

JESPER JUULS SELVFØLELSESBEGREP

En studie av Jesper Juul sine ideer om hvordan man utvikler god selvfølelse hos barn. Er ros like skadelig som ris?

HOVEDOPPGAVE I PEDAGOGIKK
PROFESJONSSTUDIET

Mette Richardt

VÅREN 2007

Universitetet i Oslo
Det utdanningsvitenskaplige fakultet
Pedagogisk forskningsinstitutt

SAMMENDRAG AV HOVEDOPPGAVEN I PEDAGOGIKK

TITTEL:

JESPER JUULS SELVFØLELSESBEGREP

En studie av Jesper Juul sine ideer om hvordan man utvikler god selvfølelse hos barn. Er ros like skadelig som ris?

AV:

Mette Richardt

EKSAMEN:

Profesjonsstudiet i pedagogikk, Cand. Ed.

SEMESTER:

Våren 2007

STIKKORD:

Pedagogisk psykologi

Jesper Juul

Selvfølelse

Problemområdet

Jesper Juul er en dansk familieterapeut som har skrevet flere bøker om oppdragelse av barn. Han har etter hvert blitt et kjent navn i media når det kommer til spørsmål som har med oppdragelse av barn og andre familierelaterte områder. Juuls budskap til foreldre og andre som har med barn å gjøre, er blant annet å få frem betydningen av forskjellen mellom begrepene selvfølelse og selvtillit. Forklaringen på hvorfor dette er viktig ligger i at barns selvfølelse og selvtillit utvikles på ulik måte. Juul mener at ros bygger barnets selvtillit, mens det derimot er skadelig for utvikling av god selvfølelse. Han hevder sågar at ros er like skadelig som ris, i betydningen kritikk, for utviklingen av god selvfølelse. Formålet med denne avhandlingen er å se om det finnes belegg for Jesper Juuls synspunkter innen teori og forskning på fagområdet.

Metode/kilder

Avhandlingen bygger på en teoretisk studie der problemstillingen blir belyst gjennom tolkning av utvalgt relevant litteratur. De normene som Knut Erik Tranøy legger til grunn for vitenskaplig metode er forsøkt etterfulgt. Hovedoppgaven er basert på en rekke kilder. Juul sin litteratur sees opp mot teori som i hovedsak er hentet fra psykologifaget. Det er lagt vekt på klassiske tekster fra William James, George Herbert Mead, Carl Rogers, A. W. Combs og D. Snygg og Morris Rosenberg i analysen av begrepet selv. Andre kjente bidragsytere er Daniel S. Stern, som utdyper utvikling av selvet ytterligere, og Albert Bandura, som tar for seg forskjellen på selvfølelse og selvtillitt og hans begrep ”self-efficacy”. Norske Anne Lise Løvlie Schibbye har en sentral plass når vi ser på anerkjennelsesbegrepet, og Axel Honneth gir et kort filosofisk innslag. Til slutt vies det oppmerksomhet til Carol S. Dweck sin forskning om betydningen av ros og kritikk. Mindre kjent litteratur er også presentert der dette er vurdert som viktig for ytterligere å belyse temaet. Videre danner kontakt med Jesper Juul via e-post og et møte med han, sammen med ikke-vitenskaplige artikler fra media, bakgrunnsstoff som er relevant for problemstillingen. I stor grad er det funnet frem til kilder gjennom søk i BIBSYS og på internett.

Konklusjon

Jesper Juul sine ideer er sammenlignet med teori fra faglitteratur og drøftet ettersom underproblemstillingene blir besvart i de enkelte kapitler. Det har vært en vanskelig prosess å sammenligne hans ”enkle forklaringer” med omfattende teori på området. Særlig vanskelig var dette i arbeidet med å analysere begrepet selv. Det finnes et enormt utvalg av teori knyttet opp mot begrepet, og siden Juul sin definisjon av selvet er ekstremt vid, kan man nesten plassere den inn i enhver teori. En definisjon som favner så bredt unngår nesten å definere hva den inneholder, noe som er en klar svakhet. Juuls definisjon av forskjellen mellom *selvfølelse* og *selvtillit* er det lettere å få tak i. Han deler begrepene og knytter en del til *væren* og en annen del til *kunnen*. Denne måten å tenke på kan han finne støtte for hos både Rosenberg og Bandura. Juul mener at hovedkilden til utvikling av god selvfølelse hos barnet er *anerkjennelse*. Hva han legger i begrepet harmonerer godt med Anne lise Løvlie Schibbye sin redegjørelse for begrepet i dialektisk relasjonskompetanse. Juul skiller mellom *ros* og *anerkjennelse*, og mener at *ros* kan være skadelig for utviklingen av god selvfølelse. Støtte for dette synet finner vi i Carol S. Dweck sin forskning. Hennes forskning er riktignok ikke direkte overførbar til Juul sine påstander da hun tar med motivene individet har for å mestre. Juul har grepet fatt i viktige tema og han kan finne støtte for deler av sitt syn i faglitteraturen. Samtidig kan han kritiseres for vage definisjoner og at ideene hans kan oppfattes som selvmotsigende og være vanskelige å få tak i.

FORORD

Å skrive denne avhandlingen har vært en lærerik prosess på mange måter. Rent oppgaveteknisk føler jeg at jeg har utviklet meg fra famlende til trygg. Og naturligvis har jeg lært mye faglig. Jeg synes fagområdet er veldig interessant og ny kunnskap har satt tidligere kunnskap i perspektiv, så det har til tider vært virkelig moro! Å jobbe med problemstillingen og begrep som selvfølelse, anerkjennelse og ros, er ikke bare utfordrende fra et faglig ståsted, men har også vært personlig berikende og selvutviklende. Gjennom stadig dypere kjennskap til temaet har ny kunnskap tvunget tidligere tankestrukturer i endring, og jeg har et grunnleggende annerledes syn på emnet i dag enn da jeg startet med denne avhandlingen. Mitt utgangspunkt var et tilnærmet ukritisk syn på Juul sine definisjoner og ideer. Optimistisk satt jeg i gang med oppgaven. Jeg var totalt uforberedt på hvor vanskelig det skulle være å orientere seg i psykologisk litteratur om selvet. Det virket til tider håpløst å finne klart svar på noe som helst. Og hvordan i all verden skulle jeg make å sammenligne Juul sine enkle forklaringer opp i mot tung teori og forskning? I en lang periode følte jeg motsand mot hele *akademia* som med sitt vanskelig tilgjengelige språk og definisjoner, ble opplevd som kun å være nyttig i forskningens verden. Etter hvert som min kunnskap økte, endret mitt syn seg i positiv retning mot *akademia*. Og tankene gikk mer i retning av at Juul sine ideer var ”altfor lettvinte” og at det umulig kunne finnes støtte for dem. I dag sitter jeg igjen med en følelse av å ha landet et sted midt mellom disse ytterpunktene. Det kan kanskje virke selvsagt for leseren at jeg endte med å strande på et ”mellom-standpunkt”, men for meg har det vært en intens læreprosess. Jeg har skiftet mellom tanker om at hans ideer er geniale og bør forsvares til at hans ideer må slaktes. På veien har jeg fått grundig kjennskap til fagområdet knyttet til Juuls ideer. Jeg føler at jeg kan svare på nesten et hvilket som helst spørsmål om oppdragelse ut i fra et såkalt ”Juulsk” ståsted. Når jeg nå leser A-magasinet og spalten *livet i familien*, har jeg ideer om hva svaret hans vil være, før jeg har lest det. Og jeg er langt fra så ukritisk som jeg var da jeg startet arbeidet med denne oppgaven.

Rammebetingelsen for å skrive denne oppgaven har ikke vært de enkleste; med en kreftsykdom hos undertegnede som heldigvis har hatt endt godt, og et tøft svangerskap som resulterte i en stor og velskapt datter på termin dato 14. februar 2007, for øvrig den tredje i søskenflokk. Det har i perioder vært umulig å jobbe, og det er derfor jeg leverer et år senere enn hva jeg avtalte med min

veileder, Stein Erik Ulvund. Nå hadde jeg bare to veiledningstimer med han, inkludert den første hvor vi skrev avtalen, samt en telefonsamtale om et kapittel jeg sendte han i posten. At det ikke har blitt flere veiledningstimer, kan ikke han klandres for. Han har hele tiden vært positiv og støttende til min situasjon. Ulvund ba meg imidlertid nevne at han ikke hadde lest oppgaven, og at jeg sto ansvarlig for den alene. Jeg har de siste månedene hatt en kjempeinnsputt, hvor store deler av oppgaven har blitt til i en tilværelse bestående av amming, babystell og intens jobbing. Fordelen med å ha brukt lengre tid, er at jeg har fått god tid til å tenke og la stoffet synke inn. Oppgaven har jo hele tiden ligget i bakhodet, selv om jeg ikke har hatt anledning til å jobbe med den. Ulempen har vært at etter lengre opphold og avbrekk, ofte på flere måneder, har det tatt tid å komme inn i tungt stoff igjen. Med mulighet for kun korte arbeidsintervaller har det blitt mye ineffektiv jobbing.

Jeg ønsker å takke alle som har støttet meg i troen på at jeg skulle bli ferdig. Her må særlig nevnes Jorunn for påfyll av solskinn. Jeg vil rette en spesiell takk til mine dyktige venninner fra universitetet; Linda Marie Viddal, som leste et kapittel og kom med verdifull tilbakemelding, og ikke minst Hilde Marie Rekstad Aasen, som de siste to månedene har fungert som en utømmelig inspirasjonskilde for motivasjon, samt gitt viktig faglig veiledning. Uten henne hadde neppe oppgaven blitt ferdig. Til slutt en stor takk til min mann, Fredrik, for å ha urokkelig tro på meg og verdifull tekstbehandlingskompetanse, og takk for tålmodigheten til mine kloke og forståelsesfulle barn, Bettina og Herman. Yngste jenta, Belle, på tre mnd er heldig som har så flotte storesøsken. Det er nesten ikke til å tro at jeg endelig er ferdig med hovedoppgaven. Den har "hengt" over meg i alt for lang tid. Som Bettina sa i går kveld: "Det blir rart å komme hjem fra skolen, og du ikke sitter foran pc-en lenger, Mamma – jeg gleder meg til det". Og det - gleder jeg meg til også!!

Hvalstad, 28. mai 2007

1.0 INNLEDNING	1
1.1 INTRODUKSJON OG BAKGRUNN FOR VALG AV TEMA	1
1.2 PRESENTASJON AV PROBLEMSTILLINGENE	3
1.3 SENTRALE BEGREPER HOS JESPER JUUL; INTEGRITET, SELVFØLELSE OG SELVTILLIT	4
1.4 METODE	5
1.4.1 Metodevalg	5
1.4.2 Ideer contra teori.....	5
1.4.3 Valg av litteratur	6
1.5 AVGRENSNING OG OPPBYGGING AV OPPGAVEN	7
2.0 ANALYSE AV BEGREPET SELV	9
2.1 HISTORISK BAKGRUNN.....	9
2.2 ULIKE DEFINISJONER AV SELVET I FORSKNINGSLITTERATUREN	10
2.2.1 William James.....	10
2.2.2 Fenomenologisk tradisjon; Carl Rogers og Combs & Snygg	12
2.3 UTVIKLINGEN AV SELVET	17
2.3.1 Medfødt eller tillært selv?.....	17
2.3.2 Utviklingen av selvet sett fra et fenomenologisk synspunkt.....	19
2.3.3 Utviklingen av selvet sett fra et sosiologisk synspunkt.....	20
2.3.4 Stern sin teori om utviklingen av selvet.....	21
2.4 JESPER JUULS DEFINISJON AV "SELVET":	25
2.5 DRØFTELSE AV JUULS SYN PÅ SELVET OPP I MOT PRESENTERTE TEORIER	26
3.0 HVA ER FORSKJELLEN PÅ SELVFØLELSE OG SELVTILLIT?.....	31
3.1 JESPER JUUL SIN DEFINISJON AV SELVFØLELSE OG SELVTILLIT	31
3.1.1 Selvfølelse og integritet	32
3.1.2 Selvtillitt.....	34
3.2 FAGLITTERATURENS SYN PÅ SELVFØLELSE OG SELVTILLIT DRØFTET OPP IMOT JUUL.....	35
3.2.1 William James sin definisjon av selvfølelse.....	35
3.2.2 Morris Rosenberg sin definisjon av selvfølelse og selvtillit	37
3.2.3 Albert Bandura og "self-efficacy"	38
3.2.4 Andre innspill	39

4.0 ANERKJENNELSE; EN HOVEDKILDE TIL UTVIKLING AV GOD SELVFØLELSE	44
4.1 JUUL SITT ANERKJENNELSESBEGREP	44
4.1.1 Anerkjennende kommunikasjon	45
4.1.2 Det voksne lederskapet	46
4.2 ANERKJENNELSESBEGREPET I FAGLITTERATUREN	48
4.2.1 Anne Lise Løvlie Schibbye og dialektisk teori	49
4.2.2 Ingredienser i anerkjennelsesbegrepet hos Løvlie Schibbye	50
4.2.3 Axel Honneths tre anerkjennelsessfærer.	52
4.2.4 Intersubjektivitet i anerkjennelsesbegrepet	53
4.3 DRØFTELSE AV JUUL SITT SYN PÅ ANERKJENNELSE OPP I MOT FAGLITTERATUR	57
5.0 ER ROS LIKE SKADELIG SOM RIS, VED UTVIKLING AV GOD SELVFØLELSE HOS BARN?	65
5.1 HVORFOR ROS IFØLGE JESPER JUUL, ER SKADELIG VED UTVIKLING AV GOD SELVFØLELSE...	65
5.2 CAROL S. DWECK SIN FORSKNING	68
5.2.1 To ulike måter å forstå intelligens på	69
5.2.2 Hjelpeløsoorientert og mestringsorientert mønster	70
5.2.3 Små barns teorier om å være flink eller dårlig	72
5.4 RIS OG ROS	73
5.4.1 Et eksperiment med ulike former for kritikk	74
5.4.2 Et eksperiment med ulike former for ros	75
5.4.3 Contingent self-worth (Tilfeldig selv verd)	77
5.4.4 Andre innspill om ros	77
5.5 DRØFTELSE AV JUUL SIN IDE OM AT ROS ER SKADELIG	79
KAP 6.0 AVSLUTNING	86
6.1 OPPSUMMERING OG KONKLUSJON	86
6.2 KRITISKE SYNSPUNKTER	89

1.0 INNLEDNING

1.1 Introduksjon og bakgrunn for valg av tema

For flere år siden leste jeg Jesper Juul sin bok, *Ditt kompetente barn*, som kom ut i 1996. Det gjorde inntrykk på meg å lese hvor viktig det er at barn utvikler en sunn selvfølelse, og hvordan foreldre på best mulig måte kan gi barnet den beste grobunn for at den utvikles. Det viste seg at jeg ikke var alene om å reagere positivt på boken. Den ble en kjempesuksess, oversatt til flere språk og solgt i mer enn 250 000 eksemplarer. Senere er det kommet flere bøker og videoer om oppdragelse og samspill mellom voksne og barn. Juul trekkes frem som ekspert på spørsmål om barneoppdragelse i ulike media og er fast spaltist i A-magasinet og bladet Mamma. Han uttaler seg om alt fra søvnproblematikk hos små barn, til hvordan man håndterer en tenåring i opprør. Hovedbudskapet hans er at både barn og voksne trenger et nytt verdigrunnlag, som verken bygger på autoritær maktanvendelse eller demokratisk likhetstyranni, men på likeverd og gjensidighet mellom barn og voksne. Et budskap det for meg var lett å være enig i, og preget av fascinasjon søkte jeg videre i hans forfatterskap. Etter å ha lest alle bøkene, sett video og vært på et av hans foredrag, steg det frem en lyst til å finne ut om det er ”hold” i det han hevder når det sammenlignes med teori og forskning på området. Jeg ønsket å finne ut mer om denne mannen, som av noen ble gitt en gurulignende status, mens andre bare ristet på hodet i oppgitt uenighet. En spire til denne avhandlingen var født. Etter hvert som jeg forsøkte å danne meg et bilde av ham, oppdaget jeg uklarhet rundt tittelen hans. På bokomslagene til bøkene hans tituleres han familieterapeut, men jeg har også sett at han har blitt presentert med andre titler. På et sommerkurs for PPT Stavanger, hvor han holdt et foredrag i 2002, sto det psykolog Jesper Juul, i programmet. Jeg har sett han omtalt som pedagog og spesialist på oppdragelse i TV program, noe som gjorde min undring over hvor mannen hadde sin bakgrunn fra større. I startfasen av avhandlingen sendte jeg Juul en e-post hvor jeg spurte om hans faglige bakgrunn, og hva han bygger sin teori på. Han svarte at han for mer enn 30 år siden var ferdig med sine to utdannelser; innen idéhistorie og som lærer (se Vedlegg). Han forteller videre at han kommer fra en terapeutisk tradisjon med bred humanistisk bakgrunn, som metodisk er påvirket av Gesttalt

terapien uten at de noen gang har jobbet med et teoretisk utgangspunkt. Fra 1979-2004 ledet Jesper Juul Kempler Instituttet i Danmark som primært utdanner familierådgivere og terapeuter. Hans ideer stammer fra erfaring gjennom arbeid med barn og familier i mer enn 30 år. I forbindelse med denne avhandlingen hadde jeg et møte med Jesper Juul, som ga meg bedre kjennskap til mannens ideer. Det fremkom ingen nye ting, og møtet fungerte først og fremst som et supplement til kunnskapen jeg allerede hadde tilegnet meg gjennom hans bøker.

Det er mange som lar seg provosere av Juul sine påstander og uttalelser. I et leserinnlegg i A-magasinet får han kraftig kritikk av professor i psykologi fordi Juul hevder at ros kan være skadelig for kritikk, mens han uken etter forsvares like energisk av andre. Et av Juuls hovedanliggende er å få frem hvor viktig det er at barnet utvikler god selvfølelse tidlig i barndommen, og hvordan foreldre og ansatte i barnehage på best mulig måte kan sørge for dette. Han er ikke alene om å sette fokus på betydningen av å ha god selvfølelse. Forskning fra Kaplan (1980) viser at det å verdsette seg selv lavt er en subjektivt ubehagelig tilstand. Forskningen dokumenterer at personer med lav selvakseptering har sammenlignet med andre grupper, flere symptomer på sviktende mental helse. Dette kan gi seg utslag i psykosomatiske symptomer som hodepine, magesmerter, depresjon, angst og stress. På mange måter kan vi derfor si at det blir et etisk anliggende at foreldre og ansatte i barnehager kjenner til hvordan en sunn selvfølelse utvikles hos barn. Videre kan det også argumenteres for at det i dag kanskje er enda viktigere enn tidligere å skape seg en forankring gjennom velutviklet selvfølelse og personlig integritet, når samfunnet i så stor grad preges av mangfold og forandring. Dagens barn skal lære seg å leke i så mange forskjellige sosiale sammenhenger at det vanskelig lar seg gjøre for foreldrene å sosialisere de inn i en bestemt sammenheng. Familiebakgrunn og sosial status er ikke i like sterk grad som tidligere styrende og det er mulig å flytte seg på kryss og tvers fra sitt opprinnelige sosiale miljø. Den patriarkalske familiestrukturen og den autoritære barneoppdragelsen er forkastet. Fra å være en veldefinert og veletablert maktstruktur innledet familien i 1970 årene en dramatisk endringsprosess. Kjønnssrollemønsteret ble mer utydelig gjennom at kvinnene tok utdanning og arbeid, mens mennene gikk fra økonomisk forsørger til i større grad å ta ansvar for omsorgen av barna. Ekteskapet og familien har endret seg fra å være en sosial nødvendighet til et emosjonelt og eksistensielt valg. Dette medfører nye typer av familiesammensetninger; eneforelder familien, familier med mine, dine og våre barn, homofile par med barn,

adoptivfamilier, fosterfamilier og bofellesskap. Familien lever videre selv om rammene og innhold har endret seg. Når vi skal definere oss selv i et samfunn preget av forandringer, uforutsigbarhet og i stor grad verdipluralisme, er det kanskje enda viktigere enn tidligere å ha et sterkt fundament i egen integritet og god selvfølelse?

Juul har som vi ser støtte fra faglig hold i at selvfølelsen påvirker livskvaliteten til et menneske. Det er ikke dette som gjør han interessant, men en påstand som for mange er stikk i strid med hva man tidligere har trodd; nemlig at ros er skadelig for utviklingen av god selvfølelse. Juul forklarer det hele med å lage et skille mellom selvfølelse og selvtillit. Ros er bra for å utvikle god selvtillitt, mens det derimot kan skade utviklingen av selvfølelsen. Hvordan kan dette henge sammen?

1.2 Presentasjon av problemstillingene

For å finne svar på om det er hold i Juul sine ideer, vil jeg i denne avhandlingen benytte teori og relevant litteratur på en systematisk måte for å drøfte følgende problemstilling: En studie av Jesper Juul sine ideer om hvordan man utvikler god selvfølelse hos barn. Er ros like skadelig som ris?

Siden Juul skiller mellom selvfølelse og selvtillit og mener at ros kan være skadelig for selvfølelsen mens det er positivt for utviklingen av selvtillitt, blir det nødvendig å se på forskjellen mellom disse begrepene. Følgende underproblemstillinger gjør seg derfor gjeldende:

- 1) Hva er forskjellen på selvfølelse og selvtillitt?
- 2) Hvordan utvikles god selvfølelse hos barn?
- 3) Er ros like skadelig som ris ved utvikling av god selvfølelse hos barn?

1.3 Sentrale begreper hos Jesper Juul; Integritet, selvfølelse og selvtillit

Juul mener det er nødvendig å skille mellom to begreper som ofte forveksles, nemlig det at *selvtillit* ikke er det samme som *selvfølelse* (Juul 1996: 78-79). Han knytter begrepet selvtillit opp i mot prestasjoner, mens selvfølelse er den oppfatningen et menneske har av seg selv uavhengig sine prestasjoner. Det blir derfor viktig å være klar over forskjellen mellom disse begrepene, slik at man unngår å mislykkes i sitt forsøk på å bedre et barns selvfølelse. Juul har den oppfatning at det ofte foregår en bevisst styrking av barns selvtillit, der hovedproblemet er barnets dårlige selvfølelse, og at denne innsatsen ofte mislykkes fordi man ikke er seg bevisst distinksjonen mellom selvtillit og selvfølelse. Resultatet blir heller at barnet står tilbake med en enda lavere selvfølelse eller at den lykkes bare på kort sikt. Juul definerer selvfølelse som ”vår viten og opplevelse av hvem vi er”. Selvfølelsen handler om hvor godt vi kjenner oss selv, og hvordan vi forholder oss til det vi vet. Selvfølelsen kan billedlig beskrives som en slags indre søyle, senter eller kjerne.” Juul beskriver den sunne selvfølelsen som en følelse av å være i orden og ha verdi, bare fordi man er! Om denne følelsen er god eller dårlig, er den av eksistensiell kvalitet. Den er grunntonen i menneskets psykologiske eksistens, og kan utvikles kvantitativt og kvalitativt hele livet. Forholdet mellom *integritet* og selvfølelse er både intimt og dialektisk. Blir barnets integritet ivaretatt, opplever respekt for egne forsøk på å avgrense og definere seg selv, vil det ha et optimalt utgangspunkt for å utvikle en sunn selvfølelse. Tilsvarende er en viss porsjon selvfølelse en vesentlig forutsetning for at man skal kunne komme i kontakt med sin indre ansvarlighet. Jesper Juul forstår et menneskes integritet som en opplevelse av helhet og sammenheng mellom indre og ytre ansvarlighet. Indre ansvarlighet er psykologisk en utviklingsprosess basert på følelsesmessige opplevelser og emosjonelle erfaringer sammen med andre. Kvaliteten på disse avhenger av samspillet med andre. Indre ansvarlighet er altså det ansvar det enkelte menneske gir for sine egne grenser, behov, følelser og mål. Ytre ansvarlighet er ansvaret i henhold til de sosiale og kulturelle verdier og verdisystemer som ligger utenfor mennesket, og som er intellektuelt fundert (ibid).

1.4 Metode

1.4.1 Metodevalg

I denne avhandlingen blir teori og litteratur benyttet på en systematisk måte for å drøfte problemstillingen. Jeg bruker metode i vid forstand som ”ensbetydende med det å innføre og å overholde anstendige intellektuelle standarder i intellektuell argumentasjon” (Tranøy1986:127). I hovedsak baserer avhandlingen seg på en litteraturstudie. For å danne meg et solid grunnlag å vurdere Juul sine ideer ut i fra, tok jeg kontakt med han via e-post og spurte om hans faglige forankring. Hans svar følger oppgaven som et vedlegg (vedlegg1). Videre har jeg møtt Juul for en samtale den13 oktober 2005. Vi møttes da han var i Oslo og pratet et par timer. Dette møtet brukes ikke empirisk, men som bakgrunn for å utvide min forståelse av Juul sine ideer. Han kom ikke med nye ting under dette møtet, men utdypet sine ideer ut i fra mine spørsmål med bakgrunn i tema han berører i sine bøker.

I metodisk arbeid må jeg være bevisst hva som ligger til grunn for vitenskaplig metode og hvilke normer jeg må forholde meg til for at andre skal kunne verifiser mine utsagn. Det stilles krav til objektivitet, faglig kompetanse og erkjennelsesvilje til meg selv som analytiker av tekstkilder (Tranøy 1986:140). Dette betyr at jeg må være klar over eget ståsted og hvordan egen posisjon påvirker utfallet av min tolkning. Denne tankegangen har jeg hele tiden vært bevisst når jeg har lest andres forskning og teori. Videre er det et metodisk krav at det er mulig for andre å etterprøve og undersøke sannhetsgehalten i det som viser seg. Etterprøvbarheten for denne avhandlingen ligger i systematisk bruk av litteratur og kildehenvisning, samt vedlegget av Juul sitt svar via e-post.

1.4.2 Ideer contra teori

Det er vanlig å forstå en vitenskapelig teori, som det å bringe sammen flere ulike faktorer under et felles sett av begreper og prinsipper eller lover. På denne måten kan en øke oversikten over fagfeltet, noe som gir økt mulighet for kontroll og etterprøving. Jesper Juul har en form som ikke kan sies å være typisk vitenskapelig. Tranøy sier at ”å være vitenskapelig er å være metodisk”

(1986:126). Juul fyller ikke kravene til metodisk bruk. Han har en muntlig stil i sine tekster, spekket med eksempler fra situasjoner som skal belyse poengene hans. Det henvises ikke til andre kilder eller egen forskning, kun hans egen erfaring, noe som gjør det vanskelig å etterprøve hans utsagn. De blir stående som subjektive påstander uten forankring i forskning og teori. Derfor blir Juul sine synspunkter stående som ideer og ikke som teori. Med idé menes oppfatninger om et bestemt fenomen, i denne avhandlingen hva selvfølelse er og hvordan selvfølelsen hos barn utvikles. Juul fremsetter ideer som synes å ha stor innflytelse i feltet av utøvere av oppdragelse, og mitt anliggende er å foreta en nærmere analyse av hans ideer og å se om disse ideene kan ha forankring i teori og forskning på området.

1.4.3 Valg av litteratur

Litteratur har i hovedsak fremkommet gjennom søk på BIBSYS, hvor det i søkebasen ble benyttet sentrale stikkord fra oppgaven som selvfølelse, selvtillit, anerkjennelse, ris og ros. Innenfor området selvfølelse og selvtillitt viste det seg å være en enormt utvalg av litteratur som samlet kan plasseres i kategorien teorier om selvkonseptet (*the self-concept*). I starten følte det som å orientere seg i en jungel av litteratur som myldret av begrep med samme eller lignende navn, og til dels ulike definisjoner av samme begrep. Etter hvert besto utfordringen i å begrense utvalget av relevant litteratur. Innenfor emnet selvkonsept, er det hovedsakelig anvendt engelsk og amerikansk litteratur da det er gjort mye forskning nettopp her. Det er anvendt både eldre og nyere litteratur om emnet, og i hovedsak er det gjort forsøk på å finne frem til primærkilder. Der dette ikke har vært mulig, brukes det sekundærkilder. Jeg har valgt ut teoretikere som henholdsvis representerer en psykologisk og en sosiologisk tradisjon. Andre relevante teoretikere og forskere som bidrar med viktige innspill presenteres underveis. Litteraturen for å belyse begrepet anerkjennelse er i hovedsak norsk og dansk. Forskning gjort på ris og ros er amerikansk. Selv om det finnes kulturforskjeller mellom Skandinavia og USA tilhører begge en vestlig tradisjon og tenkemåte, og forskjellene ansees ikke som store nok til at forskningen ikke skal være overførbar til norske forhold. Videre er det supplert med artikler om emnet ris og ros fra ulike media i Norge. Disse artiklene er ikke vitenskaplige selv om noen av de er skrevet av psykologer, men ansees som relevante fordi de belyser ytterligere det aktuelle tema. Ved valg av litteratur har jeg forsøkt å være bevisst forfatterens forankring, fordi den ofte

gjenspeiler seg i teorien deres. Forfattere velger naturlig litteratur og forskning som underbygger det de ønsker å nå frem med, og annen relevant litteratur kan bli utelatt.

1.5 Avgrensning og oppbygging av oppgaven

For å belyse om det finnes forskning og teori som kan støtte Juul sin definisjon av selvfølelse og hans skille mellom selvfølelse og selvtillitt, starter jeg med å analysere begrepet selv, og utviklingen av det. Ikke alle kulturer har en definisjon av begrepet selv. Det er hovedsakelig bare i vår vestlige verden at vi er fortrolige med at det eksisterer et individuelt selv. I andre kulturer opererer man med begrep om såkalte gruppeselv, eller kollektive selv. Blir man spurt om å definere seg selv innenfor disse kulturene, vil personen definere seg selv gjennom å svare hvilken familie man tilhører, hvilken kaste osv. I vår vestlige kultur er det i større grad tradisjon for å definere oss som individer, og vi beskriver oss selv som innadvendte eller utadvendte, følsomme og nærtagne eller sterke og tøffe, osv. I denne avhandlingen tar jeg opp den vestlige forståelsen av personlighet og selvet. Jeg avgrenser mot den tradisjonen vi finner i vår østlige del av verden, som for eksempel i Zen Buddhismen, hvor selvet faktisk ikke kan eksistere selvstendig. Der forstås selvet som en del av en større helhet det ikke er mulig å atskille. Innenfor denne tradisjonen illustreres selvet gjennom et bilde av en bølge på havet. På samme måte som at bølgen er en del av havet, og det er nettopp i brytningen den oppstår, kan heller ikke selvet forstås isolert. Vår vestlige forståelse av selvet forstås noe forskjellig avhengig av den enkelte tradisjon og retning innen personlighetspsykologien. Men det ser ut til å være enighet om at selvet eksisterer, selv om det er ulike definisjoner av begrepet (Pervin 1996). Det er derfor naturlig å starte med en analyse av selvet i **kapittel 2**. Først en kort presentasjon av selvet i historisk sammenheng, før vi ser på ulike definisjoner av selvet i forskningslitteraturen. William James betraktes av mange som selvets far. Etter en intellektuell arv fra han eksisterer det bred enighet om at det er to hovedkonsepter ved selvet som kan diskrimineres; selvet forstått som subjekt; *jeg* og selvet forstått som objekt; *meg*. Selvet som objekt kan inneholde en rekke undergrupperinger, slik som personens fysiske kropp, klær eiendeler, sosial selvfølelse, akademisk selvfølelse, osv. Combs & Snygg representerer sammen med Carl Rogers en

fenomenologisk tradisjon, og fra sosiologisk tradisjon har jeg valgt å belyse teori av Morris Rosenberg og Georg Herbart Mead. I tillegg til å se på disse teorienes definisjoner av hva selvet er, ser vi også kort på hvordan de mener utviklingen av selvet foregår. Daniel S. Stern er en sentral bidragsyter innen spedbarnsforskningen og jeg gir også hans syn på hvordan utviklingen av selvet skjer, betydelig plass i kapittelet. Kapittelet avsluttes med hvordan Juul forstår selvet og drøfter han syn opp i mot presenterte teorier. I **kapittel 3** analyseres Juul sin distinksjon av begrepene selvfølelse og selvtillit opp i mot faglitteratur vi har nevnt, samt Bandura med sitt ”self-efficacy” begrep og andre relevante teoretikere. I **kapittel 4** settes det fokus på anerkjennelsesbegrepet, som i følge Juul, er en av nøkkelingrediensene for at god selvfølelse skal utvikles. Hans forståelse av begrepet blir først presentert, før vi gjøres kjent med Anne Lise Løvlie Schibbye sin teori i dialektisk relasjonskompetanse. Fra filosofisk tradisjon møter vi en kort versjon av Axel Honneth sin omfattende problematisering av begrepet anerkjennelse. Juul sin forståelse av anerkjennelse drøftes opp i mot nevnte teorier. I følge Juul er ros skadelig for utviklingen av barnets selvfølelse, og i **kapittel 5** ser vi på hvordan han forklarer at dette er tilfelle. Videre blir vi kjent med en sentral bidragsyter innen forskning på emnet, nemlig Carol S. Dweck, og hvordan hennes funn står i forhold til Juul sitt syn. Fra motsatt hold har to norske psykologer sett det som et mål å opplyse foreldre om at barn ikke kan få nok ros i oppdragelsen. Deres artikler er ikke vitenskaplige, men gir et interessant innspill til drøftelsen. **Kapittel 6** er avsluttende og tar for seg oppsummering og konklusjon, samt kritiske synspunkter og forslag til forbedring.

2.0 ANALYSE AV BEGREPET SELV

Selvbegrepet er omfattende, og kan som nevnt, ha ulike betydninger i forskningslitteraturen. Vi finner begrepets spede begynnelse helt tilbake til antikken. Hva selvet er, og hvordan det utvikles, ser ut til i en viss grad, å skli over i hverandre, avhengig av teorien det presenteres under. I dette kapitlet ser vi først på en kort historisk utvikling, før vi går over til å se nærmere på hvordan faglitteraturen definerer selvbegrepet. Det er naturlig å starte med en redegjørelse av William James sin teori, som av mange regnes som selvets far. De fleste teorier om selvet i ettertid bygger på hans forståelse og oppdeling av selvet. Utvalgt faglitteratur deles i to retninger, hvor Combs & Snygg sammen med Carl Rogers er representanter for en fenomenologisk tradisjon, og Morris Rosenberg og Mead står som representanter for en sosiologisk tradisjon. I avsnittet om utviklingen av selvet legges det i hovedsak vekt på Daniel S. Stern sin forskning. Kapitlet avsluttes med Juul sin definisjon av selvet og helt til slutt drøftes hans syn opp imot de presenterte teoriene.

2.1 Historisk bakgrunn

Selvbegrepet har i Vesten røtter tilbake til antikken. Aristoteles la vekt på forskjellen mellom den fysiske og ikke fysiske siden ved det å være et menneske. Han refererte til sjelen som en ikke fysisk eller psykisk kjerne av mennesket som var essensiell for å fungere mentalt. Mye senere har dette begrepet blitt kalt selvet. Overgangen i begrepsbruk stammer blant annet fra utbredelsen av Kristendommen, hvor sjelen ble kirkens domene. En tydelig distinksjon mellom det fysiske og ikke fysiske ble for alvor etablert av den franske filosofen Renee Descartes. (Tesser, Felson, Suls 2000:3). Han legger i sin *Discurs de la methode*, et epistemologisk grunnlag for idealet om personlig frihet, likhet, individuell autonomi og oppfatning om at alle har et separat og individuelt ansvar. Tanker rundt vår eksistens og hva selvet er, finnes i store deler av den europeiske kulturtradisjon. Den franske forfatteren Michel de Montaigne (1533-92) problematiserte begrepet *moi* (meg) i sine *Les Essais* (1580). Opplevelsen av egen eksistens har

opptatt en rekke filosofer, som George Berkley, David Hume, James Mill og John Stuart Mill. Debatten gikk i hovedsak ut på hvorvidt selvet representerer en *prosess* av det opplevde, eller om det består av *innholdet* av det som allerede er kjent for individet. Denne påfølgende debatten er grunnlaget for utviklingen av psykologifaget på slutten av 1800 tallet (Tesser, Felson, Suls 2000:4). Selvkonseptet er en del av personlighetspsykologien og til tross for at det eksisterer ulik forståelse av hva det er og hvordan det utvikles innefor ulike tradisjoner, er det som i hvert fall enighet om at det finnes.

2.2 Ulike definisjoner av selvet i forskningslitteraturen

Begrepene som brukes for å beskrive selvet er ofte vage og kan være selvmotsigende, særlig med hensyn til terminologi. Definisjonene blir derfor mangelfulle og generelt kan man hevde at det mer er ideer, enn fakta, som dominerer fagområdet. De fleste teorier om selvet, konsentrerer seg om individuell selvevaluering, og hvordan dette motiverer og påvirker atferden. Det ser imidlertid ut til å være enighet om at det selvet kan diskrimineres til et subjekt og objekt; selvet som "jeg" og selvet som "meg". Videre at en person, som et selvstendig hele, skiller seg fra andre og har en opplevelse av å eksistere over tid. Jeg er meg, både i dag og i morgen. Det er også enighet om at kunnskap om selvet (self image) og evaluering av selvet (self esteem) er to hovedelementer man finner i ethvert selvkonsept. Vi har kunnskap om hvem vi er, og en formening om vi liker oss selv eller ikke. Det er i stor grad enighet om at kunnskapen om og evalueringen av oss selv er tillært gjennom erfaring, hovedsakelig gjennom sosial interaksjon med signifikante andre (Burns 1979:28). I presentasjonen av ulik forskningslitteratur er det naturlig å begynne med William James, mannen som regnes som selvets far.

2.2.1 William James

I vår vestlige del av verden var det William James (1842-1910), opprinnelig medisiner, anerkjent filosof og psykolog, som la grunnlaget for senere forskning om hva selvet er. Han argumenterte overbevisende for et nødvendig skille mellom selvet som subjekt og selvet som objekt:

”Whatever I may be thinking of, I am always at the same time more or less aware of myself, of my personal existence. At the same time it is I who am aware; so that the total self of me, partly known and partly knower, partly object and partly subject, must have two aspects discriminated in it, of which for shortness we may call one the ME and the other the I” (James, 1968)

Det eksisterer i dag bred enighet om denne dikotomien. Den subjektive delen; I (the knower) organiserer og bestemmer kvaliteten av personens erfaringer. Gjennom kunnskap om hva som skiller individet fra andre, etablerer *the self as a knower* (I) sin egen individualitet ved å bruke karakteristikker fra *the self as known* (me). Selvet som objekt (me) består av alt man kan vite om selvet. Dette innebærer personens kropp, fysiske eiendeler, identitet, rykte og personens kapasitet til å vite, tenke og huske på et bevissthetsnivå. Hvis en person blir spurt; ”hvem er du og hvordan er du?”, vil vedkommende forsøke å definere seg selv, og svaret viser hva James legger i sin forståelse av ”meg” (”Me”) (James 1890). Å definere seg selv kan være omfattende og er lettere dersom det settes i system. James laget et hierarki gjennom en tredeling av selvet som objekt, hvor det materielle ble plassert på bunnen, etterfulgt av det sosiale selvet med et åndelig selv øverst. Det materielle selvet består naturlig nok av kroppen vår, men James utvidet også det materielle til å gjelde våre eiendeler. Det sosiale selvet består av anerkjennelse og oppmerksomhet fra andre. Et menneske kan derfor ha så mange sosiale selv som det er individer som kjenner han, og bærer med seg et bilde av ham. James antok at venners anerkjennelse og rykte betydde mer enn det materielle. Øverst i hierarkiet plasseres det åndelige selvet, beskrevet som en indre kjerne bestående av våre tanker, holdninger og moralske vurderinger. Denne komponenten har karakter av mer stabilitet og varighet enn det materielle og sosiale selvet (James 1890).

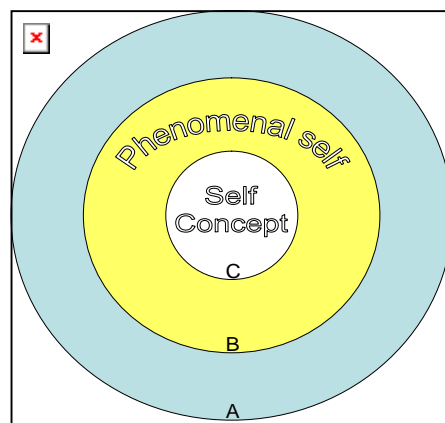
James så på selvet som summen av alt et menneske kan kalle sitt, og i denne forlengelsen vil individet ha de samme følelsene for eiendeler og mennesker som står en nær, som seg selv. Dersom det går godt og for eksempel formuen vokser, vil opplevelsen være glede og triumf. Går det derimot dårlig og eiendeler og venner forsvinner, vil vedkommende føle seg vraket. (James 1890:291)

2.2.2 Fenomenologisk tradisjon; Carl Rogers og Combs & Snygg

Innenfor fenomenologien er man opptatt av en persons persepsjon av virkeligheten, ikke av virkeligheten selv. Det viktige her er altså personens subjektive opplevelse av virkeligheten. Selvet kan ikke observeres direkte, men må tolkes gjennom et menneskes atferd. I en fenomenologisk tilnærming til selvet, sees atferd på som mer enn en funksjon av hva som skjer fra utsiden. Prosessen innbefatter også hvordan vi føler om oss selv. Det antas at den private personlige verden har stor innflytelse på hvordan vi oppfører oss (Burns 1979:30). Hvordan individet persiperer den utenforstående verden danner grunnlaget for hvordan selvet utvikles og opprettholdes. Det fenomenologiske feltet består av disse personlige oppfatningene, som eksisterer hos hvert enkelt individ, til enhver tid. Frøet til denne humanistiske retningen innen psykologien ble sannsynligvis sådd av Carl Rogers (1902-1987) da han gjorde ferdig sitt hovedverk i rådgivning på begynnelsen av 1940-tallet, og som et tiår senere publiserte Client Centered therapy (1951). Carl Rogers er grunnleggeren og intellektuell leder av personsentrert terapi. Han er kanskje den mest innflytelsesrike forsker og utøver i terapi i historien. Mange av hans ideer sees i dag på som sannheter og de færreste tenker på at disse ideene stammer fra han. Teorien er basert på en fenomenologisk tradisjon hvor personens private verden er viktig, og en diagnose blir sett på som en vei vekk fra forståelsen av mennesket (Gelso & Fretz 373).

Carl Rogers bruker begrepene selvbegrep og selvstruktur om hverandre og definerer disse som: "an organized, fluid, but consistent conceptual pattern of perceptions characteristics and relationship and the "I" and "me", together with values attached to these concepts" (Rogers, 1951: 498). Hovedelementet i Rogers personlighetsteori går ut på at det er personens subjektive persepsjon av selvet og miljøet og hans subjektive erfaringer og virkelighet, som veileder vår adferd. Hvert individ har sin egen private verden og for å forstå individet må vi gå inn i denne og søke å forstå individet ut i fra den referanserammen det har. At en ekspert stiller diagnose og setter en merkelapp på mennesket, vil ofte kunne lede vekk fra denne referanserammen. Alle mennesker utvikler et selvbegrep eller en selvstruktur, som består av personens persepsjon av seg selv alene og i interaksjon med miljøet, samtidig med verdiene som knyttes til disse persepsjonene (Gelso og Fretz 1992:273-274). Rogers så på mennesket som i kontinuerlig forandring. Han mente at mennesket søkte mot å oppfylle sitt indre potensial, og at det må være i stadig bevegelse for å kunne få til dette (Rogers 1951: 487). Menneskets opplevelse av

virkeligheten fremstår altså som det sentrale innen fenomenologisk tradisjon, og to andre viktige bidragsytere er Combs & Snygg. Det fenomenologiske selvet defineres ifølge Combs & Snygg som ” an organization which is the individual’s own private conception of himself in all his complexity” (Combs & Snygg, 1959:126). Hvert individ har hundrevis av oppfatninger av seg selv og det er organiseringen av disse ulike oppfatningene Combs & Snygg kaller det fenomenologiske selvet. For å kunne se helheten, må alle oppfatningene og relasjonen dem i mellom sees i forhold til hverandre (Combs & Snygg 1959:129-131). Figur 1. illustrerer dette.



Figur 1.

Det fenomenologiske selvet (Combs og Snygg, 1959)

Figuren illustrerer i sin ytterste sirkel A, at det fenomenologiske feltet inkluderer persepsjoner av seg selv og persepsjoner utenfor seg selv ("not self"). Sirkel B: "Det fenomenologiske selv" inkluderer alle persepsjonene individet har av seg selv, uavhengig av hvor viktig de er for vedkommende. "Det fenomenologiske selv" refererer til persepsjoner av selvet i en spesiell situasjon. Rett oppmerksomheten mot en konkret kroppsdelen, blir bevisstheten om akkurat denne kroppsdelen veldig sterk. Den innerste sirkelen, C, viser individets selvbegrep, og inneholder sentrale persepsjoner av selvet som er av betydning for individets atferd og for individet selv. Som vi ser eksisterer det et skille mellom enkelte begreper i det fenomenologiske feltet, som er viktige aspekter ved individets fenomenologiske selv, og som for individet er denne personen til alle tider og i alle situasjoner. Delene må sees i sammenheng for å kunne forstå helheten av det fenomenologiske selvet. Combs & Snygg sier det slik; "*The phenomenal self is*

not a mere conglomeration or addition of isolated concepts of self, but a patterned interrelationship or Gestalt of all these” (Combs & Snygg 1959:126).

Det blir vanskelig å ha en stabil og effektiv og integrert personlighet hvis selvstrukturen er inkonsistens. Stabiliteten er med på å bestemme hvor tilfreds individet blir. Dette er trolig årsaken til at mennesket motsetter seg forandringer. Individet tenderer til å opprettholde selvbegrepet som dannes i tidlige år. Dette gjelder også selv om individet ikke har særlig høy tanker om seg selv. Når selvstrukturen først er etablert vil erfaringer tolkes i forhold til allerede eksisterende oppfatninger. Andres evalueringer utgjør på mange måter det fenomenologiske selvet sammen med erfaringer som ikke involverer andre, og som er helt subjektive, som for eksempel at sjokolade smaker godt (Combs & Snygg 1959:136). Vi ser altså at andres evalueringer av oss er med å påvirke oss. I neste avsnitt skal vi se på sosiologisk tradisjon hvor det i enda større grad legges vekt på miljøets betydning.

2.2.3 Sosiologisk tradisjon; Morris Rosenberg og George Herbert Mead

Morris Rosenberg er en betydelig bidragsyter innen forskning rundt selvet, og har publisert et stort antall bøker og artikler. Fra 1975 og frem til sin død i 1992 var han professor i sosiologi ved the University of Maryland i USA (Rosenberg 2007). Rosenberg definerer ”self- concept” slik: *”the totality of the individuals thoughts and feelings having reference to himself as an object”* (Rosenberg 1979:7). Selvet består altså av alle tanker og følelser et individ har om seg selv. Denne definisjonen er meget vid, og Rosenberg mener derfor at det blir lettere å definere selvkonseptet gjennom å si hva det ikke er. Selvkonseptet er ikke Freuds ego. Freuds *ego* består av et sett av intellektuelle prosesser som gjør det mulig for individet å håndtere virkeligheten, hovedsakelig å tjene interessene til *id*, som består av individets ubevisste ønsker og behov, eller å tilfredsstille *superego*, som er individets bevissthet. Ego inkluderer kognitive prosesser som å tenke, oppfatte, huske, resonere og arbeider for å beskytte og utvikle selvkonseptet, men er ikke en del av det. Selvkonseptet er heller ikke det samme som *”the real self”* (Pervin 1996), men kan heller beskrives som et bilde av det. Indre driv representerer en virkelighet som utvetydig skiller seg fra selvkonseptet. En person kan godt ha talent og evne, eller såkalte disposisjoner til å skrive, komponere musikk, eller være idrettsutøver, selv om det er forhold i livet som gjør det

umulig å gjennomføre dette. Disse indre disposisjonene og drivene er ikke uviktige, men de er ikke en del av selvkonseptet. For å spesifisere nærmere hva som ligger under definisjonen av selvkonseptet deler Rosenberg selvet opp i tre dimensjoner: (Rosenberg 1979:9)

- Det eksisterende selvet (The extant self) – hvordan individet ser på seg selv
- Det ønskede selvet (The desired self) – hvordan individet ønsker å se seg selv
- Det presenterte selvet (The presenting self) – hvordan individet viser seg for andre.

Det eksisterende selvet består av individets sosiale identitet, disposisjoner og fysiske karakteristikk. Rosenberg trekker opp tre viktige forhold ved disse identitetslementene. Man blir ofte møtt med *sosiale forventninger* om hvordan man er fordi man er *sosialt definert*. Individets følelse av verdi kan til en viss grad avhenge av identitetslementets prestige, en såkalt *sosial rangering*. Den sosiale identiteten representerer verdens syn på hvordan vi er. Hvordan individet opplever seg selv innenfra kalles disposisjoner og eksemplifiseres med at en person for eksempel er temperamentsfull, optimistisk, sensitiv, eller filosofisk. Rosenberg deler sosial identitet ytterligere opp i seks kategorier; sosial status (gift/ugift), medlemskapsgrupper (katolikk/ protestant), sosiale merkelapper (narkoman/ avholdsmann), oppnådd status (professor/ byggmester), sosiale typer (intellektuell/ Don Juan) og personlig identitet (navn og personnummer). For å forstå det eksisterende selvet må man som på samme måte som hos Combs & Snygg se på forholdet mellom delene. Det er også her relasjonen mellom delene som utgjør helheten. Komponentene har ulik betydning, eller *sentralitet* for individet, og de er hierarkisk organisert i et verdisystem. Hva som er av psykologisk sentralitet for individet avhenger av kulturelle normer (Rosenberg, 1979: 73). Andres vurdering vil være av betydning på områder som ansees som viktige i den kulturen individet lever i. Selvbegrepet er en organisering av deler, stykker og komponenter som er hierarkisk organisert og som har et komplekst forhold til hverandre.

Ved siden av, og delvis som en del av vårt bilde av hvem vi er, (det eksisterende selv) er vårt bilde av hvem vi ønsker å være, *det ønskede selvet* (Rosenberg 1979:38). Denne evnen til å kunne se oss selv som noe annet enn det vi er, er et bemerkelsesverdig trekk ved den menneskelige natur, og får emosjonelle og atferdsmessige konsekvenser for individet. En elev som ønsker å

fremstå som intelligent, velger kanskje å unngå utfordringer nettopp for å forsikre seg mot å mislykkes, og på den måten virke dum overfor andre (Dweck 1999). Individet unngår truede situasjoner, som det tror overgår eget mestringsnivå, mens det tilnærmer seg aktiviteter som det tror det har forutsetning for å mestre. Dette har med standarder individet har satt for seg selv (Bandura 1977A.). Har individet en sunn selvakseptering, baseres den på noe realistisk (Branden 1994: 204). Vedkommende må være i stand til å se realistisk på egne evner og prestasjoner. De verken forneker eller overdriver dem.

Rosenberg deler det ønskede selvet opp i tre komponenter:

Idealisert selvbilde (idealized image)

Utøvet selvbilde (committed image)

Moralsk selvbilde (moral image)

Det presenterte selvet vil være forskjellig i ulike situasjoner. Vi passer på å rettlede oss selv og kontrollere våre handlinger i samsvar med den personen vi ønsker å fremstå som (Rosenberg 1979:45-46). En person opptrer ofte annerledes i jobbsammenheng enn sammen med venner og på hjemmebane. Den kyniske forretningsmannen kan virke til å være laget av stål i forretninger, men er myk som marshmallows sammen med sin unge datter. På bakgrunn av denne variasjonen i atferd, har det blant teoretikere blitt sådd tvil om det i det hele tatt eksisterer et begrep man kan kalle selvkonsept. Rosenberg svarer med at selv om det kan se ut til at det presenterte selvet er "kameleon lignende" og skifter farge med sine omgivelser, finnes det likevel en kjerne av et mer eller mindre konsistent selv, som presenteres for omverdenen. Deler av denne kjernen vises i en type situasjon, en annen i en annen situasjon. Generelt ser det ut til at vi vil at mennesker skal tenke at vi er en bestemt type person, og gjør derfor anstrengelser for at de skal oppfatte oss slik vi ønsker. Vi påvirker miljøets oppfatning av oss samtidig som miljøet påvirker oppfatningen vi har om oss selv. Å se selvet i interaksjon med miljøet står også helt sentralt hos George Herbert Mead (1863-1931). Han ansees av mange, som grunnleggeren av en teoretisk tradisjon rundt forståelsen av selvet, som kalles symbolsk interaksjonisme. Symbolsk interaksjonisme er betegnelsen for en sosialpsykologisk/sosiologisk tradisjon, som kan føres tilbake til begynnelsen av dette århundre. Det antas at oppfatningen av oss selv indirekte dannes gjennom andres

oppfatninger av oss (Skaalvik og Skaalvik, 1988:26-32). Nå så ikke Mead på seg selv som en symbolsk interaksjonist. Han så mer på seg selv som filosof eller sosial psykolog, og tilbrakte mesteparten av sin profesjonelle karriere på å undervise ved universitetet i Chicago. Mead utviklet en amerikansk pragmatisk tradisjon som inkluderte kjente sosiologer, psykologer og filosofer, som Charles H Cooley (1864-1929), William I. Thomas (1863-1947), Charles S Pierce (1839-1914), William James (1842-1910) og John Dewey (1859-1952). Med solid kjennskap til disse menneskenes arbeid, utviklet han en solid teori om selvet (Elliott 2001).

På samme måte som James, skiller også Mead mellom selvet som objekt og subjekt.

Interaksjonen mellom subjekt og objekt spiller en rolle for transformeringen av sosial struktur, og ”jeg” reagerer på ”meg” i en sosial kontekst og sammenheng (Mead 1934:140). Men det er først og fremst det sosiale selvet som står sentralt hos Mead. Gjennom møte med andre får vi tak i egen selvforståelse, og det kan ikke trekkes en klar linje mellom vår egen oppfatning av oss selv og andre. Det er den sosiale prosessen som er ansvarlig for at selvet blir synelig. Vi deler selvet opp i alle slags deler med referanse til våre bekjente. Vi diskuterer for eksempel politikk med en, mens vi diskuterer religion med en annen, og det finnes et selv som svarer til alle typer av sosiale situasjoner (Mead 1934:142-143). Individet opplever altså sitt eget selv gjennom relasjonen til andre. Vi ser på oss selv slik andre ser oss og innretter vår forståelse etter sosiale dialoger og interaksjon med andre.

2.3 Utviklingen av selvet

2.3.1 Medfødt eller tillært selv?

Selvet er en del av personlighetspsykologien og i moderne tid er det forsket mye på om det er arv eller miljø, som har størst betydning for utviklingen av det. Tradisjonelt har det vært fokus på hvordan miljøet påvirker utviklingen av personligheten til barnet. I de senere år er denne forståelsen erstattet med en *transaksjonsmodell*. Modellen bygger på en erkjennelse av at man må utrede hvordan karakteristika hos barnet og egenskaper i miljøet samvirker over tid, for å forstå det utviklingsmessige resultatet. Foreldre og barn påvirker hverandre gjensidig over tid. Barn blir

ikke lenger sett på som passive mottakere av stimulering, men som aktive, nysgjerrige og utforskende allerede fra fødselen av. Hovedpoenget til transaksjonsmodellen er at barnet er bidragsyter til eget utviklingsmiljø. Spedbarnet har bestemte preferanser for stimuleringen det blir utsatt for fra omverden (Smith og Ulvund, 1996:13). I tillegg er det temperamentsforskjeller hos barn. Smith og Ulvund viser til den mest kjente teorien om temperament som er fremsatt av Thomas og Chess i 1977. De skiller mellom ”lette barn”, ”vanskelige barn”, og ”barn som er sene å varme opp”(Smith og Ulvund 1996, 241-243). Thomas & Chess la vekt på at det er et samspill og en gjensidig tilpasning mellom barnets temperament og de voksnes måte å forholde seg til barnet på. Dersom omsorgspersonen får bekreftelse på at det vedkommende gjør for å trøste fungerer, vil dette styrke troen på at det nytter å gjøre noe. Etter hvert som omsorgsgiver lærer å tolke de ulike signalene barnet gir, får barnet oftere en positiv opplevelse av at dets behov blir tilfredstilt, og det utvikles en positiv sirkel av gjensidig påvirkning. Det motsatte kan også være tilfelle og da vil kanskje barnet etter hvert i større grad gi opp forsøkene på å uttrykke sine behov. Uansett er det en gjensidig påvirkning mellom voksen og barn. Vi finner elementer av at det eksisterer en gjensidig påvirkning mellom barnet og miljøet i utviklingen av selvet innen både fenomenologisk og sosiologisk tradisjon. En rekke teoretikere argumenterer for at selvet ikke er medfødt, men at det utvikles gjennom et mangfold av differensiering og sammenligning av ”jeg”, ”meg” og ”mine” erfaringer. Gradvis vil selvet bli mer og mer tydelig definert gjennom interaksjon med mennesker og objekter. Det antas derfor at selvkonseptet innehar ulike elementer av klarhet til ulike tider, og at utviklingen av selvet egentlig aldri opphører. Det er en aktiv prosess fra fødsel til død, hvor individet kontinuerlig oppdager nye sider ved sin eksistens (Burns, 1979:148). Combs & Snygg mener at selvet ikke er medfødt, men heller utvikler seg i møte med erfaringer som individet gjør. Det foreslås likevel at det eksisterer en form for perseptuell verden for hvert enkelt individ før fødselen, men at dette er vagt, udifferensiert og begrenset til taktile og perseptuelle opplevelser. Det antas at det er en gradvis atskillelse fra omgivelsene, en såkalt differensieringsprosess (Combs & Snygg 1959:132). Lignende tanker finner vi også hos Mead som mener at selvet ikke eksisterer ved fødselen, men at det nettopp utvikles gjennom prosessen av sosial erfaring og aktivitet med andre (Mead 1934:135). Danile S Stern derimot hevder at selvet er medfødt. Vi kommer nærmere inn på han senere.

2.3.2 Utviklingen av selvet sett fra et fenomenologisk synspunkt

I følge Combs & Snygg og Rogers er bildet barnet har av seg selv en viktig del i utviklingen av selvet. Det foregår en differensieringsprosess hvor barnet gradvis begynner å skille seg fra omgivelsene. Erfaringene barnet gjør medfører at selvet blir mer og mer differensiert fra resten av det fenomenologiske felt. Bevissthet rundt egen kropp, både taktile, muskulære og kinestetiske, er en viktig del av prosessen. Alt innenfor huden min er "meg", mens det som ligger utenfor huden min, ikke er "meg" (Combs & Snygg, 1959: 133). Til tross for at begrepene i begynnelsen er non verbale og ubevisste for barnet, assosieres opplevelsene med ulike verdier. Barnet får bevissthet rundt for eksempel "liker - liker ikke". De erfaringene som barnet oppfatter at bevarer selvet verdsettes, i motsetning til de erfaringer som ser ut til å true selvet (Rogers 1951:498-499). Det er som oftest barnets nærmeste familie som gir barnet de tidligste og mest permanente definisjonene av seg selv. Gjennom interaksjonen med familien differensieres selvet som om det er likt eller ikke likt, ønsket eller ikke ønsket, flink eller ikke flink osv. (Combs & Snygg 1959:136). Andres evalueringer former som vi ser en stor og viktig del av barnets fenomenologiske verden, fordi det vil oppfatte seg som elskelig, verdt å elske og at det har en kjærlighetsfylt relasjon til sine foreldre. Disse erkjennelsene for barnet er et signifikant og grunnleggende element i selvstrukturen, etter hvert som det begynner å ta form (Rogers 1951:499). Vi lærer hvem vi er og hva vi er ut i fra hvordan vi blir behandlet av menneskene rundt oss, først av familien, senere av mennesker vi omgås og har kontakt med. Dersom barnet får et positivt inntrykk av seg selv, vil følelsen av å være akseptert øke, mens det motsatte vil være tilfelle hvis barnet får et negativt inntrykk av seg selv. Resultatet er henholdsvis et tilfreds barn, eller et frustrert og ulykkelig barn (Combs & Snygg, 1959:134-136). Når barnet begynner å snakke vil språket være med på å øke differensieringen av selvet fra omgivelsene radikalt. Språket gjør det mulig å erfare raskere, samt at det muliggjør for barnet å erfare ting som ellers ikke ville vært mulig. Utviklingen av språket er en ny fase i barnets selvbegrepsutvikling, fordi det gjør at erfaringer kan symboliseres, manipuleres og forstås mer effektivt. Det blir lettere å evaluere selvet gjennom for eksempel glede og sorg (ibid: 133). En representant fra sosiologisk tradisjon som tiller språket stor betydning er George Herbert Mead og vi skal i neste avsnitt se hvordan han mener utviklingen av selvet foregår.

2.3.3 Utviklingen av selvet sett fra et sosiologisk synspunkt

Mead står for et ytterpunkt når det gjelder miljøets betydning for utviklingen av selvet. Han hevder at selvet ikke kan eksistere uten at det på en eller annen måte inngår i en sosial relasjon. Kommunikasjonen blir derfor veldig viktig. Han gir et eksempel på dette gjennom historien om den blinde Helen Keller, som først fikk en definisjon av eget selv, da hun ble i stand til å kommunisere med andre gjennom symboler (Mead 134:149). Det pågår hele tiden en dialog mellom eget selv og andre som involverer utvekslingen av symboler, samt tolkning og definering av interaksjonen. Siden kommunikasjonen er så viktig, står naturlig språket helt sentralt ved opprettelsen av selvet. Gjennom symbolbruk kommuniserer vi med andre, derav navnet symbolsk interaksjon. Symbolene representerer objekter i vår egen tankeverden og i andres. Uten språket, er det ingen tilgang på de nødvendige symbolene selvet trenger for å kunne tenke og handle. Disse symbolene er universelle og kan struktureres i et system. Ved å se på våre egne tanker, følelser og handlinger, vil vi også kunne forstå og tolke andre mennesker. Vi kan sette oss inn i et annet menneskes ståsted og identifisere deres følelser gjennom disse universelle symbolene (Mead 146-148). Hvis en venn av oss opplever et dødsfall i familien, kan vi forestille oss følelsen av sorg over å miste en som sto oss nær og dermed sympatisere med vår venns følelser. Etter hvert som individet reiser fremover på sin biografiske bane, fra en foreløpig og begynnende forståelse av selvet i barndommen, utvikler individet seg og får til slutt en voksen identitet hvor man er styrt av kulturens verdier og moral (Elliott 2001: 25-26). Mead snakker om en to trinns utvikling av selvet i barndommen som kommer til uttrykk gjennom lek og rollespill. Gjennom leken imiterer barnet voksne roller som det møter i sin hverdag. Barnet imiterer sine foreldre, politimannen, legen og helter fra film, som Supermann. Leken videreutvikles i rollespill hvor det er regler for den enkelte rolle. Når barnet tar en annens rolle, lærer det også å kjenne rollene til andre deltagere. Andres reaksjoner på rollen, "Den generaliserte andre", blir sentral for utviklingen av selvet. Modellen som Mead og etterfølgere utarbeidet er blitt kritisert for å være altfor rasjonell, bevisst og kognitiv. Selvet blir hovedsaklig et anliggende for tenkning og omhandler ikke emosjoner og lidenskap. Tilhengere av Freud ville også mene at det ikke vies oppmerksomhet mot den underbevisste delen av selvet (Elliott, 2001). En forsker som har hatt stor betydning for synet på hvordan spedbarnet utvikler seg er Daniel N. Stern. Og det er derfor hans syn på utviklingen av selvet vies mye plass i neste avsnitt

2.3.4 Stern sin teori om utviklingen av selvet

Daniel N. Stern, amerikansk professor i psykologi og psykiatri, har bidratt med mye litteratur og forskning omkring spedbarnet og utviklingen av selvet. Han regnes som en klassiker innenfor utviklingspsykologi. Teoriene er basert på direkte studier av spedbarn. For Stern er spedbarnet en aktiv interaksjonspartner fra begynnelsen av og kompetansen utvikles i forutsigbare mønstre som er felles for alle barn. I likhet med Freud og Erikson delte Stern opp selvets utvikling i faser der nye faser representerer nye ferdigheter. Men i motsetning til dem la han vekt på at tidligere ferdigheter skulle trekkes med videre og alltid ha muligheter for å spille seg ut (Grøholt, Sommerschild, og Garløv, 2001: 53-54). For Stern blir det viktig å se at påvirkning av barnet og barnets påvirkning på miljøet alternerer i en dualistisk prosess. Denne måten å se utviklingen på kalles som nevnt tidligere en transaksjonsmodell (Smith og Ulvund, 1996:13).

Barnet er i følge Stern født med en opplevelse av seg selv som subjekt, som atskilt fra omgivelsene. Oppfatningen av at det skjer en differensiering mellom selv og annen som allerede begynner ved fødselen eller før, skapte stor diskusjon særlig blant kretser som var påvirket av psykoanalysen (2003:34). Innen psykoanalytisk tradisjon ser man ofte på spedbarnet som i en symbiotisk tilstand med mor. Stern hevder i stedet at differensieringen antas å være virksom helt fra begynnelsen av. Dette betyr at det fra første stund er en primær oppgave for spedbarnet å skape brede og sterke bånd til andre. Selvet utvikles i en prosess med omgivelsene, hvor interaksjonen mellom barnet og voksne tillegges stor vekt. Selvutviklingen skjer hele livet, men de første årene er avgjørende fordi det skjer en rask utvikling av selvet, samtidig som barnet er prisgitt andre mennesker.

Sterns forskning generer et helt nytt syn på spedbarnet basert på eksperimentelle metoder, som gjorde det mulig å studere det, på en helt ny måte. Det ble stilt "spørsmål" som spedbarnet hadde forutsetninger for å svare på. Spørsmål som tok utgangspunkt i hva barnet faktisk kan gjøre, eller har kapasitet til å gjøre. Et nyfødt barn kan for eksempel snu hodet vekk. For å finne svar på om spedbarnet er i stand til å kjenne igjen lukten av sin egen mor, ble det fuktet et brystinnlegg med morsmelk fra moren, som ble lagt på den ene siden av barnet, og et brystinnlegg med morsmelk fra en annen kvinne på den andre siden. På denne måten kunne barnet fortelle at det ikke bare kjente igjen sin egen mor på lukten, men at det også foretrakk denne. En annen metode som ble

brukt var for eksempel det nyfødte barnets evne til å suge. Intensiteten i sugingen kunne fortelle at det nyfødte barnet kjenner igjen stemmen til moren. På lignende vis ble det gjort en rekke studier som kartla spedbarnets sansemessige, kognitive og sosiale kapasitet. Funnene på disse studiene endret synet på spedbarnet vidtrekkende og ble ansett som revolusjonerende da spedbarnets evne til å oppfatte og respondere på omgivelsene overgikk all tidligere viten (2003:12).

Stern (2003:14) formulerer en modell om ”det subjektivt opplevende spedbarnet” hvor utvikling av selvopplevelse eller selvfornekkelse gjennom de første til tre fire årene av barnets liv er det sentrale. Byggesteinene i modellen er det sansende, følende, handlende og etter hvert symboliserende spedbarnet i kommunikasjon med sine omsorgspersoner. Identitetsutviklingen er forankret i opplevelsen av et selv og erfaring i relasjon med andre mennesker. På denne måten blir selvutvikling og relasjonsutvikling to sider av samme sak.

Stern definerer selvet som *barnets totale organisering av de erfaringer det gjør*. Det teoretiske skillet som er formulert mellom handling, følelser og tenkning overskrides. I motsetning til psykodynamiske modeller med fase- eller tidstabellstenkning skisseres det i stedet utviklingslinjer. Selv omtaler han den som en mer ”lagdelt” modell, og hevder at de prinsippene som styrer spedbarnets møte med den livløse fysiske verden, er annerledes enn de psykologiske prinsipper som styrer ved et møte med menneskenes verden. Det sentrale poenget er at disse møtene skjer parallelt. Det er altså to parallelle systemer for persepsjon, kognisjon, affektivitet og hukommelse: et for å møte og forstå den fysiske verden, et annet for å forstå den menneskelige verden (2003:32-33).

Utviklingen av barnets selvopplevelse fremstilles gjennom fire ulike relasjons- og samspillformer som organiseres gjennom tilsvarende selvopplevelsesområder:

- det gryende selv
- kjerneselvet
- det subjektive selv
- det verbale selv

Tilsynekomsten av disse ulike opplevelseshierarkene er ikke å betrakte som utviklingsfaser. De starter sin utvikling på ulike tidspunkter i barnets tidlige leveår, men vil fortsette å eksistere og videreutvikles gjennom hele livet. Når det gjelder de tre første preverbale fornemmelsene av selvet; *det gryende selv*, *fornemmelsen av kjerne selv* og *fornemmelsen av et subjektivt selv* (intersubjektivt selv) sier Stern (2003:24) at han er mindre overbevisst om at de bryter frem i tydelig temporal sekvens. Han er i dag mer tilbøyelig til å se at alle tre bryter frem samtidig, og at det skyldes for en stor del deres dynamiske interaksjoner med hverandre. Utviklingsmodellen er en kontinuerlig konstruksjonsmodell hvor stabilitet og endring går hånd i hånd hele veien.

I den første perioden; det gryende selv, er hovedaktiviteten lagt opp som fysisk regulering av barnet (Stern 2003: 107). Foreldrenes reaksjon på barnets sosiale atferd som å gråte, vise misnøye, og smile utløser sosial atferd hos foreldrene. De berører, vugger, trøster, synger, viser mimikk og lager lyder. Stern skiller seg her fra klassisk psykoanalyse ved at den utelukkende har sett på fysiologisk regulering i denne tidlige perioden, og fullstendig oversett det faktum at denne reguleringen faktisk foregikk ved hjelp av en gjensidig utveksling av sosial atferd. Stern foreslår at spedbarnet kan oppleve prosessen av en gryende organisering, så vel som resultatet av den, og at det er denne opplevelsen av gryende organisering som han kaller det gryende selv (2003: 109). Spedbarnet legger ikke merke til hvilket domene deres opplevelser foregår i. Deres opplevelse er mer helhetlig og global. Opplevelsene blir omdannet til strukturerte konstellasjoner av alle barnets grunnleggende subjektive opplevelseselementer kombinert. Denne globale subjektive verden av gryende organisering er og blir den menneskelige subjektivitets fundamentale domene, og det er fra dette domene all læring og alle kreative handlinger begynner. Opplevelsedomenet forblir aktivt, og fornemmelser av selv som senere oppstår, er produkter av denne organiserende prosessen (2003:133). En gryende fornemmelse av selv dreier seg altså om, at spedbarnet lærer gjennom sin sanseerfaring om forholdet mellom sin atferd og reaksjonene fra omgivelsene. Spedbarnet organiserer sine erfaringer, og er etter hvert i stand til å skille mellom hendelser det liker og ikke liker.

Den andre perioden, fra spedbarnet er 2-3 måneder kaller Stern *fornemmelsen av et kjerneselv*. Det er fire selvopplevelser som til sammen utgjør fornemmelsen av kjerneselvet;

Selv-handling; at spedbarnet forstår at det er opphav til sine handlinger, og andre opphav til egne handlinger, at det har vilje, og kontroll over handlinger som settes i gang, at en kan forvente konsekvenser av handlinger (for eksempel at det blir mørkt når det lukker øynene).

Selv-sammenheng; en følelse av ikke å være fragmentert, at man er et fysisk hele med grenser der handlingene integreres både når man utfører handlinger og når man er i ro. Selv-affektivitet; opplevelse av mønster av indre følelses kvaliteter (affekter) som hører sammen med oppfatningen av selvet. Selv-historie; følelsen av vedvarendehet, opplevelse av kontinuitet til egen fortid, at man fortsetter å være og til og med kan forandre seg og samtidig være den samme.

Fornemmelsen av kjerneselvet hvor følelsene er nøkkelordet skjer utenfor bevisstheten. Følelsen av selvet er ikke en kognitiv konstruksjon, men en erfaringsmessig integrasjon. Denne følelsen av kjerneselv blir et fundament for alle senere detaljerte følelser som vil bli knyttet til selvet (Stern 2003:136).

Fornemmelsen av et **subjektivt selv**, og den tredje fase i utviklingen av selvet, forekommer mellom syvende og niende levemåned. Spedbarnet får litt etter litt den betydningsfulle erkjennelse av at indre subjektive opplevelser som Stern kaller bevissthetens ”objekt”, potensielt kan deles med andre (Stern 2003:191). Utvidelsen av hvordan selvet føles sender barnet inn i et nytt *domene for intersubjektiv relatering*. Intersubjektiv relatering er bygd opp på grunnlag av kjernerelateringen, der fysisk og sensorisk skille mellom selv og annen ble etablert. Kjernerelateringen fra forrige stadiet fortsetter og når domenet for intersubjektiv relatering føyes til, vil de sameksistere og interagere slik at hvert domene påvirker opplevelsen fra den annen. Det er tre mentale tilstander som har stor relevans for den interpersonlige verden og som ikke krever språk; *å ha felles oppmerksomhet, å ha felles intensjoner og å dele affektive tilstander*. Stern viser til MacKain og medarbeidere (1985) som har kommet frem til at det er mye som tyder på at spedbarn på rundt ni måneder legger merke til kongruens mellom egen affektiv tilstand, og affekt uttrykk i en annens ansikt. Barnet vil for eksempel søke bekreftelse på morens følelsetilstander, dersom de er usikre på om noe er farlig. Smiler moren, kan barnet krabbe frem og undersøke det som så litt skummelt ut. Har moren et alvorlig ansiktsuttrykk holder barnet seg tilbake. På bakgrunn av eksperimenter trekkes det en slutning om at barnet matcher sin følelses tilstand slik den oppleves innefra, med hvordan den sees ”på” eller ”i” en annen. Dette kalles interaffektivitet,

og er kanskje den første og mest betydningsfulle form for deling av subjektive opplevelser (Stern 2003:199). Et annet begrep Stern benytter seg av når han beskriver fornemmelsen av et subjektivt selv er affektinntoning (2003:205). Foreldrene begynner å utvide sin atferd fra ren imitasjon til en ny atferdskategori. For at følelses tilstander hos et menneske skal kunne erkjennes av et annet, og at de begge, uten å bruke språket, kan føle at transaksjonen har funnet sted må flere betingelser være oppfylt. Foreldrene må være i stand til å avlese spedbarnets følelses tilstand fra dets ytre atferd, videre må de vise en atferd som på en eller annen måte tilsvarer spedbarnets, uten at dette er ren imitasjon, og til slutt må spedbarnet kunne lese denne korresponderende foreldrereaksjonen, som noe som har med dets egen opprinnelige følelsesopplevelse å gjøre. Inntoningen er en omformulering, en gjentakelse av en subjektiv tilstand og et skritt på vei mot språket (Stern 2003:229).

Den fjerde og siste perioden i utviklingen av selvet kommer i løpet av barnets andre leveår hvor *språket utvikles*. Språket gjør at deler av vår bevisste opplevelse i høyere grad kan deles med andre. Samtidig hevder Stern (2003:230) at språket er et tveegget sverd. Opplevelsene i de andre domenene kan fremmedgjøres, slik at det bare er hendelsene i det verbale relateringsdomene som anses for å være det som virkelig har skjedd. Språket kan på den måten skape en splittelse i opplevelsen av selvet. Det oppstår altså to utviklingslinjer; språket som en *ny relateringsform* og språket som *et problem for integrasjon av selvopplevelsen* og opplevelser av selv- sammen- med- andre. Fra rundt atten måneder begynner barnet å objektivisere synet på selvet. Barnet begynner å bruke personlige pronomen (jeg, meg, min), samtidig som kjønnsidentiteten blir etablert. Barnet oppdager at selvet som objektiv størrelse kan kategoriseres sammen med andre objektive størrelser, enten gutter eller piker (Stern 2003: 229-231).

2. 4 Jesper Juuls definisjon av "Selvet":

Juul (2005:46) sier at selvet befinner seg i hjernen vår, akkurat som tankene våre, følelsene, verdiene og alt annet som definerer oss som mennesker. For å svare på hva det er tyr Juul til

synonymer gjennom uttrykk som *mitt egentlige jeg*, *mitt sanne jeg* og *innerst inne*, men mer konkret blir det ikke. Vi kan oppleve forskjellen mellom å handle i overensstemmelse med oss selv og å lyve eller forestille oss. Vi kan lære oss forskjellen på å være i balanse og i ubalanse.

Juul sier at selvet er en opplevelse (2005:47). Det er en opplevelse som endrer seg i takt med vår personlige og sosiale utvikling. Derfor trenger ikke selvet være det samme i dag, som det var i går. Selvet er også bestemt av de relasjonene vi inngår i. Selvet er ingen statisk størrelse, men dynamisk og foranderlig. Den viktigste arenaen for utviklingen av selvet er i familien. Det gjelder for utviklingen av selvet både hos barn og voksne. I samme åndedrag som selvet snakker Juul om den personlige integritets utvikling. For å være deltaker i selvets utvikling på familiens arena, er det eneste vi trenger å gjøre å *trene opp egen evne til å fornemme oss selv*, altså bli bevisst følelsene våre. I følge Juul må vi lære oss å *legge merke til oss selv* gjennom våre tanker og verdier. Det blir derfor viktig å kunne reflektere over det vi oppdager. På den måten pleies omsorg for egen integritet (ibid). Samtidig er det viktig å pleie andre sin integritet gjennom empati, dvs. evnen til å kunne leve seg inn i andres situasjon og finne andres sin bølgelengde. Denne balansen mellom å være tro mot sine egne grenser og sin egen integritet og mellom å stille seg inn på riktig bølgelengde hos den andre parten i relasjonen. Samtidig er det viktig at foreldre er klar over hvilken dobbel illusjon de lett kan bli et offer for. Dersom de forsøker å gi barna en problemfri., konfliktfri og smertefri barndom, vil barna kunne utvikle seg til å bli egosentriske, usosiale og ensomme mennesker uten empati. Dessuten er det umulig å være foreldre uten å tilføre barnet sitt smerte (2005:48). Juul mener at det ikke vil være mulig å gjennomføre et prosjekt om a vi alltid skal være lette å leve sammen med. Gjør vi det hevder han at både livsløgnen og relasjonen vil bryte sammen over tid (ibid).

2.5 Drøftelse av Juuls syn på selvet opp i mot presenterte teorier

Juul skiller ikke mellom selvet som subjekt og selvet som objekt til tross for at det i dag eksisterer bred enighet om denne dikotomien. Juul har en meget vid definisjon av selvet som i bunn og grunn kan omfatte alt. Ulike sider av selvet belyses ikke slik som for eksempel James

gjør, med en tredeling av selvet hvor det materielle selvet plasseres nederst, etterfulgt av det sosiale og det åndelige øverst. James definisjon er også vid men det er gjort et forsøk på å systematisere selvet gjennom ulike nivå. Det materielle nivået av selvet omfatter alt et menneske kan kalle sitt, også eiendeler. Slik jeg forstår James vil derfor tap av gods og gull for noen bety en lavere selvfølelse. Siden Juul definerer selvet som en del av ”*tankene og følelsene* våre, og videre, at selvet er en *opplevelse*, vil nok de fleste vær enig i at det er en meget ubehagelig opplevelse og negativ følelse dersom man taper gods og gull. Hvor negativ følelsen oppleves, vil være avhengig av hvilke verdier individet legger i materielle verdier. For noen vil det trolig bety mye og derfor være en betydelig større negativ opplevelse enn for andre. Dette vil være påvirket av hvilke verdier man knytter til det materielle. William James sin vide forståelse av selvet, som alt en person kaller sitt, ikke bare kropp og mentale evner men også klær, hus, barn, eiendommer osv.. kaller Rosenberg (1979) for ego utvidelser. Han fant i en gruppe ungdommer, at dersom noen sa noe negativt om noen de brydde seg om, for eksempel deres mor, tok 89 % dette som et personlig angrep. Grensene for ego utvidelsene er uklare. Hva som oppleves som viktige deler av en selv trenger ikke være tydelig og det vil nødvendigvis variere fra person til person. Kanskje også med grad av modenhet. Det eksisterer imidlertid enighet om at ego utvidelser er viktig for forståelsen av selvoppfatning (Skaalvik & Skaalvik 1996). Nå bruker ikke Juul begrepene ego utvidelse eller selvoppfatning verken i definisjonen av selvet eller senere i boken. At Juul ikke går inn på om det eksisterer en eventuell gradering av selvet, opplever jeg som en svakhet ved hans definisjon. Dette ser vi særlig når vi sammenligner med James sin inndeling av det sosiale selvet. Her tar han for seg at mennesker inntar *roller* i ulike situasjoner. Vi fremstår kanskje som en person på hjemmebane, mens vi viser en annen side i arbeidslivet?

Juul sier at selvet befinner seg i hjernen vår. Dette kan kanskje forsvares når han videre snakker om at selvet er *tankene* våre. Men det blir for meg vanskeligere å forstå, at selvet sitter i hjernen, når han samtidig snakker om at selvet består av *følelsene* våre. For mange vil det oppleves som om følelsen kan sitte i hele kroppen. Og kanskje aller minst i hjernen? Så vidt jeg kan se er Juul den eneste som tar for seg hvor selvet fysisk befinner seg. Og jeg stiller spørsmålsteget ved å om det er mulig å forsvare at selvet befinner seg i hjernen når, han samtidig hevder at selvet inneholder alt som definerer oss som mennesker. Hva som definerer oss som mennesker vil blant annet innbefatte kulturelle verdier i samfunnet vi lever i, religionen vår og moralske vurderinger.

Slik jeg ser det blir det så mye mer omfattende enn at vi kan si at det sitter i hjernen vår? Kan man snakke om at selvet befinner seg et sted i det hele tatt?

Når Juul i sin definisjon av selvet beskriver det som ”*mitt innerste jeg*”, er det nærliggende å tolke det dit at det eksisterer en kjerne i selvet, noe som kanskje kan sammenlignes med James sitt åndelige selv? Men hva med alle gradene utenfor denne indre kjernen? Jeg tenker at dette også er en del av selvet og savner en utdypelse. Det åndelige selvet til James er beskrevet som en indre kjerne, bestående av våre tanker, holdninger og moralske vurderinger. Dette kan muligens tolkes i samsvar med Juul, når han definerer selvet som, ”mitt sanne jeg” og ”innerst inne”? Videre omfatter Juul sin definisjon av selvet også våre ”verdier”. Hvilke verdier et menneske tillegger ulike ting, er avhengig av en rekke faktorer, som blant annet kultur, religion og menneskesyn. Kjernen i James sitt selv består av moralske vurderinger og er etter min forståelse et mer omfattende begrep enn verdier. Ser vi nærmere på moral finner vi at det har flere betydninger. Det kan blant annet forstås som ”lærdom” eller en ”leveregele” som kan trekkes ut av en fortelling eller hendelse. Den mest kjente representanten for læren om moral er trolig Immanuel Kant med sin morallov: «Du skal alltid handle slik at loven du handler etter, kan bli en lov som gjelder alle.» Grunnlaget for moralen vår er etikk, som er læren om det som er rett eller galt. Det finnes ulike etiske teorier, som vektlegger ulike ting, når ”det som er rett” skal bedømmes (Wikipedia 2007). Juul går enda lenger i sin definisjon enn å snakke om verdier, da han plusser på ”*og alt annet som definerer oss som mennesker*” (Juul 2005:46). Etter min oppfatning er det en så vid definisjon at det blir nesten umulig å vite hva han legger i dette, uten en nærmere forklaring. Hva som definerer oss som mennesker er en stor filosofisk diskusjon å begi seg inn på. Det vil blant annet avhenge av hvilket menneskesyn man har, politiske og religiøse oppfatninger. Juul sin definisjon er så vid og samtidig vag at definisjonen muligvis kan passe inn med nesten hvilken som helst teori?

I følge Combs & Snygg representerer selvet et sett av oppfatninger som står i relasjon til hverandre. Deres selvbegrep deles opp i ulike fenomenologiske felt hvor det ytterst handler om skillet mellom en selv og andre. Det midterste felt inneholder alle persepsjoner uavhengig betydningen det har for individet. Innerst er kjernen av selvet, det som er dette individet til alle tider og som har betydning for hvordan individet har det med seg selv, samt hvilke handlinger det

gjør på bakgrunn av hvordan det har det. Sammenlignes dette med Juul, er det kun det innerste feltet, *kjernen*, som det kan trekkes en parallell til Juul hos Juul når han sier at selvet er ”ditt innerste jeg”. Men siden Juul samtidig utvider definisjonen til at selvet er en opplevelse vil dette harmonere med Combs og Snygg sine fenomenologiske felt. Innen fenomenologisk tradisjon antas selvstrukturen å være konsistent og enhetlig og dette kan vel kanskje Juul sies å være enig i, siden han snakker om en stabil kjerne. Samtidig fremgår det hos Juul at selvet er dynamisk og vil endre seg med at vi utvikler oss som menneske. Combs & Snygg hevder det er vanskelig å ha en stabil og effektiv og integrert personlighet hvis selvstrukturen er inkonsistent. Stabiliteten er med på å bestemme hvor tilfreds individet blir, og dette er trolig årsaken til at mennesket motsetter seg forandringer. Juul nevner ikke dette eksplisitt. Men slik jeg forstår han, ser det ut til at han kan være enig med Combs & Snygg. Når selvstrukturen først er etablert vil erfaringer tolkes i forhold til allerede eksisterende oppfatninger. Juul tar ikke opp hvordan selvet utvikles, men fokuserer på hvordan selvfølelsen utvikles. En av grunnene til at Juul har sterkt fokus på at vurderinger og anerkjennelse fra andre er et så viktig element i dannelsen av selvfølelsen, er at når den først er dannet er det vanskelig å endre den. Med bakgrunn i dette kan trolig plassere Juul innenfor en fenomenologisk tradisjon?

Mead snakker om at det først er gjennom kommunikasjon med andre at vi kan snakke om at vi har et selv. Vi definerer oss ikke uten våre omgivelser. Det er vanskelig å si noe om hva Juul mener om dette da han ikke nevner det eksplisitt. Nå er det hevet over tvil at andre har betydning for at selvet utvikles. Hvorvidt Juul mener at selvet kan eksistere isolert vil etter min oppfatning bli rene gjetninger.

Stern har fått en grundig plassering under kapittelet om selvet. Men Juul sier lite om hvordan selvet utvikles, så å foreta en god sammenligning på et så tynt grunnlag har etter mitt syn lite for seg. Stern er grundig i sin beskrivelse av selvets utvikling, og viser til solid forskning, mens Juul er upresis og baserer det han sier på erfaringer gjennom arbeid med mennesker. Skal vi prøve å finne likheter kan vi kanskje spore likhet til at selvet er vagt i begynnelsen. Stern definerer selvet, som ”*barnets totale organisering av de erfaringer det gjør*”. Juul snakker ikke om organisering av erfaringene, men jeg foreslår å tolke han dit at han forutsetter at det på en eller annen måte skjer en organisering av erfaringene, siden selvet består av alle våre tanker, følelser, verdier, og at

det samtidig er en opplevelse. Gjennom denne opplevelsen/ erfaringene vi gjør oss vil det jo naturlig oppstå følelser som kan være ladet positivt eller negativt. Disse vil igjen gi oss tanker om hvilke verdier vi velger å tillegge vår opplevelse. Det er slik jeg ser det vanskelig å danne seg verdier om noe uten at det reflekteres over erfaringer. På bakgrunn av dette antar jeg at Juul implisitt mener det må ligge en eller annen form for organisering av erfaring man gjør seg, når han definerer selvet som han gjør?

Til tross for uenighet i faglitteraturen med hensyn til hvorvidt selvet er medfødt eller ei, er det bred enighet om at selvet *utvikles* i relasjon til andre mennesker. Relasjonene er utgangspunktet for utviklingen av selvet hos Stern. Det samme fant vi hos våre representanter fra den fenomenologiske tradisjonen, samt presenterte representanter fra den sosiologiske tradisjon. Den er kanskje mest ekstrem hos Mead som mener at selvet ikke kan eksistere isolert. De ulike retningene har noe ulik fremstilling av *hvordan* selvet utvikles i relasjon til andre, likevel ser vi at Juul kan finne belegg for sin antagelse om at foreldre, eller signifikante andre som det kalles i faglitteraturen, er av stor betydning for utviklingen av det. Før vi ser nærmere på hvordan Juul mener at selvfølelsen utvikles, skal vi først se på hva Juul legger i begrepet selvfølelse.

3.0 HVA ER FORSKJELLEN PÅ SELVFØLELSE OG SELVTILLIT?

I forrige kapittel så vi at det eksisterer ulike definisjoner av selvet, samt syn på hvordan utviklingen av det skjer. Når vi nå skal gå ytterligere inn i selvbegrepet å se på begrepene selvfølelse og selvtillit finner vi at litteraturen preges av til dels vage og upresise definisjoner. Deles begrepene opp sitter vi igjen med *følelsen* og *tillitten* vi har til selvet. Følelser kommer og går så vi kan jo spørre oss om selvfølelsen er situasjonsavhengig? Vil den kan endre seg i takt med humøret vårt? Å ha tillit innebærer noe positivt og er gjerne basert på erfaring om at noe vil gjenta seg, eller at vi kan stole på at en handling blir som forventet. Har man tillit til noe eller noen assosieres dette ofte med en positiv følelse, mens det motsatt assosieres negative følelser ved manglende tillitt. Begrepene selvfølelse og selvtillit brukes derfor naturlig nok ofte om hverandre. Både i dagligtalen og i faglitteraturen finner vi andre og lignende begrep som beskriver mye av det samme, som for eksempel selvpoppfatning, selvaktelse og selv verd. Felles for begrepene er at de søker å beskrive hva vi synes om oss selv. Innen psykologien er det mange som har beskjeftiget seg med dette og det ser ut til vår oppfatning av oss selv har stor betydning for atferden vår. Gjennom sine erfaringer som familieterapeut fikk Juul behov for å definere hva han selv kaller en ”ny psykologi” og introduserte atskillelsen av begrepene selvfølelse og selvtillitt, ca.10 år før boken ”Ditt kompetente barn” kom ut i Danmark (Vedlegg: E-post fra Juul). I dette kapitlet skal vi først se på hans forståelse av begrepene selvfølelse og selvtillitt. Deretter presenteres et utvalg av definisjoner fra faglitteraturen som så sammenlignes med Juul sin forståelse av selvfølelse og selvtillitt.

3.1 Jesper Juul sin definisjon av selvfølelse og selvtillit

Jesper Juul sier at begrepene *selvfølelse*, *selvtillit* og *selvbegrep* ofte brukes om hverandre som om de betydde det samme (1995:77). Han poengterer at selvfølelse og selvtillit er beslektet, men at det er viktig å skjelne mellom dem. Han er mest opptatt av å få frem hvorfor det er viktig å være seg bevisst forskjellen mellom dem, ikke nødvendigvis hvilke begrep som brukes. Han

konstaterer at lav selvfølelse gir dårligere livskvalitet for et individ. Og ikke nok med at det medfører at individet får et bedre liv; på sikt vil det også skape et bedre samfunn. Dette forklarer han med at et menneske med høy selvfølelse også er i besittelse av god integritet. Med god integritet forstår Juul at det er i stand til å kjenne sine egne grenser og behov og gjennom å formidle dette til sine omgivelser, altså ta et personlig ansvar for seg selv, vil vedkommende samtidig bli sosialt ansvarlig. Det blir derfor et viktig anliggende å sørge for at individet utvikler god selvfølelse. Siden selvfølelsen utvikles tidlig i barndommen, ønsker Juul å formidle til foreldre og andre som jobber med barn, hvordan selvfølelsen utvikles. Selvfølelse og selvtillitt utvikles på ulik måte, og her begår mange mennesker feil, fordi de tror at de bygger et menneskes selvfølelse, når de i virkeligheten bygger dette menneskets selvtillitt. Juul mener at ros er skadelig for utviklingen av selvfølelse, mens det fungerer godt å rose et menneske, dersom målet er å bygge dets selvtillitt. Vi skal nå se nærmere på hvordan Juul definerer disse begrepene.

3.1.1 Selvfølelse og integritet

Forholdet mellom selvfølelse og integritet er både intimt og dialektisk. Blir barnets integritet ivaretatt og opplever respekt for egne forsøk på å avgrense og definere seg selv, vil det ha et optimalt utgangspunkt for å utvikle en sunn selvfølelse. Tilsvarende er en viss porsjon selvfølelse en vesentlig forutsetning for at man skal kunne komme i kontakt med sin integritet og indre ansvarlighet. Juul definerer *selvfølelse* som "vår viten om og opplevelse av hvem vi er. Selvfølelse handler om hvor godt vi kjenner oss selv, og hvordan vi forholder oss til det vi vet. Selvfølelse kan billedlig beskrives som en slags indre søyle, senter eller kjerne" (1996: 77).

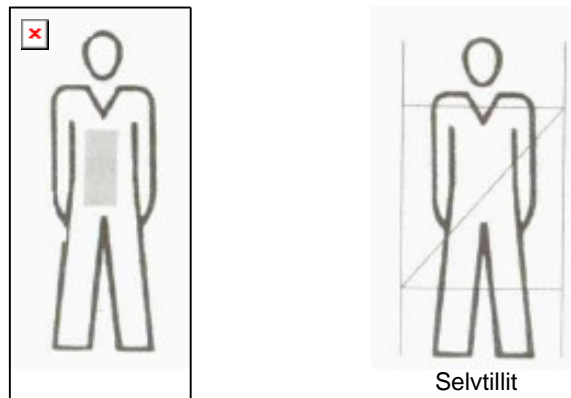
Uavhengig om selvfølelsen er høy eller lav er den av eksistensiell kvalitet. Den er grunntonen i vår psykologiske eksistens og den kan utvikles kvantitativt og kvalitativt hele livet. Juul beskriver *selvfølelsens fundament* gjennom et eksempel med nybakte foreldre. De betrakter sitt nyfødte spedbarn mens det sover og overveldes av en følelse av at dette nye mennesket er vidunderlig og verdifullt, bare fordi det er. Og det er dette den sunne selvfølelse sier; "Jeg er i orden og har verdi, bare fordi jeg er!" (ibid).

Ordet *integritet* kommer fra det latinske ordet *integritas*, som betyr sunnhet og uskadd tilstand. Om et menneske brukes integritet om personens gode egenskaper som redelighet og

ubestikkelighet (Caplex, 2007). Vi sier om et menneske med integritet at det har evnen til å handle selvstendig og ærlig i overensstemmelse med sine moralske prinsipper (Juul og Jensen 2003:42). Overordnet forstås menneskets integritet som en opplevelse av indre og ytre ansvarlighet. Fra et filosofisk ståsted forstås indre ansvarlighet som det ansvaret det enkelte menneske gir for seg selv, altså sine egne grenser, behov, følelser og mål. Det er snakk om et *eksistensielt* ansvar, det vil si det ansvar hver og en har for våre egne liv fordi alle er enestående mennesker. Siden det ikke finnes andre mennesker som er identiske med meg, er det heller ingen andre enn meg selv som kjenner meg best. Derfor blir jeg alene om å ta ansvaret for mitt eget liv (ibid). Psykologisk sett er indre ansvarlighet en utviklingsprosess, basert på følelsesmessige opplevelser og erfaringer. Kvaliteten på disse erfaringene avhenger av samspillet med blant annet foreldre og søsken. Forholdet mellom integritet og selvfølelse er nært fordi det er nødvendig med en viss porsjon selvfølelse for at man skal kunne komme i kontakt med sin indre ansvarlighet. Ytre ansvarlighet er det ansvaret individet har i henhold til de sosiale og kulturelle verdier og verdisystemer som ligger utenfor mennesket og som er intellektuelt fundert. Den indre ansvarligheten bygger på emosjonelle erfaringer sammen med andre og er uavhengig sosial tilhørighet, evner og anlegg. Den ytre ansvarligheten er verdisystemer utenfor mennesket fundert på teori, tanke og innlæring. Den ytre ansvarlighet blir da avhengig av sosial og kulturell tilhørighet, og intellektuell utvikling. Mellom ytre og indre ansvarlighet foregår det en internalisering og integrasjonsprosess. Individets opplevelse av komplementaritet mellom indre og ytre ansvarlighet, er det vi kaller personlig integritet (Juul og Jensen 2003:42-44). Det nyfødte barnets personlige integritet kan enkelt uttrykkes som *barnets viktigste behov og grenser*. Det er ingen fast og definert størrelse, men en relasjonell opplevelse som hele tiden forandrer og utvikler seg. Det er en personlig opplevelse som det kan være vanskelig å uttrykke språklig. Selv om det er vanskelig å definere begrepet er det likevel viktig i henhold til Juul, å ha kunnskap om et annet menneskes integritet slik at samarbeid og samvær kan være respektfullt og likeverdig.

3.1.2 Selvtillitt

Juul knytter selvtillitt opp i mot handling. Han sier:” *Selvtillit handler om det vi kan. Det vi er gode og dyktige til, eller dumme og dårlige til- det vi kan prestere*” (Juul 1996:78). Selvtillit er en tillært kvalitet og handler om noe utvendig, uten at det forstås i betydningen overfladisk.



Figur 3.

Selvfølelse og selvtillit (Juul 1996:78)

Figuren illustrerer at selvfølelsen er din indre kjerne som består av verdien du tillegger deg selv uavhengig alt rundt deg. Selvtillit går utenfor deg selv slik at det også omfatter de ting du gjør. Selvtillit er en forlengelse av deg selv gjennom dine prestasjoner, og hvor godt eller dårlig du synes om deg selv på bakgrunn av prestasjonen. Selvfølelse og selvtillit er i følge Juul forskjellige av natur og kan ikke umiddelbart sammenlignes, ei heller ta hverandres plass. Likevel er det en sammenheng; hvis man har en sunn selvfølelse er sjelden selvtillitt noe problem. Det motsatte er derimot ikke tilfelle. Dette eksemplifiseres gjennom en person med sunn selvfølelse som ønsker å lære seg å spille piano. Dersom musikaliteten ikke slår til som ønsket, vil et menneske med sunn selvfølelse være mer nøktern og kanskje si til seg selv at dette ikke var noe for meg; jeg er ikke musikalsk nok. En person med lav selvfølelse vil kanskje heller generalisere sin opplevelse til *alle* områder og å si til seg selv at jeg ikke duger til *noen* ting (Juul 1996:79). Manglende selvtillitt, som ikke henger sammen med lav selvfølelse, ser ikke Juul på som noe problem. Fordi det da blir et praktisk pedagogisk problem som kan løses ved saklig tilbakemelding, enten fra

lærer hvis man er elev eller fra kollegaer. Selvtilliten vil vokse i takt med prestasjonens kvalitet og er da naturlig begrenset til områder (ibid).

3.2 Faglitteraturens syn på selvfølelse og selvtillit drøftet opp imot Juul

Det finnes et bredt utvalg av faglitteratur som befatter seg med hva selvet er og hvordan vår oppfatning og følelse av oss selv påvirker atferden vår. Vi ser i faglitteraturen at samme begrep kan defineres med ulikt innhold. Og motsatt, at ulike begrep kan bety det samme. Målet er imidlertid å se om vi finner litteratur eller forskning som kan støtte opp under Juul sin forståelse av begrepene.

3.2.1 William James sin definisjon av selvfølelse

I sin utredning om hva selvet er utviklet William James en formel for å definere selvfølelse:

$$\text{Self-esteem} = \frac{\text{Succes}}{\text{Pretentions}}$$

Figur 2.

Formel for definisjon av selvfølelse (James, 1890)

Selvfølelsen defineres som individets suksess delt på de krav individet har til seg selv (James 1890:310). Hvis individet har en forventning om å lykkes og gjør det, blir vedkommendes selvfølelse god, og motsatt man får en dårlig selvfølelse dersom man ikke lykkes. I følge James kan individer med lav selvfølelse gjøre to ting for å styrke den. Enten gjennom å øke sin kompetanse eller gjennom å senke sine forventninger. Det er ikke likegyldig innefor hvilket

område kompetansen styrkes. Forholdet mellom individets evner på et gitt område og viktigheten av området er avgjørende. Hva som oppfattes som psykologisk sentralt for individet avhenger langt på vei av kulturelle normer. Her vil sosialiseringen hvor barnet overtar miljøets syn på normer og verdier spille en avgjørende rolle. Individets overordnede verdisetting av sine kvaliteter er avhengig av hvor viktig disse kvalitetene er for individet selv (Coopersmith 1967). Som vi da forstår vil James sin definisjon av selvfølelse gi rom for mange graderinger avhengig av hvilke forventninger individet har, og ikke minst hvor viktig det er å lykkes på akkurat dette området.

Slik jeg forstår James, vil hans definisjon av selvfølelse ligge nærmere Juul sin definisjon av selvtillitt enn selvfølelse. Den suksess du oppnådde på et gitt område delt på de forventninger du har til deg selv, er konsentrert til handlinger eller noe vi oppnår. Juuls selvfølelse handler dypst sett om en positiv verdi kun i forhold til det å være. Det blir kanskje vanskelig å snakke om suksess i forhold til at vi eksisterer? Er det slik at noen mennesker lykkes bedre i å eksistere enn andre? Det vil i så fall avhenge av hva vi legger i å eksistere. Noen vil kanskje mene at det ikke er nok bare å være og at de må ha en viss standard i form av materielle goder eller føle at de er verdifulle for andre mennesker? Slik jeg forstår Juul sin definisjon av selvfølelse er dette en kjernefølelse uavhengig av alt annet, også materielle goder. Men er det mulig å ha en følelse av seg selv isolert, uten å sammenligne seg med andre i samfunnet vi lever i? Juul velger å kalle det å være ytrestyrt dersom mennesker er opptatt av materielle goder og hva andre synes om våre prestasjoner. I følge han har dette ikke noe å gjøre med selvfølelsesbegrepet. James definisjon av selvfølelse sammenlignet med Juul sin definisjon som en slags indre søyle eller kjerne, blir to svært ulike måter å definere begrepet på. Til tross for at James bruker begrepet "self-esteem", minner definisjonen hans mer om Juul sin definisjon av "selvtillitt" siden den omfatter noe vi kan prestere. Nå har James en god og nyansert fremstilling av selvkonseptet og kjernen hos James ligger i det "det åndelige selvet". Men det blir ikke riktig å trekke den konklusjon at Juul sin definisjon av selvfølelse er sammenfallende med James sitt åndelige selv heller. Vi må nok bare konstatere at selv om James har en meget omfattende teori om selvet, kan hans og Juuls definisjon ikke direkte sammenlignes. Kanskje betyr dette at siden Juul skiller mellom selvfølelse og selvtillitt ikke er så godt?

3.2.2 Morris Rosenberg sin definisjon av selvfølelse og selvtillit

Vi har sett at selvkonseptet til Rosenberg ble definert som totaliteten av et individs tanker og følelser med referanse til vedkommende som et objekt. Rosenberg deler selv- konseptet opp i dimensjoner, hvor "self-esteem", "self-efficacy" (or mastery), samt "self-identities" er viktige deler av det (Rosenberg 2007).

En av selvkonseptets dimensjoner er "*self confidence*" (1979:31-32). Direkte oversatt til norsk blir dette "selvtillit". Rosenberg sier at sammenhengen mellom selvtillit og selvfølelse (self esteem) åpenbart er nær og at disse begrepene ofte forveksles. Det har derfor naturligvis oppstått en del forvirring på bakgrunn av denne sammenblandingen, noe Rosenberg søker å oppklare gjennom sin definisjon av **selvtillit**: "*Self-confidence essentially refers to the antipaciation of successfully mastering challenges or overcoming obstacles or, more generally, to the belief that one can make things happen in accord with inner wishes*".

Et individs selvtillit refererer til forventningene om å lykkes i å mestre utfordringer, eller mer generelt til troen på at man kan oppnå det man vil ut ifra sine innerste ønsker.

Slik jeg tolker Juul, vil dette være i tråd med hans forståelse av hva selvtillitt er. Han knytter jo nettopp den opp imot et individs prestasjon; om hva "vi er gode og dyktige til eller dumme og dårlige til".

Selvfølelse (self-esteem) derimot, innebærer i følge Rosenberg selvakseptering, selvrespekt og følelse av selv verd. Selvfølelsen er altså en positiv eller negativ orientering rettet mot selvet, m.a.o. en overordnet evaluering av eget selv verd og verdi. Mennesker er motivert mot å ha høy selvfølelse Høy selvfølelse betyr at man har en positiv holdning til seg selv og har ingen ting med egoisme å gjøre. En person med høy selvfølelse er fullstendig fornøyd med den personen vedkommende er, selv om han kjenner sine mangler og ser at det eksisterer et potensial til forbedring (Rosenberg 1979).

Sammenlignes Rosenberg sin definisjon av selvfølelse med Juul, er de slik jeg ser det til en viss grad sammenfallende. Juul mener at selvfølelsen handler om hvor godt vi kjenner oss selv og

hvordan vi forholder oss til det vi vet. Fundamentet i en sunn selvfølelse hos Juul beskrives slik; ”Jeg er i orden og har verdi, bare fordi jeg er!”. Rosenberg sier om en person med høy selvfølelse at han er fullstendig fornøyd med den han er, selv om han kjenner sine mangler. For meg betyr dette det samme. Det er bare ordlyden som er forskjellig.

Som vi ser påpeker også Rosenberg nødvendigheten av å skille mellom selvfølelse og selvtillit. Han er riktignok mye mer nyansert i sin analyse av selvbegrepet da det inneholder en utførlig redegjørelse av selvets ulike dimensjoner, hvor selvfølelsen og selvtilliten kun er komponenter av et større hele. Rosenberg kan vise til seriøs forskning rundt forskjellen mellom selvtillit og selvfølelse. Han har utviklet tester for måling av selvfølelse som nyter stor anerkjennelse i akademiske miljøer (Rosenberg 2007). Juul kan finne støtte for sitt skille mellom selvfølelse og selvtillitt støtte hos Rosenberg.

3.2.3 Albert Bandura og ”self-efficacy”

Albert Bandura (1925-) representerer en populær retning innen personlighetspsykologi i vår tid. Han tar utgangspunkt i attribusjonsteori og sosial læringsteori, også kalt sosial kognitiv teori. Sosial kognitiv teori fokuserer på kompetanse uttrykt gjennom hva en person gjør, heller enn å analysere trekkene en person har. Dette innebærer både hvordan individet tenker om problemer i livet og evnene til å håndtere dem. Et menneske har ofte kompetanse innenfor et gitt område, men dette medfører ikke nødvendigvis kompetanse innefor et annet. Det er våre mål som bestemmer hvilke prioriteringer som gjøres, og hvor motivert man er for å utføre en handling. Målene er organisert i et system hvor noen mål er mer sentrale og viktige enn andre. Dette er imidlertid ikke et rigid og fast system. En persons valg blant ulike mål avhenger av hva som er mest viktig for personen i øyeblikket og hvilke krav som stilles fra miljøet (Pervin 1997:408-409). Det samme kjenner vi igjen fra både James og Rosenberg. I følge Bandura er en positiv mestringsforventning en viktig kilde til positiv selvfølelse. Og da handler det ikke om hvor godt jeg klarer meg i forhold til andre (konkurranssevne), men hvor godt jeg tror jeg er i stand til å løse mine egne problemer basert på mine tidligere erfaringer. Effekten av mestringsforventningene kaller han for *trossystemet*. Dette trossystemet har innflytelse på handlingsvalg, innsats og utholdenhet til tross for eventuelle hindringer, hvor pågående man er ved motgang, om tankemønstrene er til støtte eller hinder, hvor mye stress og depresjon som

erfares i møte med miljøets krav, og hvilket resultat personen greier å realisere. Forventningene til å mestre er hovedkilden til aktivitet, og hvis individet ikke har tro på at det vil produsere resultater vil det heller ikke forsøke å gjøre det (Bandura 1997:3). For å beskrive dette benytter Bandura seg av et begrep, nemlig "self-efficacy", som han definerer det slik: "*Self-efficacy is the belief in ones capabilities to organize and execute the courses of action required to manage prospective situations*" Det betyr altså at "self-efficacy" er individets forventninger om å kunne utføre en bestemt handling. Bandura differensierer "self-efficacy" fra "self-concept" og mener disse er to ulike begreper, men som misforstått ofte brukes om hverandre. "Self-efficacy" refererer til vurderinger av personlige evner mens "self-concept" refererer til individets "selvverdi", også kjent som "self-esteem" (selvfølelse). "Self-efficacy" er ofte kontekst- og oppgaveavhengig noe som ikke er tilfelle for self-concept. Er det en referanse til et mål brukes begrepet self-efficacy, mens self-conceptet er uavhengig av målet og innebærer en kognitiv vurdering av ens egen verdi. For bedre å forstå hva som ligger i begrepet "self-concept" kan vi stille oss spørsmålet: *Hvordan har jeg det med mine følelser? Hvem er jeg? Hva føler jeg?* "Self-efficacy" er ofte domenespesifikt. Vi spør oss selv: "*Kan jeg gjøre dette?*" I følge Bandura refererer "self-efficacy" til vurderinger av personlige evner, mens "self-esteem"; altså selvaksepten, refererer til individets selvverdi. Det er derfor ingen sammenheng mellom hvorvidt man har tro på egne evner, og om man liker seg selv (Bandura 1977, 1997). Slik jeg forstår Juul vil også dette være i tråd med hans syn. Han hevder at det ikke er begrepsbruken som er viktig, men å få frem skillet og være seg bevisst forskjellen mellom dem (Juul 1995:77). Poenget til Juul er å være klar over at dersom man styrker et menneskes ferdigheter, behøver ikke dette bety at han eller hun får det bedre med seg selv. Juul mener ikke det er galt å styrke menneskers selvtillit gjennom ros, men påpeker at det er svært viktig å vite hva man gjør. Slik at man kan unngå å gå i den fellen at man tror man styrker en persons selvfølelse, mens man i virkeligheten faktisk styrker selvtilliten (Juul 1995:79).

3.2.4 Andre innspill

Schaffer definerer selvfølelse slik: "*Self-esteem refers to an individual's feelings of his or her own worthiness and competence*" (1999:164). Her ser vi at selvfølelse både forstås som en følelse av hva individet opplever at det verdt, og hvilken kompetanse det har. Selvfølelsen defineres som

et *evalueringsaspekt* av selvsystemet og det refereres til et bilde av et ”*ideelt selv*”, som alle mennesker har. Dersom det er liten diskrepans mellom det ”ideelle” selv og det ”oppfattede” selv, vil individet ha høy selvfølelse. Motsatt dersom diskrepansen er stor, vil individet ha lav selvfølelse. Hvorvidt den er høy eller lav vil ikke nødvendigvis være en statisk størrelse. Vi evaluerer stadig vår atferd og ser om den holder mål til de standarder vi har satt oss selv. Her ser vi en vid definisjon av begrepet selvfølelse som ikke skiller mellom begrepene slik Juul gjør. Nå er det ikke uvanlig å ha en vid definisjon av selvfølelsesbegrepet som også inneholder evaluering av ferdigheter. Schaffer viser til Harter (1987) som foreslår at selvfølelsen ikke er en global enhet men at den kan deles opp i i fem domener: ”skoleferdigheter”, ”atletiske ferdigheter”, ”sosial aksept”, ”fysisk utseende”, og ”utført atferd”. Hennes undersøkelser viser at selvfølelsen kan variere fra et domene til et annet. Samtidig har alle barn en global følelse av ”self –worth”, som gir uttrykk for en generell evaluering , som ikke er rettet mot et spesifikt område knyttet til ferdigheter. Det er kun sistnevnte *globale selvfølelse* som er i overensstemmelse med Juul sin definisjon av selvfølelse. Domenene som ”skoleferdigheter” og ”fysiske ferdigheter”, faller tydelig inn under Juul sin definisjon av selvtillit, fordi de er knyttet til prestasjoner. Det samme vil ”utført atferd” gjøre – det referer til en handling. Det er derimot ikke like klart under hvilket begrep hos Juul sosial aksept og fysisk utseende faller inn?

Skaalvik & Skaalvik (1996) snakker om selvoppfatning som en fellesbetegnelse, og opererer ikke med et skille mellom selvfølelse og selvtillit. De bruker derimot selvakseptering, noe som nærmer seg Juuls definisjon av selvfølelse, da det handler om hvor verdifull man ut i fra egen vurdering synes man er. Likevel blir det vanskelig å overføre deres begreps definisjon direkte til Juul. Kanskje er det slik at selvoppfatningen samlet både inneholder selvfølelse og selvtillit?

Dorothy Corkille Briggs bruker i sin bok *Barnets selvtillit* (1980) begrepene selvoppfatning, selvfølelse, selvilde og selvtillit om hverandre. Hun definerer selvfølelse til summen av alle selv- vurderinger (1980:25). De aller fleste har blandede følelser om seg selv og det er summen av disse følelsene som avgjør hvorvidt en person liker seg selv eller ikke. Trygghet på ett felt trenger ifølge henne ikke medføre trygghet på andre felt. Det er mange eksempler på barn som har god selvtillit innefor intellektuelle ferdigheter, mens de føler seg ille til mote i sosiale sammenhenger. Jo større område barnets selvfølelse dekker, desto tryggere vil barnet være på andre områder i livet. Slik jeg forstår Briggs vil god selvtillit på mange områder gi en generelt

god selvfølelse. Dette er et syn som står i kontrast til Juul som nettopp ønsker å skille begrepene selvtillit og selvfølelse. Selvtillit knyttes som nevnt hos han til handlinger og opplevelsen av å mestre. Er derimot selvfølelsen dårlig mener Juul at man liker seg selv like lite, til tross for at man er klar over at man kan prestere godt innenfor et gitt område. Selvfølelsen hos Juul ser ut til å være enten god eller dårlig. Den er ikke knyttet til områder. Enten har man en sunn og velutviklet selvfølelse, eller så har man det ikke. Jeg fristes til å spørre om dette er en for enkel fremstilling? Nå skiller både Rosenberg og Bandura mellom selvfølelse og selvtillit, og jeg har ikke noe problem med å se at det ikke trenger å være samsvar mellom tro på egne evner og hvor godt man synes om seg selv. Likevel synes jeg det blir for enkelt å snakke om at selvfølelsen enten er sunn og godt utviklet, eller at den ikke er det. Jeg savner en form for gradering, slik vi kan finne hos andre teoretikere. Det er mulig Juul mener det finnes grader av hvor godt utviklet selvfølelsen kan være, men dette kommer i så fall ikke ordentlig frem. Den blir omtalt som enten høy eller lav. I denne sammenheng kan vi også spørre oss om høy selvfølelse alltid er et gode, eller kan selvfølelsen kan bli for høy? Er det mulig at selvfølelsen kan overutvikles, slik at man tror så godt om seg selv at man blir bedre enn alle andre og på den måten nonchalant og nedlatende? Eller at man kan bli egoistisk i sine handlinger fordi man mener at man fortjener bedre enn andre, siden man nettopp er så mye mer verd enn de? Odd Ivar Strandkleiv (Strandkleiv, 2005) viser til Kernise og Paradise (2002:339-340) som skiller mellom sikre og sårbare former for høy selvfølelse. En sikker form for høy selvfølelse kjennetegnes gjennom en følelse av godt forankret, trygg og høy egenverdi. Dette individet synes godt om seg selv og verdsetter og aksepterer seg selv for hva det er. Det har ingen følelse av å måtte være overlegne andre eller bevise noe for noen. Deres egenverdi står eller faller ikke på positive eller negative erfaringer i hverdagen. De har heller ikke behov for overdreven selvhevdelse eller beskyttelsesstrategier. Kernise og Paradise foreslår fire former for sårbar høy selvfølelse. Defensiv høy selvfølelse kjennetegnes gjennom at individet fremstiller seg i positive ordelag, selv om de i realiteten er negative. Individet kan også skjule sårbar høy selvfølelse gjennom å bevisst fremheve fordelaktige sider, og ubevisstholde tilbake eller skjule mindre fordelaktige sider. Høy selvfølelse kan også være betinget på den måten at individets følelser baseres på hva vedkommende har oppnådd, eller på vurderinger fra andre. Til sist kan sårbar høy selvfølelse vise seg gjennom ustabil høy selvfølelse, hvor den i stor grad vil variere i takt med endringer i miljøet. Strandkleiv stiller spørsmål ved om det er riktig at sårbar høy selvfølelse kan karakteriseres som høy selvfølelse i det hele tatt. Det er

kanskje mer naturlig å tenke at sårbar høy selvfølelse kun er en måte å beskytte et skjørt selv på. Det viser seg at individet har motivasjon for å bevare selvfølelsen, selv om den er temmelig lav (Wells, 1976 og Rosenberg 1979). Mulig Juul ville si seg enig med Strandkleiv i at en for høy selvfølelse neppe faller inn under hva han definerer som å godselvfølelse. Det ser ut til at han likestiller sunn med god selvfølelse.

I følge Briggs (1980) vil selvfølelsen påvirke atferden. Dersom man har en dårlig selvfølelse og tror at man ikke har noe å bidra med, og derfor unndrar seg sosiale situasjoner og diskusjoner, får man heller aldri oppleve positiv respons tilbake. Indre sikkerhet gir mot til å se vansker i øynene, og energi til å overvinne dem. Det kan oppleves som en god og en dårlig spiral. Dette er i slik jeg forstår Juul, i tråd med hans syn og sett sammen med kunnskap om at lav selvfølelse påvirker et menneskes mentale helse, er det liten tvil om at Juul fremholder et viktig poeng når han ønsker å bevisstgjøre viktigheten av å utvikle en positiv selvfølelse. At forventninger om å lykkes påvirker atferden ser vi også i James sin modell, og i Bandura og Rosenberg sine teorier. Jeg synes Juul er lite nyansert siden han ikke tar opp ulike dimensjoner av selvfølelsen slik flere andre teoretikere gjør. Jeg fristes til å spørre om det er mulig å se på selvfølelsen så isolert som Juul gjør? I det samfunnet vi lever i finnes det ulike arenaer man kan hevde seg innenfor og betydningen av disse vektlegges forskjellig fra individ til individ. For noen blir det ytre viktig. Sosial status i form av bosted, klær og inntekt kan ha stor betydning for den personlige følelsen av å være vellykket og hvilken verdi man tillegger seg som menneske. Ferdigheter innefor visse områder som skole, høyere utdanning og yrkesvalg kan fungere som en nøkkel inn til høyere sosial status, og vil derfor av mange øke ens positive opplevelse av eget verd. Dersom jobben for den enkelte oppleves som meningsfull kan kanskje dette bidra til at vedkommende ser seg selv som verdifull? Slik jeg oppfatter det vil handlingene til et menneske indirekte kunne påvirke følelsen av å være verdifull. Juul knytter handlingene opp i mot selvtillit og isolerer på den måten selvfølelsen til en generell positiv eller negativ opplevelse en person har av seg selv. Jeg forstår hans skille og synes det er godt til et visst punkt, men savner en ytterligere oppdeling av selvfølelsesbegrepet. Nå viser Juul til integritet og at det henger nøye sammen med selvfølelse. For meg kan dette se ut som en enkel måte å komme unna en nyansering av begrepet selvfølelse på, siden integritet defineres som et menneskes *personlige grenser*. Det som er riktig for en person vil ikke nødvendigvis oppleves som riktig for en annen. Grensene vil endre seg etter som barnet utvikles

og modnes. At denne utviklingen ikke foregår isolert, men i tett samspill med omgivelsene i en gjensidig påvirkning er det bred enighet om i forskningslitteraturen. Det er også enighet om at selvfølelsen er av relativt stabil karakter hos voksne, og derfor ikke så lett lar seg manipulere med i eksperimentelle design. Schaffer (1999) viser til forskning fra Blascovich og Tomaka (1993:117) som viser at manipulert suksess og fiasko har liten målbar effekt når det måles mot et livslangt løp av erfaring om egen evaluering av oss selv. Det betyr at vi ikke så lett kan ”lære” oss en ny selvfølelse. Det er riktigere å si at den utvikles gjennom et individs livserfaringer. Hvilke erfaringer som ifølge Juul må til for at individet skal utvikle god selvfølelse skal vi se på i neste kapittel.

4.0 ANERKJENNELSE; EN HOVEDKILDE TIL UTVIKLING AV GOD SELVFØLELSE

Juul mener at det skal to næringsstoffer til for at menneskers selvfølelse skal utvikle seg til og bli god, nemlig at vi blir *sett* og *anerkjent* slik som vi er, og at vi opplever at vi har *verdi* for andre, slik som vi er (Juul 1995: 93). Anerkjennelse blir derfor et nøkkelord for han, og vi skal i dette kapittelet se nærmere på dette begrepet. Jeg har lagt hovedvekt på to teoretikere. Anne Lise Løvlie Schibbye som med utgangspunkt i Hegel og dialektikk, trekker den filosofiske diskusjonen over og inn i psykologien og Axel Honneth, en tysk nålevende filosof som er kjent for sine arbeider om anerkjennelse. Andre forfattere som blant annet Berit Bae og Jan Erik Waastad nevnes også. Formålet mitt er å sammenligne Juul sin forståelse av anerkjennelse med nevnte teoretikere.

4.1 Juul sitt anerkjennelsesbegrep

Et av hovedpoengene til Juul er å få frem hvordan man tilfører barnet den nødvendige næringen det trenger for å utvikle god selvfølelse. Det sentrale begrepet for å lykkes med dette er: *anerkjennelse* (Juul 1995:87). Definisjon av anerkjennelse omfatter ikke anerkjennelse som en slags ros, men ligger nærmere ordet *bekreftelse*. Juul og Jensen definerer anerkjennelse slik:

”Anerkjennelse er ikke en kommunikasjonsteknikk, men en samtaleform som bygger på den voksnes evne og vilje til å forholde seg åpent, sensitivt og inkluderende til barnets indre virkelighet og selvforståelse” (Juul og Jensen 2003:263).

Å forholde seg *åpent* i denne sammenheng betyr en aksept av at barnets opplevelse av virkeligheten er like pålitelig som den voksnes. Åpenheten innebærer at en voksen må gi opp sin kontroll over, og makt til å definere ”virkeligheten” for i stedet å etablere en likeverdig relasjon. I

tillegg omfatter åpenhet den *voksnes åpenhet om seg selv*, sine tanker, følelser og perspektiver. *Sensitivt* betyr evne og vilje til å forholde seg nysgjerrig, undrende, medfølende, empatisk og reflekterende til barnets selvopplevelse. Sensitivitet forutsetter ikke forståelse, men den kan bane vei for forståelse. Å forholde seg *inkluderende* til barnets subjektive virkelighetsforståelse og selvopplevelse omfatter dels den voksnes vilje til å trekke inn barnets opplevelse og uttrykksmåte som en likverdig del av situasjonen, og dels en evne til å hjelpe barnet med å gi et språklig uttrykk som beskriver barnets opplevelse innefra (Juul og Jensen 2003:263-264).

Barnets følelser skal oppfattes og ikke vurderes. Det gis en rekke eksempler fra situasjoner mellom en voksen og barn på hvordan man gir anerkjennelse og ikke vurdering. Et eksempel er hentet fra en situasjon hvor Lars på 3 ½ år har tegnet en tegning mens han venter på at mor skal komme hjem fra arbeid. En time og seks tegninger senere kommer mor hjem og Lars løper henne i møte med tegningen i hånden og sier: "Vær så god, mamma, den er til deg!". Hvis moren da skryter av tegningen og sier at Lars er flink til å tegne er dette en vurdering, og i følge Juul vil da kontakten mellom dem mislykkes selv om rosen er kjærlig ment. Dette fordi Lars ikke ønsker en vurdering av sin tegning når han løper sin mor i vente. Han gir henne seg selv, et personlig uttrykk og får en vurdering tilbake. Hadde moren hans visst dette kunne hun ha anerkjent gaven hans og sagt: "Takk skal du ha! Den ble jeg virkelig glad for!". Det viktige i følge Juul er ikke nøyaktig hva hun sier, bare hun gir ham sin spontane, personlige reaksjon. Moren sier "Så flink du er!", fordi hun har lært at det er slik man snakker til barn hvis man vil være kjærlig og gi barnet selvtillit. Juul mener dette kun er hensiktsmessig dersom vi vil ha barn som er ytrestyrt. Elsker man sine barn ved hjelp av ros og kritikk vil barna ifølge Juul bli ytrestyrte personligheter med lav selvfølelse som mangler en indre målestokk å handle etter Etter en stund vil nemlig Lars lære seg spillets regler og si: "Se mor, er ikke jeg flink?". Hans livsperspektiv har endret seg fra væren til kunnen, fra eksistens til prestasjon (Juul 1995:88).

4.1.1 Anerkjennende kommunikasjon

Ved utviklingen av god selvfølelse er det viktig at kommunikasjonen er anerkjennende og ikke av vurderende karakter (Juul og Jensen 2003:266). Barn opplever stadig ting som gjør inntrykk på dem, men de mangler i begynnelsen ord og begreper og uttrykker seg derfor med kroppsspråket.

Barns ulike uttrykk er svært personlige og av individuell karakter. Opplevelsene er subjektive; barn har forskjellig grad av smerteterskel, frustrasjonsnivå og blir begeistret av ulike ting. Det er de voksne som gjennom sin respons er ansvarlig for hvilke uttrykk barnet fritt kan gi uttrykk for, og hvilke de må fortrenge eller undertrykke. I samspill med omsorgsgiver gjør barnet derfor to typer tidlige erfaringer:

- 1) erfaring med egen evne til å påvirke sine omgivelser; tiltrekke seg oppmerksomhet eller etablere kontakt
- 2) erfaring med hvordan omsorgspersonen reagerer på barnet.

Begge erfaringene er viktige elementer i utviklingen av selvet og foreldre og førskolelærere er ansvarlige for at barnets selvfølelse utvikles både kvantitativt og kvalitativt (Juul og Jensen 2003: 266). Når det er foreldre, førskolelærere og andre omsorgsgivere som er ansvarlig for utviklingen av barnets selvfølelse, skal vi nå se på hvordan Juul mener at en voksen på best mulig måte kan ta dette ansvaret.

4.1.2 Det voksne lederskapet

Når begrepet anerkjennelse beskrives hos Juul handler det mye om kvaliteten på relasjonen mellom voksen og barn. Han hevder at all erfaring tilsier at barn utvikler seg optimalt sammen med voksne som evner å påta seg et lederskap (Juul og Jensen 2003: 94). Siden det ikke henvises til noen kilde får vi bare anta at det er Juuls sin egen erfaring det siktes til her. Han fremholder videre at det er viktig at man som voksne ikke misbruker sin autoritet, noe som lett kan medføre at barnet mister tillitten til voksnes ledelse. Det voksne lederskapet som best tar vare på barnet og relasjonen består av følgende elementer: autentisitet, interesse, anerkjennelse, inkludering, beslutning og konflikt (Juul og Jensen 2003:94-98).

Autentisitet betyr her at den voksne har evne og vilje til å representere sine tanker, følelser, verdier, mål og grenser. Det handler om å vise seg genuint ekte for sine medmennesker. Å vise interesse for hvem barnet er, er også en parallell til evnen å "se" barnet på dets egne premisser. De fleste foreldre er jo interessert i barna sine, tenker vi. Men interesse i denne sammenheng betyr ikke et tilnærmet forhør av hvordan dagen på skolen var, ei heller er det belærende spørsmål. Det handler isteden om å vise en genuin interesse for *hvem* barnet er. Når den voksne

har lært hvem barnet er *akkurat nå*, skal den bekrefte sin forståelse enten med barnets egne ord eller gjennom empatisk bruk av språket, der barnet selv mangler ord. Det er dette som er anerkjennelse. Når de voksne har hørt på og forstått hvordan barnet er til sinns, hvilke lyster/ulyster, drømmer, mål også videre det har, er det den voksnes ansvar å inkludere dette i barnet og den voksnes felles framtid i den grad dette er mulig og forsvarlig. Det er bare på denne måten barnet kan føle at det blir tatt alvorlig. Dersom det ikke er mulig for den voksen å inkludere barnet og dets sinnstilstand akkurat nå, må dette formidles. I en slik situasjon vil også barnet føle at det blir tatt alvorlig. Dette viser at det er de voksne som i kraft av sine erfaringer, overblikk og eventuelt faglig ansvar som må treffe beslutninger. Det vil alltid kunne oppstå situasjoner der noen ikke føler seg tilstrekkelig inkludert og i varierende grad vil dette medføre konflikt. Disse konfliktene er helt nødvendige for kvaliteten av relasjonens videre forløp både innholdsmessig og prosessuelt. Konfliktens forløp vil variere med barnets alder og språklige utvikling, men består hovedsakelig av: *behov/lyst – ”nei” – forhandling/kamp – tap/frustrasjon – ro*. Prosessen begynner med at barnet uttrykker et behov for noe det har lyst på. Når de voksne sier ”nei”, begynner barnet aktivt å kjempe for sitt behov, noe som Juul og Jensen mener er et sunnhetstegn og helt nødvendig i forhold til alle barnets fremtidige relasjoner. Avhengig av barnets temperament og den dominerende stilen i familien, vil barnet reagere forskjellig. Det er imidlertid viktig at barnet får den tiden det trenger til å bearbeide sine frustrasjoner, og noen barn trenger mer tid enn andre. Får barnet den tiden det trenger, vil det bevare sin personlige verdighet og senere kunne si ”ja” til de voksnes beslutninger, istedenfor å nøye seg med et ”ja vel” som tilsynelatende uttrykker respekt for den voksnes autoritet, men som på sikt vil undergraves (Juul og Jensen 2003: 98).

En annen viktig kvalitet Juul tar opp i relasjoner er likeverd. Likeverd forstås som det å ha samme verdi som menneske. At vi har samme respekt for alle menneskers personlige verd og integritet (Juul 2005:22). Dette betyr at begge parters ønsker, meninger og behov behandles med samme alvor. Det skal ikke bagatelliseres med henvisning til den andres kjønn, alder eller andre ting. På den måten henviser begrepet likeverd til alle menneskers grunnleggende behov for å bli sett, hørt og tatt alvorlig som individer (ibid).

Dersom barnet skal utvikle god selvfølelse, er det altså avgjørende at barnet blir behandlet med

likeverd, at barnets opplevelser og erfaring og hva disse inntrykkene gjør med det blir anerkjent og bekreftet på en innlevende måte av omsorgspersonen. Juul mener at å forholde seg anerkjennende betyr å kunne ta i bruke hele seg både følelsesmessig og intellektuelt. Det er ingen teknikk men noe som kommer innenfra (Juul og Jensen 2003: 263). Hvordan står så Juul i forhold til annen faglitteratur om anerkjennelse?

4.2 Anerkjennelsesbegrepet i faglitteraturen

Deler vi opp begrepet anerkjennelse ser vi at forstavelen an betyr å stå hos, stå bi, være ved. Erkjennelse forbindes i vanlig språkbruk med sannhet eller ærlighet og/eller gå i seg selv og ta inn sider ved seg selv som kanskje ikke er så behagelige. Kanskje kan man si at det å erkjenne er å gi seg selv lov til å komme nær og bli kjent med det som er? Legger vi dette til grunn vil ordet anerkjennelse kunne bety stå hos eller være lojal/trofast mot det som er (Bae & Waastad 1992). Begrepet anerkjennelse brukes innenfor ulike områder med til dels ulik betydning. Innenfor juridisk terminologi vil en politisk diplomatisk anerkjennelse forstås som tildeling av statlig suverenitet med alt det måtte innebære av rettslig betydning. En allmenn forståelse av anerkjennelse er at det betyr å gi ros eller positiv aksept for en handling. Ofte er det de synlige resultater som gis oppmerksomhet og fokus, mens menneskets indre følelsesmessige verden ikke gis samme oppmerksomhet. Innenfor filosofiens og psykologiens fagfelt problematiseres begrepet ytterligere. Anerkjennelse blir i større grad en holdning man inntar med fokus på en dypere forståelse av den andre.

4.2.1 Anne Lise Løvlie Schibbye og dialektisk teori

Løvlie Schibbye tar opp betydningen av anerkjennelse i en dialektisk relasjonsforståelse og integrerer perspektiv fra filosofi og forskningsbasert kunnskap fra psykologiens fagfelt.

Dialektikk defineres som en filosofisk metode hvor man gjennom samtale; spørsmål og svar søker å trenge til bunns i et problem eller et begrep. Det stammer fra gresk og betyr samtalekunst (Ordnert, 2007). Løvlie Schibbye velger å bruke en dialektisk tilnærming fordi dialektikken understreker at individet eksisterer i en nær sammenheng med andre (Løvlie Schibbye 2002:17). I følge Løvlie Schibbye gir dialektikken et perspektiv som utvider vår forståelse av både selvet og de relasjoner det inngår i. Dette synet innebærer motstand mot et kartesiansk og positivistisk vitenskapsideal; mennesket er ikke forutsigbart og kvantifiserbart. Det utvikles ikke på en lineær måte fra A til B. Utviklingen er isteden sirkulær, og menneskene påvirker hverandre gjensidig i en stadig transaksjonell prosess. Dette harmonerer godt med det rådende synet vi finner i psykologien i dag hvor transaksjonsmodellen er det rådende syn (Smith og Ulvund, 1996:13). Dette betyr at et menneskes væremåte ikke bare påvirker den andre men det blir selv også umiddelbart påvirket av den andres respons. Med et slikt utgangspunkt kan ikke mennesket studeres som separate "objekter". Det dreier seg ikke om et *enten - eller*, men et *både-og* når det gjelder å forstå individet - i- relasjonen. Innefor en dialektisk tankegang fungerer individet både som subjekt og objekt i en gjensidig prosess. Individet er et opplevende subjekt men kan også se seg selv som objekt. Et eksempel på dette ser vi for eksempel hvis vi opplever å føle sjalusi. På samme tid som man føler sjalusien kan man se seg selv utenfra og tenke at dette er fullstendig irrasjonelt av meg og at jeg burde vite bedre (Løvlie Schibbye 2002:36-38). I dialektisk relasjonsteori er det en *dobbel speiling* av aktørene som blir vektlagt. Når jeg gjør noe mot *deg*, så gjør jeg det samme mot *meg* også; jeg får et annet *jeg* tilbake fra *deg*. Med bakgrunn i et dialektisk syn vil interpersonlige forhold stadig kreve avgrensings- og forsoningsarbeid. Mennesket må hele tiden forhandle om egne grenser i samspill med andre. Det foregår et utsorteringsarbeid der en skiller ut egne og andres opplevelser.

I følge Løvlie Schibbye kan det vanskelig gis en enkel definisjon av anerkjennelse. Det er opprinnelig et filosofisk begrep som stammer fra Hegel (1770-1831). I begrepet ligger det en ide om "å se igjen", gjenkjenne, skjelne, befeste, erkjenne og styrke. Anerkjennelse betyr også å se noe om igjen (re-cognize). Hegels anerkjennelse handler om å *bringe noe frem i den andre*.

Relasjonen blir derfor helt sentral. Er partene i en fastlåst relasjon er man bundet fast i relasjonen på en negativ måte, noe Schibbye kaller en såkalt trelsk anerkjennelse. Trelsk anerkjennelse illustrerer hvordan alle parforhold kan utvikle seg til et kampforhold som blir destruktivt for begge parter. Årsaken til trelsk anerkjennelse er at samspillprosessen splittes i en polarisering, hvor man tvinges til å ha kontakt bare med den ene siden av to motpoler. Som for eksempel at vi evner å kjenne på både avhengighet og selvstendighet, aktivitet og passivitet, nærhet og fjernhet, og ikke bare den ene av de to sidene. Dersom relasjonen fryses fast i slike oppsplittede måter å leve følelsesmessige temaer på, vil forholdet stagner og tappes for vitalitet (Løvlie Schibbye 2002:245-246). Motsatt av en fastlåst relasjon er en bevegelig relasjon, hvor partene er likeverdige. Det betyr at de begge har lik rett til sin opplevelse.

Det er derimot nødvendig å skille mellom opplevelse og handling. En kan ha en opplevelse av lyst til å slå et annet menneske, men handlingen ville likevel bli fordømt dersom man skulle gjøre det. Ideen om likeverd innebærer en respekt for den andres rett til å oppleve verden på sin måte. Det er denne respekten og aksepten som kan skape en følelse av felleskap og menneskelig nærhet (Løvlie Schibbye 2002: 246-249). For at det fastlåste skal kunne endres må det gjensidig anerkjennelse til, noe som forutsetter at man forholder seg til hverandre som subjekter. Det innebærer en evne til å sette seg inn i den andres subjektive opplevelse og å ha evne til å ta den andres perspektiv. Det er snakk om en radikal subjektivism. Begrepet må stadig utøves og revideres i forhold til nye opplevelser. Vi må kjenne oss selv. Det er først da vi kan forstå verden og den andre. Anerkjennelse blir da ikke til noe du har, men noe du er (ibid). Vi kan godt kalle det en måte å leve på. Hva denne måten å leve på innebærer, skal vi se nærmere på i neste avsnitt.

4.2.2 Ingredienser i anerkjennelsesbegrepet hos Løvlie Schibbye

Viktige ingredienser i anerkjennelsesbegrepet er lytting, forståelse, aksept, toleranse og bekreftelse (Løvlie Schibbye 2002: 250-263). Disse ingrediensene inngår i et hele, de er m.a.o. dialektiske fordi de griper over i hverandre, henger sammen og skaper hverandres forutsetninger. Lytting er for eksempel en forutsetning for forståelse; du kan ikke forstå noe du ikke har hørt. Forståelsen er igjen en forutsetning for aksepten, toleransen og bekreftelsen. I en nærmere

utdypelse ser vi at å lytte ikke er det samme som å høre. Lytting innebærer at man hører mer enn det verbale budskapet. Å lytte innebærer at man er fordomsfri og åpenhet blir viktig. Lytter man med forutinntatthet, hører vi kanskje ikke ordentlig etter fordi vi tror vi vet hva vedkommende ønsker å si. Løvlie Schibbye trekker frem at fenomenologien kan lære oss noe om lytting: vi må la fenomenet fremtre for oss. Det er nødvendig med en åpenhet, en varhet og en tilgjengelighet som gjør at vi kan erfare det som nesten er usansbart. Vi må sette egne behov, følelser og tanker til side samt legge mentale prosesser i venteposisjon når vi lytter. Fenomenologien kan lære oss en åpenhet for det vi aldri har sett eller det vi har glemt å se. Det er snakk om en form for radikal åpenhet. Vi er nødt til å gi den andre plass når vi lytter. Det krever at vi er mottagelige og villige til å bli beveget av den andres opplevelse. Å lytte er derfor en aktiv prosess. Det fordrer at man er fokusert, konsentrert og intenst tilstede. Å forstå i denne sammenheng baserer seg på en indre forståelse hvor man forsøker å finne ut hvor den andre ”befinner seg”. Her kan det trekkes en parallell til spedbarnsforskningen og intersubjektivitet. Moren speiler barnets følelsesuttrykk. Det må imidlertid påpekes at det ikke er tale om en ren imitasjon av atferd. Det må være klart hva som er den ene og den andres opplevelse. Gjennom å dele affekten med barnet er det mulig å vise forståelse. Samtidig vil barnet få hjelp til å definere egne grenser når det blir møtt på denne måten. Aksept og toleranse innebærer å ikke dømme eller bedømme den andres opplevelser. Vi må akseptere den andres følelser og tåle de, d.v.s. vise toleranse for dem. Til sist må vi bekrefte opplevelsen. Det betyr ikke at vi skal godta opplevelsen i betydningen at vi er enig i den eller liker den. Bekreftelse her betyr å matche følelsen vedkommende har. Denne reaksjonen må være umiddelbar. Man kan ikke bestemme seg for å bekrefte i forkant. Det er noe man gjør i øyeblikket. Det er den intersubjektive spontane bekreftelsen man søker og ikke en legitimering utenfra. Det er ikke bekreftelse å si at ”det er naturlig at du føler slik eller slik”. Da går man vekk fra aspektet om likeverd fordi vedkommende tar en rolle hvor det signaliseres bedrevitende. Bekreftelsen er ingen teknikk. Den ligger i måten vi lytter på. Som vi ser henger alle ingrediensene i anerkjennelsesbegrepet i dialektisk relasjonsforståelse sammen i et hele (ibid).

Løvlie Schibbye henvender seg først og fremst til terapeuter i psykoterapi når hun skriver om anerkjennelse. Men det påpekes at det er fullt mulig å bruke dialektisk relasjonsforståelse på alle former for relasjoner, ikke bare relasjonen terapeut – klient (Løvlie Schibbye 2002:233).

4.2.3 Axel Honneths tre anerkjennessfærer.

Honneth er en nålevende tysk filosof. Han plasserer seg selv innenfor rammen av sosialfilosofien, som på den ene siden innbyr til en sosiologi som ønsker et normativt fundament for sine observasjoner, og på den andre siden til en moralsk filosofi som ønsker å være empirisk utformet. Han sporer sosialfilosofien tilbake til Jean-Jacques Rousseau (1712-1778) sin sivilisasjonskritikk. På samme måte som Rousseau er Honneth opptatt av å avsløre hvordan trekk i tidsdiagnoser forhindrer menneskene i å realisere seg. Han henter inspirasjon fra våre sosiologiske fedre som Hegel, Marx, Lukacs, Nietzhes, Horkenheimer og Adorno, og det påpekes tap av etisk orientering i overgangen til det moderne samfunn (Honneth 2003:11-12). Honneths anerkjennelsesteori er normativ, omhandler det gode liv. At noe er normativt gir en fordring om hvordan noe bør være, i motsetning til deskriptiv som og beskriver hvordan noe er. Teorien er tenkt å danne et fundament for hvordan man kan bestemme hvilke utviklingstendenser som er patologiske og uheldige.

Teorien tar for seg tre forskjellige anerkjennelses sfærer: a) **privatsfæren**, b) **den rettslige sfære** og c) en **solidarisk sfære** som dekker det kulturelle, politiske og arbeidsmessige fellesskap. På bakgrunn av disse tre anerkjennessfærer utvikles en grunnleggende selvoppfatning basert på tre relasjoner individet kan ha til seg selv; *selvtillit* (Selbstvertrauen / self-confidence), *selvrespekt* (Selbstachtung /self-respect) og *selvhevdelse* (Selbstschätzung / self-esteem). Disse relasjonene individet kan ha til seg selv er alle tre ontogenetiske utviklingstrinn; dvs. en utvikling som går fra individets eggstadium til død. Utviklingstrinnene inngår i en innbyrdes relasjon i ideen om det gode liv. Alle nivåene må realiseres ellers oppstår ubalanse mellom anerkjennessfærene. De tre anerkjennelsesformene kan også sees som integrasjonskomponenter. På samme måte som at hver anerkjennelsesform er en forutsetning for de andre, er de forskjellige anerkjennelsesformer også forutsetningen for et integrert samfunn. Således er den kjærlighet barnet får i privatsfæren en forutsetning for dets ontogenetiske sikkerhet og et vellykket møte med samfunnet (Honneth 2003:14-18).

Den første anerkjennesssfære; den private, skiller seg fra de andre fordi den danner forutsetningen for overhodet å tre inn i et intersubjektivt forhold. Kjærlighetsforholdet mellom mor, far og barn utgjør symmetriske relasjoner hvor subjektet kan etablere en fortrolighet med sine resurser, innstillinger og verdier, og se dem mottatt og anerkjent (ibid).

Anerkjennelsen gjennom den andre anerkjennelseffære gis gjennom lovmessige relasjoner som gir rettigheter subjektet har positiv adgang til slik som velferdsstatens goder. Gjennom universelle rettigheter som er gitt til alle medlemmer av samfunnet er subjektet i stand til å få aktelse for seg selv, fordi det er et likt medlem av samfunnet blant andre. Å være innehaver av disse universelle rettighetene og dermed få selvrespekt betyr at man er bevisst seg selv som en offentlig moralsk kapabel person som er i stand til å inngå i en ”offentlig drøftelse”. Det betyr ikke at en person uten rettigheter ikke kan ha selvrespekt, men at den høyeste form for selvrespekt kun kan bli realisert gjennom at individet anerkjennes som et autonomt handlende rettssubjekt (ibid).

Den tredje formen for anerkjennelse skjer gjennom relasjonen til gruppen fellesskapet eller samfunnet, hvor individets deltagelse og positive engasjement i fellesskap blir anerkjent. Det er gjennom fellesskapet at subjektet i samhörighet med de andre det inngår fellesskap med kan gjenkjenne seg selv, og dels bli anerkjent som særegent individ. Verdsettelsen fra andre kan ha sin bakgrunn i dette subjektets spesielle livsløp, prestasjoner eller handlinger, noe som gjør at individet verdsetter seg selv som medlem av det solidariske fellesskapet. Solidaritet er hos Honneth både en emosjonell og en fornuftsbasert kategori hvor kjærligheten er en emosjonell form for anerkjennelse, mens rettighetene er utrykk for et strengt kognitivt regelsystem og derfor styrt av fornuften (ibid). For at man skal kunne etablere en god relasjon til seg selv innenfor de tre nevnte områder, selvtilit, selvrespekt og selvaktelse, er man avhengig av *intersubjektiv anerkjennelse* av sine handlinger, evner, ferdigheter eller prestasjoner.

4.2.4 Intersubjektivitet i anerkjennelsesbegrepet

Som vi har sett, fremhever Løvlie Schibbye betydningen av individets bevisstgjøring av egne følelser, slik at vedkommende gjennom sin erfaring også evner å få tak i hvordan andre opplever situasjonen. På denne måten blir det mulig å dele opplevelser. Psykologien har et navn på fenomenet å *dele opplevelser*; nemlig *intersubjektivitet*.

Begrepet intersubjektivitet forstås noe forskjellig. Det brukes om alt fra å beskrive en *prosess*

som fører til en tilstand av affektiv deling, til å beskrive *selve tilstanden*, og til å beskrive *et behov*. Løvlie Schibbye har fokus på det følelsesmessige fellesskap og bruker intersubjektivitet om to individer som deler en affektiv opplevelse (2002:65-66). Tetzchner (2001) sier; ”Intersubjektivitet innebærer altså at to individer både har oppmerksomheten rettet mot det samme og er seg bevisst at de har det” (Tetzchner 2001:313). Smith og Ulvund definerer intersubjektivitet slik: ”Medfører at individet på en eller annen måte samarbeider med en annen person og inkluderer henne eller ham som en betydningsfull medspiller i aktiviteten” (1999:554). Stern (1985) deler opp intersubjektivitet i tre deler. *Interintensjoner*; å dele intensjoner, *interoppmerksomhet*; å dele oppmerksomhet, og *interaffektivitet*; å dele affekter. Intersubjektivitet er både en evne i individet og et domene av relaterthet mellom individer. For å kunne dele intersubjektivitet på denne måten, må begge parter ha evnen til å ta andres synspunkt, dvs. forstå at den andre har et indre senter for opplevelse.

Et annet begrep innen psykologien som knyttes til prosesser som viser hvordan vi kommer innenfor hverandres opplevelsesverdener er *affektiv inntoning*. Det innebærer at moren ”stemmer seg inn på” barnets affektive bølgelengde. Inntoning er en forutsetning for intersubjektivitet, men det *er ikke* intersubjektivitet. Man kan heller si at inntoning er det *første leddet i en prosess som kan føre til intersubjektiv deling*. Begge parter bidrar, og inntoning er derfor forenlig med en fenomenologisk og dialektisk forståelse, hvor relasjonen består av to subjekter. Andre begreper som *påvirkning*, *projeksjon* eller *attribuering* avslører et subjekt-objekt-syn som antyder at en relasjon forstås som en enveisprosess der individet påvirker den andre, projiserer inn i den andre, og attribuerer til den andre. Affektiv inntoning innebærer en subjekt –subjekt relasjon, og kan deles opp i flere faser.

I første fase av den intersubjektive prosessen innstiller moren seg på barnets emosjonelle bølgelengde (inntoning). Samtidig prøver hun å *matche* den følelsen barnet uttrykker. Dette må være *kontingent*, dvs. at det er tilpasset i tid, slik at det ikke tar for lang tid før hun svarer. Videre må det ha en *form* som tilsvarer barnets utspill. Intensitetsnivået må være avstemt, slik at moren ikke svarer med for eksempel nedstemte følelser på barnets begeistring. Intersubjektiv deling finner sted når opplevelsen er matchet, og at denne matchen tydelig blir tilbakemeldt til barnet. Det er ofte en *kryssmodal tilbakemelding* som betyr at moren kan reagere på verbaliseringer med

gester, og på ansiktsuttrykk med verbale utsagn. Det er et viktig poeng i den dialektiske modellen at det er affekten som skal deles, ikke en eller annen atferd. Når moren responderer på barnets begeistring, betyr ikke dette at hun er like begeistret for leken som det barnet er, men hun vet noe om begeistring og kan kjenne igjen tilsvarende følelser i eget selv. Prosessen og tilstanden gjør det mulig for barnet både å tilegne seg opplevelsen som sin, og å bevare det emosjonelle båndet og tilknytningen til moren. Intersubjektiv deling blir sett på som den viktigste måten barnet skaper og utvikler sin selvstruktur og sitt forhold til signifikante andre på (Løvlie Schibbye 2002: 68).

Stern benytter også begrepet affektinntoning når han beskriver fornemmelsen av et subjektivt selv (2003:205). Foreldrene begynner å utvide sin atferd fra ren imitasjon til en ny atferdskategori. For at følelser tilstander hos et menneske skal kunne erkjennes av et annet og at de begge uten å bruke språket kan føle at transaksjonen har funnet sted må flere betingelser være oppfylt. Foreldrene må være i stand til å avlese spedbarnets følelser tilstand fra dets ytre atferd, videre må de vise en atferd som på en eller annen måte tilsvarende spedbarnets uten at dette er ren imitasjon, og til slutt må spedbarnet kunne lese denne korresponderende foreldrereaksjonen som noe som har med dets egen opprinnelige følelsesopplevelse å gjøre. Inntoningen er en omformulering, en gjentakelse av en subjektiv tilstand og et skritt på vei mot språket (Stern 2003:229).

Honneth mener at George Herbert Mead (1863-1931) er originalkilden for tesen om at det menneskelige subjekt knytter sin identitet til sine erfaringer med intersubjektiv anerkjennelse (Honneth 2006:102-126). I følge han starter Mead med en pragmatisk ide, som kan spores tilbake til John Dewey (1859-1952) om at potensialet for læring og menneskelig utvikling ligger i den situasjonen der handlinger oppleves som problematiske (Honneth 1995:72). Det er nettopp i situasjoner hvor innøvde handlinger problematiseres, at mennesket oppnår erkjennelsesmessige gevinster. Man blir først bevisst sin subjektivitet når man gjennom løsningen av et handlingsmessig problem tvinges til på en kreativ måte å revidere fortolkningen av situasjonen. I det øyeblikk man forstyrres i utførelsen av en instrumentell handling, vil det gjennom et aktørperspektiv oppstå en bevissthet om at den aktuelle fortolkning av situasjonen har en subjektiv karakter. Årsaken til at subjektet overhodet er i stand til å bli bevisst sine handlingers sosiale betydning handler om at man for å kunne ”kontrollere andres atferd”, må vite hvilken

betydning egen atferd har for en gitt interaksjonspartner i en felles handlingssituasjon (ibid). Det handler altså om at man først blir bevisst seg selv; sin subjektivitet når man opplever en eller annen form for motstand og blir nødt til å se situasjonen med andre øyne. Man ser da hvordan egen atferd påvirker andre og motsatt. Honneth referer videre til Mead som mener at dette evolusjonsmessig er en ny form for menneskelig kommunikasjon. Og her har *talen* et fortrinn fremfor ikke-språklig forståelse, da den på samme tid kan påvirke begge interaksjonspartnere. Man kan bare ufullkomment fornemme hva ens ansiktsuttrykk eller holdning betyr for den andre, derimot hører man sitt eget lydlige uttrykk i samme form som den har for den andre. Når man påvirker sin interaksjonspartner med et lydlig uttrykk er man samtidig i stand til å utløse denne reaksjon hos seg selv. På denne måten får det lydlige uttrykk samme betydning for en selv som det har for adressaten (Honneth 2003:105).

Nå er det ikke alltid slik at mottager alltid oppfatter det samme som avsender mente med sitt budskap. Slik jeg ser det, vil dette være avhengig av bevissthetsgraden hos avsenderen av det lydlige uttrykket. Det er også avgjørende hvordan budskapet blir tolket, og her er tidligere erfaring av avgjørende betydning. Slik jeg ser det vil det alltid være en utfordring i all mellommenneskelig kommunikasjon at budskapet blir mottatt som det var tenkt fra avsender. Poenget til Mead er imidlertid slik jeg forstår det, å få frem hvordan den menneskelige selvbevissthet oppstår. Gjennom å høre sin egen tale blir man tvunget til å tenke over hvordan mottakeren reagerer på utsagnet man selv kommer med. Man hensettes til et perspektiv sett utenfra hvor det dannes et bilde av en selv, og således en bevisst rundt egen identitet. Det at mennesket kan påvirke både seg selv og andre og kan reagere på sine egne som andres påvirkninger gjør det mulig å etablere et objekt, nemlig; ”meg” som de subjektive erfaringer kan tilbakeføres til. ”Meget” representerer kun den andres bilde av meg og oppbevarer kun min momentane aktivitet som noe som allerede er forbigått. ”Jeg`et” er den instans i den menneskelige personlighet som er ansvarlig for det kreative svar på handlingmessige problemer, men uten at det noensinne kan erfares som sådan. Det finnes i personligheten et forhold mellom ”jeg” og ”meg” som kan sammenlignes med to dialogpartnere. Den bevisste virkende identitet i det sosiale samvær er et objektivt ”meg” som i en reaksjonsprosess impliserer et fiktivt ”jeg”, som det aldri selv kan erfare (Honneth 2003)

Sammenfatter vi definisjonene ser vi at intersubjektivitet kan brukes som en samlebetegnelse på alt vi har sammen; på at vi er sosiale vesener som forholder oss til hverandre. Vi ser altså at det eksisterer en nær sammenheng mellom anerkjennelse og intersubjektivitet. Kanskje kan vi si at anerkjennelse er kjernen i intersubjektiviteten? Intersubjektiv deling betyr at to mennesker deler opplevelser og for å få til dette må man jo anerkjenne og se den andres situasjon og eventuelle behov. Løvlie Schibbye (2002) mener at den viktigste måten et barn skaper og utvikler sin selvstruktur og forhold til signifikante andre på, nettopp skjer gjennom intersubjektiv deling. Det antas at selvutviklingen fremmes gjennom at affekter og opplevelser deles mellom barn og voksen. Å dele følelser på denne måten handler om å se den andre der den er. Et moment vi også så var viktig hos Juul. Vi skal nå se nærmere på hvordan Juul sin forståelse av anerkjennelse harmonerer med Løvlie Schibbye og Honneth sin teori.

4.3 Drøftelse av Juul sitt syn på anerkjennelse opp i mot faglitteratur

Det er i utgangspunktet ikke lett å sammenligne Juul med **Honneth** sin redegjørelse for anerkjennelse. Sistnevnte gir en inngående filosofisk diskusjon, mens Juul holder seg til en enkel kanskje mer populistisk fremstilling? Med populistisk i denne sammenheng mener jeg folkelig, uten at dette settes i noen politisk sammenheng (Wikipedia, 2007). Begrepet stammer fra latin og betyr folk, og det er jo nettopp folket i forstand av foreldre som er målgruppen til Juul. Honneth er på samme måte som Løvlie Schibbye opptatt av at individets utviklingsprosess er konfliktartet og kontinuerlig, en dialektikk. Han kaller det en kamp om anerkjennelse. Nå bruker ikke Juul begreper som dialektikk, men han får frem at utviklingen ikke kan foregå uten frustrasjon (Juul og Jensen 2003:98). Hans syn er også at utviklingen er dynamisk og skjer kontinuerlig. Slik jeg ser det, er den største forskjellen mellom dem nyanseringen av begrepet anerkjennelse. Juul sin fremstilling blir naturlig nok svært enkel sammenlignet med Honneth. Målgruppen blir nok noe ulik. Likevel har de til felles at begge har tanker om hvordan vi kan få et bedre liv gjennom bevisstgjøring rundt betydningen av anerkjennelse hos individet. Begge ønsker å formidle hvordan dette på best mulig måte kan gjøres.

Honneth deler anerkjennelsesbegrepet opp i tre sfærer, hvor hver form for anerkjennelse følges av tre former for forhold til seg selv. Slik jeg forstår det, er det kun den første sfæren; *den private* Juul er mest opptatt av. Det forhold individet kan ha til seg selv innenfor den private sfæren kaller Honneth selvtillit. Og her brukes begrepet selvtillit i videre forstand enn i Juul sin definisjon. I den første sfæren utløser kjærligheten fra de nærmeste personer rundt individet det Honneth kaller den fundamentale ”selbsvertrauen” som oversettes til *selvtillitt* i en dansk oversettelse (Honneth 2003). Juul bruker som nevnt begrepet selvtillit om det et individ kan prestere og om vi er dyktige eller dårlige i prestasjonen (Juul 1995:78). Nå er det kanskje ikke så merkelig at *selbsvertrauen*, som direkte oversatt til norsk blir å *tro på seg selv*, oversettes til å ha *tillit til seg selv; selvtillitt*. Ser vi imidlertid nærmere på hva Honneth legger i begrepet inneholder det mer enn bare det å prestere, mer enn bare det som knyttes opp imot handling, slik Juul definerer begrepet. Honneth har altså en bredere definisjon enn Juul og jeg spør meg om hans fundamentale ”selbsvertrauen” likegodt kan inneholde Juul sitt selvfølelsesbegrep? At det handler mer om å ha god tro til seg selv, enn det å prestere?

Den andre formen for anerkjennelse er den som gis i form av rettigheter og som gir individet selvaktelse (Selbstachtung) som borger og til sist får man en selvverdsettelse (Selbstachtung) i en sosial solidaritet hvor felles verdier og normer deles, noe som danner et grunnleggende selvverd hos individet. Nå er denne oppdelingen av anerkjennelsesbegrepet hos Honneth teoritekisk (Honneth 2003:14). Det viktige blir å få frem at alle tre anerkjennelsessfærene må gjennomleves. De inngår i en innbyrdes relasjon i ideen om det gode liv. Alle nivåene må realiseres ellers oppstår det ubalanse mellom anerkjennelsessfærene. Honneth ser på de som integrasjonskomponenter og på samme måte som at hver anerkjennelsesform er en forutsetning for de andre er de forskjellige anerkjennelsesformer også forutsetningen for et integrert samfunn. Honneths anerkjennelsesbegrep strekker seg fra det private og personlige nivå til samfunns nivå. Juul sitt hovedfokus ligger på individ nivå; hvordan den gode selvfølelsen utvikles. Han tar riktignok opp at gjennom å gjøre barna bevisste og å lære de å kommunisere ut sine grenser og behov – noe de vil gjøre dersom de har en sunn selvfølelse – vil de ta ansvar for seg selv. Dette vil igjen automatisk føre til at de blir sosialt ansvarlige og dermed bedre samfunnsborgere (Juul 1996 og 2003). På den måten blir da anerkjennelsesbegrepet hos Juul noe som *kan* føres videre over på samfunnsnivå, men hans fokus ligger som sagt ikke her.

Honneth sier at den første anerkjennelsessfære; den private, skiller seg fra de andre fordi den danner forutsetningen for overhodet å tre inn i et intersubjektivt forhold. Kjærlighetsforholdet mellom mor, far og barn, mellom ektefeller og venner utgjør symmetriske relasjoner, hvor subjektet kan etablere en fortrolighet med sine resurser, innstillinger og verdier og se dem mottatt og anerkjent (Honneth 2003:15). Og her ser vi tydelig at Honneth har en bredere definisjon av selvtilitt enn Juul; Kjærlighet og vennskap utgjør for Honneth den emosjonelle anerkjennelse, den som setter subjektet i stand til å uttrykke seg og akte seg selv som et subjekt og som kan delta i nære fellesskaper og samfunnsmessige forhold. At subjektet er i stand til å uttrykke seg minner meg om hva en person med god selvfølelse hos Juul gjør; nemlig å uttrykke sine behov og å være tydelig på sine grenser. Dette gjør at personen også vil fungere godt i sammen med andre. Den andre formen for anerkjennelse hos Honneth; den som gis i form av rettigheter og som gir individet selvaktelse (Selbstachtung) som borger faller slik jeg tolker det, utenfor Juul sitt anerkjennelsesbegrep. Honneths siste form for anerkjennelse hvor man får selvverdsettelse i en sosial solidaritet der felles verdier og normer deles er heller ikke lett å direkte overføre til Juul, fordi begreper defineres ulikt. Det er imidlertid enighet om at anerkjennelse er et viktig element for menneskets utvikling av det forholdet det får til seg selv; hva Juul kaller selvfølelse og som Honneth kaller selvtilitt, selvaktelse og selvverd. Det er alle begreper som handler om hvor godt man synes om seg selv. For å lykkes med å anerkjenne er intersubjektivitet et sentralt element. Honneth referer til Mead som originalkilden. Hans intersubjektivitetsbegrep er omfattende, og skiller seg noe fra måten det er presentert på tidligere hos Schibbye med sitt fokus på at individet først blir bevisstgjort et problem. Det er motstanden som skaper utviklingen. At det er motstand og konflikt som står for utviklingen kan sammenfalles med Juul sitt syn på at det er nødvendig med konflikter (Juul og Jensen 2003:98). Nå er Juul sin fremstilling enklere, så å tolke han inn under en så grundig og akademisk fremstilling som Honneth legger for dagen, blir kanskje noe suspekt?

Sammenligner vi Juul sitt syn på anerkjennelse med hva **Løvlie Schibbye** skriver om emnet, finner vi flere likhetstrekk, selv om definisjonene deres er ulikt formulert. Begge har forankring i en terapeutisk tradisjon. Juul bruker ikke begrepet dialektikk, men slik jeg forstår han, ligger hovedfokuset på at mennesket eksisterer i nær sammenheng med andre, og at det foregår en

gjensidig påvirkning. Så uten å bruke ordet, tolker jeg Juul dit hen, at han ville være enig i en dialektisk tilnærming til begrepet anerkjennelse, som hovedingrediens til utvikling av selvfølelse hos barn.

Løvlie Schibbye er spesifikk i sin definisjon, da hun detaljert går inn på ingrediensene i anerkjennelsesbegrepet; *lytting, forståelse, aksept, toleranse og bekreftelse*. Hos Juul ser vi at anerkjennelse er en samtaleform som bygger på den voksnes evne og vilje til å forholde seg *åpent, sensitivt og inkluderende* til barnets indre virkelighet og selvforståelse. De bruker ulike begreper, men betydningen er mye av den samme. Skal man forholde seg som Juul sier, *åpent og sensitivt*, blir det nødvendig å *lytte til motparten, vise forståelse og aksept*, som er begrepene Løvlie Schibbye bruker. Slik jeg ser det er det flere likhetstrekk mellom de to, enn ulikheter. Hovedforskjellen består kanskje i publikumet de henvender seg til. Juul søker å nå foreldre mens Løvlie Schibbye i større grad henvender seg til psykologistudenter og familieterapeuter. Løvlie Schibbye snakker om *gjensidig anerkjennelse* noe som forutsetter hva hun kaller *radikal subjektivisme*. Dette innebærer evnen til å sette seg inn i den andres subjektive opplevelse og å ha evne til å ta den andres perspektiv. Juul bruker ikke samme begrep men får tydelig frem budskapet sitt om viktigheten av å *se* barnet. Å kunne se barnet på den måten Juul snakker om må nødvendigvis innebære at man evner å sette seg inn i barnets subjektive opplevelse, og at man makter å ta dets perspektiv. Juul forventer imidlertid ikke det samme av barnet tilbake. Det er den voksne som har ansvaret for at relasjonen er god. På denne måten blir relasjonen asymmetrisk, noe som gjør det vanskelig å sette likhetstegn mellom Løvlie Schibbye sin *gjensidige anerkjennelse* og Juul. Årsaken til forskjellen ligger slik jeg ser det, i at Juul fokuserer på relasjonen mellom barn og voksen, mens Løvlie Schibbye har en relasjon mellom to voksne i fokus. Begge er imidlertid enige om viktigheten av at relasjonen skal være likeverdig (Juul 2005:21-24). Schibbye utdyper dette gjennom å si at begge parter i relasjonen skal ha lik rett til sin opplevelse (Løvlie Schibbye 2002: 246-249). Samtidig må det skilles mellom opplevelse og handling. En kan ha en opplevelse av lyst til å slå et annet menneske men handlingen ville likevel bli fordømt, dersom man skulle gjøre det. Ideen om likeverd innebærer en respekt for den andres rett til å oppleve verden på sin måte. Det er denne respekten og aksepten som kan skape en følelse av felleskap og menneskelig nærhet. Slik jeg forstår Juul vil han si seg enig med Løvlie Schibbye her.

Både Løvlie Schibbye og Juul er opptatt av betydningen av å kjenne seg selv for å kunne ha en god relasjon til andre. Juul bruker ordet ”bekreftelse” når han skal definere hva han legger i ordet anerkjennelse. Det baseres på den voksnes evne og vilje til å forholde seg åpent, sensitivt og inkluderende til barnets indre virkelighet og selvforståelse (Juul og Jensen 2003:263). For å kunne lykkes med å sette seg inn i andres situasjon på en så god måte, blir det altså viktig å kjenne seg selv. Juul snakker om at vi som voksne må være autentiske (Juul 1995 og Juul og Jensen 2003:94-98). Vi må være ekte og tydelige på våre egne grenser og behov. For å lykkes i å være det, er det også nødvendig å kjenne seg selv. Schibbye sier at det først er gjennom kjennskap til oss selv vi kan forstå verden og den andre og at anerkjennelsen blir til noe du er, ikke noe du har (Løvlie Schibbye 2002:245-246). Dette er i tråd med Juul (Juul & Jensen 2003:263). Når Juul krever at en voksen hele tiden skal være sensitiv for barnets grenser og behov samtidig som vedkommende er bevisst sine egne grenser kreves det konstant bevissthet, og anerkjennelse slik han beskriver den, kan godt sammenlignes med en holdning som blir til noe man er. Honneth og Mead fremhever også betydningen av å kjenne seg selv så det ser ut til å være bred enighet om betydningen av bevisstgjøring av egne følelser, og kjennskap til seg selv er viktig for å være i stand til å gi andre anerkjennelse i den betydningen det her er snakk om.

Løvlie Schibbye bruker begrepet *dobbel speiling* av aktørene; vi påvirker hverandre gjensidig. Det blir derfor hele tiden nødvendig å forhandle om egne grenser i samspill med andre. Juul snakker om at barn og voksen påvirker hverandre og at det er viktig å være klar over sine egne grenser i samspill med andre, så her antyder vi likhet til tross for ulike begrepsbruk. Nå er det viktig for Juul å få frem at det er den voksne som har ansvaret for relasjonen og det påpekes mulighet for maktmisbruk i relasjonen. Fordi vi er avhengig av den andres bekræftelse for å få et forhold til oss selv, får den andre makt til å definere våre opplevelser og tanker (Bae & Waastad 1992:26). Definisjonsmakten vil trolig i større eller mindre grad være til stede i alle relasjoner hvor folk er avhengige av hverandre for utvikling, men makten er kanskje størst i den asymmetriske relasjonen mellom foreldre og barn hvor barnet er mer prisgitt sine foreldres reaksjoner og definisjoner enn omvendt? Juul er opptatt av at foreldre ikke skal misbruke sin makt overfor barnet (Juul og Jensen 2003:260). Partene i relasjonen skal tillegges den samme menneskelige verdien og oppfattes med samme respekt uavhengig av status og makt, selv om de

verken er likestilte eller jevnbyrdige. Likevel er det voksne som skal ta på seg et lederskap og her går han i detaljer når det gjelder hvilke elementer dette lederskapet bør bestå av; autentisitet, interesse, anerkjennelse, inkludering, beslutning og konflikt.

At det er den voksne som skal ta lederskapet berører ikke Løvlie Schibbye. Men nå henvender ikke hun seg heller til foreldre, så hva hun måtte mene om akkurat det er uvisst. Jeg spør meg imidlertid om det er mulig å ha et totalt likeverdig forhold, når det er foreldrene som har ansvaret? Forholdet er nødt til å bli asymmetrisk. Juul er vel mer opptatt av å få frem at vi skal respektere barnet for det. Nå er vår demokratiske kultur bygget opp rundt et humanistisk syn og likeverd blant mennesker, så det er ikke noe nytt ved det. Det spesielle i følge Juul, er at hans fremstilling ser på barnet med nye øyne, hvor barnet blir tatt *alvorlig*. Vi skal bevege oss fra lydighet til ansvarlighet. Ser vi historisk på det kan vi jo spørre oss hvor nytt det er med et slikt syn. Ser vi stort på det kan det spores helt tilbake til 1700-tallet og Rousseau hvor barnet skulle gjøre sine egne erfaringer og la det vokse i pakt med naturen (Cunningham 2000:87)

Løvlie Schibbye tar utgangspunkt i Hegels tenkning og her er det et grunnleggende menneskelig dilemma, at vi er avhengige av andre for å bli autonome. Dette dilemmaet er spesielt tydelig for barnet og dets foreldre. Selv om det i prinsippet gjelder for alle nære relasjoner. Jo nærere og mer omfattende relasjonen er, jo mer sårbare og utsatt blir man. Dette kan synes å være i tråd med Juul sin tenkning. Han fokuserer mye på barnets sårbarhet og legger et stort ansvar på foreldrene og nære omsorgspersoner når det gjelder deres evne til å kunne se barnet og anerkjenne det slik det er. Likeverd er her et viktig element hos både Juul og Løvlie Schibbye. Sammenhengen mellom anerkjennelse og intersubjektivitet nevnes ikke hos Juul. Likevel er han opptatt av at voksne og barn skal dele hverandres opplevelser og se den andres situasjon og behov. Dette faller inn under innholdet i intersubjektivitetsbegrepet. Slik jeg forstår Juul er det også samsvar mellom hans syn og Løvlie Schibbye når hun sier at den viktigste måten barnet utvikler sin selvstruktur og selvbilde, er gjennom forholdet til signifikante andre og intersubjektiv deling. Juul vil trolig også være enig i betydningen av begrepet affektiv inntoning og hvordan man som foreldre må fininnstille seg på barnets følelser og behov fordi det handler om å se barnet som den det er, selv

om han ikke bruker begrepet selv.

Jeg synes det kan være vanskelig å få tak i akkurat hvordan Juul mener man bygger selvfølelsen gjennom anerkjennelse. På den ene siden skal den voksne respektere barnets grenser, og anerkjenne dets behov. Samtidig skal den voksne påta seg lederskap og barnet må kunne tåle at det ikke får alle behov dekket. Når barnet viser frustrasjon for at dets behov ikke blir dekket skal det få lov til å bruke den tiden det trenger på å bearbeide følelsene. Jeg stiller her spørsmålsteget ved når man som voksen *vet*, når barnet har fått den tiden det trenger til å bearbeide sine følelser? Det ligger i kortene at man her må være sensitiv, uten at det legges noen premisser eller ledersnor for hvilke signaler man skal se etter. Hvordan kan man vite forskjell på barnets ”ja, jeg anerkjenner din avgjørelse” og et ”ja vel” som er et uttrykk for lydighet, uten ekte respekt? (Juul og Jensen 2003). Er det virkelig slik at barnet alltid aksepterer den voksnes avgjørelse hvis det bare får den tiden det trenger til å bearbeide frustrasjonen? Ifølge Juul og Jensen (2003) kaster ikke barn seg inn i konflikter med de voksne for å sabotere beslutningen eller for å underminere den voksnes autoritet. Dette forklarer de at var noe man trodde tidligere og representerer hva de kaller en lydighetskultur. Nå ønsker Juul og Jensen seg vekk fra en slik lydighetskultur innen oppdragelse, da de mener den undergraver barnas integritet og selvfølelse. De formidler en oppdragelse til ansvarlighet gjennom at foreldre og nære omsorgspersoner er bevisst barnas grenser og behov. Det er bare på denne måten at barna vil utvikle god integritet. Samtidig sier de at det er et sunnhetsteget at barnet protesterer når det får et ”nei”, og at dette er nødvendig for alle barnets fremtidige relasjoner (Juul og Jensen 2003: 97). Hvordan kan de trekke en slik slutning uten at det utdypes nærmere? For Juul er det viktig å kjenne sine grenser og å kunne formidle dette til sine omgivelser i alle former for relasjoner. Når barnet ikke klarer å kjempe seg frem til anerkjennelse for sitt behov lider det et nederlag og et tap. Det handler om tap av behovstilfredsstillelse eller en sterk lyst til et eller annet (Juul og Jensen 2003:97-98). Det er dette tapet barnet trenger tid til å bearbeide følelsesmessig. Barn reagerer ulikt, noen gråter andre sutrer, noen blir mutte, mens andre igjen blir sinte. Poenget til Juul er at barnet trenger å reagere. Følelsesreaksjonen er en del av organismens homeostase (likevekt), dvs. den prosessen som får organismen i balanse igjen, slik at barnet på nytt kan delta i fellesskapet. Det er viktig at denne prosessen ikke blir undertrykt eller latterliggjort. Resultatet vil i så fall bli øket frustrasjon, og eventuelt langt mer irrasjonelle utbrudd på senere tidspunkt. I utgangspunktet høres dette flott ut,

men jeg stiller meg skeptisk til at barnet alltid vil akseptere avgjørelsen hvis det bare får bearbeidet følelsene sine. En voksen person har som oftest autoritet, myndighet og makt, og barnet har kanskje i realiteten ikke noe annet valg enn å forholde seg til avgjørelsen som er tatt? Juul og Jensen (2003) sier at denne tiden ikke trenger å være en del av familiens felles tid. Hva mener de egentlig med det? Betyr dette at hvis man lar barnet være sint eller lei seg for eksempel på rommet sitt, vil barnet når det har sørget ferdig føle at det har bevart sin verdighet og dermed si "ja" til den voksnes avgjørelse? Jeg spør meg om dette ikke er en noe naiv tankegang? I utgangspunktet er det lett å være enig i at et barn trenger tid til å bearbeide sine sårede følelser, men jeg tviler på at barnet alltid vil akseptere avgjørelsen det protesterte så voldsomt imot. Jeg tror heller det kan være snakk om at følelser endrer seg og etter en stund er det ikke så sint lenger. Hvordan er det mulig å vite forskjell på når et barn sier ja vel, av lydighet, eller når det sier ja vel, fordi det har blitt ansvarlig, og forstått at det er til sitt eget beste? Eller kanskje det faktisk bare sier ja vel, uten at det tenker noe særlig over hvorfor det sier det i det hele tatt?

Jeg stiller også spørsmålstegn ved hvordan vi som foreldre kan lykkes med å gi betingelsesløs anerkjennelse, og samtidig sette grenser for barnet? Er det virkelig slik at så lenge barnet får tid til å sørge over tapet av å få et behov tilfredstilt vil det likevel føle seg anerkjent? Mulig? Men barn er like ulike som voksne personligheter, og hva med om foreldrene ikke lykkes med å gi barnet anerkjennelse selv om det gjør så godt det kan. Kanskje ulikheter som røffhet og sårbarhet i personligheten vanskeliggjør kommunikasjonen og barnet misforstår den voksne? Eller en voksen som mistolker barnet? Dette vil i så fall legge et veldig stort ansvar på foreldrene dersom barnet ikke utvikler seg optimalt. Det har jo da mislyktes i sin oppgave i å anerkjenne barnet sitt betingelsesløst noe som nok oppleves som meget frustrerende for den gjelder. Slik jeg ser det er det kun rom for friske, sunne barn, og ressurssterke foreldre i den fremstillingen Juul legger for dagen. Hva med alle barn med diagnoser som autisme, manglende impuls kontroll og ADHD? Er de et resultat av for lite anerkjennelse siden de har en destruktiv atferd? Og vil deres atferd endre seg dersom de bare fikk nok anerkjennelse og derav en bedre selvfølelse? Ros er som kjent skadelig i følge Juul for utviklingen av selvfølelse. Jeg spør meg om det ikke av og til kan være vanskelig å skille mellom anerkjennelse og ros for både den som gir det, og barnet som er mottaker? I neste kapittel skal vi se nærmere på begrepet ros og hvorfor Juul mener dette er så skadelig for utviklingen av selvfølelsen.

5.0 ER ROS LIKE SKADELIG SOM RIS, VED UTVIKLING AV GOD SELVFØLELSE HOS BARN?

5.1 Hvorfor ros ifølge Jesper Juul, er skadelig ved utvikling av god selvfølelse

Utviklingen av sunn selvfølelse skjer som nevnt i forrige kapittel, gjennom tilføring av to hovedelementer, nemlig ved at vi blir sett og anerkjent av minst en betydningsfull person i vårt liv, og at vi opplever oss som verdifulle for andre mennesker slik vi er. Når disse to grunnelementene i tillegg blir gitt et personlig språk, er det maksimal grobunn for at det utvikles god selvfølelse hos individet. I følge Juul vet små barn at de har behov for å bli sett. Han gir et eksempel på dette gjennom det lille barnet som forventningsfullt står på toppen av sklia på lekeplassen, og roper ”Se på meg, mamma!”. Mange foreldre svarer da på en måte som i følge Juul, er uheldig. De blander sammen væren og prestasjon når de sier; ”Ååååå, så flink du er! Så flott!” når barnets ønske er at mor skal se det. Det har ikke bedt om å få en vurdering av det de holder på med. Hvis voksne gjør dette mot hverandre kaller vi det å snakke forbi hverandre, noe som eksemplifiseres gjennom en samtale med to voksne under en middag. Den ene sier til sin gode venn: ”Så godt det er å være sammen med deg igjen!” og den andre svarer ”Ja, du har jammen blitt flink til å lage mat”. Her er det i følge Juul lett for de fleste å se at man ikke når hverandre. Det samme er tilfelle med kommunikasjonen mellom voksne og barn. I følge Juul ønsker bare barnet å få sin opplevelse bekreftet, og det får mer enn det ber om når foreldrene i tillegg roser det. Selv om det er kjærlig ment, er rosen uheldig fordi barnet knytter den til handlingen, istedenfor å få bekreftet sin opplevelse av situasjonen. Som et alternativ hadde det vært bedre om moren istedenfor å rose, hadde vinket og ropt ”Hei!” Da hadde hun vist barnet at hun ser det. Vil hun gi barnet mer, kan hun gi opplevelsen et språk gjennom å tolke barnets indre opplevelse. Studerer hun barnets ansiktsuttrykk nærmere, vil hun kanskje se ren fryd og kan da si at ”Dette ser jammen morsomt ut!” Virker det som om barnet opplever mer skrekkblandet fryd, kan den voksne sette ord på følelsene til barnet gjennom å tilføye ...”at det kanskje også var litt farlig?” På denne måten vil barnet få et språklig uttrykk for sin indre opplevelse, et personlig

språk. Mange foreldre viser sin bekymring for barnet ved for eksempel å rope; ”Pass deg, så du ikke faller og slår deg!” Dette gjøres i beste mening, men bekymring er skadelig for selvfølelsen fordi den hører: ”Jeg regner ikke med at du kan klare deg” (Juul 1996:81-82).

Jesper Juul hevder at det farlige ved å elske sine barn ved hjelp av ros og kritikk er det som skjer i personlighetsutviklingen på lang sikt. Det som skjer er at barna blir uselvstendige, ytrestyrte personligheter med lav selvfølelse, og med mangel av en indre målestokk å handle etter. Disse menneskene vil bruke mye av sin livs energi på å handle slik sine omgivelser forventer, eller bli ekstremt selvopptatte i sin evige jakt på bekreftelse. Sett fra et helsemessig synspunkt, som Juul velger å gjøre, er det en dårlig ide å strebe etter ytrestyrte mennesker. Han beskriver selvfølelsen til et menneske som et eksistensielt immunforsvar: Jo, mer utviklet selvfølelsen er, desto mindre sårbare blir vi, og desto større livsglede og livskvalitet får vi (Juul 1995:88-89). Siden lav selvfølelse er så uheldig for individets personlighetsutvikling mener altså Juul at vi skal unngå å rose barnet hvis vi ønsker at det skal utvikle en sunn selvfølelse. Det kan være noe vanskelig å få tak i hva han mener og for å supplere synet hans, tar vi en titt på et par artikler han har skrevet i A-magasinet om betydningen av ros.

Juul har fast spalte i aftenpostens A-magasin hver uke under navnet *livet i familien*. Her har han ved flere anledninger tatt opp spørsmålet om det er galt å rose barn? Gjennom å svare en fortvilet mor som spør om råd for hvordan hun skal håndtere at datteren på syv år, roser seg selv på en overdreven og skrytende måte, gir Juul svar som han mener er av generell interesse for alle (A-magasinet 3.11.2006). Her kommer han først med en kort historisk beskrivelse av hvordan foreldre har sett på ros gjennom tidene. I forrige århundre ble kritikk sett på som en viktig del av barneoppdragelsen. Gjennom å fortelle barnet hva som var galt, var oppfatningen at barnet ville handle riktig. Ros ble frarådet fordi barnet da kunne glemme de riktige handlingene, som burde være en selvfølge og derfor ikke berettiget til ros. Rundt 1940 ble ros som en del av oppdragelsen oppdaget, og det tok for alvor fart på 1960 tallet. Ros ble en måte å utrykke kjærlighet på: Jeg roser deg, altså elsker jeg deg! Siden begynnelsen av forrige århundre har teoretikere om barneoppdragelse sittet fast i feltet mellom ”riktig” og ”galt”, ”positivt” og ”negativt”, hvor sistnevnte atferd skulle straffes eller få konsekvenser, mens det positive skulle belønnes med en klem, ros eller premie. I følge Juul er denne tankegangen nå humanisert, og de fleste foreldre tar

avstand fra fysisk avstraffelse og konsentrerer seg nå om rosen (ibid). Juul søker i denne artikkelen å få frem at det er de voksne som har *definisjonsmakten* over hva som er riktig og gal atferd av barnet, og henviser til forskeren og pedagogen Berit Bae som han sier seg enig med. Det stilles spørsmålsteget ved om det er riktig av voksne å frasi seg medansvar for barns ”negative” atferd, mens de gjerne tar ansvar for den ”positive” atferden. Juul ser på ros og kritikk som gode eller dårlige karakterer som deles ut av foreldrene. Når du oppfører deg slik jeg liker, får du gode karakterer i form av ros og motsatt. Nå betyr ikke dette i følge Juul at ros alltid er galt. Det avgjørende er *hvordan* og *hvorfor* man gjør det. Saklig kritikk og ros er helt nødvendig for at barn og voksne skal utvikle sin selvtillit. Her mener Juul at rosen fungerer best når den formidles av andre enn foreldrene, fordi det minsker sjansen for at særlig mindre barn skal ta det personlig. Når det handler om *hvem* barnet er – dets tanker, følelser, drømmer og fantasier – fungerer ros, og kritikk dårlig. Rosen stimulerer ikke barns selvfølelse, i høyden dets ego (A-magasinet 3.11.2006:59). Siden det er *hvordan* og *hvorfor* foreldrene roser barna sine som er det avgjørende, har Juul laget en liste med punkter for når foreldre ikke skal rose barna (A-magasinet 10.11.2006:58):

- Ros ikke for å kompensere din egen dårlige samvittighet
- Ros ikke for å kompensere for tidligere kritikk eller straff. Det positive opphever ikke det negative.
- Ros ikke som et forsøk på å utøve makt indirekte det vil si for å få det som du vil eller forme barnet i ditt bilde.
- Ros aldri for å prøve å trøste et barn som ikke føler seg god nok.
- Ros ikke barn slik man gjør under dressur av dyr – med overdreven mimikk og overdrevet stemmeleie.

Videre fremhever Juul at det ikke er noe i veien for å rose barn når man oppriktig mener at deres prestasjon er god eller ekstraordinær. Alle mennesker kan trenge støttende feedback i form av saklig kritikk eller ros, også fra sine foreldre. Men det er viktig å være klar over at ros ikke er kjærlighet. Det er bare en karakter og mange barn blir avhengig av denne gode karakteren. For å unngå at barn blir avhengig av å få gode karakterer i form av ros, og senere i livet bruker all sin energi på å få bekreftelse i vennegjengen eller av det motsatte kjønn, er det viktig at foreldre blir seg bevisst hva de gjør når de roser. Juul mener det er viktig å være *personlig* i sin formulering,

og gir flere eksempler på dette: Istedenfor å si: ”Så flink du er til å kle på deg!” kan man kanskje heller si: ”Jeg er så glad for at du kan kle på deg selv nå. Det er til stor hjelp for meg!”. I nære relasjoner eksisterer det et alternativ til ros og kritikk som gir maksimal uttelling for barns muligheter til å utvikle en sunn selvfølelse og for utviklingen av en sunn, likeverdig relasjon mellom barn og voksne. Juul kaller dette anerkjennelse. Selvfølelsen handler om at barn lærer seg selv å kjenne. Barn er ekstremt sårbare fordi de nesten motstandsløst tar innover seg de voksnes vurderinger. Derfor er det nærliggende å tro at positive vurderinger er bedre enn negative. Men Juul advarer mot dette og sier at dette bare føles godt i øyeblikket- det er skadelig for selvfølelsen på sikt. Barn som vokser opp med ros og /eller kritikk som dominerende elementer i oppdragelsen blir usikre på seg selv og avhengige av andres aksept og bekreftelse (A-magasinet, 10.11.2006:59).

Som vi ser, mener Juul at ros kun er bra for individet når det skal lære noe nytt eller forbedre sine ferdigheter innefor et område. At det kan være uheldig å rose, kan være vanskelig å forstå siden det kun er forbundet positive følelser med å få ros. Hvilke bi effekter kan ros egentlig ha? Carol S. Dweck har gjort mye forskning på ros for å bedre elvers motivasjon i skolesammenheng. Hun har gjort noen oppsiktsvekkende funn når det gjelder ros, og har faktisk gjennom forskning kunnet dokumentere at ros kan være skadelig for selvfølelsen. Men før vi ser på resultatene fra hennes forskning, er det nødvendig å presentere teorien som ligger til grunn for hennes undersøkelser.

5.2 Carol S. Dweck sin forskning

Carol S. Dweck har gjort mye forskning på hva som gir motivasjon til å mestre hos elever. Hun spør seg hvorfor mennesker noen ganger fungerer godt, mens de andre ganger ikke gjør det, og heller oppfører seg destruktivt og selvutslettende. Målet med hennes forskning er å forstå hvorfor noen mennesker klarer å leve opp til forventninger, mens andre mislykkes i å fullføre sitt potensial. Hvorfor er det slik? Hva er det som gjør at noen barn utvikler velfungerende

motivasjonsmønstre, mens andre utvikler dårlig fungerende? Svarene hun fant viste at den oppfatningen individet har av seg selv får konsekvenser for hva vedkommende oppnår i skolesammenheng, sosiale relasjoner vedkommende går inn i og deres mentale helse (Dweck 2000:xii).

Dweck utviklet en modell, som gir oss nye perspektiv på intelligens og oppnåelse.

Modellen kan være med å kaste lys over hvorfor noen mennesker faller inn i depresjon og mister sin selvfølelse dersom de opplever motstand, selv om de i utgangspunktet er i besittelse av den kompetansen som kreves for å fullføre en eventuell oppgave. I tillegg fant Dweck også at det var av avgjørende betydning i hvilken form rosen ble gitt. Det viste seg at ros ikke alltid er et gode.

Dweck har sett nærmere på ulike oppfatninger individet kan ha om seg selv, og har funnet at det er avgjørende om individet ser på intelligens som en fast eller bevegelig størrelse.

5.2.1 To ulike måter å forstå intelligens på

Dweck har funnet frem til at mennesker kan forstå intelligens på to ulike måter. Den første måten, som på ingen måte fører til mestringsorienterte kvaliteter hos individet, er en teori hvor man forstår intelligens som en fast størrelse; "*The Theory of Fixed Intelligence*". Denne måten å forstå intelligens på, kan få elever til å bekymre seg over hvor intelligente de er, og det blir viktig å fremstå som smart og for all del unngå å virke dum. Derfor søkes det mot lette oppgaver, som krever liten innsats. Hvis eleven opplever at oppgaven medfører en fare for å kunne feile, styrers det unna denne oppgaven. Derfor kan utfordringer oppfattes som en trussel mot selvfølelsen. Når eleven unngår nye utfordringer, vil resultatet på sikt bli mindre læringserfaring (Dweck 2000:2-3).

Den andre måten å forstå intelligens på, er det motsatte av fast. Intelligensen sees på som en prosess, som kan forbedres gjennom læring og anstrengelser. Dweck kaller teorien "*incremental theory*" ("den økende teorien"). Hovedfokuset ligger i ideen om at alle med egeninnsats og veiledning kan øke sine intellektuelle evner, noe som på sikt medfører at eleven får lyst til å lære. Tiden blir ikke kastet bort på å bekymre seg om man vil virke smart eller dum overfor andre. Elever med dette synet på intelligens kan heller ofre en anledning til å virke smart, hvis de kan lære noe nytt. Selv elever med et syn på intelligens som foranderlig og lav tillitt til egen

intelligens, kan helhjertet kaste seg ut i utfordrende og vanskelige oppgaver og holde de ut. Selvfølelse blir oppfattet som noe helt annet innenfor dette systemet å forstå intelligens på. Det består ikke av en indre kvantitet, som mates med lette suksesser, og viskes ut av nederlag. Det er en positiv måte å oppleve seg selv på, som når du er fullt ut engasjert og bruker dine evner til det ytterste i å forfølge noe du verdsetter. Ut i fra denne måten å tenke på, er ikke selvfølelse noe vi gir til mennesker gjennom å fortelle dem at de har høy intelligens, men noe vi utsyrer de med gjennom å lære dem verdien av læring. Det blir viktigere å lære fremfor å se smart ut, noe som medfører vilje til å gjøre ekstra utfordringer og anstrengelser, og et syn på at feil kan være en veiledning til å mestre ved en senere anledning (Dweck 2000:4).

Disse ulike synene på intelligens får forskjellige konsekvenser for motivasjon og hva man oppnår, fordi de igjen skaper mønstre av sårbarhet og tøffhet som elevene bruker når de konfronteres med vanskelige oppgaver. Det utkrystalliserte seg to ulike mønstre av strategier for problemløsning hos elevene. Dweck kaller disse for "hjelpeløsoorienterte" og "mestringsorienterte" mønstre ("Helpless and Mastery –Oriented Patterns"). Vi skal nå se nærmere på hvilken betydning disse motivasjonsmønstrene har for individet.

5.2.2 Hjelpeløsoorientert og mestringsorientert mønster

Kjennetegn for den gruppen av barn som er har et hjelpeløsoorientert mønster ved problemløsning, er at de ikke føler de er i stand til å kunne påvirke utfallet av sine prestasjoner. Dette har sin begrunnelse i at de har en oppfatning av det eksisterer gitt størrelse av intelligens, og er derfor i den tro at det er oppgavens vanskelighetsgrad som er avgjørende for om de lykkes, ikke egeninnsats. Det mest slående Dweck fant i sine funn var hvor raskt den hjelpeløsoorienterte gruppen degenererte sine evner og beskyldte sin intelligens for nederlaget, ved å si ting som; "Ja, jeg er jo ikke veldig smart" eller "Jeg har jo aldri hatt god hukommelse", osv. Mer enn en tredjedel i denne gruppen degenererte spontant sine intellektuelle evner, mens det var ingen i gruppen av mestringsorienterte barn som gjorde det. Det påfallende var at disse elevene kort tid før nederlaget og påfølgende negative utsagn om seg selv, hadde hatt en rekke suksesser, hvor de opplevde at deres intelligens og hukommelse fungerte absolutt helt fint. De mestret like godt som elevene i den andre gruppen. Likevel, kort tid etter at de møtte problemer, mistet de tillitten til seg selv. Dette gjorde de i så stor grad at over en tredjedel av barna i denne gruppen, svarte at de

ikke lenger trodde de ville få til å løse samme oppgave de tidligere hadde mestret, da de senere ble spurt om de kunne gjøre samme oppgave om igjen. Det var ingen av barna i den mestringsorienterte gruppen som trodde de ikke ville få til å gjøre samme oppgave en gang til. Mange syntes til og med at dette var et tåpelig spørsmål. Så barna i den hjelpeløsorienterte gruppen, mistet ikke bare tillitt til egne evner, men de mistet også perspektiv på tidligere oppnådd suksess. Undersøkelser viste at de trodde de hadde hatt flere nederlag enn suksesser, enda oppgavefordeling var at de mestret 8 oppgaver, mot 4 oppgaver som de ikke klarte å løse. De hadde altså klart å løse dobbelt så mange oppgaver, i forhold til hva de ikke klarte. Likevel tok de feil, da de ble spurt om hvor mange oppgaver de hadde klart å løse. I snitt svarte denne gruppen at de klarte å løse fem, og at det var seks oppgaver de ikke hadde fått til. Deres tidligere suksesser ble altså visket ut av senere nederlag! Elevene i den andre gruppen som var mestringsorienterte, husket riktig antall oppgaver de hadde fått til og riktig antall de ikke hadde fått til.

I tillegg til å viske ut tidligere suksesser, så man også at 2/3 av elevene i den hjelpeløsorienterte gruppen opplevde negative følelser, som at de kjedet seg, osv. under utførelsen av oppgavene, selv om dette ikke hadde vært antydning før de oppnådde nederlag. De negative følelsene kom samtidig med motgangen de opplevde i oppgaveløsningen. Det var bare en elev i den mestringsorienterte gruppen som opplevde negative følelser ved motgang.

Andre ting Dweck fant i sine undersøkelser var at barna i hjelpeløsorienterte gruppen, kunne endre reglene for oppgaveløsningen slik at de likevel fikk en følelse av å lykkes. Flere av barna vendte også fokus vekk fra nederlaget ved å ikke mestre oppgaven, gjennom å fortelle om andre ting de hadde lykkes med. De fokuserte ikke lenger på problemet de var bedt om å løse, men var mer fokusert på å virke vellykket. Elevene i den hjelpeløsorienterte gruppen ga opp før de hadde sjekket ordentlig om dette var en oppgave de hadde forutsetning for å kunne løse. Det var ingen objektiv vurdering av egne evner, men snarere en fordømmelse, hvor de falt inn i en depresjonslignende tilstand, noe som er lite hensiktsmessig dersom man skal klare å løse et problem eller en oppgave. Funnene viste altså at reaksjonen til de elevene i den hjelpeløsorienterte gruppen fikk negative konsekvenser for opplevelse av eget selv og deres evne til å bruke sine evner effektivt.

Den mestringsorienterte gruppen skyldte derimot ikke på noe eller noen hvis de opplevde å ikke lykkes, men fokuserte isteden på årsaken til hvorfor de ikke fikk til å løse oppgaven. De så ikke på seg selv som om de hadde mislykkes med noe. De var opptatt av å lære. Møtte de motsand fordi oppgavene var vanskelige, var deres reaksjon at her måtte det jobbes hardere for å lykkes. Deres mål er å lære ("learning goal"). Den hjelpeløsoorienterte gruppen får et mer begrenset mål. Det blir viktigere å vise omgivelsene at man lykkes. Dweck kaller dette et "performance goal" (Dweck 2000:5-14). Ulike mål, gir seg utslag i store forskjeller når det gjelder innsats av arbeid og utholdenhet når man møter vanskeligheter. Forskningen det refereres til er gjort på elever i ungdomsskolen. Men hvordan står det til med holdningene til barn i barnehage? Har de også teorier om seg selv? Eller er de for små til det?

5.2.3 Små barns teorier om å være flink eller dårlig

I en lang periode trodde man ikke at små barn hadde teorier om seg selv (Dweck 2000:95). Man antok at barn under 8 år ikke var i stand til å forstå begrepet fastsatt intelligens. Det var til og med usikkerhet om de i det hele tatt forsto hva intelligens var. Derfor antok man at når de ikke fikk til en oppgave, ville de ikke tenke at det hadde noe å gjøre med hvor smarte de var, og på den måten var de heller ikke sårbare for den negative effekten et nederlag eventuelt ville gi. Undersøkelser viste også at små barn ikke viste hjelpeløsoorienterte reaksjoner på samme måte som eldre barn, når de møtte motstand. Små barn var fortsatt optimistiske og viste engasjement i oppgaven selv om de ikke hadde fått den til. På bakgrunn av dette antok man derfor at små barn ikke kunne ha slike fastlåste teorier om seg selv, og dermed være påvirket av et hjelpeløsoorientert eller mestringsorientert mønster. Ny forskning har imidlertid vist at dette ikke stemmer. Intelligens blir først interessant for barn når de begynner på skolen og møter akademiske krav, likevel har små barn teorier om seg selv. I miljøet de blir sosialisert inn i, lærer de hva som er riktig, galt, godt og dårlig. De lærer seg komplekse regler og forventninger om hva det betyr å være et flinkt barn eller et dårlig barn. Det viste seg også at, på samme måte som hos eldre barn, kunne disse teoriene barna hadde om seg selv, være både fastlåste og bevegelige, akkurat som teoriene om intelligens var for eldre barn (Dweck 2000:97).

Dweck fant at barn helt ned i 3 ½ års alder kunne vise synlige bevis på en såkalt hjelpeløsoorientert holdning. Dette ga seg utslag i at de unngikk å prestere, hadde lavere

forventninger, negative selvevalueringer, negative følelser og opplevelse av å føle seg dårlig (Dweck 2000: 107). Det kom tydelig frem at det var tilbakemeldingene barna fikk fra voksne, som var den direkte årsaken til at barna hadde ulike teorier om seg selv.

5.4 Ris og ros

Ris forbindes for de fleste med noe negativt. For et par generasjoner siden var det ikke uvanlig å rise barna, noe som ble gjort i beste mening og i den hensikt at barnet skulle lære av sine feil eller ugjerninger. Ordtaket ”Riset bak speilet”, stammer fra en tid hvor man måtte passe på å oppføre seg pent, hvis ikke ble riset tatt frem og man fikk sin rettmessige straff. Riset besto av en bunt med kvister, gjerne fra bjerketreet. Risen ble gitt på den måten at barnet ble pisket eller slått med bjerkeriset på ”blanke messingen”. Hadde man ikke riset for hånden, brukte man flat hånd og slo med den. Denne form for avstraffelse var alminnelig akseptert i samfunnet, og utført i beste mening. Hvor utbredt det var varierte nok fra familie til familie, men det holdt nok for de fleste foreldre å true med riset for å oppnå ønsket atferd fra barna. I dag er det bred enighet om at fysisk avstraffelse av barn er forkastelig, og samfunnet har til og med gjort korpulent avstraffelse ulovlig. Ris i dag forbindes derfor med en eller annen form for kritikk. I hovedsak assosieres kritikk med noe negativt, men den kan også brukes konstruktivt til forbedring. Juul bruker ikke begrepet ris, men snakker om at all form for vold er forkastelig og direkte skadelig for barnets selvfølelse (1996:100). Det samme er all form for kritikk. I følge Juul er ros og kritikk relevant for utviklingen av selvtillit, mens det er en stor misforståelse at det også er gagnlig for utviklingen av sunn selvfølelse (1996:79). Vi skal nå se på hva Dweck fant gjennom sin forskning om hva kritikk og ros gjør med selvfølelsen til barn.

5.4.1 Et eksperiment med ulike former for kritikk

I følge Dweck eksisterer det en allmenn oppfatning om at kritikk fører til at barn blir selvkritiske og utvikler et såkalt hjelpeløsoorientert mønster, med de negative følger det får. På bakgrunn av tidligere forskning utviklet Dweck og hennes medarbeidere en hypotese om at ros ville kunne skape samme type sårbarhet ved motgang som kritikk gjorde. Antagelsen gikk ut på at når barna fikk positive tilbakemeldinger når de lyktes med en oppgave, samtidig ville lære å dømme seg selv negativt dersom de opplevde nederlag. Og at dette igjen medførte en sårbarhet gjennom negative følelser, som på sikt gjorde at de bevisst valgte å unngå oppgaver de ikke lyktes med. For å finne svar på om dette stemte, ble det plukket ut ulike former for kritikk som foreldre og lærere ga jevnlig, og som man antok spilte en rolle ved utvikling av henholdsvis mestringsorientert og hjelpeløsoorienterte mønstre. Barna som deltok i undersøkelsen besto av et randomisert utvalg, som betyr at det var en tilfeldig blanding av hjelpeløs og mestringsorienterte barn i de ulike gruppene som ble testet. Uansett hvilken holdning eller teori barna hadde om seg selv fra før, ble ikke dette tatt hensyn til da gruppene av barn ble satt sammen (Dweck 2000:108).

En gruppe ble møtt med kritikk som baserte seg på råd om å velge *en annen strategi*, da de ikke lyktes. Feilene ble påpekt, gjennom for eksempel å si; ”Det er fortsatt ikke ryddig og rent her, kanskje du skal tenke på om det finnes en *annen måte* å gjøre det på?”

Den andre gruppen av barn ble møtt med kritikk som gikk direkte på den *spesifikke handlingen*; ”Dette er ikke hva jeg kaller å gjøre det riktig – det er fortsatt maling over alt her!”. Kritikken skulle gå direkte på handlingen, og ikke på barnet. Den siste og tredje gruppen ble møtt med kritikk som gikk mot *barnet som person*. Av etiske årsaker, ble ikke barnet kritisert, men opplevde det indirekte gjennom å se to dukker i rollespill. Dukken som representerte en voksen kritiserte dukken som representerte barnet. For å være sikker på at barna skulle avslutte med en positiv opplevelse av eksperimentet, ble det avslutningsvis gitt en oppgave barnet mestret og fikk ros for. Helt til slutt ble barna i de tre gruppene presentert for den samme oppgaven de først hadde fått, for så å teste utfallet av tilbakemeldingene de hadde møtt. Barna ble fortalt en historie hvor noen hadde laget et hus og glemt å sette inn vinduer. Det ble ikke gitt noen kritikk, kun kommentert at; ”Dette huset har ikke vinduer...”. Selv om alle barna i de tre gruppene hadde fått samme tilbakemelding på den siste oppgaven de hadde utført, var det forventet at de skulle reagere ulikt på at det ikke fantes vinduer på huset avhengig av hvordan type kritikk de hadde

møtt tidligere på tidligere oppgaver de hadde gjort. Man ønsket å finne svar på følgende: Betyr nederlag/feil at du må justerer din strategi? Eller betyr det at din handling er helt ubrukelig? Eller reflekterer nederlaget på deg som person?

Funnene var meget klare. Den gruppen som hadde opplevd personorientert kritikk viste den sterkeste hjelpeløsoverorienterte reaksjonen av alle tre gruppene. Mens den gruppen som hadde strategi orientert kritikk viste den største mestringsorienterte reaksjonen (Dweck 2000:110-111). Siden de tre ulike gruppene var antatt å bestå av like mange mestringsorienterte som hjelpeløsoverorienterte da eksperimentet startet, er funnene påfallende fordi det bare etter tilbakemeldingene i dette eksperimentet viste seg dramatiske forskjeller på hvordan kritikk gjorde utslag på hvordan barnet vurderte seg selv i etterkant. På bakgrunn av disse funnene slutter Dweck at tilbakemeldingen som barn får fra foreldre og voksne i barnehager, vil ha en meget sterk innvirkning på hvordan barna håndterer sitt syn på egne evner. Eksperimentet besto kun av fire forskjellige typer av tilbakemelding i en gitt situasjon. Daglig vil barn normalt utsettes for en mengde tilbakemeldinger i en eller annen form for kritikk fra voksne, og hvordan kritikken gis, viser seg altså å være av avgjørende betydning. Dweck ønsket nå å se om det var mulig å finne tilsvarende resultater fra ulike former for ros.

5.4.2 Et eksperiment med ulike former for ros

Det er en vanlig oppfatning innen barneoppdragelse og skolevesenet i dag, at mye ros når barnet lykkes og særlig da ros som går på personen som en helhet, vil få barnet til å føle godt om egne evner og samtidig styrke selvfølelsen. Dette vil i sin tur medføre at barnet tar utfordringer om å utføre oppgaver og tåler å møte nederlag. Det finnes god forskning som dokumenterer at barn som gis ros for karaktertrekk, for eksempel ros for sine evner, blir mer effektive og styrket i troen på videre utføring av oppgaver (Dweck 2000: 112-113). Det er derimot gjort lite forskning på hva som skjer når de samme barna som har fått ros for sin suksess, møter motstand og opplever nederlag. Dweck og hennes forskere antok på bakgrunn av tidligere funn om betydningen av kritikk, at barn som vurderte sine evner eller flinkhet ut fra om de lyktes med en oppgave ble sårbare, og at de også ville lære å vurdere seg selv gjennom rosen de fikk. For å finne svar på sine antagelser, designet de et eksperiment hvor barna skulle få personorientert tilbakemelding, tilbakemelding på utfallet og tilbakemelding som gikk på strategivalg. Utvalget besto av til

sammen seks grupper, hvor tre av gruppene fikk en form for tilbakemelding som gikk på *person eller karaktertrekk*, en gruppe fikk tilbakemelding på *utfallet*, og to grupper fikk en form for tilbakemelding på valg av *ny strategi*.

Resultatene var tydelige. De tre gruppene av barn som hadde fått tilbakemelding som gikk på å rose personen når den lyktes med en oppgave: ”Du er en flink jente/gutt!”, ”Jeg er stolt av deg!”, ”Du er veldig flink til dette!”, var de barna som viste seg å være mest sårbare ved nederlag, og de som viste størst grad av *det hjelpeløsoorienterte mønsteret*. Eksperimentet viser at de som faktisk ble rost mest viste størst grad av *sårbarhet*.

De to gruppene som fikk tilbakemelding i form av ros på anstrengelse og strategi var mest mestringsorientert. Ser man nærmere på resultatene ga barna som hadde fått ros i form av strategi valg, *produktet* en signifikant *høyere vurdering*, enn barna i gruppen som hadde fått person orientert ros. Gruppen som hadde fått ros for strategivalg evaluerte huset uten vinduer positivt til tross for at det manglet vinduer, mens den andre gruppen som hadde fått personorientert ros, evaluerte hele huset negativt. Ved nærmere syn på hvordan barna *evaluerte seg selv*, viste det seg at barna som hadde fått høre at de hadde gode evner når de lyktes med en oppgave, syntes dårlig om seg selv og hadde mindre talent enn de hadde trodd, når de opplevde å ikke lyktes. Det motsatte var til felle hos barna som hadde fått ros i form av strategi. De ga seg selv en betydelig mer positiv evaluering til tross for opplevelsen av nederlag. Det samme mønsteret ble funnet når man målte barnas egen evaluering av *følelser* knyttet til oppgaven når de ikke lyktes. Barna i gruppen som hadde mottatt person orientert ros ga tilbakemelding om betydelig dårligere følelse enn barna i strategi ros gruppen (Dweck 2000:113).

Til sist så man på hvordan ulik ros påvirket *utholdenheten* hos barna. De ble spurt hvilken oppgave de kunne tenke seg å gjøre igjen dagen etterpå. Valget sto mellom oppgaven de hadde lyktes med eller den de ikke hadde klart å løse. Dweck og hennes medarbeidere ønsket å finne svar på om barna ville fortsette å jobbe med oppgaven de *ikke* hadde mestret, inntil de lyktes. I tillegg ble de spurt om hvor stor innsats de ønsket å legge i arbeidet; lite, middels eller mye. Et siste spørsmål når det gjaldt utholdenhet gikk på at de skulle avslutte historiene. Her ønsket man å se om det kom opp konstruktive løsninger. Igjen viste svarene at barna i gruppen som hadde fått ros i form av strategi var mest mestringsorientert, noe som ga seg utslag i lengre utholdenhet og

bedre konstruktive løsningsforslag enn funnene viste hos de barna som hadde fått personorientert ros. Barna som hadde fått høre at de var flinke, eller at læreren var stolt av dem var de samme barna som viste liten utholdenhet når de møtte motgang (Dweck 2000: 114). Gruppen som fikk ros i form av spesifikk informasjon om utfallet av oppgaven, ble liggende i sjiktet mellom hjelpeløs og mestringsorientert, og Dweck fokuserte ikke videre på denne gruppen.

5.4.3 Contingent self-worth (Tilfeldig selv verd)

På bakgrunn av funnene fra sin forskning, konkluderer Dweck med at vi på mange måter kan si at den personorienterte tilbakemeldingen gir et tilfeldig selv verd. Mennesker føler seg kun verdifulle når de lykkes, og de føler seg verdiløse når de ikke gjør det. Dette konseptet ser vi i flere tradisjonelle personlighetsteorier, og Dweck viser til Carl Rogers og Karen Horney. Foreldrenes reaksjon på barna lærer dem at de kun er verd deres kjærlighet og respekt når de oppfører seg på en bestemt måte eller etter en bestemt standard. Barna adopterer da ideen om at de er verdifulle kun under spesielle omstendigheter. Ut fra sin forskning fant Dweck og hennes kollegaer at personorientert tilbakemelding faktisk kan skape en hjelpeløsorientert holdning hos barnet, noe som medfører at det bare er fornøyd med seg selv når det lykkes, og at det degenererer eget selv og blir misfornøyd med seg selv når det opplever nederlag.

Forskningsfunnene viser at den teorien individet har om seg selv, om det har en foranderlig eller fastlåst intelligens, om målet er å vise seg frem for andre eller å lære noe av oppgaven, altså om individet har et hjelpeløsorientert eller mestringsorientert mønster går hånd i hånd med et tilfeldig versus ikke tilfeldig selv verd. Og det er de samme formene for ros og kritikk som skaper alt sammen. Uansett hvor godt det føles for barnet å få personorientert ros på det gitte tidspunkt, følger det med en rekke farer ved denne måten å rose på. Studier av eldre barn viser de samme funnene (Dweck 2000:115).

5.4.4 Andre innspill om ros

De norske psykologene Egil Launes og Knut Halvdan Svendsen har skrevet boken ”Foreldrehjelpen – oppdragelse som virker” for foreldre med barn mellom 1 og 10 år, som ønsker innspill og råd i barneoppdragelsen. Forfatterne baserer seg på Parent Management Training -

PMT – metoden, som tar utgangspunkt i at det er foreldrene som er barnets viktigste læremestere og hjelpere. Metoden støttes av Barne- og familie departementet, som tilbyr norske kommuner metoden i sitt arbeid med foreldre som sliter med barneoppdragelsen. Annen del i boken tar for seg barneoppdragelsens ti bud og utdyper disse. På listens femte plass står det; Gi ros! (Foreldrehjelpen, 2007). Knut Halvdan Svendsen (2007) hevder at barn ikke kan få nok av ros. Han forfekter hva han kaller en *positiv psykologi* som bygger på det gode barnet *er, kan og gjør*. Foreldre oppmuntres til å tenke på tre positive egenskaper ved barnet sitt, og gi barnet tre positive tilbakemeldinger gjennom go-ord og oppmuntringer i hverdagen. Ros defineres som en verbal anerkjennelse eller oppmuntring. Hensikten med å rosen er mange, blant annet gir det barnet trygghet og uforutsigbarhet, tro på egne venter, samt at det fremmer læring. (Svendsen , 2007:1). Vider fokuserer han på at foreldre skal fokusere på barnets ressurser. Ikke bare se det, men si det også: *Jeg ser at du sitter og jobber med leksene dine, Lise. Kjempebra!* Ros er med på å bygge selvtillit. Det gir barnet tro på at det kan få til ting. Ros virker best hvis den gis med en gnag, der og da. Og den fungerer best når den er veldig konkret. Det er bedre å si: Så fint at du hjalp meg med å vaske opp. Det satte jeg virkelig pris på!, enn å si Takk for hjelpen! Det først fungerer bedre fordi det er konkret tilbakemelding. Ros virker best når vi viser med hele oss at vi mener det. Vi smiler kanskje, tar oss tid, bruker litt mer stemme enn ellers. Ros er en form for oppmerksomhet. Ved å fokusere på det som er bra, og si det til barnet, får vi mer av det. Du kan se at ekte ros gjør noe med barnets følelser, fordi du kan se det på dem. Det gode budskapet er at ros styrker selvfølelsen. Selvfølelsen defineres som en indre opplevelse av vår egenverdi og mestringsevne. Det handler om *hvem* vi sier til oss selv at vi er. Og det handler om *hva* vi sier til oss selv at vi *kan*. Barnet trenger slike ”være”og ”gjøre” budskap i sin selvutvikling. Gjennom å fortelle gutten at han er en knakende fin gutt å være sammen med, styrker vi den delen av selvfølelse som bygger opp barnets egenverdi og identitet. Når vi sier til veslejenten: Tenk at du klarte å bære den store bæreposen alene”, styrker vi hennes tro på egne ferdigheter. Svendsen hevder videre at det ikke er mulig å skjemme bort barn gjennom å gi de for mye ros. Derimot kan den miste noe av effekten sin hvis den overdrives, eller hvis man ikke er konkret i måten det roses på. Grensen for hva et barn tåler av ros er meget høy (Svendsen 2007:2).

5.5 Drøftelse av Juul sin ide om at ros er skadelig

I følge Juul er ros skadelig for utviklingen av selvfølelse, og han vil kunne finne støtte i Dweck (1999) sin forskning om at ros ikke alltid er et gode. Dweck fokuserer på hva som gir motivasjon til å mestre hos elever. På bakgrunn av resultatene laget hun en modell som søker å gi svar på hvorfor noen mennesker mister troen på seg selv ved opplevelse av motsand, selv om de i utgangspunktet er i besittelse av den kompetanse oppgaven krever. Hun sier at barnets selvfølelse avhenger av teorien det har om seg selv og at kvaliteten på selvfølelsen gir seg utslag i valg av utfordringer og utholdenhet. Det er tilbakemeldinger fra andre som er med på å utvikle den teorien barnet har om seg selv, og det avgjørende er *i hvilken form* rosen og eventuelt kritikken blir gitt. Juul poengterer på sin side at det viktige er å være klar over *hvordan* og *hvorfor* foreldrene roser barna sine. Går dette ut på det samme? Nå viser Juul til sitt skille mellom selvtillitt og selvfølelse som argument for når rosen skal brukes. Er det ønskelig å bygge selvfølelse gjøres dette som vi har sett gjennom anerkjennelse og at barnet blir sett. Ros bygger selvtillitt. Dweck skiller ikke mellom selvtillitt og selvfølelse slik Juul gjør. Hun definerer selvfølelse ut i fra hvilken teori barnet har om seg selv. Har barnet en teori om at intelligens er foranderlig og at det er mulig å øke den ("incremental theory"), vil selvfølelse bli oppfattet som en positiv måte å oppleve seg selv på. Dette vil vise seg gjennom et ekte engasjement i oppgaver og bruk av sine evner til det ytterste. Selvfølelsen blir ifølge Dweck noe vi utstyrrer barna med gjennom å lære de *å se verdien av læring*. Dette minner ved første øyekast ikke mye om Juul sin definisjon. Men når vi ser at Juul sier selvfølelsesbegrepet er dynamisk og at det vil utvikle seg i takt med våre erfaringer finner vi kanskje likevel en parallell? Ettersom vi stadig blir bedre kjent med oss selv vil vår integritet bli sterkere. Kan ikke dette sammenlignes med en læreprosess? Dweck snakker om et abstrakt fenomen som å lære barna å se verdien av læring. Det er kanskje tvilsomt om dette er en ferdighet? Uansett, vi ser at Juul kan finne støtte hos Dweck for at ros ikke alltid er et gode. Dweck utviklet en teori som går ut på at barna lager teorier om seg selv på bakgrunn av tilbakemeldinger fra omgivelsene. Teoriene danner bakgrunn for et motivasjonsmønster som hun deler opp i to hovedgrupper; hjelpeløsoorientert og motivasjonsorientert mønster. Resultatene fra hennes forskning viser at personorientert ros kan være uheldig på lang sikt siden dette medfører at barnet vil ta et nederlag som at det er noe galt med det. Det beste er å rose strategivalget barnet brukte for å løse oppgaven. Barna som fikk

strategiorientert ros utviklet et såkalt mestringsmotivert mønster, noe som er positivt for selvfølelsen. Denne gruppen av barn vil tilskrive nederlaget ytre forhold som det er mulig å gjøre noe med. Vi kjenner igjen dette fenomenet fra attribusjonsteori i psykologien. Attribusjon handler om å tillegge årsaker til hendelser rundt oss. Dette gjør vi for å ha orden på det som skjer rundt oss og for å kunne predikere hendelser (Rand, 1991:51). Nygård (1993) tar også opp betydningen av menneskets selvforståelse for hvordan det årsaksforklarer utløpet av en handling.

De barna som ifølge Dweck har et hjelpeløsoorientert motivasjonsmønster føler ikke at de har mulighet til å påvirke sine prestasjoner i nevneverdig grad. De lar det gå utover egen selvfølelse. Sammenligner vi dette med Bandura sitt *self-efficacy* begrep og hans teori om mestringsforventinger eller det såkalte *trossystemet*, ser vi likheter til Dweck sin teori. Bandura er på linje med Dweck når han hevder at forventingen om å mestre er hovedkilden til aktivitet, og hvis individet ikke tror at det kan få til å gjøre noe vil det heller ikke forsøke å gjøre det. Han mener at individets trossystem har innflytelse på handlingsvalg, innsats og utholdenhet i forhold til hindringer, hvor pågående det er ved motgang, om tankemønstrene er til støtte eller hinder, hvor mye stress og depresjon som erfares i møte med miljøets krav, og hvilket resultat personen greier å realisere. Juul forholder seg ikke til at selvfølelse defineres ut i fra hvilken tro et individ har til å prestere. Han nevner ikke mestringsforventninger i sine definisjoner av begrepene selvfølelse og selvtillitt, så det blir ren spekulasjon å uttale seg om hva han mener om det. Jeg synes likevel det er en svakhet at han ikke tar opp en større nyansering av hvordan barnet tenker om seg selv, slik som for eksempel ulike trossystemer (Bandura) eller teorier individet har om seg selv (Dweck).

Siden mennesker har ulike karaktertrekk finner jeg det naturlig å spørre om det er slik at selvfølelse alltid vil ta skade av ros? Eller er det snakk om i hvilken grad rosen gis og i hvor stort omfang? Vil det avhenge av hvor sterk selvfølelsen er i utgangspunktet slik at man er tykkhudet og robust mot ros og kritikk, dersom man først har utviklet en god og sunn selvfølelse? Juul skriver i A-magasinet 29.12.2006 at han selv har fått velmenende råd om å lære seg å ta imot ros, men han følte bare tristhet når han fikk ros. Senere mener han at dette hang sammen med at han kom i kontakt med sin dype lengsel etter å bli ”sett” og anerkjent, hver gang han fikk ros. Han spør seg om det kanskje er slik at det er de vakre og dyktige menneskene sitt handikap, at de

sjelden blir sett som de unike menneskene og personene de er, kun rost for sitt ytre (ibid). Slik jeg forstår Juul betyr dette at vi skal fokusere på å se gjennom det ytre og også få tak i personen bak fasaden. Det er viktig å ta barn på alvor slik at de får en sterk integritet og dermed også god selvfølelse.

Jeg synes det er lettere å forstå hva Juul mener etter at jeg har kjennskap til Dweck sin forskning. Ellers blir det forvirrende å forstå at ros er uheldig. Punktene Juul ramser opp om hvordan man ikke skal rose i A-magasinet 10.11.2006, er det vanskelig å ikke stusse over. Samtidig sier han at det ikke er noe i veien for at man kan rose barn når man oppriktig mener at prestasjonen deres er god eller ekstraordinær. Mennesker med lav selvfølelse trenger støttende feedback i form av saklig kritikk og ros (ibid). Flere med meg blir forvirret over Juul sine utsagn og Launes og Svendsen skriver en artikkel under foreldrehjelpen.no at det er tankevekkende når Juul sprer usikkerhet om ros. De spør ”Hva er så farlig med ros? Og når ble det galt å rose barn?” (Launes og Svendsen 17.11 2006). De går til motsatt ytterpunkt og sier at problemet i dag er at barn får for lite ros og for mange negative tilbakemeldinger. De mener at rosen skal komme spontant når barnet har gjort noe bra. Det ser ut til at de i hovedsak fokuserer på å rose barnet for prestasjoner, for eksempel, at det har ryddet rommet sitt. Her foreslår Juul at vi skal kommentere handlingen med våre personlige følelser: ”Jeg elsker å se rommet ditt slikt. Da føler jeg at vår familie klarer seg godt. Takk for hjelpen” (A-magasinet 10.11.2006). Dette synes Launes og Svendsen høres kunstig ut og minner om terapi på hjemmebane. De spør samtidig om det er barnets ansvar å få familien til å klare seg godt. Juul ville vel neppe si seg enig i at det er barnets ansvar at familien klarer seg godt. Han lar det ikke råde noen tvil om at det er de voksne som har ansvaret for at relasjonen er god.

Launes og Svendsen synes bruken av begrepet definisjonsmakt blir søkt, og mener at de voksne trenger veiledning og kjøreregler for hvordan de skal bruke sitt foreldreansvar og overføre gode normer og oppførsel til barnet. De er derimot helt enig med Juul i at begrep som *dialog* og *likeverd* er sentrale og viktige, men sier at de voksne har ulik rolle, erfaring og ansvar. Her ser det ut for meg som om de ikke kjenner Juul særlig godt, da han fremhever (Juul og Jensen 2003) at det er et asymmetrisk forhold mellom voksen og barn, til tross for likeverd og dialog mellom dem. Nå svarer Launes og Svendsen kun på artikkelen Juul har skrevet i A-magasinet, så det kan

neppe forventes at de skal legge for dagen en grundig kjenneskap til Juul sin forståelse? Deres budskap er at ros styrker selvfølelsen, og for meg ser det ut til at deres definisjon av selvfølelse er så vid at den rommer Juul sin definisjon av selvtillit. Launes og Svendsen definerer nemlig selvfølelse som en indre opplevelse av vår *egenverdi* og *mestringsevne*. Det handler om *hvem* vi sier til oss selv at vi *er*, og det handler om *hva* vi sier til oss selv at vi *kan*. Launes og Svendsen er uenig med Juul i at ytre tilbakemeldinger fra foreldre skaper avhengighet. Tvert imot mener de at *ytre tilbakemeldinger kan bygges inn i barnet som indre psykologiske bærbare veivisere som de bruker på egenhånd*. De mener at diskusjonen burde gå på hva som bør oppmuntres og roses. Poenget deres er at barnet bør oppmuntres til å dele, være oppmerksom på andre, mestre nye ferdigheter, oppdage verden, følge regler osv. Gjennom å sette ord på dette speiler de voksne barnets atferd og gjør det lettere for barnet å ta et skritt videre. Deres råd til foreldrene er at de heller må tenke over hvilken utviklingsstøtte de ønsker å gi barna sine, og ikke gruble over om ros er galt (ibid). Slik jeg tolker innholdet av det de sier opp imot min forståelse av Juul, handler dette mye om ulik definisjon av selvfølelse. Launes og Svendsen sier at de definerer *ros* som en verbal anerkjennelse eller oppmuntring. Hensikten med rosen kan være mange, det være seg både å gi barnet trygghet, forutsigbarhet, tro på egne ferdigheter og å fremme læring. I følge dem er rosen en veileder i riktig retning, og de er enig med Juul i at det er viktig *hvordan* rosen formidles. Nå ville nok Juul neppe definert ros som en verbal anerkjennelse, da han har en videre definisjon av begrepet.

I et samfunn hvor evaluering er svært utbredt kan det kanskje være vanskelig å unngå å gi personorientert evaluering? Hvor går egentlig grensen for hva som menes med personen? Er det slik at Juul mener det er skadelig med en vurdering av det ytre? Da spør jeg om ikke mitt utseende også er med på å reflektere en del av mitt indre? Hvordan jeg velger å kle meg sier jo mye om hvem jeg ønsker å fremstå som overfor andre. Det kan ligge både sosial tilhørighet og politiske meninger i valg av klær. Skal vi unngå å rose mennesker for dets utseende fordi det vil skade deres selvfølelse? Hva med å anerkjenne et menneske for dets utseende? Det er kanskje vanskelig hvis vi skal bruke Juul sin definisjon av begrepet anerkjennelse. Slik jeg ser det trenger det ikke være et absolutt skille mellom å få ros for sitt ytre, og samtidig få anerkjennelse for hvem man er? I følge Dweck er den beste rosen den som henspeiler valg av strategi for å løse en oppgave. Skal vi trekke en konklusjon av hennes forskning som går utover skoleprestasjoner vil

det bli at vi skal holde oss unna å rose personen, og alltid ha fokus på oppgaven som skal løses. Overført til andre områder: At du har på deg pene klær, har ingen ting å gjøre med at du er et bra menneske. Men vi sier veldig ofte: Så fin du er! Kanskje vi heller skulle vært mer presise og si: ”Så tøff bukse du har på deg! Den likte jeg godt!”

I følge Juul mener han at vi må skille mellom *hvem* personen er, og *hva* han gjør når vi skal gi barnet ros. Når det gjelder kritikk er han helt konsekvent. Han mener sågar at barnet burde gå med en lapp rundt halsen hvor det står: ”Unnskyld, jeg tåler dessverre ikke kritikk”. Og under hatt et offisielt stempel: *Kritikk er ytterst helsefarlig. Helserådet* (Juul 1998:63). Nå kan man jo spørre seg om det virkelig er slik at barn ikke er mer tykkhudet? Fra sosialpsykologien kjenner vi begrepet motstandsdyktighet, eller ”reliance” (Schaffer 1999) Det finnes mange eksempler på såkalte løvetannbarn, som ser ut til å gå tilnærmet uskadet gjennom oppvekst i et dårlig miljø.

Er all kritikk negativt? Hva med såkalt konstruktiv kritikk? Det sees jo på som et gode til forbedring. Dweck viser i sin forskning at på samme måte som den personorienterte rosen, er det den personorienterte kritikken som viser seg å være uheldig på sikt. Resultatene fra forskningen viser at det beste er å gi kritikk av strategien ved oppgaveløsning. De elevene som fikk personorientert kritikk utviklet et hjelpeløsoorientert mønster og lærte seg å tvile på egne evner (Dweck 1999). Juul vil trolig være enig med Dweck i at personorientert kritikk er uheldig. Selv mener han jo at kritikk er selvfølelsens verste fiende (Juul 1996: 88).

Juuls budskap om at foreldrene skal tenke over hvordan og hvorfor de roser, er det vanskelig å utsette noe på. Bevissthet rundt hva man ønsker å oppnå kan vel sjelden være annet enn positivt? Likevel savner jeg en utdypelse av hvilke mekanismer som trer i kraft hos individet når det opplever f.eks. nederlag. Han henviser til at en person med god selvfølelse og som ikke mestrer hva han hadde satt seg fore, aksepterer at han ikke klarer oppgaven, mens en person med lav selvfølelse vil sitte igjen med en opplevelse av å være mislykket som menneske.. Her savner jeg en nyansering som viser at dette trolig vil avhenge av hvor viktig det er for individet med psykologisk sentralitet. Og ikke minst til hvordan individet attribuerer.

Juul hevder at ros utdeles som karakterer for å vise hvilken atferd omgivelsene aksepterer, og at ros misforstått gis for å vise kjærlighet. I A-magasinet 29. desember 2006, i artikkelen *15 år og tom av ros*, viser Juul til et leserinnlegg fra en 15 år gammel jente om hele tiden har fått mye skryt og ros av venner og familie. I begynnelsen syntes hun det var fantastisk å motta all den positive oppmerksomheten, men etterhvert utviklet det seg dit at hun ble avhengig av positive tilbakemeldinger. De betyr ikke det samme for henne lenger, noe hun synes er veldig trist. Hun føler seg som en slave av andres respons og har mistet den indre gleden over å danse og spille håndball, til tross for at hun er helt rå i dans og banens beste på håndballbanen. Juul svarer på hennes innlegg at dette er et eksempel på hvordan ros fører til dyp indre tomhet (ibid). Hvis vi trekker den slutningen at Juul har rett i sin påstand om at man blir avhengig av ros for å føle seg bra, kan vi da årsaksforklare menneskers higen etter stadig ros? Hva med aksjemegleren som knapt har tid til å sove og som velger alltid å være tilgjengelig for sine kunder, selv på julaften? Han sier i Dagens Næringsliv 19.05.2007: ”*Så kan jeg tenke at ingen vil huske deg for det når du dør, at du var tilgjengelig julaften. Likevel henger jeg meg opp i de kundene som sier at det jeg gjør, er rått*”. Kanskje er han avhengig av å fylle det tomme rommet Juul snakker om med stadig positiv bekreftelse, fordi han aldri ble anerkjent og sett da han var barn og derfor har dårlig selvfølelse som voksen?

Hvem skal definere hva som er ros? Barna eller voksne? I følge Juul vil barn i barnehagen nemlig oppfatte opptil 80 % av alt voksne sier som kjeft. Dette harmonerer ikke med hva de voksne selv oppfatter at de sier (Juul og Jensen 2003). Vil nødvendigvis all kjeft være en knekk mot selvfølelse? Her savner jeg utdypelse hos Juul. Videre synes jeg også at det er en svakhet at det ikke kommenteres kjønnsforskjeller når vi vet at foreldre sosialiserer barn inn i kjønnsroller (Schaffer, 1999)

Juul sier at selvfølelsen vår er dynamisk og i stadig endring. Samtidig sier han at dersom man først har fått utviklet en lav selvfølelse i barndommen kan det ta et langt liv å bearbeide den til å bli bedre. Vil en god selvfølelse være like vanskelig å bearbeide, slik at den blir robust mot ros og kritikk? Dette gir assosiasjoner til også å ta i betraktning at det er forskjeller på sårbarheten til barn. Jeg spør om det er slik at alle barns selvfølelse vil ta skade av kritikk? Det er i liten grad vært fokusert på de barna som klarer seg. Ofte blir de kalt ”Løvetann Barna” fordi de på samme

måte som Løvetannen kan presse seg gjennom asfalten og likevel blomstre under de vanskeligste forhold, ser de ut til å være motstandsdyktige mot vanskelig påvirkninger fra miljøet. Schaffer viser her til Emmy Werner (1989) som gjennom en longitudinell undersøkelse fant interessant funn. Det viste seg at til tross for like dårlig miljø var det 1/3 av barna som likevel utviklet seg godt. De fikk skolen og livet senere. Årsaken til dette, så ut til å ligge i kjønnsforskjeller. Det var en tendens til at gutter klarte seg dårligere enn jentene. Men i voksen alder viste det seg at jentene var mindre robuste mot stress, enn de tidligere var. Blant flere årsaker, så det ut til at det viktigste for å utvikle robust både lå hos barnet, som i miljøet. Temperamentsforskjeller hos barna fikk stor betydning når det gjaldt det sosiale samspillet. De ”lette” barna fikk flere positive erfaringer enn de barna som ble sett på som vanskelige (Schaffer: 375) Jeg synes det er en svakhet hos Juul at han ikke tar høyde for at det også kan være barn som er mer motstandsdyktige enn andre. Det er ikke sikkert at det er så ille som han skal ha det til, at de bør ha en lapp rundt halsen hvor det sto at de ikke tålte kritikk. Her synes jeg Juul er unyansert og vag. Jeg savner også at han tok opp kjønnsforskjeller. Det er en kjent sak at foreldre ofte gir ulike tilbakemeldinger til gutter og jenter for de samme tingene. Det er en tendens til at gutten får høre at han ikke skal gråte, mens det i større grad er akseptert at jenta har lov til å vise sin sårbarhet.

Kap 6.0 AVSLUTNING

6.1 Oppsummering og konklusjon

I denne avhandlingen har vi sett på Juul sine ideer opp imot faglitteratur på området. For å finne svar på problemstillingen om hvordan man utvikler god selvfølelse hos barn, og om ros er like skadelig som ris, gjorde tre underproblemstillinger seg gjeldende. Det er drøftet underveis i kapitlene, så jeg nøyer meg med en kortere oppsummering av om Juul kan finne støtte for sine ideer i faglitteratur og forskning. Vi startet med å se nærmere på selvet. Det finnes et enormt utvalg av litteratur om selvet, så det ble nødvendig å gjøre et utvalg. Litteraturen som er presentert har i hovedsak sin forståelsesramme fra sosialpsykologien. Det ble derfor delt opp i to tradisjoner henholdsvis en fenomenologisk - og en sosiologisk tradisjon. Etter å ha sammenlignet Juul sin definisjon med de presenterte teorier om selvet ble funnene sammenfattet i en drøftelse. Vi fant blant annet at Juul sin definisjon av selvet er såpass vid at den med litt godvilje kan passe inn under de fleste definisjoner. Vi bør kanskje heller spørre oss om definisjonen hans bør forkastes, da den er så omfattende at det vanskelig kan sies å definere noe som helst. Det er tilnærmet umulig å ta den seriøst i vitenskaplig sammenheng når Juul avslutter definisjonen av selvet med ordene: ”og alt annet som definerer oss som mennesker”. Til Juul sitt forsvar har det neppe aldri vært hans intensjon å fremstå som vitenskaplig. Han ønsker kun å dele sine erfaringer om viktigheten av at barn utvikler god selvfølelse og hvordan foreldre på best mulig måte kan gjøre det. Med bakgrunn i dette er det ikke rettferdig verken mot Juul å sammenligne han med solid forskning, eller rettferdig mot akademia å prøve å ”dytte” hans forklaringer inn i den. At hans ideer ikke er vitenskaplig fundert betyr likevel ikke at det er uten betydning og uviktig i oppdragsøymed. Juul ønsker å nå ut til foreldre med sin erfaring og hva som ansees som viktig i forbindelse med oppdragelse av barn. Og med bakgrunn i salgstall av bøkene hans, og at han stadig er å finne i ulike media er det vel neppe noen tvil om at han har lyktes med dette.

Skal vi likevel forsøke å trekke noen konklusjoner kan vi plassere Juul inn under en fenomenologisk tradisjon. Nå snakker ikke Juul om utviklingen av selvet i ordrett forstand.

Hvordan han mener at selvet utvikles kommer tydeligere frem under hans syn på hvordan selvfølelsen utvikles. Men det er på det rene at han ser på selvet som dynamisk foranderlig og i stadig forandring, en forståelse som passer godt overens med fenomenologisk tradisjon.

Videre ser vi at det er bred enighet i faglitteraturen om at signifikante andre er viktige ved utviklingen av selvet. Det der de som kommer med verdifull tilbakemelding på barnets behov. Det er ingen tvil om at foreldre vil falle inn under kategorien signifikante andre. Utviklingen av selvet i personlighetspsykologien skjer gjennom en prosess mellom voksne og barn som beskrives som en transaksjonsmodell av gjensidig påvirkning. Juul bruker ikke begrepet transaksjonsmodell, men viser gjennom eksempler at det er en påvirkning mellom voksne og barn.

Når det gjelder underproblemstillingen om hva som er forskjellen på selvfølelse og selvtillit fant vi at Juul sin måte å dele opp selvfølelse og selvtillit kan forsvares i teori på området.

Hans skille mellom *væren* og *kunnen* er det ingen grunn til å forkaste. Men vi er nødt til å konkludere med at det ikke er han som har funnet opp en ”ny psykologi” med referanse til hans E-post (se Vedlegg). Rosenberg og Bandura fremsetter uavhengig av hverandre teorier om dette på 70 tallet. Med bakgrunn i dette fristes jeg til å stille et spørsmålstegn ved at det er mulig å lede et Institutt hvor det utdannes familieterapeuter i mer enn 30 år, uten større kjennskap til teori på fagområdet. Det virker merkelig å leve så isolert i sin egen praksis tradisjon at man unngår å få meg seg kjente klassikere innen psykologien. Særlig når de kan være relevant for å sette hans egne tanker om emnet i et bredere perspektiv. Som en digresjon kan jeg nevne at jeg på hjemmesiden til Kemplers Institutt i Norge har funnet at nesten alle bøkene på litteraturlisten som skal leses under utdannelsen, er bøker skrevet av Jesper Juul. Så jeg spør meg om vi ikke kan snakke om en såkalt ny Juulsk tradisjon?

For å svare på den siste problemstillingen om hvordan god selvfølelse utvikles mener Juul at anerkjennelse er den viktigste hovedkilden. Jeg valgte derfor å fokusere på hva han legger i begrepet anerkjennelse. Under denne fremstillingen fant vi hos Juul en mer omfattende og på mange måter bedre fundert presentasjon enn hva vi tidligere hadde sett av hans definisjoner. Hans

forståelse av begrepet ligger veldig nær Løvlie Schibbye. Redegjørelsen av dette begrepet er meget grundig sammenlignet med særlig definisjonen av selvet. Og dette til tross for at det finnes enorme mengder av litteratur om hva selvet er. I boken hvor det i størst grad redegjøres for anerkjennelse har Juul med seg en medforfatter som heter Helle Jensen, så det kan være at noe av forklaringen ligger her? Boken er mer systematisk bygget opp hele veien og er nok skrevet med tanke på at det i større grad vil være fagfolk som skal lese den enn foreldre.

Når det kommer til det siste spørsmålet i problemstillingen, og som veldig mange lar seg provosere av, har vi sett på forskning fra Dweck. Det er i særlig grad mennesker med forankring i atferdspsykologien som blir provoserte av at ros er skadelig. Hva som er forskjellen mellom anerkjennelse og ros er ikke like opplagt. Å gi ros forbindes ofte med positive tilbakemeldinger, men det er uklart i faglitteraturen hva som legges i begrepet. Det er imidlertid klart at ros og anerkjennelse ikke er det samme, men det kan nok være flytende overganger. Carol S. Dweck har forsket på *hvilken type* av ros og kritikk som fungerer best for individets læreprosess på skolen, og som vi har sett kom hun frem til at ros ikke alltid er et gode. Hvorvidt Juul sin påstand om at ros er skadelig for utviklingen av selvfølelsen avhenger av hans skille mellom selvfølelse og selvtilitt. Vi kan derfor konkludere med at det som bærer hele hans ide om at ros er skadelig for utviklingen av selvfølelse baserer seg på denne definisjonen. Settes den under tvil faller argumentasjonen hans vekk. Men siden definisjonen hans er såpass enkel kan vi få den til å passe inn, til tross for de manglene den har. Vi kan derfor finne påstand som er til inntekt for Juul i Dweck sin forskning. Det er imidlertid en svakhet ved Juul sin påstand om at ros er skadelig at den ikke nyanserer motivene individet måtte ha. Det er ingen gradering av ulike former for ros eller tanker om trossystemer slik vi ser hos for eksempel Bandura.

Som en hovedkonklusjon kan vi slutte at Juul vil kunne finne støtte for sine ideer i teori og forskning innen fagområdet. Det finnes imidlertid en rekke svakheter ved Juuls ideer fordi definisjonene hans er vage og vi kan derfor da lett misforstå hva han mener.

6.2 Kritiske synspunkter

Han kaster ofte ut av seg påstander uten å ha dekning eller nærmere forklaring for hvorfor det er slik, noe som gjør at vi lett kan få inntrykk av at det han kommer med ikke er spesielt godt gjennomtenkt. Med upresise definisjoner kombinert med påstander uten forankring annet sted enn i hans egen erfaring gjør han seg lite egnet innen en vitenskapelig tradisjon. Om han har lyktes i det praktiske nedslagsfelt har jeg ingen formening om. Men Juul har en stor tilhengerskare utenfor akademia. Og her ligger det kanskje en utfordring til alle innen teori - og forskningens verden, å forsøke å gjøre innholdet av viktig kunnskap mer tilgjengelig for andre som ikke har innarbeidet fagterminologi og kjenner feltet. Skal vi tro Jesper Juul er det tydelig et marked for dette. Og kanskje det er på tide at mannen får litt konkurranse?

Etter å ha lest bøkene til Juul sitter jeg igjen med inntrykk av at han mener at dersom bare vi har god nok selvfølelse vil alt bli bra. Men hva med alle tilfelle hvor barnet ikke viser seg å fungere godt til tross for foreldrenes iherdige forsøk. Jeg synes Juul legger et stort ansvar på foreldrene. I historisk sammenheng er det ikke lenge siden at autisme ble årsaksforklart med at de hadde kjølige mødre som ikke hadde vist nok empati og at det var derfor barna deres ikke hadde denne evnen. Her var det en enorm tillitt til miljøets påvirkning på barnet, og det er godt at vi i dag har beveget oss i retning av transaksjonsmodellen. Jeg opplever at Juul sine ideer nesten kan oppfattes som noe deterministisk. Det er en enorm tillitt til at hvis vi bare tilfører barnet det som det trenger, vil alt ende godt. Ikke bare god livskvalitet for individet, men gjennom å være personlig ansvarlige blir vi samtidig sosialt ansvarlige. Filosofien vil da være at "Det som er riktig for meg, trenger ikke være riktig for deg – og slik er det". Er det virkelig mulig å gjennomføre et slikt samfunn i praksis? Er resultatet av gjennomføringen av Juuls ideer et anarkistisk samfunn? Kan hende at det geniale sklir over i det banale hvis en slik ekstremt individualistisk tankegang får slå om seg?

Hvordan samfunn ønsker vi oss? Et samfunn hvor alle gjør det som er riktig for seg selv ut i fra egne ønsker og behov? Det høres flott ut at vi kjenner verdien av hvert enkelt individ, men vil det ikke bli et egoistisk samfunn dersom alle kun tok hensyn til sine egne grenser og behov? Juul sier at et menneske med sunn selvfølelse og god integritet vil kjenne sine egne behov, og derfor

kunne formidle disse til sine omgivelser. Å bli bevisst hvem man selv er gjennom å kjenne hvor egne grenser går er en forutsetning for at et menneske skal bli hva Juul kaller personlig ansvarlig. Jeg spør meg om det er automatikk i at et menneske med god integritet, og som derfor er god på sitt personlige ansvar samtidig blir sosialt ansvarlig?

Det blir for omfattende å gå inn på dette i denne avhandlingen, så vi får nøye oss med å stille spørsmålsteget ved om det virkelig er slik at personlig ansvarlighet samtidig medfører sosial ansvarlighet? Det er naturlig å spørre om ikke det er nødvendig å problematisere hvilke verdier som skal ligge til grunn i samfunnet. Er det hensynet til individet eller flertallet av den gruppen individet tilhører som skal vektlegges?

Slik jeg forstår Juul er det nødvendig med et tilnærmet homogent samfunn, hvor ingen føler seg truet av andre, dersom hans filosofi skal være gjennomførbart i sin ytterste konsekvens. Han har et meget liberalt syn på hvordan man skal drive barneoppdragelse. Han avslutter for eksempel artikkelen i A-magasinet 10.11 2006 med å si ”Jeg vet dette provoserer mange voksne – enten fordi de selv roser for harde livet eller fordi de har et grunnleggende annerledes syn på barn enn det jeg gir uttrykk for”. Her fremgår det at han har et spesielt syn på barnet, uten at det defineres nærmere. Det blir opp til oss ”å tolke dette ut i fra hans litteratur. Til slutt avslutter han med å si.” Om det oppleves meningsfullt, la deg inspirere – og forkast det, dersom du finner det tåpelig” (ibid). Vi ser her at Juul lever ut tanken om at det som er riktig for meg, trenger ikke å være riktig for deg. Hvor blir det da av debatten? Trenger vi ikke debatt dersom vi har forskjellig syn på barnet, eller ulikt menneskesyn?

Det er etter mitt syn behov for bedre begrepsavklaringer. Forskningen vi har sett på i denne avhandlingen er i hovedsak basert på motivasjon til å mestre i skolesammenheng. Jeg savner mer forskning om betydningen av å ha lav eller høy selvfølelse også på andre områder. Hvordan gir det seg utslag senere i livet? Juul nevner for eksempel at selvfølelsen er av betydning for alle senere relasjoner. Dette vil gi seg mange interessante områder å forske på. Et forslag kan for eksempel være å se på om det er noen sammenheng mellom lav selvfølelse og skilsmisse. I vårt samfunn er det i større grad vanlig med nye familiekonstellasjoner, hvor vi finner familier med både dine, mine og våre barn. Det hadde også vært interessant å se dette i historisk sammenheng. Har menneskene lavere selvfølelse nå enn tidligere? Slik jeg forstår Juul får jeg inntrykk av at

han mener det sto verre til med selvfølelsen til barn da barna var offer for hva han kaller en lydighets kultur. Hans målsetning er jo at vi nå skal oppdra ansvarlige barn. Men ansvarlige i forhold til hva? Til seg selv? Er det utelukkende godt med et samfunn fullt av individualister?

Det åpner seg mange spørsmål. For å finne svar, bør det forskes mer.

Tvil er en nødvendig forutsetning for kunnskap.

Paul Tillich

Litteratur liste

A-magasinet, livet i familien, 3.11.2006, s 58-59. *Er det galt å rose barn?(Del 1 av 2)*

A-magasinet, livet i familien, 10.11.2006, s 58-59. *Er det galt å rose barn? (Del 2 av 2)*

A-magasinet, livet i familien, 29.12.2006, s. 58-59. *15 år og tom av ros.*

Bae, Berit og Jan Erik Waastad, 1992. *"Erkjennelse og Anerkjennelse"*. Oslo: Universitetsforlaget.

Bandura, Albert, 1977. *Social Learning Theory*. Englewood Cliffs, N.J.: Prentice-Hall.

Bandura, Albert, 1997. *Self-efficacy. The exercise of Control*. New York: W. H. Freeman and Company.

Bracken, Bruce A. 1996. *Handbook of Self-Concept: Developmental, Social, and Clinical Considerations*. New York: John Wiley & Sons., Inc.

Branden, N. 1994. *Six pillars of self-esteem*. New York: Bantam books.

Briggs, Dorothy C. 1995. *Barnets selvtillit. Hvordan bygge opp barnets selvfølelse og respekt*. Oversatt av Otto Ropstad. Oslo: H. Aschehough & Co.

Burns, R.B. 1979. *The Self Concept: Theory, measurement, development and behavior*. London: Longman.

Caplex, 2007. *Integritet*. <http://www.caplex.no/Web/ArticleView.aspx?id=9316167> (Lesedato: 5.5.2007)

Combs, A.W. & Snygg, D. 1959 *Individual behavior*. New York: Harper & Row.

Cunningham, H. 2000. *Barn og barndom fra middelalder til moderne tid*. Det utdanningsvitenskaplige bibliotek. Gyldendal Norsk forlag.

Dagens Næringsliv, 19.05.2007. *Den som sover synder*.

Dweck, Carol S. 1999. *Self-Theories. Their Role in Motivation, Personality, and Development*. Columbia University: Psychology Press, Taylor & Francis Group

Elliot, Anthony, 2001. *Concepts of the self*. Cambridge: Polity Press.

Foreldrehjelpen – oppdragelse som virker. <http://www.foreldrehjelpen.no/index.php?id=2916>
(lesedato 07.05.2007)

Gelso, Charles and Bruce Fretz, 1992. *Counseling Psychology*. Forth Worth: Harcourt College Publishers.

Grøholt, B., H. Sommerschild og I. Garløv, 2001. *Lærebok i barnepsykiatri*. Oslo: Universitetsforlaget..

Honneth, Axel 2006. *Kamp om anerkendelse*. København: Hans Reitzelz Forlag.

Honneth; Axel 2003. *Behovet for anerkendelse. En tekstsamling*. København: Hans Reitzels Forlag.

James, William. 1890. *The principle of Psychology*. American science series. Advanced course. New York: Henry Holt & Company.

James, William. 1968. The Self. Gordon, C. & Gergen, K. J. (Red.): *The self in social interaction: Classic and Contemporary perspectives* (Volume 1). : New York: John Wiley & Sons.

Juul, Jesper. 1998. *Her er jeg! Hvem er du? – om nærvær, respekt og grenser mellom voksne og barn*. Oversatt av Johan Eide. Pedagogisk Forum.

Juul, Jesper, 1996. *Ditt kompetente barn*. Oversatt av Lisbeth Lyngaas. Pedagogisk Forum.

Juul, Jesper. 2005. *Livet i familien. De viktigste verdiene i samliv og barneoppdragelse*. Oversatt av Arne Solli. Pedagogisk Forum.

Juul, Jesper og Helle Jensen, 2003. *Fra lydighet til ansvarlighet - pedagogisk relasjonskompetanse*. Oversatt av Arne Solli. Pedagogisk Forum

Kaplan, H. B. 1980. *Deviant behavior in defense of self*. New York: Academic Press.

Launes, Egil og Knut Halvdan Svendsen, 2006. *Er det galt å rose barn? Kommentar til Jesper Juul*. <http://www.foreldrehjelpen.no/index.php?a=2222&p=2815&pr=> (Lesedato 07.05.2006)

Mead, G. H. 1934. *Mind Self and Society: From the Standpoint of a Social Behaviourist*. The University of Chicago.

Nygård, Roald, 1993. *Aktør eller brikke? – om menneskers selvforståelse*. Ad Notam Gyldendal.

Ordnnett; Kunnskapsforlagets blå språk- og ordboktjeneste, 2007. *Dialektikk*. <http://ordnett.no/ordbok.html?search=dialektikk&publications=23> (Lesedato: 16.01.2007)

Pervin, L. A. 1996 *The Science of personality*. New York: John Wiley & Sons.

Pervin, L. A. and John O.P. 2001. *Personality: Theory and Research*, (8th edition) New York: John Wiley & Sons, Inc.

Rand, Per, 1995. *Mestringsmotivasjon*. Oslo: Universitetsforlaget.

Rogers, C.R. 1951. *Client-centered therapy. Its Current Practice, Implications and Theory*. Boston: Houghton Mifflin.

Rosenberg, 2007. [URL:http://www.bsos.umd.edu/socy/grad/socpsy_rosenberg.html](http://www.bsos.umd.edu/socy/grad/socpsy_rosenberg.html) (Lesedato 16.05.2007)

Rosenberg, M. 1979. *Conceiving the self*. New York: Basic Books, Inc., Publishers.

Schaffer, Rudolph H. 1999. *Social Development*. Oxford: Blackwell Publishers Ltd.

Schibbye, Anne-Lise Løvlie, 2002 *Dialektisk relasjonsforståelse i psykoterapi med individ, par og familie*. Oslo: Universitetsforlaget.

Skaalvik, E. M. og Skaalvik, S. 1996. *Selvopfatning, motivasjon og læringsmiljø*. TANO.

Smith og Ulvund, 1999. *Spedbarnsalderen*. Oslo: Universitetsforlaget.

Stern, Daniel N 2003 "*Spedbarnets interpersonlige verden*" Oslo: Gyldendal Norske Forlag

Strandkleiv, Odd Ivar, 2005. *Selvfølelse og selvtillit*.
<http://www.elevsiden.no/psykiskhelse/1107989138> (Lesedato 7.5.2007)

Svendsen, Knut Halvdan. *Ros, ros, ros*.
http://www.barnetmitt.com/barnetmitt/innhold/aktuelle_artikler/ros_ros_ros (Lesedato: 07.05.2007)

Tesser, A., R.B. Felson and J.M. Suls 2000. *Psychological Perspectives on Self and Identity*. Washington, DC : American Psychological Association.

Tetzchner, S. von, 2001. *Utviklingspsykologi: Barne- og ungdomsalderen*. Oslo:Gyldendal Akademisk.

Tranøy, Knut Erik 1986. *Vitenskapen- samfunnsmakt og livsform*. Oslo:Universitetsforlaget.

Wikipedia, 2007. *Moral*, <http://no.wikipedia.org/wiki/Moral> (Lesedato: 3.2.2007).

Wikipedia, 2007. *Populisme*. <http://nn.wikipedia.org/wiki/Populisme> (Lesedato: 29.04.2007)

Wikipedia, 2007. *Normativ* (<http://da.wikipedia.org/wiki/Normativ>) (Lesedato: 26.04.2007)

Vedlegg 1; Mail fra Jesper Juul

I startfasen av denne avhandlingen sendte jeg Jesper Juul en mail, hvor jeg spurte hvilken faglig bakgrunn og teori han bygger sine påstander på.

Svaret fra Juul kan sees i mailen under:

Subject: jesper juul
From: Jesper Juul <jesper@kempler.dk>
Date: Thu, 12 May 2005 08:39:43 +0200
To: malbret@broadpark.no

hei Mette,

Tak for din interesse og din mail!

Jeg har ofte fået dette spørsmål og hver gang er det like vanskelig at svare. Sannheten er den, at jeg har læst veldig lite teori siden jeg blev ferdig med mine to uddannelser - som lærer og Idéhistorie (eller som det helt korrekt hedder : De europæiske ideers historie) for mere end 30 år siden. Min hjerne fungerer meget dårligt i det akademiske gear - både når det handler om at læse og at skrive. Jeg tror den første der stillede mig et lignende spørsmål var en psykolog fra Århus Universitet, som holdt på med at skrive magisterkonferens tilbage i 1995 - lige etter at Dit kompetente barn var kommet ut. Han gjorde mig oppmerksom på Daniel Stern, som jeg ikke kennte til og på samme måte blev jeg gjort oppmerksom på Anne-Lise Løvlie Schibbye nogle år senere.

Jeg kommer fra en terapeutisk tradition, som vel i utgangspunktet hadde en bred humanistisk baggrund og så en metodisk i Gestaltterapien, men vi har aldrig jobbet med et teoretisk utgangspunkt. Jeg fik ganske hurtigt fornemmelsen av, at der både var behov for en "ny" psykologi og valgte derfor at lære og begrepssette denne etterhvert som mine terapeutiske erfaringer blev flere og flere. Første gang jeg introducerede adskillelsen af begreberne selvfølelse og selvtillid var vel ca. 10 år før Dit kompetente barn udkom i Danmark og siden har mange spurt etter kilderne. Svaret er, a jeg ikke har noget. Denne adskillelse av to fænomener opstod av klinisk nødvendighet og en erkjennelse av, at den amerikanske litteratur var helt uklar på området. Men mest fordi mange klienter dengang klagede over "lav selvtillid" selv om det faktisk var et helt annet problem de hadde. Jeg har i årenes løb fået en del tilbakemeldinger fra foldder som du jobber mere akademisk og de mener samstemmende at denne adskillelse med tilhørende definitioner er mit originale verk. Om dette er sant skal jeg ikke kunne sige.

Jeg kommer tilOslo senere i denne måned og hvis vi kunne møtes til en snak ville det kanskje være nyttigt for dig?

mvh

Jesper Juul (i Zagreb)