

”Nivåmodellen” - Ett frågestöd för utforskande samtal

Ulf Hagström, leg. psykolog och handledare

Eva Redemo, socionom, familjeterapeut och handledare

I denna artikel introducerar vi ett förhållningssätt eller, mer konkret, ett tanke- och frågestöd som vi kallat ”Nivåmodellen”. Idén till ”nivåmodellen” har tillkommit i samband med vårt mångåriga arbete med utbildningar till grupphandledare, men frågestödet kan användas inte bara i handledning utan i alla former av stödjande samtal och terapi.

Såväl ordet ”nivå” som ordet ”modell” i benämningen ”nivåmodell” är missvisande, men är numera ganska etablerat i vidare krets. Benämningen uppstod på oklara grunder under våra utbildningar och syftar då på den bild som finns illustrerad nedan i artikeln.

Teoretiska utgångspunkter för frågestödet

Systemiskt perspektiv

Beskrivningen inleds genom en kort redogörelse för teorier och begrepp som utgör grunden för hur våra tankar vuxit fram.

Frågestödet för utforskande samtal utgår från ett systemiskt perspektiv där detta perspektiv utgör själva basen för ett systemiskt förhållningssätt. Det skiljer sig främst från andra teoretiska inriktningar genom ett tydligt fokus på *sammanhangets betydelse*. Ofta är det vanligt att vi försöker förklara ett skeende genom att tänka linjärt, det vill säga att det finns ett rätt sätt att förstå ett skeende och dessutom att det går att urskilja orsak och verkan i samspel mellan olika företeelser. *Utifrån en systemisk grundsyn ser vi istället skeenden som ett resultat av ett antal komplexa orsak-verkan samband.* 1)

2:a ordningens cybernetik

I slutet av 1980-talet sker ett skifte i perspektiv som också har stor betydelse som teoretiskt underlag för våra tankar. Utgångspunkten var att allt fler systemteoretiker började ifrågasätta möjligheten att förhålla sig objektivt till det som pågår i ett mänskligt system (tex. individ, familj eller grupp). *Från och med att vi träffar en människa/människor blir vi indragna i och en del av systemet.* När vi till exempel beskriver en familj och formulerar våra hypoteser gör vi det utifrån en position som deltagande observatör. Det synsättet innebar ett paradigmskifte som benämns "2:a ordningens cybernetik". 2)

Konstruktivismen

Konstruktivismen och Socialkonstruktionismen är två filosofiska inriktningar som har haft stor betydelse för tankar om förändringsarbete och de är centrala i det här sammanhanget. Inriktningarna har grundläggande likheter med andra ordningens cybernetik och tar sin utgångspunkt i idén om att *våra beskrivningar är observatörsberoende och att det inte finns en objektiv och sann bild utan istället många subjektiva bilder, uppfattningar och tolkningar som alla är sanna för den enskilde observatören.*

Konstruktivismen lägger vikt vid det individuella och fokuserar på den observerande personen som subjekt och utgår ifrån att människor är "informationsmässigt slutna" och även om vi påverkas av världen utifrån är det inte denna påverkan som ensam avgör vad vi "ser och hör". *Snarare är det så att vi som människor upplever något som vi ger en mening/tolkar utifrån "vårt systems struktur", det vill säga att var och en av oss konstruerar vår egen värld.* Det finns alltså en skillnad mellan verkligheten som den är i sig själv och verkligheten som den framstår för den enskilda människan. Den egna bilden av omvärlden kommer att påverkas av vem jag är, mina erfarenheter, mina värderingar, mina teorier, mina föreställningar etc.

Socialkonstruktionismen

Socialkonstruktionismen delar konstruktivismens inställning att det inte finns en objektiv och sann bild om verkligheten. Men denna filosofiska inriktning skiljer sig från konstruktivismen genom att *peka på att vårt grundläggande sätt att förstå vår verklighet och skapa mening/tolka världen är genom social samhandling, genom språket och genom kulturen.*

Med andra ord, medan konstruktivismen lägger vikt vid observatören och hans mentala konstruktioner, lägger socialkonstruktionismen vikt vid relationen och samskapandet mellan människor med följden att det vi erfar får mening genom språket. För att vidga mitt perspektiv och mina handlingsmöjligheter behöver jag ta del av andra personers bilder och meningsskapande.

Multiversa

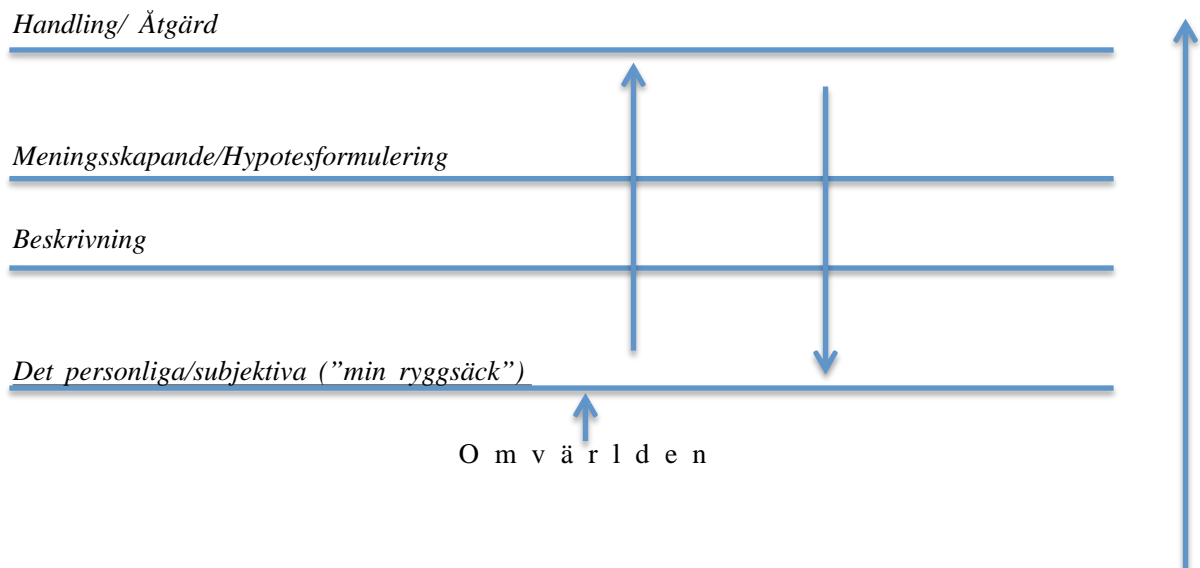
Multiversa är slutligen ett begrepp som beskriver en världsbild med många eller oändligt många universum. Idén om multiversa, det vill säga att det finns många parallella verkligheter, skapar i vår frågemodell möjligheter att i tanken pröva alternativa hypoteser. Konsekvensen av multiversa innebär att det alltid finns fler beskrivningar av verkligheten och fler tolkningar av det vi ser. I tider av så kallade

"alternativa fakta" kan det vara viktigt att påpeka att tanken om multiversa ger oss ett förhållningssätt i samtal och att detta begrepp inte ska tolkas bokstavligt som "att allt är lika sant" vilket ju skulle resultera i det som vissa kallar ett "relativitetsträsk". Att vara nyfiken på att olika sätt att förstå omvärlden är något annat och kräver ett förhållningssätt med en hög grad av öppenhet. Vi människor är olika på många sätt och olika uppfattningar ska i utforskande samtal ses som en resurs och inte leda till konflikt. Parollen för ett utforskande samtal skulle förenklat kunna lyda "bara för att du/jag har rätt behöver inte jag/ du ha fel!" Genom att koncentrera vår energi på ett intresserat utforskande av varandras utsagor får vi fler infallsvinklar och det uppstår fler sätt att förstå och därmed alternativa sätt att handla.

Frågestöd för utforskande samtal

Ovanstående teorier/synsätt utgör viktiga teoretiska grunder, men för vår del är frågestödet också inspirerat av Bernler/Jonssons text kring hur vi i handledning väljer att beskriva en brukares livshistoria. De skriver i sin bok "Handledning i psykosocialt arbete" att beskrivningen kan vara som ett referat eller som en rad slutsatser. Referatet handlar om en berättelse om det "jag ser och hör" relativt otolkat i situationen, medan slutsatser är beskrivarens tolkning av det. Författarna pekar på vikten av att synliggöra beskrivarens "inre tolkningsprocess" och att bidra med frågor som skapar fler bilder och tolkningar. 3)

Figur "Nivåmodellen"



Förklaring av frågestödet

Utgångspunkten är att vi rör oss i en omvärld (nederst i figuren) som oupphörligen registreras av våra sinnen, syn, hörsel, lukt, smak och känsel. Vi reagerar på omvärlden på ett såväl medvetet som omedvetet plan. Omvärlden registreras med betraktarens alla sinnen med de möjligheter och gränser dessa har, och beskrivningen blir därmed observatörsberoende. I modellen representerar det vi benämner som omvärlden endast en utgångspunkt för de därpå följande "nivåerna"§(vi väljer här för enkelhetens skull att använda begreppet "nivå" eftersom detta ord är kongruent med den förklarande bilden).

Den personliga/subjektiva nivån

Det vi kallar *Den personliga/subjektiva nivån* utgör "passagen" i vilken intryck av omvärlden passerar i varje unik människa i en given situation. Eftersom vi är människor med olika förutsättningar såväl biologiskt som psykologiskt så kommer var och en att uppfatta omvärlden på olika sätt präglade av den unika betraktarens "ryggsäck", det vill säga allt som kännetecknar betraktaren såsom biologiska förutsättningar, intressen, livshistoria, dagsform, kunskaper, värderingar, attityder osv. Två personer som befinner sig i samma rum kommer att se, höra osv olika saker (åtminstone till viss del), något som inte minst vittnespsykologin lärt oss.

Beskrivning

Det vi kallar *Beskrivning* är den nivå där återberättandet representeras av det betraktaren registrerat, sett/hört/fått förnimmelser av, med sina sinnen. Den berättelsen är självklart präglad av vem berättaren är, det vill säga olika personer ser olika saker, hör olika saker utifrån olika "ryggsäckar" (erfarenheter, kunskaper, värderingar osv) och ofta beroende av det som för tillfället står i fokus och intresserar var och en. I en ren form (vilket i praktiken sällan existerar) innebär den beskrivande nivån inga tolkningar utan representerar istället den nivå som vi önskar ska präglade vittnen som så värderingsfritt som möjligt försöker återberätta vad de erfarit, det vill säga en berättelse på strikt observerande nivå.

Meningsskapande/Hypotesformulering

Det vi kallar *Meningsskapande/Hypotesformulering* utgör en än mer subjektiv nivå, då det i en berättelse innehållsligt präglas av hur betraktaren förstår och skapar mening kring det registrerade. Här kommer skillnaderna mellan olika personers berättelser från en och samma situation ofta skilja sig åt i än högre grad än på den beskrivande nivån. Hur vi skapar mening och förstår ett skeende präglas i ännu högre grad av vem vi är, vår förförståelse, våra inställningar och de erfarenheter vi bär med oss. Inte sällan är detta en mer försåtlig nivå eftersom vårt sätt att förstå något ofta uppfattas som fakta. Vanligt är det till exempel att vi tänker att någon är något, till exempel "Kalles knuff av Pelle beskrivs som Kalle *är* aggressiv". Om inte det sättet att förstå Kalles beteende utmanas kommer våra förhållningssätt och handlingar i mötet

med Kalle bygga på hypoteser som inte blir funktionella i sammanhanget eftersom beteendet kan förstås på helt andra sätt, tex kontextuellt.

Handling/åtgärd

Med nivån *handling/åtgärd* avses de handlingar som skulle kunna bli följden av de olika framförda sätt att beskriva och skapa mening kring det betraktade. Ju fler "bilder" vi har på den beskrivande nivån och ju fler olika hypoteser vi har av det vi iakttar, till exempel en persons sätt att vara, desto fler möjligheter finns det att välja olika handlingsalternativ

Frågestödet i praktiken

Att som handledare/samtalsledare använda sig av detta frågestöd innebär i första hand ett stöd för hur man kan ställa frågor i ett intresserat utforskande. Det går också att explicit rita upp de olika nivåerna på ett blädderblock eller en whiteboard och med hjälp av exempelvis en handledningsgrupp ställa frågor utifrån dessa.

I handledningssituationen eller i det terapeutiska samtalet lyssnar man utifrån frågestödet på en persons utsaga på följande sätt: Om vi hör en beskrivning kan vi välja att i vår efterföljande fråga gå uppåt eller nedåt i modellen, till exempel: "Det du beskriver, hur förstår du det?" (Från beskrivande till meningsskapande) eller gå nedåt i modellen och till exempel ställa frågan: "Det du sett, hur tror du att det hänger samman med dina egna utgångspunkter och erfarenheter?" (Från beskrivning till den personliga nivån).

Samma sak gäller när vi uppfattar en meningsskapande utsaga. Då kan vi till exempel fråga: "Vad är det du hört som gör att du förstår det på detta sätt?" (Från meningsskapande till beskrivning) eller ytterligare en nivå ner, alltså den personliga nivån, till exempel: "Ditt sätt att förstå, hur tror du det hänger samman med dina kunskaper eller erfarenheter?"

Om en person i sin berättelse är på handlingens nivå riktar vi som handledare/samtalspartner intresset mot någon av de andra nivåerna, till exempel: "När du väljer att handla så, vad bygger det på för förståelse av situationen?" "Finns det fler sätt att skapa mening om det som sker" (Från handling till meningsskapande). Alternativt önskar handledaren en beskrivning, till exempel: "Vad är det du sett/hört som gör att du väljer att handla så?" (Från handling till beskrivning). Det är också naturligtvis möjligt att syna en persons sätt att handla utifrån vem den personen är, till exempel: "Har du tidigare varit med om att det sätt som du handlar på har varit framgångsrikt?" (Från handling till den personliga nivån)

En samtalsledare/handledare och personerna i en handledningsgrupp kan i sitt utforskande förflytta sig mellan de olika nivåerna för att få insikt om att det inte bara finns ett sätt att beskriva eller ett sätt att förstå ett skeende eller bara en handlingsmöjlighet och att ett antal olika hypoteser verkligen kan leda till ett val mellan olika handlingsmöjligheter.

Följande exempel är ett sätt att tydliggöra tillämpningen av frågestödet men är som sådant orealistiskt renodlat då ju utgångspunkten för vilka frågor vi ställer i ett verkligt samtal inte, som i detta fall, endast utgår från detta frågestöd.

Förklaring på tillvägagångssätt genom ett exempel

H Handledaren

A Sakställaren

B, C, D, E är personer i en handledningsgrupp

A

Jag vill tala om att Stina ger sjutton i skolan och gör aktivt motstånd och obstruerar mot mina instruktioner!

Handledaren tar sin utgångspunkt i att "gör aktivt motstånd" och "obstruerar" här representerar en hypotes och flyttar i sin fråga sitt fokus från utsagans meningsskapande till en önskan om en beskrivning som bygger på vad A sett, hört och alltså registrerat med sina sinnen

H

Vad gör Stina i samspelet med dig och sina kamrater som gör att du tänker att hon gör aktivt motstånd?

A

Hon går runt i klassrummet och tar mångas uppmärksamhet i anspråk när de istället fått instruktion om att arbeta självständigt. (Beskrivning)

Kommentar:

Utifrån modellen har handledaren här tre valmöjligheter enligt följande.

1. Meningsskapande/Tolkning

Som exempel: Finns det andra sätt att förstå dessa beteenden än att Stina gör aktivt motstånd och obstruerar?

Här finns det i grupphandledning möjlighet att också ta hjälp av de olika medlemmarnas olika erfarenheter av sådant beteende och därmed deras kanske annorlunda hypoteser. Ju fler hypoteser som läggs fram desto fler handlingsmöjligheter växer fram. Det är förstås den handledde som slutligen bestämmer sig för hur hen ska handla.

2. Den personliga nivån

Som exempel: På vilket sätt påverkar det dig och vad känner du?

Det är en samspelssituation som den handledde beskriver och kanske finns det något hos den handledde och dennes reaktioner som behöver tittas på som en hjälp i att förstå den handleddes reaktioner och Stinas beteende.

3. Handling/Åtgärd

Som exempel: Du uppfattar att Stina gör aktivt motstånd och obstruerar. Hur har du försökt möta det? Finns det andra sätt att möta ett barn som fungerar som Stina?

Kanske finns det ibland fog för att tro att en hypotes är rimlig men det sätt att möta beteendet som den handledde berättar om kanske bara förstärker beteendet.

Samtalet fortsätter och hur våra nyfikna frågor ska manifesteras sig beror av hur vi väljer att utforska de olika nivåerna i modellen.

H

Vad händer med dig när Stina inte följer dina instruktioner?

A

Jag kan bara säga att jag blir mer och mer irriterad på henne! (Den personliga nivån)

H

På vilket sätt kan hon se och höra att du är irriterad?

A

Jag blir arg och ryter åt henne att sätta sig ner. Det kanske inte är så bra men vad ska jag göra!? (Beskrivning)

H

När du ger henne arga tillsägelser, på vilket sätt tänker du att det kan hjälpa? Hur ser dina erfarenheter av andra barn ut från liknande situationer?

A

Att det som fungerar är att jag reagerar känslomässigt så barnen får lära sig att det finns gränser och att de ska följa den vuxnes instruktioner. (Den personliga nivån)

H

Du har försökt gränsa Stinas beteende med ilska men utan att nå framgång så här långt. Kan man förstå hennes beteende på annat sätt än som aktivt motstånd?

Alternativt i en handledningsgrupp:

H

Vad har ni andra för olika erfarenheter av elever som inte följer instruktioner?

B

Ibland handlar det om elever som har svårt att hänga med

A

Då borde hon väl verkligen anstränga sig och också be om hjälp?

C

Det kanske inte alltid är så lätt för alla barn. Kanske behöver hon utredas!

D

Jag hade en elev som var så socialt osäker i gruppen att han hela tiden ville bli sedd av sina kamrater. Vilken position har Stina i gruppen?

A

Ja, inte är Stina en "högstatuselev" - jag märker att många är irriterade på henne.

D

Jag arbetade med gruppklimatet i klassen och tog in föräldrar i arbetet och det blev märkbart bättre med den pojke jag tänker på. Kan det vara en möjlighet?

E

Har du kollat om det kan handla om en neuropsykiatrisk diagnos? ADD eller ADHD? Hon kanske behöver en mer ostörd miljö. Det är ju en rätt stökig klass överhuvudtaget, det är min erfarenhet.

Kommentar:

Nu har handledningen lett fram till ett antal olika hypoteser på grundval av gruppmedlemmarnas olika erfarenheter och därmed också flera olika handlingsmöjligheter. Den handledde har möjlighet att förhålla sig till dessa och pröva en alternativ hypotes till den ursprungliga och därmed möjlighet till att handla annorlunda.

H

Så när du tänker på det, och att gränssättning inte tycks fungera, får du någon idé om ett annat sätt att förstå Stinas beteende och vad du vill pröva för annan strategi?

A

Jag får lust att arbeta med hela klassen eftersom det ju faktiskt är så att klassen är stökig generellt och att oavsett om det kan handla om hennes position bland kamrater eller eventuell diagnos så är det kanske första steget för att se om det kan bli en skillnad!

H

Har du redan nu en idé om vad du ska göra?

A

Jag ska ta hjälp av skolkurator och se hur vi kan involvera föräldrar så att barnen blir tryggare med varandra.

H

På vilket sätt tänker du att föräldrarna är viktiga?

Handledningssamtalet fortsätter.....

1)

Systemiskt perspektiv

De första trevande skisserna till systemteorier dyker upp redan på 1930-talet när olika vetenskapsmän börjar ställa frågor om våra reduktionistiska idéer var användbara och lämpliga för att förklara mer komplexa fenomen och samspel i vår värld.

Ludvig von Bertalanffy som formulerade den Generella Systemteorin (GST) menade att dessa komplicerade samspel borde uppfattas som helheter eller system snarare än enskilda beståndsdelar som vi studerar åtskilda. Han pekade på det omöjliga i att förstå en familjs samspel genom att träffa alla personer individuellt och sedan lägga ihop bilderna och därigenom få fram en bild av familjen och familjens samspel. Varje system (i detta fall en familj) var enl. von Bertalanffy något mer än bara summan av delarna.

Von Bertalanffy har haft en viktig roll för paradigmskiftet från ett individuellt synsätt till ett relationellt synsätt och GST har utgjort en viktig grund inte minst för familjeterapeutiska modeller och synen på vad som leder till förändring.

2) Cybernetik

Cybernetiken innebar ytterligare systemteorier som haft stor betydelse inom förändringsarbete och familjeterapi. Den amerikanske antropologen Gregory Bateson, liksom Humberto Maturana är viktiga personer för utvecklandet av cybernetiken.

Det finns flera olika teorier inom cybernetiken. I *cybernetik av första ordningen* och i positivismen ses observatören som oberoende av det system hen betraktar. Utgångspunkten är att det finns en objektiv sanning om olika saker, det går att betrakta och beskriva något objektivt och det finns riktiga och felaktiga beskrivningar av verkligheten, dvs det finns **en** sanning.

Andra ordningens cybernetik innebar en radikal omsvängning både i hur man betraktar ett system och i förhållande till hur vi vet det vi vet, det vill säga vår syn på kunskap.

Humberto Maturana och Heinz von Foerster har haft ett stort inflytande på systemisk teori och inte minst på andra ordningens cybernetik. Maturana uttryckte sig på ett kärnfullt sätt "Allt som sägs, sägs av någon". Det som ses beror på vem som ser det. En observatör går inte att skilja från det system hen observerar, en observatör påverkas och påverkar alltid det observerade systemet.

Begreppet *observatörsberoende* blev centralt. Nedan följer fyra av Humberto Maturanas teoretiska antaganden, några centrala begrepp och påståenden om system rent generellt och sociala system specifikt.

- Levande system är strukturdeterminerade
- System är informationsmässigt slutna
- Instrukтив Interaktion är omöjlig
- Strukturell koppling

Andra ordningens cybernetik är nära förknippad med *epistemologin* (kunskapsteorin), den del av filosofin som handlar om hur vi uppfattar världen, hur vi får våra kunskaper. Det finns framförallt två huvudinriktningar inom epistemologin

- Vi uppfattar en spegelbild av världen, en objektiv och fast bild, denna huvudinriktning företräds av bland annat av John Locke
- Här har den upplevande människan ett utrymme, världen är något som vi konstruerar utifrån våra sinnen och i samspel med omgivningen. Detta är centralt för nivåmodellen. Ingenting är objektivt och fast men eftersom vi människor är skapta på samma sätt formas våra erfarenheter på liknande sätt. Denna kunskapsteori delades av bland annat av Immanuel Kant.

3) Gunnar Bernler/Lisbeth Johnsson. "Handledning i psykosocialt arbete". Natur & Kultur, 2010