i de 11 studier ikke er konsistente, og at det derfor kan være svært at sammenfatte i en overordnet konklusion (p. 61). Steel og kollegaer (2018) finder i 22 studier fund, der peger på, at trods heterogene metodologiske designs, ses der stadig at terapeuters tilknytningsstil påvirker det terapeutiske forhold og kvalitet. De peger yderligere på, at terapeutens internaliserede relationelle modeller, som er i led med tilknytningsstil, påvirker det terapeutiske forhold (p. 38). Diener og Monroe (2011) finder ligeledes i deres metaanalyse af 17 kvantitative studier, at højere sikker tilknytning hos terapeuten, er associeret med en stærkere terapeutisk alliance, mens at højere usikker tilknytning hos terapeuten er associeret med svagere terapeutisk alliance (p. 245).

Problematikker forbundet med at undersøge psykologens rolle i terapien

Til trods for, at de 10 inkluderet studier i dette litteraturreview hver finder forskellige indikationer på hvad psykologen bibringer til relationen, den terapeutiske alliance og klientens opfattelse af terapien, kan der stadig argumenteres for at der er nogle mangler i forskningen. I det systematiske review af Degnan og kollegaer (2014) beskrives en række problematikker forbundet med udførelsen af deres review. De pointerer de metodiske udfordringer forbundet med at undersøge tilknytningsstile gennem forskellige spørgeskema, som ikke alle er forbundet med samme validitet. Derudover diskuteres interviewguiden, Adult Attachment Interview (AAI), hvor de finder inkonsistente måder at rapportere og udfylde de tilhørende scoringssystemer (Degnan et al., 2014, p. 62). Der kan ligeledes hejses en generel kritik på at undersøge tilknytningsstile gennem selvrapporteringsskemaer, der kan være begrænset af personers selvindsigt (Degnan et al., 2014, p. 61). Degnan og kollegaer (2014) pointerer også at det kan være problematisk at undersøge terapeuters tilknytningsstile og hvilken betydning, de forskellige stile har, eftersom studier viser at størstedelen af terapeuter er kategoriseret med en sikker tilknytning (p. 62). Det betyder at der opstår en begrænsning i forhold til at opnå en bred viden om forskellige tilknytningsstile, hvis der primært undersøges indvirkningen af den trygge tilknytningsstil. Hougaard (2019) beskriver ligeledes generelle problematikker ved at undersøge psykoterapi og fremhæver at de nonspecifikke faktorer såsom relation, klienten, kropssprog og indstilling, kan være svære at undersøge ud fra en evidensbaseret empirisk metode (p. 232).

Problemformuleringens aktualitet i forhold til litteratursøgning

I ovenstående gennemgang af den relevante forskning, gives et indblik i forskningsfeltet, hvori der ses fund som viser at psykologens rolle og alt det, som det indebærer, har betydning for terapiens udfald. Der ses især et stort fokus på at undersøge betydningen af psykologers tilknytningsstil gennem

selvrapporterede spørgeskemaer. Det kan dog være forbundet med en række problematikker at undersøge psykologers tilknytningsstil gennem selvrapporterede spørgeskemaer og standardiseret interviews grundet måleusikkerhed og validitet. Derudover ses der et overtal af kvantitative studier, som benytter spørgeskemaer, og det kan derfor argumenteres for, i led med ovenstående problematikker, at der mangler et mere nuanceret og dybdegående billede af hvad psykologen bibringer til relationen og den terapeutiske situation, og hvordan psykologen ser sig selv i relationen. Dette vil med fordel kunne undersøges gennem interview, hvori der er fokus på psykologens oplevelse. I stedet for fokus på tilknytningsstil, kan der holdes et bredere fokus på en generelt relationsdannelse og på psykologens egen oplevelse, for netop at imødekomme de problematikker, som nævnt ovenstående, og undgå mulige måleusikkerheder forbundet med at undersøge tilknytningsstile.

Formålet med denne afhandling er at bidrage med en større indsigt og forståelse for psykologers egne oplevelser af deres rolle og indvirkning i terapien, og forstå på *hvilke* måder og *hvorfor* de oplever det. Det ovenstående litteraturreview giver et indblik i hvordan forskningslitteraturen i høj grad baseres på John Bowlbys teoretiske antagelser om hvordan tidligere erfaringer spiller en stor rolle for menneskets måde at interagere på. Dette teoretiske standpunkt samt Carl Rogers klient-fokuset teori, vil bidrage med forståelse for psykologers oplevelse af den terapeutiske situationer, vil blive yderligere udfoldet i det nedenstående afsnit.

Teori

Relationers betydning for individers væremåde, er ikke et nyt fænomen. Siden midten af det 20. århundrede, hvor John Bowlby observerede individet i relationer og udviklede sine første teorier omkring tilknytningsmønstre hos børn, har relations betydning for individet været et vigtigt perspektiv inden for psykologi. Når vi lærer andre mennesker at kende, lærer vi samtidig os selv at kende ved at opdage forskelle, nuancer og ligheder. Vi relaterer og sammenligner os med hinanden, og menneskets udvikling foregår i stor grad i samspil med andre (Godrim, Groot, Bech, Viftrup & Mortensen, 2017, p. 41). Derfor kan vi som mennesker ikke undgå at være præget af de relationer vi indgår i, uanset om der er tale om en privat relation mellem venner, eller om det er en arbejdsmæssig rolle mellem psykolog og klient. Dette vidner forrige præsentation af aktuel forskning på området også om. Her ses stor interesse for at undersøge relationer og tilknytningsmønstre i den terapeutiske situation. Til trods for, at der opstilles en række kritikpunkter i forbindelse med måden relationer og tilknytningsmønstre er blevet undersøgt på gennem standardiseret spørgeskemaer, ses der alligevel en stor teoretisk opbakning til, at relation *har* betydning i det terapeutiske rum. Daniel (2021) beskriver “at når en person søger hjælp hos en professionel, er der altid andet og mere på spil i forholdet til den man søger hjælpe hos” (p. 9). Ud fra dette perspektiv, og med afsæt i ovenstående gennemgang af nuværende forskning, vil der blive præsenteret forskellige psykologiske teorier og koncepter, som på forskelligvis kan belyse både generelle relationsteorier, men også mere specifikke begreber, som belyser den terapeutiske relation, samt psykologers rolle i terapien.

Fra intra- til interpsykisk menneskesyn

1900-tallets forståelse for menneskelige adfærd, var i høj grad præget af Sigmund Freuds psykoanalytiske tilgang. Freuds psykoanalyse er først og fremmest udviklet ud fra et ønske om at forstå psykopatologiske mekanismer hos sine patienter, og er derfor udviklet ud fra et klinisk orienteret syn. Freud var optaget af at forstå den menneskelige personlighed, og hvordan den kan forstås ud fra ubevidste processer og intrapsyriske konflikter mellem drifter og forventet normer. Freud anså terapeutens rolle som værende neutral og objektiv, fordi terapeuten blev anset som værende i en ekspertrolle, hvor følelser og holdninger bliver tilbageholdt. Datidens forståelse for menneskelige adfærd var altså særligt optaget af det enkelte individ, og i mindre grad de interpersonelle processer og hvordan det også påvirker individet (Freud, 1933).

John Bowlby udviklede i midten af 1900-tallet en mere udviklings- og socialt orienteret tilgang til at forstå menneskelig adfærd og psykiske processer. I stedet for at være optaget af datidens intrapsyriske processer, interesserede Bowlby sig for interpsyriske processer ved at studere individet i relationer. Bowlby var optaget af, hvilke faktorer der påvirkede den emotionelle og sociale udvikling, samt hvordan disse erfaringer og oplevelser fra barndommen kunne have betydning på længere sigt (Workman & Reader, 2008, p. 152). Bowlby var blandt andet inspireret af et evolutionært og behavioristisk perspektiv, og der ses også linjer mellem hans tilknytningsteori og etologen Konard Lorenz' ideer omkring *imprinting*. Lorenz gjorde observationer af hvordan præmature fugle ikke kun knyttes til deres mødre grundet føde, men også af sociale og læringsmæssige grunde (Bowlby, 1969, p. 219f). Denne mere adfærdsorienteret interesse i mennesket, var ligeledes et eksempel på adskillelse fra psykoanalysens forståelse. Ud fra det etologiske argument om, at mennesket er dybt afhængig af dets forældre i alle udviklingsmæssige henseender, udviklede Bowlby sin teori omkring tilknytning hos børn.

Relationernes betydning - Tilknytningsteori

Det centrale element i Bowlbys tilknytningsteori er, relations og tilknytnings betydning for barnets udvikling. Ifølge Bowlby former barnet en indre arbejdsmodel af selvet og andre, som er funderet i barnets tidligere oplevelser med dets omsorgspersoner. Denne arbejdsmodel repræsenterer både kognitive og følelsesmæssige komponenter, som bruges til at guide barnets adfærd baseret på tidligere oplevelser (Bowlby, 1969, p. 229). Der er altså ikke tale om et instinktsystem eller den klassiske behavioristiske tanke om, at en bestemt stimulus udløser en adfærd, men derimod et handlingsregulerende system, der udvikles gennem hele livet. Bowlby beskriver, at der overordnet set kan herske en tryk og utryk tilknytning, som er betinget af barnets omsorgspersoner og deres omgang med barnet i særligt de første leveår. Her understreges vigtigheden i måden, omsorgspersonen responderer på barnet, er opmærksom på barnets behov eller udtryk for behov, og hvordan omsorgspersonen reagerer i situationer, hvor der har været en fysisk adskillelse (Bowlby, 1969, pp. 203- 205). Disse vil have en betydning for barnets indre arbejdsmodeller, og hvordan dets adfærd er, både i selskab med omsorgspersonen, men også når barnet skal udforske verden uden omsorgspersonen og indgå i relationer med andre (Bowlby, 1969, p. 208). Bowlby beskriver således, hvordan tilknytning og de indre arbejdsmodeller, kan bidrage med at skabe en forståelse for, hvordan vores personlighed udvikles, og derfor kan det anskues som en livslang teori og ikke blot en forklaringsmodel på børns udvikling (Bowlby, 1969, p. 27).

Inspireret af Bowlbys tilknytningsmodel undersøgte Mary Ainsworth ligeledes spæd- og småbørns tilknytning til deres omsorgspersoner og udviklede en model til at undersøge dette: *The Strange Situation* (Workman & Reader, 2008, p. 152). Ainsworth undersøgte gennem systematiske observationer i opstillede situationer, hvilke reaktioner der var på adskillelse mellem mor og barn, når mor forlader rummet, en fremmed person indtræder, og mor efterfølgende kommer tilbage i rummet igen. Baseret på børnenes reaktioner, og med afsæt i Bowlbys tilknytningsteori, formulerede Ainsworth tre tilknytningsstile: *tryk tilknytning*, *undgående tilknytning* og *ængstelig tilknytning* (Workman & Reader, 2008, p. 154). Bowlby og Ainsworths konceptualisering af, hvordan børns indre arbejdsmodeller er funderet i tilknytningen til omsorgspersonerne, har dannet grundlag for videre forskning indenfor blandt andet tilknytning hos voksne mennesker (Mikulincer & Shaver, 2007, p. 9). Mikulincer og Shaver (2007) har blandt andet undersøgt betydningen af tilknytningsfigurers tilgængelighed. De beskriver at oplevelsen af at føle, at ens tilknytningsfigurer er tilgængelige for én i situationer med fare eller trusler, hvor tilknytningssystemet aktiveres, har stor betydning for den interpersonelle adfærd, eksempelvis tillid i relationer og følelsesmæssig stabilitet (p. 37). Mikulincer og Shaver (2007) fastgør gennem deres forskning i tilknytning i senere barndom, ungdom og voksenlivet, at tilknytning er en livslang udvikling, og kan bruges til at forstå de bagvedliggende faktorer i individets adfærd og indgående i relationer. De specificerer at hvor tilknytningsmønstre hos børn er relationsspecifikke, så betragtes tilknytningsmønstre hos voksne som en egenskab ved personen, som et resultat internalisering og generalisering af den erfaringsbaserede viden fra opvæksten (Daniel, 2012, p. 28). Selvom der er forskelle på tilknytningssystemets udtryk ved børn og voksne, så er målet dog det samme: at opnå tryghed og beskyttelse (Daniel, 2012, p. 46). En anden forskel mellem børn og voksnes tilknytningssystem, er hvilken form for trussel, som kan aktivere det. Hos børn kommer truslen oftest udefra, mens hos voksne kan det både være udefra og indefra kommende, hvilket betyder at tilknytningssystemet kan aktiveres ved *tanken* om trussel. Der vil altså ske en automatisk ubevidst aktivering af tilknytningsrelateret information uanset om truslen er reel eller om det er tanken om det (Daniel, 2012, p. 47). Tilknytningsteoriens grundprincipper vil derfor blive brugt som argument i denne afhandling for, hvorfor det er relevante at inddrage relationens betydning i en terapeutisk situation.¹

¹ Følgende afsnit er revideret fra Pedersen og kolleger (2021) *Medarbejderens tilknytningsstil på arbejdspladsen: et scoping review*

Tilknytningsteori i en terapeutisk kontekst

Daniel (2012) har i sit virke som psykolog, undersøgt relationer i forskellige kontekster med teoretisk fundering i tilknytningsteori. Hun har blandt andet udgivet bogen *Relation og fortælling - Tilknytningsmønstre i en behandlingskontekst*, hvor et centralt aspekt er at belyse hvordan tilknytningsmønstre kommer til udtryk og påvirker en behandlingspraksis. Daniel (2012) understreger, at det langt fra er alle terapeutiske relationer, som kan karakteriseres som en tilknytningsrelation, men at tilknytningssystemet ved både psykolog og klient kan komme i spil (p. 41). Tilknytningssystemet kan hos voksne blive aktualiseret ved tanken om trussel, og som psykolog er det derfor vigtigt at være opmærksom på, at de klienter man møder, kan stå med tanker og følelser som indeholder sorg, tristhed, forvirring. Aktivering af klientens tilknytningssystem kan være forbundet med stor sensitivitet i forhold til, hvordan man anser relationen til psykologen. I en terapeutisk relation, kan det derfor være relevant som psykolog at forstå, hvordan klientens reaktioner og måde at indgå i relationen på, kan knytte sig til oplevelsen af at være truet og tidligere erfaringer. Det kan eksempelvis komme til udtryk på følgende måde: En klient med undgående tilknytningsmønster vil ofte have en højere tærskel for aktivering af tilknytningssystemet, fordi klienten normalvis retter opmærksomheden væk fra situationen, for at undgå at være i det ubehagelige (Daniel, 2012, p. 49). At fjerne opmærksomheden fra situationen, kan kaldes for copingstrategi. Copingstrategier kan være bestemt af mange forskellige faktorer, men i relationelle situationer, hvor tilknytningssystemet aktiveres, vil copingstrategierne oftest være forbundet med tidligere oplevelser og hvad der for klienten, er det forventelige i relationen (Daniel, 2012, p. 50).

De processer, som er på spil i den terapeutiske relation, kan altså i følge Daniel (2012) forstås ud fra et tilknytningsteoretisk perspektiv, og kan bidrage med forståelse for, at tidligere relationelle erfaringer, kan være en faktor i den terapeutiske relation, som man som psykolog ikke altid er opmærksom på (p. 55). Bowlby (1988) har også forholdt sig til hvordan tilknytningsteorien kan forstås i en psykoterapeutisk praksis. Han beskriver at det er vigtigt at psykologen i relationen til klienten, agerer som en tryk base og skaber trygge rammer. Tilknytningsrelationers karakteristika er ofte: søgen efter kontakt, savn ved adskillelse, mens tilknytningsfiguren ofte opleves som en stærkere og pålidelig person. Disse beskrivelser af både tilknytningsrelationen- og figuren, kan på mange måder sammenlignes med psykologens rolle overfor klienten. Bowlby understreger derfor at forholdet og terapiens udfald i høj grad, kan være betinget af hvordan relationen udspiller sig, og at beskriver også at fordi disse mere personlige krav er til stede, så er der ikke altid tale om et 'match' mellem klient og terapeut (Bowlby, 1988, p. 155). Bowlby understreger at det ikke altid er tilfældet at der kan være tale om

tilknytningsfigur i form af psykologen, men at over tid og hyppighed kan det opstå, og at det er derfor at vigtigt at overveje de tilknytningsmønstre klienten har, men også hvilke man selv som psykolog har (Bowlby, 1988, p. 156f). Dette fokus på at psykologen også har en betydning for terapien og klienten, og at klienten ligeledes bringer noget med ind i det terapeutisk rum, har særligt Carl Rogers været optaget af. Dette fokus på terapeuten som en aktiv spiller i terapien, er relevant at inddrage for, at få forståelse for hvordan psykologers tidligere erfaringer, tilknytningsmønstre og oplevelser, kan have en betydning i den terapeutiske situation. Derfor vil følgende afsnit tage udgangspunkt i Rogers humanistiske forståelse af terapeutens rolle i terapien.

Et skift i fokus i den terapeutiske praksis

Efter mange år med psykoanalysen som den dominerende teori inden for psykologien, hvor både behaviorismen og Bowlbys tilknytningsteori, opstod som reaktion på denne, opstod der i 1950'erne et nyt paradigme: humanistisk psykologi. Humanistisk psykologi tager afsæt i den eksistentielle filosofi og med stor inspiration i fænomenologien og intersubjektivitet (Ewen, 2003, p. 195). Her ønskes at anskue mennesket i dets helhed, og ikke ud fra blot adfærd som behaviorismen eller personligheden som psykoanalytikerne. Ligesom Bowlbys tilknytningsteori, anerkender humanismen også, at oplevelser og relationer fra opvækst, har betydning for videreudvikling af personligheden og sociale interaktioner. Dog har Bowlby fokus på mor-barn relationen, mens den humanistisk psykologi, ser mere bredt på mennesket og alle dets interaktioner. Indenfor den humanistiske psykologi forstås mennesket som drevet af at udvikle sig i den mest positive og konstruktive retning under de givne omstændigheder og betingelser (Ewen, 2003, p. 196).

Carl Rogers fremlagde, med afsæt i humanismen, et nyt perspektiv i den terapeutiske praksis, den klientcentrerede terapi. Denne tilgang fik stor indflydelse på den terapeutiske udvikling og ikke mindst hvordan man anskuer psykologens rolle og generelt relationen mellem psykolog og klient. Rogers (1957) har opsat tre kernebetingelser for at facilitere aktualiseringen af klientens potentiale og udvikling: *Terapeutens ubetinget positive anerkendelse af klienten, terapeutens empatiske forståelse af klienten og terapeutens kongruens* (p. 242f). Disse tre kernebetingelser involverer alle psykologens rolle og opstiller krav til hvordan man skal møde klienten. Rogers klientcentrerede teori, kan altså være med til at belyse psykologens rolle i terapien, men anerkender ligeledes at relationen er en vigtig faktor for terapiens udfald. I nedenstående afsnit vil en kort beskrivelse af Rogers

kernebetingelser blive redegjort for, i relation til dets relevans til afhandlingens fokus på psykologers rolle og oplevelser i den terapeutiske situation.

Den første betingelse om ubetinget positiv anerkendelse beskriver Rogers, at klienten skal opleve en accept og ubetinget positiv anerkendelse af terapeuten. Han uddyber, at ved 'ubetinget' menes der også omsorg for klienten i den forstand, hvor man som terapeut ikke selv får tilfredsstillet egne behov, men en ubetinget omsorg, som ikke stiller krav til klienten (Rogers, 1957, p. 243).

Den anden betingelse omhandler terapeutens empatiske forståelse af klienten. Denne betingelse omhandler terapeutens evne til at opleve en empatisk forståelse af klientens bevidsthed om sin egen verden på godt og ondt. Rogers beskriver, at den empatiske forståelse opstår, når terapeuten oplever klientens verden, som ens egen, men uden at blande egne følelser ind i det. Betingelsen er at forstå, uden at tillægge klienten ens egen følelse. Rogers beskriver yderligere, at den empatiske forståelse der opstår i den terapeutiske relation, ikke skal forstås som en bekræftelse, men en dybde følelende og ubetinget forståelse for klientens verden og følelser (Rogers, 1957, p. 243).

Den tredje betingelse, er terapeutens kongruens. Rogers beskriver at terapeuten skal arbejde ud fra en bevidst, kongruent og oprigtig måde. Det betyder at terapeuten skal føle sig fri til at være sig selv i relationen med klienten, og dermed også styrke den empatiske følelse. Rogers beskriver også denne betingelse som værende det modsatte at bære en facade. Dog understreger han, at det ikke er nødvendigt at terapeuten skal vise personlige dele eller andre aspekter af sit liv, men at det skal være tilstrækkeligt, til at man er til stede i rummet. (Rogers, 1957, p. 242). Denne betingelse er altså i højere grad møntet på terapeuten og hvordan terapeuten skal arbejde med sig selv for at opnå denne betingelse.

Rogers klientcentrerede terapeutiske retning og Bowlbys antagelser om tilknytningsmønstres betydning for relationsdannelser, kan altså bruges til at skabe forståelse for, hvorfor det er relevant at undersøge det rum, der skabes mellem klient og terapeut. Men, især også det fokus der lægges på psykologens rolle, hvor psykologen ikke længere i klassisk psykoanalytisk forstand, skal være passiv og stille, men i stedet være involverende og udvise stor refleksion over egen rolle. I nedenstående afsnit vil forskellige teoretiske fænomener og undersøgelser på psykologens rolle blive præsenteret, for at skabe et bredere perspektiv.

Psykologens rolle og den terapeutiske metode

Som beskrevet i ovenstående afsnit, ses forskellige syn på psykologens rolle i den terapeutiske situation, som alle tager afsæt i forskellige historiske perspektiver og filosofier. Der ses dog et stigende fokus på det relationelle aspekt og dets betydning for menneskets adfærd, hvor særligt Bowlby (1969) og Rogers (1957) har vundet stort indpas for deres teoretiske antagelser om relationers betydning ved særligt mor-barn og klient-terapeut konstellationer. Der er altså blevet fremlagt et perspektiv, hvor relationen og psykologen spiller en vigtig rolle for klienten. Men, hvad er det så ved psykologen som har betydning for terapien udover det tilknytningsmæssige perspektiv? I følgende afsnit vil forskellige teoretiske synspunkter på, hvad der har betydning for psykologens arbejde og hvilke faktorer, der kan opstå i den specifikke terapeutiske situation, blive præsenteret.

Dette spørgsmål er naturligvis blevet stillet af andre før, og der findes en række forskellige undersøgelser, som netop undersøger psykologen i terapien. Blandt andet har Hill, Anderson, Kline, McClintock, Cranson, McCarrick, Petrarca, Himawan, Pérez-Rojas, Bhatia, Gupta og Gregor (2016) undersøgt hvilken betydning Helping Skills-modellen (Hill, 2014) har for både klientens og terapeutens oplevelse af terapien. Dette er undersøgt via selvrapporterede spørgeskemaer ved 191 studerende, som minimum har en bachelor i psykologi. Helping Skills-modellen kan ses som et redskab til den terapeutiske samtale, som består af tre faser i samtalen, hvori der er opstillet en række mål, som er med til at sikre kvalitet og varietet i samtalen. Modellen er baseret på Rogers klient-centrerede tilgang, hvor der lægges stor vægt på empati, oprigtighed og varme (Hill et al., 2016, p. 52). Formålet med undersøgelsen var også at undersøge muligheden for, om man kan forudsige hvilke kvaliteter, der særligt er gode som terapeut. I deres undersøgelse finder de frem til, at særligt empati hos terapeuten, kan være en indikator på større performance i den terapeutiske session (Hill, et al., 2016, p. 69). Denne undersøgelse er altså med til at understrege Rogers tidligere antagelser om empati som en vigtig egenskab i den terapeutiske situation.

Det kan dog være forbundet med usikkerhed at undersøge den terapeutiske praksis, fordi evidenskravet som ofte stilles som et mål i videnskabelig forskning, kan være svært at indfri i praksis, mener Hougaard (2008). Han beskriver det som *terapeuteffekten*. Han uddyber hvordan det er vanskeligt at standardisere terapi og psykoterapeutisk behandling, fordi den enkelte terapeut spiller en stor rolle. Han henviser til et studie af Kim Wampold og Bolt fra 2006, som viser at terapeutfaktorer kan spille en større rolle end metodefaktorer (Hougaard, 2008, p. 113). Dette stemmer overens med den tidligere konklusion på den aktuelle forskning (se Litteraturreview), hvor der ligeledes ses problematikker

forbundet med at undersøge den terapeutiske praksis og psykologers tilknytningsstile, fordi de personlige faktorer kan være svære at indkapsle i standardiserede skemaer. Hougaard (1989) refererer til dodo-kendelsen, som værende en betegnelse for netop denne observation. Dodo-kendelsen bidrager til en skepsis refleksivitet overfor veletableret psykoterapeutiske metoders gyldighed. Dette, ud fra antagelsen om, at der kan være tale om endegyldig videnskabelig gyldighed, når der ses en lang række non-specifikke faktorer (p. 85). Særligt i klientens opfattelse af terapien, beskriver Hougaard at terapeutens personlighed, forstående tilgang, og det at klienten føler at blive hjulpet, er det vigtigste (Hougaard, 2019, p. 232).

Opsummering af Litteraturreview og Teori

De første antagelser, som blev fremlagt i Indledningen angående relationers generelle betydning og mere specifikt relationen mellem psykolog og klient, er nu blevet uddybet i et mere teoretisk perspektiv. Bowlbys argument for tilknytnings betydning for menneskets videreudvikling, kan være med til at understrege relevansen i, at det kan være svært at undgå at relationen og det man har med sig af tidligere relationer, ikke har en betydning for den terapeutiske relation. Dette bakkes yderligere op af forskellige studier, som tidligere gennemgået i Litteraturreview. Her finder Diener og Monroe (2011) eksempelvis i deres metaanalyse, at højere sikker tilknytning hos terapeuten, er associeret med en stærkere terapeutisk alliance, mens at højere usikker tilknytning hos terapeuten er associeret med svagere terapeutisk alliance (p. 245). En anden antagelse og undren, som er blevet præsenteret i Indledningen, er det menneskelige aspekt i rollen som psykolog. Rogers klientcentrerede perspektiv på terapi, er blevet præsenteret for at belyse psykologens rolle som værende en vigtig faktor i terapien. Hans argument for, at psykologen spiller en stor rolle i den terapeutiske situation, kan understrege at man ikke udelukkende kun skal se på den psykoterapeutiske metode eller tilgang, når man undersøger kvalitet og gyldighed i psykoterapi. Ifølge Rogers er man nødt til at tage psykologens rolle med når der undersøges hvilke faktorer, der kan have betydning for terapiens udfald. Rogers teoretiske antagelser om psykologens rolle og betydning, er ligeledes med til at udspecificere hvad der kan være tale om, når der tales om non-specifikke faktorer. Dette argumenterer Bernhardt og kolleger (2017) ligeledes for, og som beskrevet i Litteraturreview, så peger deres studie på, at der opleves spændinger mellem ens personlige styrke og sårbarhed i rollen som psykolog. De foreslår at man som psykolog derfor skal være opmærksom på ens egen personlige sårbarhed og aktivt imødekommende den, for at forblive professionel (Bernhardt et al., p. 968). Der ses altså en række argumenter i både den

empiriske og teoretiske viden, for at psykologens rolle har betydning, og at rollen som psykolog, udover den uddannelsesmæssige side, også er forankret i mennesket bag psykologen.

Ovenstående teoretiske gennemgang samt tidligere præsentation af aktuelle studier inden for området, bidrager med forståelse for hvordan man kan forstå psykologers oplevelse af, at tidligere relationelle erfaringer og personlige oplevelser, kan have en betydning for dem i deres terapeutiske arbejde. Der vil være et fokus på den enkelte psykologs oplevelser med udgangspunkt i relationer og personlige oplevelser i terapien. I de kommende afsnit, præsenteres den metodiske fremgangsmåde, dataindsamling, etiske overvejelser og de analytiske processer. Dernæst vil resultaterne blive præsenteret og slutteligt vil resultaterne blive diskuteret i et teoretisk perspektiv ud fra de ovenstående teorier og begreber.

Metode

I det følgende afsnit vil de teoretiske overvejelser omkring valg af metode og de generelle metodiske overvejelser blive fremlagt. I argumentationen, vil der ligeledes blive fremlagt et videnskabsteoretisk perspektiv, og relevansen heraf i forhold til afhandlingens problemfelt og empiri. Dernæst vil der blive redegjort for indsamling af empiri og de etiske overvejelser i den forbindelse. Slutteligt vil der blive gennemgået og argumenteret for valget af den refleksive tematiske analysemetode.

Den kvalitative tilgang

Denne afhandling tager udgangspunkt i kvalitativt indsamlet empiri i form af interviews. Begrebet 'kvalitativt' står i modsætning til 'kvantitativ', og det betyder at man i sit forskningsspørgsmål er interesseret i at forstå, fortolke og beskrive hvordan noget det gøres, siges eller opleves. Dette kan stå i modsætning til den kvantitative tilgang, hvor man i højere grad er optaget af kausaliteter, kvantiteter og objektiviteter (Brinkmann & Tanggaard, 2015, p. 13). I den kvalitative metode, ønskes der at komme tættere på den menneskelige erfarings kvaliteter. Ifølge Brinkmann og Tanggaard (2015) beskriver fænomenologen Giorgi i 1975 "at en kvalitativ tilgang udgør en nødvendig forberedelse for al forskningspraksis (...) Al forskning begynder på den måde med en form for kvalitativ analyse af det fænomen eller genstandsfelt, man ønsker undersøgt" (p.15f). På mange måder er den kvalitative tilgang derfor uundgåelig eller et startsted for påbegyndelse af ny forskning og viden. De to metodologiske tilgange, kvantitativ og kvalitativ, har hver deres styrker og begrænsninger, og det afgørende i vurderingen af metodens kvalitet, er genstandsfeltet og formålet med undersøgelsen. Derfor bør det først og fremmest være genstandsfeltet, der bestemmer metoden (Tanggaard & Brinkmann, 2015, p. 37). I denne afhandling, er ønsket netop at forstå hvordan psykologer oplever sig selv i den terapeutiske situation og hvordan tidligere oplevelser og relationelle erfaringer spiller en rolle i det. Formålet er at opnå forståelse og indsigt i enkelte psykologers oplevelse med fokus på tidligere relationelle erfaringer. Genstandsfeltet og problemstillingen, lægger derfor op til en kvalitativ undersøgelse, som vil give mulighed for at opnå dybere indsigt og forståelse for psykologen. Indenfor den kvalitative metode, findes ligeledes forskellige tilgange og perspektiver, som først og fremmest repræsenterer en anti-positivistisk tradition, men har forskellige tilgange til hvordan man bør anskue det empiriske materiale (Brinkmann & Tanggaard, 2015, p. 20). I forhold til denne afhandling, hvor ønsket er at

opnå en dybdegående forståelse for psykologens side, kan man derfor argumentere for at bruge et fænomenologisk perspektiv i metodeforsåelsen og indsamling af empiri.

Et fænomenologisk perspektiv i interviewet

Fænomenologi er en videnskabsteoretisk filosofi, som er grundlagt af Edmund Husserl i starten af 1900-tallet. Ordet stammer fra det græske ord *phainomenon* og betyder 'det, som viser sig'. Det omhandler læren om det, der kommer til syne eller er bevidste for os, og hvordan noget opleves. Som metodisk tilgang, ønsker man i fænomenologien at belyse fænomenet, som det optræder, hvilket betyder at man skal søge væk fra sin forhåndsviden og indtryk. Et bærende perspektiv er, at den menneskelige bevidsthed altid er intentionel, altså at vores bevidsthed altid er rettet mod noget, der sanses. Ifølge Husserl betones subjektivitetens vigtighed gennem intentionalitetsbegrebet, og understreger på den ene side menneskets rettedhed mod verden, og verdens rettedhed mod mennesket (Jacobsen, Tanggaard & Brinkmann, 2015, pp. 217-219). Et andet centralt begreb i fænomenologien er livsverden. Det beskrives som den konkrete verden, hvori vi lever og oplever vores hverdag. Livsverden beskriver ikke blot oplevelsen, men også oplevelsen i en kontekst og naturlig setting (Langdridge, 2007, p. 23). Husserl understreger, at alt hvad man som individ ved, ved man ud fra den oplevelse man har af verdenen, og dermed også virkeligheden for den, som oplever det. For at undersøge psykologers oplevelse og deres livsverden, benyttes et interview som undersøgelsesmetode, for netop at få adgang til og høre psykologens oplevelse på et dybere grundlag.

Det semistrukturerede interview

Interview er en af de mest brugte metoder inden for human- og samfundsvidenskaberne og den kvalitative metode, og ifølge Tanggaard og Brinkmann (2015) kan forskningsinterviewet, hvis det udføres korrekt, være en af de mest vigtige og effektive måder at forstå mennesket på (p. 30). I interviewet opnås adgang til at høre om menneskers oplevelser af forskellige fænomener i deres livsverden, og der er mulighed for at konstruere og formidle en livshistorie, og dermed en social praksis, der medierer selvets forhold til sig selv (Tanggaard & Brinkmann, 2015, p. 30). Gennem brug af interview som undersøgelsesmetode, kan der opnås en pragmatisk validitet i læren om menneskets livsverden, og dette er en viden som kan påvirke både den eksisterende teoretiske forståelse, men også bidrage

med ny viden (Tanggaard & Brinkmann, 2015, p. 34). Ifølge Tanggaard og Brinkmann (2015) er formålet med et interviewstudie at komme helt tæt på interviewpersonens oplevelse og til sidst formulere det til et tredjepersonsperspektiv på oplevelsen (p. 31). Kvale og Brinkmann (2009) beskriver interviewet som en vekselvirkning, hvor viden udveksles og konstrueres mellem individerne. Relationen kan ikke udelades i situationen, og det er derfor vigtigt at have øje for, hvordan ens egen position kan have betydning for den viden man opnår (p. 18). En måde at imødekomme dette på, kan være ved at udarbejde en interviewguide i forbindelse med et semistruktureret interview. Dette kan være med til at strukturere en forhåndsviden om emnet, men også skabe refleksion over hvilke spørgsmål man vil stille og hvorfor. En interviewguide kan være med til at klæde en interviewer godt på, således man i selve interviewsituationen, er forberedt og kan være i en tilstand af “bevidst naivitet” (Kvale & Brinkmann, 2009, p. 46). De beskriver et semistruktureret interview som værende en tilstand, hvor intervieweren er forberedt og har tilegnet sig en vis viden om området, men stadig tilgår interviewet med et åbent sind og hvor der er plads til afvigelser og interviewpersonens fortælling (Kvale & Brinkmann, 2009, p. 46). I denne undersøgelse benyttes et semi-struktureret interview for at bevare et fokus gennem interviewet og sikre at de samme temaer bliver omtalt i alle interviews. Dette er også med til at sikre en vis validitet i undersøgelsen; nemlig ved at sikre den røde tråd mellem de indledende faser af undersøgelsen og den reelle interviewsituation. Dette kan være med til at sikre, at undersøgelsen rent faktisk undersøger det, der påstås at undersøges (Kvale & Brinkmann, 2009, p. 320). I nedenstående afsnit vil kvaliteten i undersøgelsen, uddybes yderligere.

Undersøgelses kvalitet

I enhver undersøgelse, er det vigtigt at have øje for hvordan der på bedste vis opholdes en god kvalitet i undersøgelsen. Hertil findes en række begreber, som kan være med til at sikre en vis kvalitet i en undersøgelse, og begrebet validitet, vil nu blive gennemgået i forhold til hvordan der tages højde for det i afhandlingen. Som beskrevet i ovenstående afsnit, er det vigtigt at sikre, at den måde undersøgelsen er bygget op på, stemmer overens med det, der ønskes at undersøges - at man sikrer validiteten i undersøgelsen (Kvale & Brinkmann, 2009, p. 123). Ifølge Kvale og Brinkmann (2009) er det vigtigt at have dette begreb for øje gennem hele processen (p. 124). Under tematisering understreger de, at det er vigtigt at der findes en klar sammenhæng mellem afledning fra tidligere undersøgelser og eksisterende teori og til undersøgelsesspørgsmålet. Dette sikres ved at der i starten af denne afhandling,

er foretaget et litteraturreview af eksisterende litteratur på området. Denne proces har været med til at sikre at der først og fremmest er grundlag til at undersøge emnet, men også for at sikre den røde tråd fra problemformulering til interviewene. Derudover er der i undersøgelsesfasen, altså selve interviewene, særligt fokus på at sikre gennemsigtighed og tydelighed i den måde spørgsmålene bliver stillet på, således at spørgsmålene forstås ens af alle interviewpersoner. I selve analysefasen sikres validiteten, og dermed også kvaliteten, ifølge Braun og Clarke (2022) ved at man som forsker først og fremmest skal have en god forståelse for den udøvende del af analysen og være bevidst om hvilke problematikker, der kan opstå under analysen (p. 260). Her nævnes eksempelvis vigtigheden i at forskningsspørgsmålet fremgår tydeligt i den analytiske del, så der er en klar forventning om formålet med analysen. Dette sikres i afhandlingen ved løbende at revurdere problemformuleringen og løbende tilpasse den. Problemformuleringen kan ses som en løbende rettesnor for afhandlingens problemfelt og retning, og ifølge Braun og Clarke (2022) er det derfor vigtigt at være fleksibel og dynamisk i forhold til undersøgelsens udvikling (p. 263). Til sidst understreger de vigtigheden i den reflektive del af deres analysemetode. Det betyder, at jeg som undersøger i denne afhandling, skal være særlig bevidst om min subjektive og aktive rolle i udformningen af temaer i analysen, fordi det er en bærende del af undersøgelsen, og dermed også en stor del af at sikre en god kvalitet og validitet i afhandlingens helhed.

Metodiske overvejelser i empirien

Rekruttering af informanter

I denne undersøgelse er der blevet foretaget tre interviews af psykologer. Rekrutteringskriterierne har været at informanterne skal være uddannet psykolog (cand. psych), have minimum tre års erfaring, autoriseret eller i gang med at blive autoriseret, og arbejde med terapi. Disse kriterier er sat på baggrund af at psykologerne først og fremmest primært skal arbejde med terapi, for at have erfaring med at være i en relation hvori der indgår terapi og samtale, og deres oplevelser af situationen. Dernæst blev kriteriet for autorisation eller påbegyndt autorisation sat, for at sikre at psykologerne havde en vis erfaring med at arbejde i forskellige terapeutiske situationer og modtage supervision, som kan være med til at skabe refleksivitet hos psykologen. På den anden side, var det også vigtigt, at kriterierne ikke er for specifikke eftersom jeg i undersøgelsen ikke ønsker en specifik profil, men blot at psykologerne har erfaring med at være i en terapeutisk relation, hvori der kan skabes refleksion ud fra.

De tre kvindelige informanter er blevet fundet via personlig kontakt eller mail henvendelse. De har henholdsvis 19, 22 og 8 års erfaring, som psykologer, hvor to af informanterne først er uddannet folkeskolelærer og så efterfølgende har uddannet sig til psykolog. Alle psykologer arbejder i dag som selvstændige privatpraktiserende enten fuldtid eller deltid. Forud for interviewene modtog hver informant en mail, hvori der stod en beskrivelse af hvad afhandlingen omhandler, mit interessefelt i heri og hvad interviewet ville indebære. Formålet med denne for-kontakt inden interviewet, var at rammesætte interviewet og forberede informanterne på selve interviewet ved at vække nogle refleksioner hos dem. Derudover var det for at skabe en god kontakt og holde de tre informanter ved interessen, da der var mellem tre til fire uger fra kontakten blev taget, til at interviewene fandt sted. Interviewene er alle foregået i den samme uge, hvor ét har været online efter ønske fra psykologen selv grundet tidsmæssige udfordringer, og de to andre var i et fysisk møde. Alle interviewene varede mellem 50-80 minutter, og blev foretaget ud fra en interviewguide

Udformning af interviewguide

Interviewguiden er blevet udformet på baggrund af litteratursøgningen og mine overvejelser i forhold til forskningsspørgsmålene (se figur 1). Ud fra det, er der opstillet tre temaer i guiden: At være psykolog, Samtalen, og Relationsarbejde. Disse temaer er stillet ud fra ønsket om at få en bred forståelse for psykologen selv, konkrete samtaler og mere specifikt høre deres tanker om relationen med klienten og hvordan de ser denne relation. I udformningen af spørgsmålene er der især fokus på at stille åbne og reflekterende spørgsmål, ved eksempelvis at starte spørgsmålet med 'hvordan'. Derudover var det vigtigt for mig at sørge for en ordentlig debriefing i slutningen af interviewet, hvor interviewet blev opsummeret af mig for derefter at give informanterne mulighed for at stille spørgsmål eller kommentere på interviewet (Kvale & Brinkmann, 2009, p. 149) Dette, for at hjælpe informanten ud af interviewet efter have delt personlige oplevelser og følelser, og sikre at oplevelsen af interviewet bliver afsluttet ordentlig og endnu en gang forklare, hvad der efterfølgende vil komme til at ske med interviewet.

Interviewguiden er ligeledes blevet rettet til efter et pilotstudie. Pilotstudiet blev foretaget med en medstuderende, som har erfaring med at lave terapi i et studiejob. Her blev der blandt andet omformuleret ét spørgsmål fordi informanten i pilotstudiet ikke forstod det, der blev tilføjet et ekstra spørgsmål, som en indledning til et tema og til sidst blev der byttet rundt på to spørgsmål for at skabe et

bedre flow i hvordan spørgsmålene blev stillet. Pilotstudiet var også nyttigt i forhold til at træne interviewsituationen for mig og dermed også forberede mig godt til de endelige interviews.

Tema	Interviewspørgsmål	Prompts
Tema 2 Samtalen	Kan du beskrive en samtale, som har gjort stort indtryk på dig?	
	Kan du beskrive det som man vil kalde en mere krævende samtale for dig?	
	Tror du at de situationer, du netop har beskrevet, afhænger af konteksten eller relationen (klienten)? På hvilken måde?	
	Oplever du nogle følelser i terapirummet, som kan være svære at rumme hos klienten?	
	Hvorfor tror du at netop de følelser, kan opleves svære for dig	

Figur 1 - Uddrag af interviewguide

Transskription

Efter interviewene er foretaget, kræver det efterfølgende en transskription af det optagede materiale. Dette er for at strukturere det mundtlige materiale til skriftligt, så det egner sig til analyse (Kvale & Brinkmann, 2009, p. 202). Det mundtlige materiale er transskriberet med fokus på hele konteksten og den indholdsmæssige dimension, og på at det mundtlige materiale også skal være meningsgivende i et skriftligt sprog. Det betyder blandt andet at hyppige gentagelser og brugen af talesprog som for eksempel 'øh', 'hm' eller 'ik', er valgt ikke at blive noteret konsekvent i transskriptionen, for netop at gøre teksten mere forstående. Dog er det noteret, hvis det er vurderet at have betydning for sætningen eller bidraget til konteksten, som det bliver sagt i. Derudover er længere pauser noteret med (.), følelsesudtryk som latter og gråd er noteret i en parentes, og ord der bliver lagt stort tryk på, står med store bogstaver. Grunden til dette valg af en mere simpel transskription, hvor der er mere fokus på hele konteksten og det indholdsmæssige i det mundtlige, er fordi målet med undersøgelsen ikke er at opnå en detaljeret sproglig analyse, men snarere at forstå det mundtlige i en helhedsorienteret kontekst, hvor der ikke er meningsforstyrrende elementer fra dagligdagssproget. I transskriptionen er der foretaget en række etiske overvejelser i forhold til at behandle følsomme emner og oplysninger korrekt. De tre informanter er blevet anonymiseret allerede i transskriptionen og der er eksempelvis blevet undladt en passage i et interview, da informanten følte at hun talte for dybdegående omkring et forløb med en klient, hun havde haft. De tre transskriberet interviews kan ses i Bilag 2, 3, 4.

Etiske overvejelser

Ved undersøgelse af mennesker, er der naturligvis altid en række etiske forpligtelser. I interviewundersøgelsen er der nogle særlige etiske spørgsmål tilknyttet det menneskelige samspil mellem interviewer og informanten, og den viden der produceres i samspillet (Kvale & Brinkmann, 2009, p. 80). I interviewet udforskes ofte private og personlige forhold og disse vil efterfølgende vil offentliggjort, hvilket derfor kræver at der tages hensyn til mulige etiske problemstillinger både inden undersøgelsens start, under og efter (Kvale & Brinkmann, 2009, p. 80). Kvale og Brinkmann (2009) opstiller en række etiske spørgsmål, der kan stilles gennem de forskellige faser i forskningen, og som er med til at højne det etiske niveau gennem hele undersøgelsen. I denne undersøgelse startede de etiske overvejelser allerede i tematiseringen af problemfeltet og under litteratursøgningen. Her er det ifølge Kvale og Brinkmann (2009) vigtigt at forholde sig til om undersøgelsen bidrager til større forståelse for mennesket og forbedre den situation eller de mennesker, som undersøges (p. 81). I litteratursøgningen viste der sig et stort antal studier, der undersøgte det specifikke outcome af psykologens rolle i terapien, og mange af studierne var lavet på et kvantitativt grundlag via spørgeskemaer. Derfor vurderede jeg et behov for at se denne vinkel fra psykologens side, og få en dybere gående viden forståelse for hvilke dynamikker og forudsætninger, der kan ligge forud for selve terapien og det efterfølgende outcome. I udarbejdelsen af interviewguiden og ved rekruttering af informanter, er vigtigt at dette sker med fokus på fortrolighed, samtykke og transparens (Kvale & Brinkmann, 2009, p. 81). Derfor er alle informanter inden interviewet blevet grundigt sat ind i interviewets formål og afhandlingens problemfelt, for at sikre at interviewet foregår på informeret samtykke og for at skabe en god og tillidsfuld kontakt med informanterne. Hertil har alle informanter underskrevet en samtykkeerklæring, hvori de altid har mulighed for at trække dele eller hele deres udtalelse tilbage (se Bilag 1). I forbindelse med rekruttering af informanter foreslår Kvale og Brinkmann (2009) at man som forsker kan stille sig selv spørgsmål om hvilke fordele, der er for informanterne ved at stille op til interviewet (p. 87). I forbindelse med at skabe kontakt til psykologerne havde jeg derfor en dialog med dem om hvilke forventninger jeg havde i forhold til hvad de ville få ud af at deltage i interviewet. Her blev der blandt andet italesat at jeg havde en forventning om at interviewet vil bidrage til refleksion over deres egen rolle i terapien og muligvis igangsætte nogle tanker om jobbet, som psykolog, som de nødvendigvis ikke tænke over til dagligt. I transskriptionen har der været fokus på at anonymisere informanterne og skabe fortrolighed (Kvale & Brinkmann, 2009, p. 91), og det er gjort ved at udskifte navn og andre personfølsomme oplysninger, eksempelvis arbejdsplads og bopæl, som kan

bidrage til genkendelse. Derudover er fokus på at være loyal overfor informanternes mundtlige udsagn, og sørge for at der vil være genkendelse for dem i deres udsagn.

Refleksiv tematisk analysemetode

I det følgende afsnit vil afhandlingens analysemetode blive præsenteret. Formålet med denne præsentation, er at give et indblik hvordan den indsamlede empiri vil blive bearbejdet og analyseret, samt hvilke teoretiske og praktiske værktøjer, der vil blive benyttet. Der benyttes en tematisk analysemetode, som er en bred betegnelse for en metode, der bruges i den kvalitative analyse. Tematisk analyse er en fleksibel metode, som både kan bruges i en induktiv og deduktiv orienterede empiri, men overordnet set består metodens kerne i at man gennem kodning og tema-udvikling, kan indfange mening på tværs af et spektrum af semantiske og latente forståelser (Braun & Clarke, 2022, p. 228). Kodning skal forstås som første skridt i den analytiske proces. Kodning er en proces, hvor man gennem tæt arbejde med materialet, fortolker og 'tagger' dataet med forskellige 'code labels', som til sidst skal ende ud i en identifikation af temaer (Braun & Clarke, 2022, p. 229). I den tematiske analyse beskrives et tema som et mønster, som beskriver og/eller organisere mulige observationer og aspekter i et fænomen. Braun og Clarke (2022) understreger, at disse temaer ikke opstår ud af kodningen og empirien i sig selv, men at de aktivt bliver produceret gennem forskerens tolkninger og meningskondenserende kodninger (p. 229f). Der findes forskellige tematiske analyser og tilgange til den analytiske del, og i denne afhandling bruges en refleksiv tematisk analyse som er udviklet af teoretikerne Braun og Clarke (2022). Formålet består i udvikling, analysering og fortolkning af mønstre på tværs af et kvalitativt datasæt, og indeholder systematiske processer til kodning af materialet, som til sidst skal ende ud i en række temaer, som ifølge Braun og Clarke (2022), er det "ultimate analytiske formål" (p. 4). I den refleksive tematiske analyse, spiller forskeren en stor rolle, fordi det kræver en kritisk refleksion både af det empiriske materiale, men også af sig selv som forsker. Forskeren kan beskrives som situeret i den refleksive analyse (Braun & Clarke, 2022, p. 12). Dette betyder også, at der ikke er opsat regler eller manualer, som sikrer en god analyse, men at det er forskerens egen refleksivitet og subjektivitet, som sikrer den gode analyse. Der findes naturligvis faser, som er med til at facilitere og systematisere kodningsprocessen og en række punkter, som er vigtige at overveje i de forskellige faser. Den refleksive tematiske analysemetode adskiller sig fra andre tematiske analyser ved især at fremhæve forskeren situeret rolle og hvilken betydning kodning har i den analytiske fase. I den refleksive tematiske analyse ses kodning ikke som mindre temaer, men som en organisk proces, hvor

Braun og Clarke (2022) opsætter seks faser, som starter med først at blive familiær med datasættet, derefter laves en systematisk kodningsproces, hvori der udforskes og udvikles temaer, som til sidst skal ende med at kunne producere et skriftligt analytisk produkt (Braun & Clarke, 2022, p. 34). De seks faser vil løbende blive beskrevet og refereret til i Den dataanalytiske proces. Valget af en refleksiv tematisk tilgang til analysemetoden, skyldes blandt andet typen af det indsamlede empiriske materiale. Som tidligere nævnt i ovenstående afsnit, hænger typen af empiri, problemstilling og valg af metode uløseligt sammen (Tanggaard & Brinkmann, 2015, p. 37). Braun og Clarke (2022) argumenterer for, at ved arbejde med et kvalitativt datasæt, som er funderet i et kvalitativt paradigme, giver det mening at arbejde ud fra en refleksiv tematiske analyse. Dette, for i højere grad at acceptere de vilkår og værdier omkring subjektivitet, kvalitet og validitet, der hersker i den kvalitative undersøgelsesmetode (Braun & Clarke, 2022, p. 5). Denne afhandling er netop funderet ud fra et fra fænomenologisk perspektiv med et ønske om at opnå forståelse og indsigt i den enkelte psykologs livsverden ud fra en interviewundersøgelse, og man kan derfor argumentere for ud fra Braun og Clarkes argumentation, at en refleksiv tematisk analyse, hvor forskeren er aktiv og situeret i datasættet, vil egne sig godt til at kunne arbejde aktivt med det indsamlet materiale. Dette betyder også at temaerne ikke 'opstår' ud af interviewene, men kommer frem på baggrund af et aktivt arbejde i analysen, hvor min subjektive og teoretisk funderet refleksivitet netop spiller en stor rolle. Braun og Clarke (2022) beskriver netop at dette, er en væsentlig forskel fra andre tematiske analyser. De beskriver at koderne, som dannes i anden fase af analysen, kan ses som udtryk for forskerens fortolkning af datasættet, og som bruges som grundlag for den videre tematiske fase. De redegør ligeledes for, at denne refleksive tematiske analyse adskiller sig fra andre tematiske analyser, ved at man i denne analyse både har mulighed for at arbejde induktivt og deduktivt, og kan anskues som en fleksibel metode, fordi der kan gøres uafhængigt af teori og epistemologi. Derfor adskiller refleksive analyse sig altså ved at have det subjektive og aktive arbejde i analysen i fokus fremfor ontologiske og epistemologiske overvejelser. Dette skaber større fleksibilitet i fortolkningerne, da der netop ikke er en bestemt konceptualisering og forståelse som skal passes inden for rammen i analysen (Byrne, 2021, pp. 4-6).

Ved valg af en refleksiv tematisk analyse tilgang, giver det altså mulighed for jeg kan arbejde fleksibelt og åbent med de tre interviews, og samtidig acceptere de teoretiske antagelser som løbende udvikles gennem processen.

Den dataanalytiske proces

At blive bekendt med datasættet

I den første fase af analysen, er formålet først og fremmest at blive bekendt med materialet på en aktiv og kritisk måde. I denne fase har jeg lyttet til de tre interviews og forsøgt at rette transskriptionen til og gjort mig endnu mere bekendt med interviewpersonerne og hvad de fortæller. I denne fase overvejede jeg også hvordan jeg ville strukturere kodningsfasen. Braun og Clarke (2022) foreslår blandt andet, at det kan være en fordel at printe transskriptionerne ud i fysisk form, så man har mulighed for at kode datasættet med overstregninger og labels. Dette, for at overskueliggøre datasættet med ud fra en mere manual fremgangsmåde.

Kodning

Den anden fase i den refleksive tematiske analyse, er kodning. Denne fase skal ses som en dynamisk proces, hvori ord, sætninger og parafraser skal omdannes til koder, som giver mening i forhold til afhandlingens problemformulering. Formålet med denne fase er at skabe fundamentet for tematisering, og de koder der bliver dannet i denne fase, kan derfor ses som byggesten til de kommende faser, som består i at generere temaer (Clarke & Braun, 2022, p. 52). Kodning er en dynamisk proces, hvor forskerens subjektivitet er med til at forme koderne. Clarke og Braun (2022) understreger at der i denne fase vil blive generet mange forskellige koder, men at det ikke nødvendigvis betyder at alle koder skal bruges i de kommende tematiseringsfaser (p. 53).

Det første jeg gjorde i denne fase, var at printe de tre interviews ud og læse transskriptionen mens jeg lyttede til til interviewene, og overstregede sætninger, ord, parafraser, som jeg umiddelbart fandt interessant. Dernæst læste jeg igennem transskriptionen yderligere igennem to antal gange og i forskellige rækkefølger - denne gang med øje for danne koder i datasættet. Her var jeg især opmærksom på de overstregninger jeg havde gjort mig i første omgang, og begyndte her at kode ved at give sætninger, ord og parafraser en overstregning eller et label med en kode. Koderne var eksempelvis 'Person erfaring påvirker arbejdet', 'Supervision vægtes højt', 'Nysgerrig efter at forstå' (se figur 2). Her kunne flere koder gå igen og nogle sætninger havde omvendt flere forskellige koder. Dette blev struktureret i én tabel, for at have overblik over koderne, men også for at anskue de tre interviews som ét og dermed behandle det som ét datasæt.

D: Og jeg tænker at jo mere ubevidst kompetent jeg er blevet, jo nemmere tror jeg også at jeg hjælper mine klienter.	Intuitiv tilgang til jobbet som psykolog
D: Og samtidig når man skriver om hvad der betyder noget i terapien- om det er metoden eller er det relationen eller terapeuten – der tror jeg helt klar at terapeutens måde at gribe tingene an på betyder rigtig rigtig meget. Og den relation man får lavet, betyder rigtig rigtig meget	Relationens betydning for terapiens udfald
D: Men det er fordi jeg kender mine teorier så godt og min praksis så godt, at jeg kan flyde med det. Giver det mening?	En overlapning mellem personlighed og måden hun arbejder på
D: Og der tror jeg, at i starten da jeg var terapeut, der var jeg meget over i deres sko. Jeg var meget inde i deres historier, og meget levede med i deres historier. Og det har jeg lært – også via en masse supervision, lært at læne mig lidt tilbage og have et mere supervisionsblik på det og ligesom kigge bag dem.	Udvikling som psykolog Supervision vægtes højt

Figur 2 - Et uddrag af kodningsprocessen

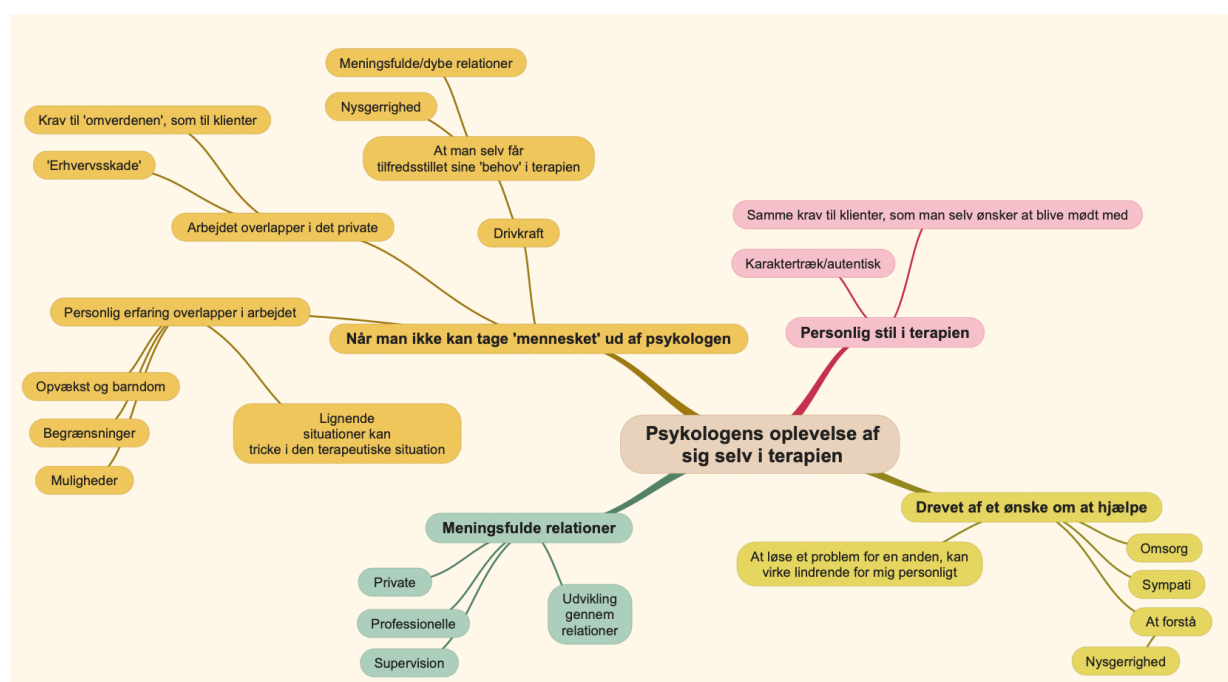
De første temaer opstår

Formålet med denne fase er skabe temaer i datasættet ud fra koderne i fase to. I denne fase skal der skabes et nyt fokus, som i stedet for at se tæt på de enkelte citater, skal se bredt på tværs af hele datasættet. I denne fase skal der ligeledes udvælges hvad man som forskere vurderer og fortolker som det vigtigste i forhold til problemformuleringen. Dette kan anskues som den reelle start af analysen fordi man i denne fase skal se på tværs af datasættet. Braun og Clarke (2006) foreslår at bruge visuelle redskaber i denne fase, for lettere at kunne overskue og identificerer temaer på tværs af datasættet (p. 88). I slutningen af denne fase, er målet at have identificeret en række mulige temaer og undertemaer, som man efterfølgende kan arbejde videre med (Braun & Clarke, 2006, p. 89).

Efter at have lavet en tabel, som indeholder alle koder, startede jeg denne fase med at give de koderne forskellige farver (se figur 2), for at gøre det lettere at identificere gennemgående koder på tværs af datasættet. Dernæst lavede jeg mindmaps over de forskellige koder, som gik igen, og startede den første temadannelse med mulige temaer og undertemaer. I figur 3 ses det første mindmap, som illustrer de mange temaer, som kom frem i datasættet.

Videre udvikling af temaer med afsæt i problemformuleringen

I denne fase, er formålet at redefinere og strukturere de fundne mulige temaer fra foregående fase, så man til sidst ender ude med de endelige temaer. I denne fase handler det også om at sikre *intern homogenitet* og *ekstern heterogenitet*, hvilket betyder at i hvert tema er det vigtigt at der er en klar og meningsfuld sammenhæng i måden temaet er struktureret på, mens der på den anden side skal være en tydelig og klar forskel mellem temaerne. For at sikre dette, er det vigtigt at gennemgå de mulige temaer fra den foregående fase flere gange og forholde sig kritisk til om det eksempelvis kan stå som et tema eller om man skal overveje om det i stedet kan være et undertema. Det er vigtigt at overveje validiteten i hvert tema i relation til datasættet og afhandlingens problemformulering og om de repræsenterer formålet (Braun & Clarke, 2006, p. 91f). Derfor blev nogle temaer valgt fra grundet en manglende sammenhæng på tværs af datasættet og relationen til problemformuleringen. Dernæst var fokus at se efter om nogle af temaerne overlappede hinanden ved at tjekke om ét citat kunne bruges indenfor flere temaer. Det betød blandt andet at jeg kunne lægge to temaer sammen under et mere dækkende og præcist tema og i stedet have nogle få undertemaer for yderligere udpensling af temaet. Denne udvikling kan ses i figur 3 og 4.



Figur 3 - Første mindmap

De endelige temaer

I forlængelse af foregående fase, omhandler næste skridt i analysen, at definere og redefinere de fundne temaer, så de er klar til at blive præsenteret i analysen. Braun og Clarke (2022) beskriver dette som sidste skridt inden resultaterne fra analysen skal præsenteres. Derfor er det vigtigt at have for øje at et tema hverken er for stort eller for småt, men dækker det narrativ man ønsker at fortælle og undersøge i forhold til problemformuleringen, og at temaet har en dækkende titel. I denne fase skal de relevante citater og parafraser fra datasættet findes og organiseres, således dette er klar til at indgå i analysen (Braun & Clarke, 2006, p. 92). Gennem de foregående faser, er de endelige tre temaer blevet formuleret; *Den personlige historie*, *Drivkraften* og *Meningsfulde relationer*.



Figur 4 – Sidste mindmap

Præsentation af data

Sidste del af den reflektive tematiske analyse, er det skriftlige produkt af alle de foregående faser. Braun og Clarke (2006) beskriver denne fase som “the complicated story of your data” (p. 93), hvor formålet er at fortælle denne historie og afhandlingens narrativ på en valid, sammenhængende og troværdig måde. Temaerne skal præsenteres på en sammenhængende, ikke-gentagende og fangende måde (Braun & Clarke, 2006, p. 93). I det følgende resultatafsnit præsenteres de tre temaer, hvor uddrag fra datasættet vil bruges som omdrejningspunktet. Formålet med følgende resultat, er at sikre en dybdegående forståelse for psykologernes livsverden og hvordan de oplever at deres private og personlige erfaringer og relationer, har en betydning for dem i deres terapeutiske arbejde. Den subjektive fortolkning tager afsæt i den fænomenologiske forståelse, således den reflektive og subjektive fortolkning bliver gjort med respekt og forståelse for den livsverden interviewpersonerne er i.

Resultater

Som beskrevet i foregående analyseafsnit, vil resultaterne af den analytiske fremgangsmåde nu blive præsenteret. Igennem den reflektive kodningsproces, hvor mange temaer kom i spil gennem aktivt arbejde med datasættet, vil de tre hovedtemaer nu blive gennemgået med løbende uddrag fra interviewene med psykologerne, som kaldes D, H og J. Først vil de enkelte temaer blive gennemgået og dernæst vil den tværgående sammenhængskraft i de tre temaer blive præsenteret. De tre temaer er: *Den personlige historie*, *Drivkraften* og *Meningsfulde relationer*. Hvert tema indfanger forskellige aspekter og implikationer af hvordan vi kan forstå psykologers oplevelse af dem selv i den terapeutiske situation. Her vil der være fokus på den personlige og private del af dem i det terapeutiske arbejde, deraf navnet *Mennesket bag psykologen*, som det overordnede tema. Ved to af temaerne er der udviklet ét subtema, som er med til at uddybe de forskellige facetter af temaet. Ved tema 1 er subtemaet; *Den personlige stil*. Ved tema 2; *Når arbejdet overlapper det private*.

I Resultatafsnittet vil jeg løbende referer tilbage til interviewpersonernes egne ord og beskrivelser, og dette markeres med “..”

Tema 1) Den personlige historie: “På en eller anden måde smelter det hele sammen”

Det første tema er *Den personlige historie*. Dette tema dækker først og fremmest over vigtige narrativer og personlige erfaringer hos psykologen, som opleves at have betydning for dem i deres terapeutiske praksis. I forbindelse med dette tema, vil et subtema; *Den personlige stil* blive præsenteret for at nuancere hovedtemaet. Dette, for at uddybe deres terapeutiske tilgange og stil og se samspillet med den enkeltes *personlige historie*.

Psykologerne fortæller først og fremmest om forskellige personlige årsager til at blive psykolog. Disse årsager ses også at være gennemgående for dem i den terapeutiske praksis, hvor det kan komme til udtryk i både styrker og begrænsninger, samt hvordan det også kan ændre sig over tid. H fortæller om hvordan hendes behov og store lyst til at “fixe ting” og problemer, nu har ændret sig efter sin søns død og en periode på sorgorlov.

H: jeg tror med min egen historie og så videre, at dengang jeg var lille og var i en skilsmissefamilie (..) at jeg måtte overleve på at prøve at forstå meget med hovedet. Lidt ligesom hvis jeg forstår det eller tager skyld på mig (...) Jeg bliver udfordret på at jeg ikke

kan fixe alt muligt, hvilket jeg nok gerne vil. Men det er i hvert fald noget der på det seneste er gået ekstremt meget op for mig - hvor lidt jeg kan fixe. (H 149-161)

H's oplevelse af, at sit behov for at forstå menneskelige processer og problemstillinger har ændret sig efter sin søns død. Det kan være et tydeligt udtryk for hvordan den personlige historie spiller en stor rolle. Det kan vidne om at H er under et vilkår i forbindelse med sin søns død, som fører til en udvikling i hendes måde at være psykolog på, og at den professionelle udvikling ikke nødvendigvis sker gennem eksempelvis videreuddannelse eller supervision, men sker umotiveret og som en del af en personlig udvikling. H's oplevelse af at have mistet sin søn, har altså en stor påvirkning på hendes forståelse af klienter, men også på hvad hendes egne evner rækker til i den terapeutiske praksis. Hun beskriver også en udvikling i, at hun ikke i lige så høj grad er præstationsorienteret længere og at hun ikke bebrejder sig selv, hvis ikke klienten får det bedre. Dette vidner også om, at hendes tidligere ønske om at forstå og "fixe" problemer, har været et vilkår hun båret med sig ind sit job, og dermed overført sine personlige behov til professionelle behov.

Den personlige histories betydning for måden at være psykolog på, beskriver D også at opleve. Hun beskriver hvordan hendes personlige historie og det sted i livet hun befandt sig, var årsagen at hun valgte at uddanne sig til psykolog.

D: Altså grunden til at jeg stoppede med lærergerningen var dels fordi jeg følte mig fuldstændig tom, men også stresset. Jeg havde lige fået tre børn, fuld knald på det der arbejde, som ikke var tilfredsstillende på nogle måder (..) det var jo også et behov jeg selv havde for at bearbejde min egen stress. Det tror jeg ikke er uvæsentligt heller. Jeg tror der er mange, der ligesom mig, der tager et uddannelsesskift i en sen alder og har nogle personlige årsager til det også. (D 155-170)

D's karriereskift til psykolog, kan ses som et ønske om selv at få bearbejdet personlige problemstillinger. Dette oplever D som en styrke i sin terapeutiske praksis, fordi hun "ved hvad det hele handler om", når hun har klienter i samme problemstillinger. Hun fortæller ligeledes, at hun selv mange år efter tager denne personlige erfaring med sig ind i terapien. Modsat H's oplevelse af at udvikle sin tilgang til klienter gennem betydningsfulde personlige oplevelser løbende i karrieren, så vedholder D en stærk overbevisning om, at den erfaring hun gjorde sig tidligt i livet, er den samme hun medbringer

ind i sin terapeutiske tilgang. Dette vidner også om at det ikke altid er let at skille den personlige side, fra den private. *“D: På en eller anden måde smelter det hele sammen”* (D 200-201). Denne oplevelse af at “det smelter sammen” ses som en generel oplevelse hos psykologerne, som også kan være udtryk for vigtigheden i at være bevidst om dette. Disse fortællinger om tidligere erfaringer og opvækst vidner altså om, at psykologens personlige historie kan have en betydning for deres terapeutiske praksis. I nedenstående afsnit præsenteres et subtema; *Den personlige stil*. Her vil psykologernes personlige historie blive nuanceret og det vil blive beskrevet hvordan det kommer til udtryk i deres terapeutiske stil.

Subtema 1: Den personlige stil

Psykologerne beskriver dem selv, som havende en personlig stil i deres terapi, og at denne stil på mange måder er svær at beskrive fordi “det er dem som personer”. De fortæller både om hvordan tidligere oplevelser og erfaringer har præget dem, som beskrevet i ovenstående afsnit, men også en naturlig tilgang til faget. Psykologerne skulle bruge tid til at tænke over, hvad der er vigtigt for dem når de starter et forløb med en ny klient, og forklarer at “det er svært at sætte ord på”. Dette vidner om en naturlig, intuitiv og personlig fremgangsmåde i den terapeutiske samtale. Denne intuitive tilgang beskrives af H som hendes stil, som værende i kontakt med sit indre barn.

H: Jeg tror jeg har god kontakt til mit eget indre barn. Jeg føler at hun – den 9-årige H – at jeg kan forstå når hun dukker op og kan høre hende og erindring om hvordan det er at være barn på godt og ondt. Og det tror jeg børnene godt kan mærke, at jeg har adgang til den barnlighed inde i mig. Det tror jeg (.) ja, af en eller anden grund, så har jeg det med mig og det har børnene kæmpe fordel af. (H 263-273)

H's beskrivelse af hendes måde at være terapeut på, kunne antyde en intuitiv og personbaseret tilgang til terapien. En tilgang og terapeutisk stil, hvori hun bruger store dele af sin egen personlighed, og noget hun ser som en stor styrke i forhold til sit arbejde med børn. Hun beskriver ligeledes, at modsat hendes forventning til andre psykologers tilgang, så er hun ikke *“optaget af at lyde så smart eller have styr på det, når jeg finder ind til den der barnlighed, eller kreativitet – hvor jeg ikke har en forventning”* (H 299-301). *Det er klart der jeg laver bedst terapi’*. Det kan tyde på, at H også ser sin egen stil som personlig og anderledes end de typiske forestillinger om en terapeutisk stil, men også at hun engagerer sig på en mere personlig måde i terapien, hvor hun føler at det er lettere at sætte sig

i sin klients sted. H's beskrivelse kan vidne om at, hun ser dette som en styrke i sin terapeutiske tilgang.

Dette kan være med til at forklare hendes mange overvejelser om jobskifte, og om det at være psykolog i forbindelse med sin søns død og efter en periode på sorgorlov. Her taler hun om hendes "grænse for at være psykolog" er nået og at hun føler, at hun ikke er i stand til at rumme andres problemer. Denne følelse hun beskriver, er med til at understrege det store personlige engagement hun gerne vil leve op til i sin terapeutiske praksis og hvordan hun også følelsesmæssigt er med til at bære andres problemer, men at det kan føles for overvældende, når hun selv er påvirket af personlige omstændigheder.

J beskriver ligeledes denne sammensmeltning af den private og professionelle person ved spørgsmålet om at skelne den personlige og professionelle side i det terapeutiske arbejde: "*J: Fordi som psykolog er så meget sit fag, så alt det du også uddanner dig i og giver anledning til refleksion på, bliver pløjet ned og bliver til en måde at være til på*" (J 405-408). J's beskrivelse kan ligeledes være et udtryk for hvordan man som psykolog bruger sig selv i arbejdet, og at det kan være kompliceret at skille sit private jeg fra hendes arbejdsidentitet. På den anden side beskriver J sig som teoretisk funderet og at hun altid tænker inden for en teoretisk ramme. Alligevel er det personlige et vilkår, som hun forholder sig reflektivt til i forhold til sin tilgang til den terapeutisk praksis. D deler J's oplevelse af at have en personlig stil, som er præget af hendes opvækst med en voldelig far og en opfattelse af sig selv som mønsterbryder. "*D: Jeg er ikke sådan en der flygter eller fryser, jeg går i kamp. Og det gør jeg jo også i mit arbejde på en eller anden måde (..) Det er min personlige stil, som jeg fører med ind i terapien og bruger der*". (D 352-358). Dette kunne antyde at D's personlige stil, kan ses som et udtryk for, at den måde hun selv er på og har "kæmpet på" også er det hun fører med sig ind i terapien. Det kan ligeledes være et udtryk for en forventning hun har til sine klienter om, at hun som psykolog er aktiv og progressiv, men det kan også tyde på at hun har en forventning til sine klienter om, at de har den samme tilgang. Dette beskriver hun også i forbindelse med hvilke ting, hun kan finde udfordrende i den terapeutiske situation: "*D: Jeg gider ikke alt det der ynk (griner) (..) Jeg er ikke så god til at være tålmodig overfor langtidsdepressive mennesker. Hvorimod jeg er enorm god til at hjælpe folk der gerne vil noget selv*" (D 290-293). D's terapeutisk stil kan tyde på at hun finder det svært at være i en terapeutisk relation med mennesker, som ikke har samme indstilling som hun har. Hun overfører store dele af sine personlige erfaringer til den terapeutiske situation, og stiller

nogle af de samme krav til sine klienter, som hun selv har stået overfor. Der ses nogle klare træk i D's personlige terapeutiske stil, som afspejler hendes personlighed og erfaringer, og det er ligeledes nogle træk og en stil, som D synes at være meget bevidst om ved eksempelvis at fravælge klienter, som henvender sig med en langtidsdepressiv diagnose. Det kunne antyde et højt refleksivt niveau og stor selvindsigt i egne evner og hvilke begrænsninger hun som psykolog kan have med sig i kraft af tidligere erfaringer.

I forlængelse af hvordan den personlige historie har betydning for psykologernes tilgang til den terapeutiske praksis, vil det næste tema nu blive præsenteret; *Drivkraften*. De to temaer har en række fælles træk, men adskiller sig ved, at jeg i første omgang har præsenteret en række personlige erfaringer og oplevelser og hvordan dét har en betydning for den terapeutiske praksis. I teamet *Drivkraften* indfanges nogle klare motivationsfaktorer og det vil blive belyst hvordan disse kan komme til udtryk som en styrke, men også som hindringer for psykologernes arbejde. Subtemaet, *Når arbejdet overlapper med det private*, vil blive præsenteret for at uddybe facetter af motivationsfaktorerne.

Tema 2) Drivkraften: “Jeg er drevet af håbet - dét at se nogle få det bedre”

I det tredje tema *Drivkraften* vil psykologernes drivkraft og motivation for faget og terapien blive belyst og sat i relation til betydningen for den terapeutiske relation. Psykologerne udtrykker en tydelig motivation for faget og det at arbejde med terapi. Her blev ord som “nysgerrighed”, “håb”, “omsorg” og “at hjælpe” nævnt. Dette kan både ses som en styrke i faget, men det kan også medføre en række begrænsninger og stille krav til psykologerne om refleksion og bevidsthed i terapien. Der ses nemlig en række overlap mellem den personlige motivation og klientens udvikling. Dette tema rummer mange forskellige facetter af drivkraften bag det at være psykolog, og for at uddybe det, vil ét subtema blive præsenteret; *Når arbejdet påvirker det private*.

I psykologernes drivkraft for at arbejde med terapi, fremstår ønsket om at hjælpe andre tydeligt: “H: *Jeg er drevet af håbet - dét at se nogle få det bedre*”. Denne motivation fremstår tydelig i H's beskrivelse af hvorfor hun valgte at skifte job. Det gjorde hun fordi hun kun så meget traumatiseret klienter få gange inden de blev sendt videre og dermed ikke så processen eller udviklingen hos klienterne.

H: Og så lige få den historie og følge den i et par måneder, og så goodbye og så vidste jeg ikke hvad der skete. Dét belastede mig. Det gjorde et eller andet ved mig i længden.

Jeg blev nødt til at komme over i noget, hvor der på en måde var mere håb i. Det der med at følge en person i længere tid og forhåbentlig se vedkommende få det bedre (H 246-255).

Dette understreger hvor vigtigt det er for H at følge “hjælpen til dørs” og at det opleves som en stor drivkraft for hende i en sådan grad, at hun oplevede at blive belastet, hvis hun ikke så hjælpen fulgt til dørs. Dette beskriver H’s personlige stil og interesse i sine klienter, og hvor vigtigt det er for H at følge udviklingspotentialer og håb i sit job.

Denne følelse deler J: *“J: årh jeg kunne godt tænke at jeg vil hjælpe hende sådan på en eller anden måde (..) Måske ligger det egentlig dybt i os som psykologer at vi vil egentlig gerne skabe lettelse hos dem, der sidder herinde hos os” (J 273-274).* Der hersker ligeledes en forventning om, at det er et vilkår for psykologer at skabe denne lettelse, men også at have *ønsket* om at skabe det. Det kan reflektere at J’s store lyst til at hjælpe også er forbundet med et dybtfølelsesfuldt ansvar overfor klienten. Det kan derfor både være et udtryk for ansvarlighed og ønsket om at hjælpe, og hvordan dette opleves som et centralt aspekt i den terapeutiske praksis, men det kommer til udtryk på forskelligvis hos psykologerne, hvorfra ønsket og drivkraften kommer.

H og J beskriver deres virke som psykolog, som værende “omsorgsfuldt” og “hjerteligt”, og understreger at det er et vilkår man bliver nødt til at leve op til i den terapeutiske ramme:

D: Og jeg tænker også at det er rigtigt det er omsorg (..) Altså, det er jo noget med at man kommer til at holde af sine klienter. Hvis ikke man kan og ikke har lyst til at hjælpe dem og rumme dem og hjælpe dem med at komme ud af det her filter de har lavet for sig selv, så kan man ikke være terapeut vel? Det kræver rummelighed, det kræver tålmodighed, det kræver hjerte (D 858-869).

Det vidner om at det at være terapeut kræver en personlig investering i forhold til at kunne udvise omsorg og være i en omsorgsfuld relation. Denne form for drivkraft kræver en personlig investering. Drivkraften og motivation for at arbejde og være i den terapeutiske situation er altså i høj grad betinget af, om man som terapeut kan finde denne omsorg for klienten. Det relationelle og personlige aspekt, bliver i denne sammenhæng et vilkår i terapien. H beskriver at hendes drivkraft for at hjælpe

sine klienter, er at finde frem til sympatien. *“H: Jeg tror på en eller anden måde, ubevidst så søger jeg: ’hvad kan jeg få sympati for, hos den person, der kommer ind’, ’hvordan kan jeg blive nysgerrig på den der kommer ind’”* (H 781-784). Hun beskriver, modsat D og J, at hun ikke oplever den samme form for omsorg, som hun eksempelvis føler for sin mand, men at omsorgen eksisterer inden for en strukturel ramme. Der ses altså to forskellige måder at anskue omsorg på, men også to forskellige måder at anskue sin egen rolle som psykolog. Det vidner også om ønsket om at hjælpe klienter både kan være betinget af en rolle, som man påtager sig gennem en strukturel ramme, og en rolle, der påtages gennem en personlig interesse og omsorg i klienten. Ønsket om at hjælpe kommer yderligere til udtryk i J’s ønske om at gøre det godt i interviewet. Hun stopper flere gange op i interviewet og spørger ind til om hun *“svarer helt præcis?”* (J 549) og *“kan du sige noget mere om hvad du vil have mig til at sige?”* (J 398). Dette kan forstås som et udtryk for J’s store ønske om at hjælpe andre uanset konstellationen, og at der ses en sammenhæng mellem hendes personlige interesse og personlighed, og den måde hun arbejder på som psykolog. Udover ønsket om at hjælpe andre, ses nysgerrighed også som en klar drivkraft i arbejdet.

Psykologerne fortæller om en stor nysgerrighed i mennesket, og at denne blandt andet også har været drivkraft for, at to af psykologerne, har skiftet karriere fra lærer til psykolog. Der gives udtryk for en dybdegående interesse og nysgerrighed, som også vidner om et stort personligt engagement i faget og sine klienter.

H: Men ja, det der med at gå på opdagelse i noget sammen (..) Altså jeg føler lidt at det er som at være en opdagelsesrejsende. Og så det der med hvor fedt det kan være – de der øjeblikke, hvor det går op for dem – og det kender jeg jo også fra mig selv - men de der ’aha-oplevelser’ (H 101-118)

H’s billedlige beskrivelse af “at gå på opdagelse sammen” kan ses som et udtryk for en dreven nysgerrighed for sine klienter og motivation for at opnå disse øjeblikke - øjeblikke hun selv kan genkende, og som kan vidne om at H’s motivation og drivkraft kan være todelt; en nysgerrighed i klientens problemstilling, men også en personlig interesse i at klienterne opnår denne ‘aha-oplevelse’, som hun også selv ønsker at opnå i situationen. Denne billedlige og legende beskrivelse af hendes tilgang, understreger ligeledes H’s intuitive tilgang og kontakt til sit indre barn i terapien, som blev beskrevet i ovenstående afsnit *Den personlige historie*.

D beskriver sig selv som et generelt nysgerrigt menneske: “D: Jeg er også sådan et nysgerrigt menneske, jeg er et kreativt menneske, jeg er et socialt menneske, og det betyder jo også (.) den nysgerrighed giver jo også en masse erfaringer” (D 110-112). D’s beskrivelse af hvordan hendes nysgerrighed giver erfaringer, kan være et udtryk for et stort overlap mellem personlig interesse og hendes virke som psykolog. Den personlige interesse og nysgerrighed i mennesker generelt, og særdeleshed sine klienter, afføder erfaringer, som hun tager med sig ind i terapien. Hendes nysgerrighed kan være et udtryk for en iboende drivkraft i hendes virke som psykolog og i sine klienter, men det kan også ses som et personlighedstræk, hvori hun trækker på erfaringer fra arbejdsmæssige, men også private i jobbet som psykolog. J deler den samme store motivation og beskriver hvordan hendes interesse i mennesket har ændret sig gennem hendes karriere fra at være optaget af børn og unge gennem lærergerningen og arbejdet i Psykologisk Pædagogisk Rådgivning (PPR), til at være mere interesseret i det voksne menneske og særligt i individuelle samtaler. Her kan også være tale om en professionel udvikling, og udvikling i hvad der driver J, hvor hun som psykolog har udviklet sig på baggrund af erhvervsmæssige erfaringer. Det kan ligeledes være et udtryk for, at hendes behov har ændret sig med tiden, og at de personlige behov og nysgerrigheden i klienten, er et vigtigt element i J’s drivkraft og den måde hun arbejder som psykolog. Den samme store nysgerrighed i sine klienter, beskriver J også at have i sine venner og familie. Det kan afspejle at den måde hun arbejder på som psykolog, som er drevet af stor nysgerrighed, også ses i hendes private liv, hvor hun beskriver at hun kan komme til at “terapere” på andre, fordi hun er drevet af nysgerrighed i relationen. Dette overlap mellem en generel nysgerrighed i mennesket og hvordan det kan overlappe i det private, vil nu blive præsenteret i subtemaet; *Når arbejdet overlapper med det private*.

Subtema 1: Når arbejdet overlapper med det private

I forbindelse med et spørgsmål om hvorvidt J føler at det kan være svært at skelne mellem den professionelle og private side, beskriver hun:

J: Jeg har faktisk venner som siger til mig 'du skal ikke terapere på mig' (griner). Så hvis jeg begynder at blive for meget - og jeg VED også godt hvornår jeg begynder at blive for meget, sådan med de der undersøgende spørgsmål og sådan (.) Det at spørge til handlingslandskabsspørgsmål [afklarende 'hvad-spørgsmål'], de bliver, ork! Jeg bliver så

hurtigt færdig med det. Jeg kommer sådan til at kede mig (griner). Så derfor så kan jeg rigtig godt lide at være fordybende i min måde at kommunikere på (J 410-417)

J's oplevelse af at venner føler at hun kan "terapere" på dem kan forstås som et udtryk for at J's store passion for terapi og interesse i mennesket, kan opleves svært for hende at begrænse når hun er sammen med venner privat. Det kunne antyde at det kan være forbundet med problematikker når ens personlige interesse både dyrkes gennem arbejde og privat. J beskriver hvordan det påvirker hende i høj grad, hvis ikke hun bliver mødt af opmærksomhed og nærvær i samtalen.

J: Det er jo egentlig en meget omsorgsfuld kommunikationsform, den man har som psykolog. Og det kan jeg også mærke at det betyder for mig, at jeg kan næsten ikke være i noget der ikke er omsorgsfuldt. Nej, det bliver næsten som gift for mig, hvis der er ligeegyldighed eller hvis man ikke viser hinanden opmærksomhed, og når jeg er nogen steder, så 'puha' så er det ikke så rart at være i. Men måske er det også en erhvervsskade (J 440-448).

J's beskrivelse af hvordan hun oplever det som værende "næsten som gift" for hende at blive mødt af ligeegyldighed og uopmærksomhed i samtaler, kan reflektere en vis forventning J har til andre mennesker. Disse forventninger kan afspejle den måde hun selv møder andre mennesker på og især sine klienter, og det kan derfor være et udtryk for at J forventer at blive mødt med samme opmærksomhed og interesse, som hun selv møder andre med. J's oplevelse af at "det ikke er så rart at være i" kan ligeledes vidne om et stort følelsesmæssigt engagement i andre, som kan medføre skuffelse, hvis ikke det bliver gengældt. J beskriver det selv som en "erhvervsskade" hvilket også kan antyde at dette overlap mellem hvordan hun agerer som psykolog ud fra en stor nysgerrig tilgang, kan medføre skuffelse over manglende indfrielse i sit privatliv, når hun agerer på samme måde og stiller de samme forventninger. Dette overlap mellem arbejde og privatliv kan reflektere hvordan arbejdet som psykolog, kan være med til at skabe en form for urealistisk forventning til andre, fordi det kan være svært at gå fra den "omsorgsfulde" og "opmærksomme" kommunikation og relation med sine klienter, til at møde mennesker i sin omverden, som ikke er drevet af denne samme stor nysgerrighed i mennesket. J's store nysgerrighed og drivkraft for menneskelige processer og relationer, kan derfor både være en stor styrke for hende i sit arbejdsliv, men også være en hindring for hende i privatlivet.

D: Det kommer simpelthen et sted indefra, og man kan ikke stoppe det næsten - det er der bare og det kommer bare. Det er også en af grunden til at jeg ikke har lyst til at stoppe med at arbejde fordi det er (.) det er på en måde easy going for mig. Det rykker ikke tænder ud for mig, tværtimod! (.) ja, det er ligesom at male (griner) det er ligesom en kreativ proces, synes jeg.

Interviewer: Smelter privatlivet og arbejdslivet sammen på den måde?

D: Ja, fordi jeg synes det er spændende. Jeg er nysgerrighed på det! (D 237-247).

D beskriver hvordan hun i høj grad er drevet af sit arbejde som psykolog, og at det med tiden er blevet "easygoing" for hende. Det kan vidne om stor erfaring i den terapeutiske praksis, men også hvordan denne erfaring er blevet en personlig del af hende, som hun kan have svært ved at lægge fra sig og som hun ikke ønsker ikke at lægge fra sig. D's sammenligning med terapi og at male understreger ligeledes hvordan det at praktisere terapi kan forstås som værende en naturlig og uundgåelig del af hende. Det kan vise en naturlig sammenhæng i hvordan D agerer privat som professionel.

Tema 3) Meningsfulde relationer: "Den nærhed du kan have med din klient, den tror jeg ikke du kan have med ret mange andre mennesker"

I det tredje tema vil fokus være på de relationelle erfaringer. Relationen i den terapeutiske situation spiller en stor rolle for både psykolog og klient, men private relationer har ligeledes en betydning for ens professionelle virke som psykolog. Dette vil blive belyst i følgende tema, hvor både relationen med klienter og private relationelle erfaringer vil blive udfoldet som havde betydning for psykologernes arbejde. Relationen mellem psykolog og klient vil ligeledes blive beskrevet

Psykologernes personlige erfaringer både fra opvækst og aktuelle livsomstændigheder, opleves at have stor betydning for dem i deres arbejde og hvordan de indgår i relation med deres klient. D fortæller hvordan hendes opvækst har været præget af en voldelig far og hvilken betydning det har haft for hende som psykolog:

D: Hvis der var en mand der mindede om ham, og hvis han i relationen overfor sin kone mindede om måde min far var overfor min mor – det kunne jeg næsten ikke have med at gøre. Jeg kunne mærke at jeg blev rasende på ham. Og jeg tænkte 'jeg kan jo ikke sidde her og være terapeut og så ikke rumme dem begge to' (D 463-470).

D's beskrivelse af hvordan hun har fundet det problematisk at indgå i en terapeutisk relation med klienter, som minder om hendes far, vidner om hvor stor en betydning ens tidligere relationer har for hvordan hun indgår i nye. D giver udtryk for, hvordan hun oplever det som en begrænsning i sit arbejde. Det kan vidne om en følelsesmæssig påvirkning, hvor det private og professionelle smelter sammen, og hvor det kan være svært for D at se udover egne erfaringer og hvilken betydning det har for hende i sit arbejde. Denne situation kan være udtryk for de følelsesmæssige investeringer, det kræver at være psykolog, og hvordan man ikke altid har kontrol over, hvordan relationen udvikler sig. I forbindelse med at H er vendt tilbage fra sorgorlov efter at have mistet sin søn, fortæller hun om en klient, som skulle være en "let sag" for H at starte med:

H: Altså lige der er der måske et eller andet hvor jeg bliver irriteret på hende. 'Du skulle bare fucking vide hvad jeg sidder med herover på den anden side' (griner). Lige med hende er den kommet i spil, for jeg synes ikke generelt at jeg har sådan en 'uha, du skulle bare vide, hvor hårdt livet kan være, så nu kan jeg ikke rumme dig'. Men, med hende der får jeg den lidt – at jeg bliver mere irriteret (H 613-620).

H's beskrivelse af ikke længere i samme grad at kan rumme sin klient grundet sine personlige omstændigheder, vidner i samme stil som D, om hvordan ens personlige erfaringer, kan have indflydelse på hvordan du indgår i ny relation med klienter. Denne oplevelse af at H's klient påvirker hende negativt, kan først og fremmest skyldes at H havde en forventning om at klienten ville være en "light sag". H's følelse af irritation kan være et udtryk for at hendes forventning ikke blev indfriet, og relationen og forudantagelsen om relationen mellem hende og klienten, heller ej blev indfriet. H's irritation kan ligeledes være et udtryk for at relationen ikke er i balance, fordi H ikke kan have den terapeutisk rolle hun ønsker og tidligere har kunnet rumme. H's oplevelse af at føle at hendes problemer er større og tungere end sin klients problemer, kan være et udtryk at det kan være svært som psykolog at lægge alle personlige dele og følelser til side, når man går ind i en terapeutisk relation, og at denne relation kan være afhængig af psykologens egen psykiske balance og personlige oplevelser Denne særlig oplevelse af relationen, kan også reflektere det menneskelige aspekt i den terapeutiske praksis, og hvordan terapien også er betinget af de to mennesker som sidder overfor hinanden.

D og H's oplevelser af hvordan tidligere relationelle erfaringer kan påvirke dem i deres arbejde og terapeutiske relation, kan være et udtryk for de problematikker psykologer kan stå overfor i det relationelle arbejde. D beskriver også en anden oplevelse af hvordan de terapeutiske relationer, har stor betydning for hende:

D: Når klienten virkelig mærker sig selv, der mærker vi jo også hinanden i relationen og jeg tænker (.) den nærhed du kan have med din klient, den tror jeg ikke du kan have med ret mange andre mennesker (..) Du er i en intimitet og nærhed, der er så stor, at den også er det for mig. Det er en stor oplevelse (D 437-451).

D's oplevelse af relationen med sine klienter, vidner om en unik relation, som ikke kun gavner klienten, men hvor D også føler at få noget positivt ud af. Denne særlige oplevelse af relationen, reflekterer det relationelle perspektiv i terapien og en særlig nærhed med andre mennesker, som værende en del af arbejdet. D fortæller også hvordan den nærhed hun deler med sine klienter, er unik og ikke kan sammenlignes med det hun deler med sin familie. Dette understreger den unikke relationsopbygning og hvordan D også føler at hun får noget personligt ud af relationen og sit virke som psykolog. J beskriver ligeledes hvordan hun oplever de terapeutiske situationer og de relationer hun indgår deri som betydningsfuld for hende:

J: Rigtig meget af det der foregår i det her rum eller lever i et terapeutisk liv - der er faktisk en masse venlighed og omsorg, som cirkulerer. Og det kommer til at cirkulere bare ved at jeg møder det andet menneske accepterende, så kommer vi til at blive betydningsfuld for hinanden (griner) og så føles det godt (J 522-528).

J's beskrivelse af hvordan det "føles godt" når hun indgår i en relation med venlighed og omsorg, vidner om hvordan J personligt opnår en positiv følelse i relationen med sin klient, og dermed også selv får noget ud af relationen. Der kan være tale om at J får opfyldt sit eget behov for at indgå i en betydningsfuld relation, hvor der skabes et gensidig forhold. Dette understreges yderligere da J beskriver hvordan hun kan føle sig knap så betydningsfuld i private sammenhænge:

Interviewer: Har du så en forventning om, at den måde du selv møder andre på også er den måde du selv ønsker at blive mødt på?

J: Hm. Nu har jeg lige været til fødselsdag i weekenden og så kommer der 30 mennesker, og så kan man godt have det sådan at man kan tænke 'så kan jeg snakke med dem og dem og dem' og så kan man godt mærke at sådan bliver det ikke helt. Så kan man godt - så kan JEG i hvert fald godt føle sådan 'nå, jamen jeg er nok heller ikke så betydningsfuld' og det er jeg jo godt klar over at det er mønster i mig, der bliver aktiveret. Ja (.) så selvfølgelig har jeg jo nogle mønstre med mig. Det har alle jo" (J 532-546).

Denne følelse J har af ikke at være betydningsfuld, kan reflektere et behov og ønske hun har om først og fremmest at være i en relation, som hun oplever som betydningsfuld. Derudover kan det vidne om at J's egen selvopfattelse både som psykolog og i private sammenhænge kan være forbundet med hvordan hun bliver mødt af andre. Det kan afspejle, at J er vant til at være i en rolle, hvor hun netop spiller en vigtig rolle overfor sine klienter, og J's følelse af ikke at være betydningsfuld i private sociale sammenhænge, kan derfor være et udtryk for at J har en forventning til andre om at indgå i meningsfulde relationer, samt at det kan være svært at navigere mellem at være professionel som terapeut og privatperson.

Dette tydeliggøres også da J forklarer hvordan hun nogle gange finder det lettere at være påtage sig rollen som psykolog end at være privatperson.

J: For jeg tænker at hvis jeg kun har fokus på det at være psykolog, så på mange måder, så vil det være nemt, for når man går ind i sit arbejdsliv, så er man ligesom hjemme med det man skal lave - det professionelle. Hvor jeg tænker at der hvor jeg er privatperson, det er på nogle måder mere anstrengende fordi der skal jeg jo stille op til alt muligt forskelligt (J 423-431).

Dette afspejler hvordan J trives i rollen som psykolog, og især de relationer hun indgår i kraft af sit arbejde. J's oplevelse af hvordan hun selv opnår stor tilfredsstillelse i de terapeutiske relationer, samt hvordan hun ligeledes kan føle personlig skyld, hvis hun ikke mødes med samme nærhed, er med til at understrege det personlige engagement, der ses i rollen som psykolog. Det viser ligeledes hvordan det kan være svært at navigere mellem professionelle og private forventninger og behov.

Der er nu blevet præsenteret resultaterne fra den analytiske gennemgang og arbejdet med interviewene. Igennem de tre temaer *Den Personlige Historie*, *Drivkraften* og *Meningsfulde Relationer* beskrives og analyseres psykologernes oplevelser, og der ses både sammenhænge i deres beskrivelser og modsætninger. I det følgende afsnit, vil resultaterne blive diskuteret, i forhold til hinanden, hvor ligheder og modsætninger ses, men også hvordan det kan forstås ud fra et teoretisk perspektiv. I diskussionsafsnittet, vil der altså skabes et mere dybdegående perspektiv i psykologernes oplevelser og fortællinger ud fra en mere teoretisk vinkel.

Diskussion

Som menneske, er relationer til andre uundgåelige, og som psykolog er relationen til klienten et af de vigtigste elementer i terapien (Hougaard, 2019, p. 244). Det stiller høje krav til personen, som varetager sig rollen som psykolog, og forskning viser, at psykologen, kan ses som en af de mange non-specifikke faktorer, som har stor betydning for terapiens udfald og klientens opfattelse (Hougaard, 2019, p. 244). Der ses dog et hul i forskningen, hvor psykologernes egne oplevelser og perspektiver mangler. Derudover findes et overvæld af kvantitative studier, som naturligvis vil lægge en begrænsning på de enkelte psykologers oplevelse, i form af det videnskabsteoretiske positivistiske standpunkt. Formålet med denne afhandling er at undersøge psykologens oplevelse ud fra en kvalitativ interviewundersøgelse. For at opnå størst mulig fleksibilitet og refleksivitet gennem aktivt arbejde med datasættet, er Braun og Clarkes (2022) refleksive tematiske analyse blevet benyttet. I dette arbejde med datasættet er der opstillet tre temaer: *Den personlige historie*, *Drivkraften* og *Meningsfulde relationer*. Disse tre temaer er med til at understøtte forskningsspørgsmålet, og i følgende afsnit vil resultaterne blive diskuteret ud fra et teoretisk perspektiv. Dette skal være med til at skabe en dybdegående forståelse for psykologernes oplevelse og hvordan det kan sættes i relation til tidligere studiers resultater.

Drivkraftens bagside

Hos psykologerne ses både en række gennemgående oplevelser, men også modsætninger i oplevelserne. Overordnet beskriver psykologerne en stor motivation for faget, og hvordan det er forankret i en stor personlig interesse og nysgerrighed på mennesket, som også er med til at skabe en mere intuitiv og personlig tilgang til klienterne. Dette viser et vigtigt aspekt i den terapeutiske praksis og ifølge Rogers (1957) er det af stor betydning at psykologen er kongruent i sit terapeutiske arbejde (p. 242). Psykologernes personlige motivation og tilgang kan altså ses som et vigtigt element i den terapeutiske praksis, forstået ud fra Rogers (1957) betingelse om vigtigheden i, at være oprigtig, udvise interesse og ærlighed i sin relation til klienten. Men, det er også vigtigt at fremhæve, at selvom det ifølge Rogers (1957) er en vigtig betingelse at være oprigtig og tro mod sig selv, så kan det opleves som et stort krav. H's oplevelse af at hun har en "grænse for hvornår hun kan være psykolog", er de samme beskrivelser Bernhardt og kolleger (2017) ser i deres studie af terapeuters oplevelse af deres personlige kvaliteter i terapien. Her konkluderer de at de personlige kvaliteter kan være med til at skabe spændinger, fordi det både kan opfattes som en styrke, og en sårbarhed, som H også beskriver det.

Psykologernes oplevelse af at være drevet af en stor nysgerrighed og personlig interesse, kan altså både forstås som stor kvalitet i deres arbejde. På den anden side kan det også vidne om store personlige krav og indlevelse, som kan opleves som et vilkår, der kan være svært at leve op til. Man kan således argumentere for, at der ses et personligt element i det at være psykolog, som på den ene side opleves som en stor styrke i arbejdet, men som på den anden side, også kan være et uundgåeligt vilkår, som kan have en bagside og begrænsning i måden at være psykolog på.

Tilknytningsmønstres fordele og ulemper

Det relationelle perspektiv, står tydeligt frem i datasættet, og især under temaet *Meningsfulde relationer* står det særlig klart, at det har stor betydning for psykologerne. Dette har også været en af grundantagelserne for denne afhandling, nemlig at relationen er en stor del af arbejdet som psykolog, og at ens tidligere relationelle erfaringer også kan have betydning i terapeutiske relationer. Det ses eksempelvis når D oplever at det er udfordrende at være psykolog for klienter, som minder om hendes far, som har været voldelig gennem hendes opvækst. D er bevidst om denne følelse, og fortæller at hun derfor har fravalgt disse klienter. Denne oplevelse af ikke at kunne rumme bestemte personer, kan forstås ud fra Bowlbys (1969) teori om, at tilknytningsmønstre kan være styrende for ens adfærd og forventninger til andre i nye relationer (p.229). Ifølge Bowlby (1969) kan tilknytningssystemet aktiveres ved tanken om adfærd, som tidligere er blevet registreret som en trussel. Dette kan derfor forklare hvorfor D oplever at være begrænset i ikke at kunne være i relation med mænd, som minder om hendes far. Det kan dog diskuteres hvorvidt Bowlbys tilknytningsteori kan bruges som referenceramme til denne psykologiske forståelse, eftersom tilknytningsstile ikke berøres direkte i interviewene eller fremgår i datasættet. På den anden side, kan Bowlbys tilknytningsteori bruges som argument for at relationen, og det som man hver især bringer med ind i relationen, har en betydning for den terapeutiske alliance. Dette argument bakkes yderligere op i metaanalysen af Diener og Monroe (2011), som konkluderer ud fra 17 studier, at der ses en sammenhæng mellem tilknytningsstil og kvaliteten i den terapeutiske alliance (p. 245). Man kan således diskutere det relationelle perspektiv ud fra et helhedsorienteret syn, hvor tidligere relationelle erfaringer både kan påvirke ens forudindtagede forventninger til sine klienter, men også hvordan man anskuer sin egen position i relationen - om man påtager sig den genkendelige rolle fra den tidligere relation, eller om går ind i relationen på en anden måde.

Psykologerne oplever, at relationen mellem dem og klienterne er dybdegående og beskrives også som noget psykologerne selv får noget ud af, og ligeledes påvirkes af, hvis relationen eller den terapeutiske alliance ikke er som forventet. Dette kan ud fra Rogers (1957) tese om at skabe dyb og empatisk forståelse for klienten, forstås som en positiv egenskab og et vigtigt redskab i den terapeutiske alliance (p. 243). Det kan på den anden side også diskuteres som værende et perspektiv, der er vigtigt at være bevidst om. Degnan og kolleger (2016) konkluderer ud fra deres systematiske review, at det er vigtigt at psykologen er bevidst om hvad man bringer ind i terapien, eksempelvis ens tilknytningsmønstre eller egne behov (p. 61). I psykologernes oplevelse af at være i en dyb relation med klienter, er det vigtigt at være reflektiv i relationen, og opmærksom på, om ens egne behov begynder at være tilstede. Ifølge Rogers (1957) er det vigtigt at være opmærksom på denne udvikling, fordi den ubetingede empatiske forståelse, nu ændres til også at være betinget af psykologens egne behov (p. 243). Bowlby (1988) beskriver ligeledes hvordan denne dybe relation over længere tid kan medføre, at klienten oplever psykologen som tilknytningsperson (p. 155). Denne rolle kan både ses som en stor styrke i terapien, men kan også medføre misforståelse og et større asymmetrisk forhold, end det der på forhånd hersker. Ifølge Daniel (2012) kan klientens oplevelse af psykologen som tilknytningsperson, eller psykologens oplevelse af at være i dyb relation til klienten, skabe en stor asymmetri i forholdet. Dette, fordi der kan skabes forskellige forventninger til den indbyrdes rollefordeling, hvor ønsker og forventninger kan ende i misforståelser grundet den forudindtaget position og forventning (Daniel, 2012, p. 56). Derfor kan psykologernes oplevelse af at være i dybe og betydningsfulde relationer med sine klienter, ses som en styrke, fordi det giver anledning til at arbejde ud fra en grundlæggende tillid til hinanden. Modsat kan det også være hæmmende for terapien, hvis ikke man som psykolog er bevidst om relationens udvikling og sin klients tilknytningsmønstre. Dog fremhæver Daniel (2012) at man som psykolog, kan finde stor inspiration i nogle af de egenskaber, der indenfor tilknytnings-teorien er vigtige for at skabe trygge relationer (p. 53)

Det er altså et vigtigt perspektiv i psykologernes oplevelse, som står tydeligt frem. Derfor er det også vigtigt for psykologerne at kende til hvad det kan betyde for både klienten, men også dem selv, at være i den rolle. I dette perspektiv kan psykologens rolle især diskuteres med henblik på den psykologiske forståelse af, hvad psykologen bibringer den terapeutiske situation, og psykologens egen oplevelse af hvad der har af betydning.

Psykologernes oplevelse af at deres personlige motivation, tidligere relationelle erfaringer og relationen med klienten er komponenter, som opleves at have stor betydning for psykologerne i deres arbejde. Dette billede tegnede sig også ved gennemgang af aktuelle studier, som er beskrevet i Litteraturreview. På mange måder er antagelserne om, at psykologerne opleves at have en betydning i den terapeutiske praksis altså blevet indfriet og uddybet fra deres personlige perspektiv. Der er dog også en række nye nuancer i psykologernes oplevelser, som ikke tidligere har været beskrevet. Gennem den reflektive analytiske proces viste især én følelse at gå igen hos psykologerne, nemlig en stor drivkraft for den terapeutiske praksis. Dette viste sig at fylde meget hos psykologerne, og blev også beskrevet som altafgørende for dem, at denne drivkraft og motivation skulle være til stede. Følelsen af at det er vigtigt at være motiveret for at kunne gøre sit arbejde godt, kan forstås ud fra at de som personer og psykologer, er en afgørende faktor for alliancen. Man kan således argumentere for, at motivation og drivkraft kan ses som en nonspecifik faktor, som ifølge psykologerne selv, opleves som altafgørende i deres virke som psykolog. Dette er med til at styrke Rogers (1957) argument om, at psykologens måde at indgå i terapien og relation på, er vigtig for både klientens opfattelse, men også terapien udfald (p. 241).

Erhvervsskade?

Et overraskende tema, som blev indkapslet i analysen, er hvordan arbejdet som psykolog også kan indeholde en mere personlig krævende side, som kræver stor selvbevidsthed og refleksion over egen position. Her beskrives det som værende "en arbejdsskade" (J 448) fordi det kan være svært at lægge psykologrollen på hylden i sit private liv, og det beskrives også som følelsesmæssigt drænende at være på arbejde, hvis man ikke selv er "i følelsesmæssig balance" (H 450). På den ene side kan man argumentere for, at det kan være et udtryk for at grænsen mellem det personlige og professionelle kan være en svær balance. På den anden side kan det være et udtryk for vigtigheden i, at være bevidst om sig selv i jobbet og om man selv følelsesmæssig er parat til at modtage en klient. For at skabe bevidsthed om sig selv, kan supervision være et redskab til at opnå dette. Dette beskriver psykologerne også som værende et vigtigt element for dem. "*Jeg synes jeg er helt nødt til at have supervision. Også fordi man kan blive temmelig blind på sit eget, hvis ikke man får noget feedback i kollegiale sammenhænge (..) Det er vitaliserende for mig*" (J 587-591). Dette kan også forstås ud fra en relationel ramme, og vigtigheden i ikke kun at være opmærksom på sin relation med sin klient, men også hvordan relationer til andre psykologer, kan være et vigtigt redskab i arbejdet. Denne oplevelse kan forstås ud fra samme referenceramme, som Moltu og Binder (2011) finder i deres studie. De

undersøger i en kvalitativ interviewundersøgelse 12 terapeuter og hvordan de håndterer at møde udfordringer i deres terapi. Her fremhæves især at refleksion og brug af supervision, opleves som værende vigtig for terapeuterne (Moltu & Binder, 2011, p.252). Man kan altså forstå psykologernes oplevelse af, at det er vigtigt for dem at få supervision og sparring ud fra et helhedsorienteret perspektiv, der både inkluderer det private og professionelle behov. Man kan argumentere for at det er vigtigt at få supervision i forhold til, at kunne lægge arbejdet på hylden når man har fri, og ikke pådrage sine private relationer de samme krav som sine klienter. På den anden side, er det også vigtig at være refleksiv om, hvad man selv bringer med ind i relationen, således man er bedre rustet til at være med til at bære sine klienters udfordringer uden at være påvirket af egne private følelser. Ifølge Daniel (2021) så handler det ikke om at eliminere denne indflydelse, men om at være reflekteret i forhold til den (p. 5). Moltu og Binder (2011) konkluderer i deres studie, at relationen mellem klient og terapeut kan være et udtryk for den fælles rejse, man er på sammen og den gensidig påvirkning, som finder sted (p. 265). Dette bakker ligeledes op om den følelse psykologerne i denne afhandling, har af deres arbejde med klienter.

Modsætninger

Som beskrevet i ovenstående afsnit, ses en række ligheder mellem dette studie, tidligere forskningsresultater og teoretiske forklaringer. Det overordnede billede som blev fastlagt i de indledende afsnit, er at psykologer, på forskellig vis, har betydning for terapiens udfald og den terapeutiske alliance. Dette ses også at være gældende i de oplevelser som psykologerne i denne undersøgelse har. Derfor har ønsket været at undersøge *hvordan* det opleves og *hvad* de oplever i terapien, samt hvorledes tidligere erfaringer og oplevelser påvirker dem. Her kan fremhæves en oplevelse af et overlap mellem hvordan man agerer som psykolog og som privatperson, altså at det kan være svært at skelne mellem de to roller. Men, psykologerne beskriver på forskelligvis, hvordan det opleves at have en betydning for dem i deres terapeutiske praksis. På den ene side beskriver psykologen ikke at synes at private omstændigheder påvirker det professionelle, mens en anden psykolog oplever, at det private spiller en stor rolle for det daglige terapeutiske arbejde. Eksempelvis beskrives det hvordan nogle klienter kan være svære at arbejde med, alt efter hvordan man selv har det på dagen (H 450-455). Man kan således diskutere, hvad denne tvetydighed hos psykologerne kan være et udtryk for. På den ene side kan det vidne om at, det først og fremmest er forskellige mennesker, som påvirkes og arbejder forskelligt. På den anden side kan denne modstridende oplevelse af, om man påvirkes af private forhold eller ej, også vidne om forskellige former for refleksivitet om grænsen mellem det private og

professionelle. Daniel (2021) beskriver at det kan være svært adskille det private og professionelle, og netop fordi psykologen beskriver ikke at være påvirket, kan det omvendt være et udtryk for, at man ikke er bevidst om betydningen af det private (p. 4). Daniel (2021) beskriver hvordan det kan være svært at undgå ikke blive påvirket i større eller mindre grad af private omstændigheder og tidligere relationer, og at man som psykolog ikke skal fornægte dets betydning, men i stedet arbejde reflektivt ud fra det (p. 4). Dette bakker Bernhardt og kollegers (2019) kvalitative studie op om. De beskriver ud fra deres resultater, at den personlige side hos en psykolog, kan have en effekt på den professionelle rolle. Dette kan ses som et positivt element, der er med til at skabe autenticitet og legitimitet i det terapeutiske arbejde i stil med Rogers betingelse om kongruens (Bernhardt, et al., 2019, p. 967; Rogers, 1957, p. 242). Disse modsættende oplevelser af, hvordan det personlige opleves at spille en rolle i det professionelle, er med til at nuancere forståelsen af det psykologiske arbejde. Hvordan det både kan opleves forskelligt for psykologerne, men også hvordan det ses som en styrke og begrænsning i jobbet, alt efter hvor reflektivt der arbejdes med det.

Dodo-kendelsen

Til denne diskussion i forhold til den personlige erfarings vægtning i det professionelle, kan det være relevant at inddrage spørgsmålet om den terapeutiske metodes betydning for terapiens udfald. I den empiriske forskning ses forskellige resultater, der både taler for metodens betydning, men som også fremhæver andre faktorer end metoden. Hougaard (2019) beskriver dette som Dodo-kendelsen fordi der opstår et paradoks i at terapiformernes strategier og teknikker ikke udmønter sig klart eller ens i forskningen (p. 121). Hougaard (2019) referer til et studie af Orlinsky og Howard fra 1994, som dækker over 2300 fund fra mere end 600 undersøgelser. Resultatet er at psykoterapeutisk virkning dækker over 1) Kvaliteten af det terapeutisk bånd, 2) Terapeutens kompetence, 3) Klientens involvering, 4) Klientens terapeutiske realisation (p. 125). Hougaard (2019) beskriver således at man ikke kan udelukke de forskellige faktoreres betydning, men at man bliver nødt til at se det som en helhed, der er afhængig af de enkelte dele (p. 125).

Med disse ord fra Hougaard (2019) opsummeres diskussionen på bedste vis. Psykologernes oplevelse af at deres tidligere relationelle og personlige erfaringer, har en betydning for dem i deres terapeutiske

arbejde, kan forstås fra mange perspektiver, hvor både styrker og begrænsninger ses. Vigtigst er dog at huske at anskue resultaterne ud fra den livsverden som oplevelserne springer ud fra.

Styrker og begrænsninger

I forhold til begrænsninger, kan afhandlingens indledende litteraturreview fremhæves. Litteratursøgningen blev foretaget i starten af processen, og er derfor et udtryk for nogle af de indledende tanker om afhandlingens udformning. Her er der særligt fokus på tilknytningens betydning for psykologernes arbejde og terapiens udfald. Dette afspejles i søgestrengen, som kun indeholder ‘attachment theory’, som eneste teoretisk begreb i søgningen, og dermed giver et begrænset teoretisk billede af andet muligt relevant forskning. Man kan således diskutere, om den fundne litteratur viser et mere indsnævret billede af forskningen på området. Der inddrages eksempelvis ikke begreber fra Rogers teori, som ellers bruges til at skabe forståelse for datasættet og psykologernes oplevelse af dem selv terapi. Man kunne med fordel have lavet en anden litteratursøgning længere inde i processen, som ville kunne have bidraget med en mere præcis søgning, som i højere grad ville indfange flere relevante studier. For at illustrere dette, har jeg lavet en kort litteratursøgning og tilføjet søgeord som ‘non-specific factors’ og ‘therapeutic change’. I denne søgning ses eksempelvis et review af Blow, Sprenkle og Davis fra 2007, som undersøger hvorvidt terapeuten kan ses som en central force i terapiens udfald. De konkluderer ud fra sammenligning af en række studier, at terapeuten spiller en vigtig rolle, og at det er vigtigt at have fokus på terapeutens tillærte, men også personlige kvaliteter, samt terapeutens valg og fravalg i terapien (Blow, Sprenkle & Davis, 2007, p. 313). Ved at inddrage studier som dette, kan det bidrage med en vinkel og bredere forståelse af, hvad psykologens andre kvaliteter kan betyde for terapien, og det ville have nuanceret psykologens rolle yderligere.

Som en styrke kan afhandlingens litteraturreview ses som et eksempel på undersøgelsens transparens, og at udgangspunktet for afhandlingen har været fokus på relationer og et teoretisk afsæt i tilknytningsteori, uanset afhandlingens videreudvikling. Denne transparente tilgang, er gennemgående i afhandlingen og kan ifølge Braun og Clarke (2022) ses som kvalitet i den kvalitative forskning (p. 143). De fremhæver vigtigheden i, at man som læser skal kunne forholde sig til hvad der er blevet gjort og hvorfor, så der er mulighed for selv at vurdere undersøgelsen. Dette ses eksempelvis i afsnittet Processen i dataanalyse, hvor hver fase er beskrevet for at give læseren et billede af hvordan jeg er kommet frem til resultatafsnittet.

Generaliserbarhed er et omdiskuteret begreb inden for forskningen, og et kendt kritikpunkt i kvalitative studier grundet de mindre sample sizes. Ifølge Bernhardt og kolleger (2017) skal styrkerne i det kvalitative studie findes i de muligheder, der er for at undersøge variation inden for et fænomen. Ligeledes at det kan generere dybdegående og levende beskrivelser i al dets kompleksitet (Bernhardt, et al., 2017, p. 968). Det er derfor i mindre grad relevant at diskutere generaliserbarhed i klassisk forstand i forbindelse med denne afhandling, fordi afhandlingen i højere grad har til formål at *forstå* og *bedømme* end at generalisere eller kalkulere. Kvaliteten i denne undersøgelse skal i stedet findes ved den transparente metodiske fremgangsmåde og de rigt beskrivende undersøgelseskonklusioner (Kvale & Brinkmann, 2009, p. 287).

Praktiske implikationer

Denne afhandlings undersøgelsesresultater, er nu blevet præsenteret og diskuteret ud fra et teoretisk perspektiv. Dette for at skabe både teoretisk, men også psykologisk forståelse for, hvordan psykologerne oplever betydningen af tidligere relationelle og personlige erfaringer i deres terapeutiske praksis. Som tidligere præsenteret, ses en stor interesse i at forske i non-specifikke faktorer inden for psykoterapi, grundet resultater, som peger på dets store betydning for terapiens udfald (Hougaard, 2019, p. 124). Der pointeres dog en lang række måleusikkerheder ved at undersøge psykoterapi, ligesom spørgsmålet om evidens rejses (Degnan et al., 2014, p. 62; Hougaard, 2019, p. 126). Der kan derfor argumenteres for at der ses et hul i forskningen, som kalder på et andet fokus i undersøgelserne. Formålet med denne afhandling, har derfor været at bidrage med forståelse for, hvordan psykologerne selv oplever disse nonspecifikke faktorer, særligt relationelle og personlige erfaringer. Resultaterne af denne undersøgelse viser en generel oplevelse af, at den professionelle rolle og private person, på mange måder opleves ens - altså en sammensmeltning mellem ens professionelle og private jeg. Dette udtrykkes gennem de tre temaer: Den personlige historie, Drivkraften og Meningsfulde relationer, som på forskelligvis nuancerer oplevelserne og dets betydning for den terapeutiske praksis. Disse resultater er altså med til at pege på, at psykologens rolle og alt hvad denne rolle indebærer, er vigtig at være opmærksom på i sit arbejde som psykolog.

Terapeutiske implikationer

Resultaterne kan være med til at implicere måden hvorpå vi tænker psykologen som en aktiv spiller i den terapeutiske praksis, og ikke mindst hvordan psykologer uddannes, og hvilke krav der egentlig stilles til personen bag psykologen. Som nævnt i Indledningen, er der ikke fokus på de mere personlige omstændigheder, såsom egenterapi på psykologistudiet. Dette kunne eksempelvis være en del af studiet, at kommende psykologer eksempelvis deltager i gruppeterapi, hvor formålet er at skabe refleksion over egen position og praksis. På den måde er man som nyuddannet psykolog allerede bevidst om hvad man selv bringer ind i relationen og hvilken betydning det kan have. Man kan også overveje, hvordan det kan være et vigtigt fokus i supervisionsituationer, fordi at man som menneske og psykolog selvfølgelig hele tiden udvikles og påvirkes af forskellige omstændigheder. Det, at man som psykolog løbende superviseres med fokus på sig selv i den terapeutiske relation, er med til at skabe en evne til at reflektere over eget personlige bidrag til terapeutiske processer, som værende både konstruktivt og potentielt begrænsende. Egenterapi kan ligeledes bidrage med bevidsthed om egne oplevelser og hvordan disse kommer til udtryk. Daniel (2021) fremhæver også vigtigheden i, at man kan være åben omkring hvordan personlige oplevelser og kvaliteter kan påvirke ens arbejde. Daniel (2021) beskriver, hvordan det kan være forbundet med skam eller en følelse af manglende professionalisme, hvis man italesætter disse temaer (p. 3). Det at resultaterne i denne undersøgelse viser, at det er et vilkår på godt og ondt, kan altså være med til at normalisere det i kollegiale sammenhænge. Derfor er det også vigtigt at man som leder for psykologer, er opmærksom på at facilitere og tematisere den personlige side hos psykologerne, og på den måde normalisere at ens personlige historie, altså *er* et vilkår, som er vigtigt at forholde sig reflektivt til. Dette kan eksempelvis gøres ved at facilitere kursusdage, sparringsgrupper eller supervision, som kan bidrage til at skabe bevidsthed om udfordringen. Daniel (2021) beskriver også hvordan man som psykolog kan være inspireret af de egenskaber, som indenfor tilknytningsteorien, er vigtige for at skabe trygge relationer, hvilket i høj grad også handler om at have fokus på egen position og egne tilknytningsmønstre (p. 53). Som beskrevet i Resultatafsnittet, fortæller en psykolog om at opleve at “nå sin grænse for at være psykolog” (H 450) og om at være udbrændt i jobbet. Dette kan være et argument for, hvorfor det er vigtigt at have fokus på det personlige forhold og dets betydning for den terapeutiske praksis, for at imødekomme udbrændthed i jobbet. Det kan opleves som drænende, når man i sit arbejde, er sit eget værktøj. Derfor er det vigtigt at skabes en individuel, men også strukturel opmærksomhed på, at når man bruger store dele af sig selv i jobbet som psykolog, er det vigtigt at italesætte dette.

Forskningsmæssige implikationer

Fremgangsmåden og resultaterne fra denne afhandling, kan ligeledes være med til at implicere vigtige ting der bør tages højde for i fremtidig forskning. I interviewguiden, kan man med fordel inddrage flere spørgsmål, som er rettet mod tilknytningsmønstre og relationsdannelser. Dette for at skabe et større grundlag for at inddrage Bowlbys (1969) tilknytningsteori i undersøgelsen. For at skabe større grundlag for, at forstå psykologens rolle i terapien, kan man ligeledes stræbe efter at undersøge et større sample eller et mere afgrænset sample. Eksempelvis afgrænse hvilken terapeutisk metode psykologen benytter eller antal års erfaring. Dette vil kunne give mulighed for efterfølgende at diskutere og sammenligne på tværs af de forskellige grupper, og skabe nuancer i den psykologiske forståelse af den personlige side af psykologen. I denne afhandling forstås resultaterne ind i bred teoretiske ramme med både Bowlbys tilknytningsteori og Rogers klientcentrerede teori. Denne ramme kan eksempelvis være mere specifik, for at bidrage med en mere dybdegående teoretisk forståelse for psykologernes oplevelse.

Konklusion

Menneskelige relationer er uundgåelige gennem livet. Disse er med til at udvikle os, og i mødet med andre, lærer vi ligeledes noget om os selv. For nogle mennesker forbliver de personlige relationer bag hoveddøren til hjemmet, mens hos andre er det en stor del af arbejdet. Som psykolog er du redskabet, og relationen mellem dig og din klient, er et vigtigt værktøj. Forskning viser, at psykologen som redskab har vigtig betydning for den terapeutiske situation, og denne rolle anses som en vigtig non-specifik faktor. Dog har undersøgelser forbundet med det relationelle perspektiv og psykoterapi en række generelle udfordringer (Hougaard, 2019, p. 126; Degnan et al., 2014, p. 61). Psykologernes egne oplevelser i den terapeutiske situation er begrænset inden for forskningen. Man kan således argumentere for, at der mangler et mere nuanceret billede til at skabe en dybere forståelse af psykologens arbejde baseret på deres egne oplevelser. I denne afhandling, har formålet derfor været at undersøge:

Hvordan oplever psykologen betydningen af tidligere relationelle erfaringer og personlige oplevelser i sit terapeutiske arbejde?

Dette er blevet undersøgt ud fra tre kvalitative semi-struktureret interviews, hvor ønsket har været, at lade den enkelte psykologs oplevelse stå frem. Braun og Clarkes (2022) reflektive tematiske analysemetode er blevet brugt til at analysere interviewene. Igennem den aktive analytiske proces, er der blevet præsenteret tre temaer: *Den personlige historie*, *Drivkraften* og *Meningsfulde relationer*. De tre temaer bidrager hver især med forskellige nuancer og forståelser til, hvordan psykologerne oplever, at tidligere relationelle erfaringer og personlige oplevelser, har betydning for dem i deres terapeutiske praksis. I deres beskrivelser ses både store ligheder, men også forskelligheder i deres oplevelser. Bowlbys (1969) tilknytningsteori og Rogers (1957) klientcentrerede teori blev benyttet som teoretiske referenceramme. Tilknytningsteorien har bidraget til at skabe forståelse for bestemte reaktionsmønstre hos psykologerne, og rammesætte betydningen af tidligere eller aktuelle relationers betydning for psykologerne. Rogers (1957) teser for hvilke betingelser, der skal være til stede, for at opnå et givende terapiforløb, er med til at skabe forståelse for vigtigheden af psykologens rolle. Ligeledes kan tesen være med til at forklare, hvorfor psykologerne oplever at spille en stor rolle for terapiens udfald. I resultaterne ses både implikationer, som bakker op om eksisterende forskning, men der ses også nye elementer, som ikke er beskrevet i de 10 undersøgte studier fra *Litteraturreview*. Eksempelvis hvordan det kan være svært at påtage sig den professionelle rolle, hvis ikke man selv er

i følelsesmæssig balance. Der ses en række både praktiske og forskningsmæssige implikationer for denne afhandlings resultater. Her kan især fremhæves vigtigheden i at modtage supervision, for at skabe refleksion og bevidsthed om, hvad man som psykolog medbringer i relationen.

Forhåbningen er, at denne afhandling kan være med til at bidrage med større forståelse for og viden om, at psykologen først og fremmest spiller en vigtig rolle i terapien. Dernæst at psykologer på forskelligvis oplever, at deres tidligere relationelle og personlige erfaringer har en betydning for dem i deres arbejde. Hvorfor det er vigtigt for psykologer at være bevidste om supervision eller egenterapi. Denne bevidsthed kan bidrage til udvikling og større selvindsigt i egne evner. Derfor er det vigtigt at man som psykolog er bevidst om hvordan dette kommer til udtryk, og at man forholder sig til *menten bag psykologen*.

Referenceliste

- Bernhardt, I. S., Nissen-Lie, H., Moltu, C., McLeod, J., & Råbu, M. (2019). "It's both a strength and a drawback." how therapists' personal qualities are experienced in their professional work. *Psychotherapy Research; Psychother Res*, 29(7), 959-970. doi:10.1080/10503307.2018.1490972
- Berry, K., Shah, R., Cook, A., Geater, E., Barrowclough, C., & Wearden, A. (2008). Staff attachment styles: A pilot study investigating the influence of adult attachment styles on staff psychological mindedness and therapeutic relationships. *Journal of Clinical Psychology; J.Clin.Psychol*, 4(4), 355-363. doi:10.1002/jclp.20456
- Beskyttelse af titler. (2020). Retrieved from <https://ast.dk/naevn/psykolognaevnet/beskyttelse-af-titlerne-psykolog-og-autoriseret-psykolog>
- Black, S., Hardy, G., Turpin, G., & Parry, G. (2005). Self-reported attachment styles and therapeutic orientation of therapists and their relationship with reported general alliance quality and problems in therapy. *Psychology and Psychotherapy; Psychol Psychother*, 78(3), 363-377. doi:10.1348/147608305X43784
- Blow, A. J., Sprenkle, D. H., & Davis, S. D. (2007). Is who delivers the treatment more important than the treatment itself? the role of the therapist in common factors. *Journal of Marital and Family Therapy; J Marital Fam Ther*, 33(3), 298-317. doi:10.1111/j.1752-0606.2007.00029.x
- Bowlby, J. (1969). *Attachment and loss: Vol. I.* (1st ed.). London:
- Bowlby, J. (1988). *A secure base*. Washington DC: American Psychological Association. doi:10.1037/0022-3514.87.5.631 Retrieved from <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pub-med/15535776>
- Braun, V., & Clarke, V. (2006). Using thematic analysis in psychology. *Qualitative Research in Psychology*, 3(2), 77-101. doi:10.1191/1478088706qp063oa
- Braun, V., & Clarke, V. (2022). *Thematic analysis: A practical guide*. Los Angeles: SAGE.
- Brinkmann, S., & Tanggaard, L. (2015a). Fænomenologi . In B. Jacobsen, L. Tanggaard & S. Brinkmann (Eds.), *Kvalitative metoder: En grundbog* (2nd ed., pp. 217-238). Kbh: Hans Reitzel.

- Brinkmann, S., & Tanggaard, L. (2015b). Interviewet: Samtalen som forskningsmetode. In L. Tanggaard, & S. Brinkmann (Eds.), *Kvalitative metoder: En grundbog* (2nd ed., pp. 29-53). Kbh: Hans Reitzel.
- Brinkmann, S., & Tanggaard, L. (2015c). Kvalitative metoder, tilgange og perspektiver: En introduktion. In S. Brinkmann, & L. Tanggaard (Eds.), *Kvalitative metoder: En grundbog* (2nd ed., pp. 13-20). København: Hans Reitzel.
- Byrne, D. (2021). A worked example of Braun and Clarke's approach to reflexive thematic analysis. *Quality & Quantity*, doi:10.1007/s11135-021-01182-y
- Cologon, J., Schweitzer, R. D., King, R., & Nolte, T. (2017). Therapist reflective functioning, therapist attachment style and therapist effectiveness. *Administration and Policy in Mental Health and Mental Health Services Research; Adm Policy Ment Health*, 44(5), 614-625. doi:10.1007/s10488-017-0790-5
- Daniel, S. (2012). *Relation og fortælling: Tilknytningsmønstre i en behandlingskontekst* (1st ed.). Frederiksberg: Samfundslitteratur.
- Degnan, A., Seymour-Hyde, A., Harris, A., & Berry, K. (2016). The role of therapist attachment in alliance and outcome: A systematic literature review. *Clinical Psychology and Psychotherapy; Clin.Psychol.Psychother*, 23(1), 47-65. doi:10.1002/cpp.1937
- Diener, M. J., & Monroe, J. M. (2011). The relationship between adult attachment style and therapeutic alliance in individual psychotherapy: A meta-analytic review. *Psychotherapy (Chicago, Ill.); Psychotherapy (Chic)*, 48(3), 237-248. doi:10.1037/a0022425
- Ewen, R. B. (2003). *An introduction to theories of personality* (6th ed.) Psychology Press.
- Freud, S. (1933). Forelæsning 31: Den psykiske personligheds bestandele. I nye forelæsninger til indføring i psykoanalysen.
- Godrim, F., Groot, A., Bech, E. M., Viftrup, D. T., & Mortensen, J. N. (2017). Det relationelle menneske. *Relationspsykologi – et psykologisk møde med personalismens menneskesyn*, 33-57. Skive: Institut for relationspsykologi.
- Hill, C. E. (2014). *Helping skills: Facilitating exploration, insight, and action*. Washington, D.C: American Psychological Association.

- Hill, C. E., Anderson, T., Kline, K., McClintock, A., Cranston, S., McCarrick, S., . . . Gregor, M. (2016). Helping skills training for undergraduate students: Who should we select and train? *The Counseling Psychologist*, 44(1), 50-77. doi:10.1177/0011000015613142
- Hougaard, E. (1989). »Dodo-kendelsen« i psykoterapiforskningen.
- Hougaard, E. (2008). Evidenskravet i psykoterapi: Kan der tilvejebringes metodologisk stringent evidens for psykoterapiens virkning? *Psyke & Logos*, 29
- Hougaard, E., & Hougaard, E. (2019). *Psykoterapi: Teori og forskning* (3rd ed.). Kbh: Dansk Psykologisk Forlag.
- Kivlighan, D. M., & Marmarosh, C. L. (2018). Counselors' attachment anxiety and avoidance and the congruence in clients' and therapists' working alliance ratings. *Psychotherapy Research; Psychother Res*, 28(4), 571-580. doi:10.1080/10503307.2016.1198875
- Kvale, S., & Brinkmann, S. (2009). *Interview: Introduktion til et håndværk* (2nd ed.). Kbh: Hans Reitzel.
- Langdridge, D., & Langdridge, D. (2007). *Phenomenological psychology: Theory, research, and method*. New York: Pearson Education.
- Ligiéro, D., P., & Gelso, C. J. (2002). Countertransference, attachment, and the working alliance: The therapist's contributions. *Psychotherapy (Chicago, Ill.)*, 39(1), 3-11. doi:10.1037/0033-3204.39.1.3
- Mikulincer, M., & Shaver, P. (2007). *Attachment in adulthood: Structure, dynamics and change* (1st ed.). New York: The Guilford Press.
- Moltu, C., & Binder, P. (2011). The voices of fellow travellers: Experienced therapists' strategies when facing difficult therapeutic impasses. *British Journal of Clinical Psychology; Br J Clin Psychol*, 50(3), 250-267. doi:10.1348/014466510X514355
- Pedersen, E. F., Mortensen, C. K. & Aspelund, T. (2021). Medarbejdernes tilknytningsstil på arbejdspladsen: et scoping review. Unpublished.
- Petrowski, K., Pokorny, D., Nowacki, K., & Buchheim, A. (2013). The therapist's attachment representation and the patient's attachment to the therapist. *Psychotherapy Research; Psychother Res*, 23(1), 25-34. doi:10.1080/10503307.2012.717307

- Rogers, C. (2007). The necessary and sufficient conditions of therapeutic personality change. *Psychotherapy (Chicago, Ill.); Psychotherapy (Chic)*, 44(3), 240-248. doi:10.1037/0033-3204.44.3.240
- Steel, C., Macdonald, J., & Schroder, T. (2018). A systematic review of the effect of therapists' internalized models of relationships on the quality of the therapeutic relationship. *Journal of Clinical Psychology; J Clin Psychol*, 74(1), 5-42. doi:10.1002/jclp.22484
- Workman, L., & Reader, W. (2009). *Evolutionary psychology: An introduction*. New York: Oxford University Press. doi:10.1093/icb/icp001