



Johanna Levälahti

Om biografiskt arbete som  
individuell process och som  
synsätt inom socialt arbete



Om biografiskt arbete som individuell  
process och som synsätt inom socialt arbete

Johanna Levälähti: Om biografiskt arbete som individuell process och som synsätt inom socialt arbete

FSKC Rapport 7/2008

Ab Det finlandssvenska kompetenscentret inom det sociala området

Helsingfors 2008

ISBN 978-952-5588-25-5 (PDF)

# Innehåll

|          |  |           |
|----------|--|-----------|
| 1        | Bakgrund och inledning   | <u>5</u>  |
| 2        | Om berättelser   | <u>7</u>  |
| 3        | Om förändringsprocessen från aktivt alkoholmissbruk till nykterhet | <u>10</u> |
| 3.1      | Sociala nätverk och socialt stöd i förändringsprocessen            | <u>10</u> |
| 3.2      | En livsberättelse  | <u>13</u> |
| 3.3      | Biografiskt arbete i förändringsprocessen                          | <u>15</u> |
| 3.4      | Reflektioner   | <u>19</u> |
| 4        | Om biografiskt arbete som perspektiv inom socialvården             | <u>22</u> |
| 4.1      | Att identifiera och förebygga biografiskt lidande ("trajectories") | <u>24</u> |
| 4.2      | Biografiska glasögon i klientarbetet                               | <u>27</u> |
| 5        | Slutreflektioner   | <u>30</u> |
|          | Litteratur   | <u>32</u> |
| Tabell 1 | Socialt stöd under förändringsprocessen                            | <u>12</u> |



# 1

## Bakgrund och inledning

Den här rapporten utgår från mitt arbete som forskarsocialarbetare vid Mathilda Wrede-institutet och FSKompetenscentret under ett år (2004-2005). Den narrativa intervjustudie som gjordes för pro gradu-avhandlingen "Egen vilja och andras hjälp."<sup>1</sup> utgör det empiriska materialet i rapporten. Vidare baserar sig rapporten på forskning kring narrativ och biografiska metoder i socialt arbete. EU-projektet Leonardo INVITE har också gett impulser till rapporten.

I arbetet som forskarsocialarbetare kom betydelsen av sociala nätverk och socialt stöd i förändringsprocesser tydligt fram. Biografiskt arbete i förändringsprocessen har belysts bland annat genom intervjupersonernas berättelser om sin förändring från alkoholmissbruk till nykterhet och genom en stödgrupp för kvinnor med alkoholproblem, som jag ledde våren 2005.

Syftet med rapporten är att synliggöra biografiskt arbete som en inre process och som ett synsätt inom socialt arbete. Jag hoppas också kunna väcka tankar kring hur biografier och berättelser kan användas inom det sociala arbetet.

Biografiskt arbete kan utgöras av klientens individuella förändringsarbete i rehabiliteringsprocesser. Biografiskt arbete kan även utgöra ett professionellt synsätt som innebär att socialarbetaren tar på sig "biografiska glasögon". Det senare diskuteras utifrån tidigare forskning och en fokusgruppintervju, som gjordes med professionella som möter missbrukare i sitt dagliga arbete. Rapporten tar därmed upp biografiskt arbete ur två perspektiv:

1. Utgående från ovan nämnda intervjuundersökning behandlas individens biografiska arbete som en del av rehabiliterings- och förändringsprocessen. Citat som åskådliggör individens egna biografiska arbete är hämtade från min pro gradu-avhandling.
2. Biografiskt arbete ses som ett synsätt inom socialt arbete, vilket innebär att socialarbetaren ser på klientens situation utifrån individens unika berättelse och biografi.

I kapitel två kommer jag kort att utifrån tidigare forskning lyfta fram narrativ som fenomen. Hur konstrueras berättelser? Vad påverkar berättelsen och berättaren?

---

<sup>1</sup> Hela pro gradu-avhandlingen finns tillgänglig på internet: <http://www.fskc.fi>. En artikel som baseras på undersökningen har publicerats i Nordisk alkohol- och narkotikatidskrift Vol. 24, 2007 (1), <http://nat.stakes.fi>

Kapitel tre är ett exempel på hur individen gör biografiskt arbete i olika förändringsprocesser. Exempelen kommer från förändringsprocesser där individen blivit fri från alkoholmissbruk. Jag nämner kort också något om förändringsprocessens övriga beståndsdelar. I det fjärde kapitlet diskuteras biografiskt arbete som ett synsätt inom socialt arbete. Kapitlet ger inga färdiga svar, utan vill väcka tankar kring ett biografiskt synsätt i socialt arbete.



## 2 Om berättelser

*"dörrklockan ringde och en lång stilig man och en flicka var med, jag förstod genast att det inte var polare ... men jag bjöd in dem, jag var helt borta. Det har säkert blivit något missförstånd, jag känner ingen av ... men pojken tittade mig i ögonen och sa, hör du, du är min pappa. Jag sprang upp och kramade om honom, det hade alltså hänt då jag var gift, att jag visste att jag hade en son men jag hade aldrig sett honom ... och till all lycka så kom han inte två år tidigare (då Göran var alkoholiserad / JL)" Göran, 444*

Alla har vi säkert erfarenhet av att livet på olika sätt hinner ikapp oss. Sådant som hänt för många år sedan gör sig påmint och vi måste på sätt eller annat ta ställning till det som hänt. Tidigare livshändelser kan göra sig påminda genom oförutsedda händelser, men också genom vardagens tristess och obearbetade erfarenheter. Den egna biografien blir aktuell också i samband med olika högtidsdagar, då man reflekterar över livet och framtiden. Berättelserna påminner om vardagliga situationer och kännetecknas av att minnen, tolkningar och den berättade berättelsen vävs samman. I muntliga berättelser eller narrativ kan olika händelseförlopp bli oavslutade eller så kan berättaren vika in på sidospår.

Faktorer som påverkar berättelsen

Berättelser producerar subjektiv information om erfarenheter och perioder i berättarens liv. Livsberättelserna inkluderar människors glädje och sorg, önskningar och strävanden och säger också något om hur berättaren ser på sig själv i förhållande till andra. (Bardy & Känkänen 2005, 204.) En del livshändelser och erfarenheter kan vara svåra eller omöjliga att klä i ord. Berättaren kan till exempel uttrycka sina känslor genom att gråta, men inte klara av att uttrycka känslan i ord (Nousiainen 2004, 32).

Olika faktorer påverkar berättelsen. Åtminstone tid, plats, fysiska, psykiska och kognitiva omständigheter, graden av växelverkan, åhöraren samt berättarens motiv påverkar hur berättelsen utformas. Hur berättaren tolkar olika händelser och vilken betydelse berättaren ger dessa hör samman med berättelsens natur. En berättelse är inte fullständig och berättaren kan välja vad han eller hon återger. Därmed ger berättaren en bild av sig själv som också visar något av hans eller hennes identitet. Berättelsen visar på de delar av identiteten som individen väljer att synliggöra. (Nousiainen 2004, 32, 36.)

Livsberättelserna konstrueras på olika sätt, bland annat uttryckssätt och socialt sammanhang varierar. Varje livshistoria är en version fylld med påståenden,

värderingar och gestaltningar. Dessa kan bytas ut eller ändras med tiden och inför en annan publik. Berättelserna ser också olika ut beroende på vilken av berättarens egenskaper (man, kvinna, tjänsteman, f.d. missbrukare etc.) åhöraren är intresserad av (Ehn 1992, 210–211).

En berättelse innehåller flera tidsperspektiv. Det förflutna, nuet och framtiden är samtidigt närvarande. Detta framkommer både i själva berättelsen och i situationen då berättelsen berättas. Det förgångna berättas ur nuets perspektiv med hjälp av de tolkningar som gjorts över tid. Framtiden ses med utgångspunkt i det förflutna och nuet. (Nousiainen 2004, 33; Hänninen & Koski-Jännes 2002b, 158.) Berättelsen gör det förgångna förståeligt. Samtidigt påverkar berättelsen framtiden och bidrar till att forma individens handlingar. Vidare bidrar berättelsen till att organisera erfarenheter. Detta görs bland annat genom tolkning av händelser och skapande av orsakssamband mellan dessa. Narrativ reorientering innebär kognitiva insikter och omvärderingar av livet. (Hänninen & Koski-Jännes 2002a.) Åhöraren måste kunna respektera berättarens sätt att konstruera mening och även analysera hur interaktionen bidrar till berättelsen. (Riessman 1994, 69.)

#### Aspekter på att tolka berättelser

Det har gjorts studier där utgångspunkten varit ett antagande om att livsberättelser ger en direkt bild av individens erfarenheter. Individens subjektiva erfarenhet har använts för att studera sociala förändringar, levnadsförhållanden och levnadssätt. Studierna sätter därmed likhetstecken mellan berättelsen och det levda livet. (Tigerstedt 1990, 100.)

Livsberättelsen kan också ses som en spegling av det verkliga livet. Då fästs uppmärksamheten vid hur individen väljer att uttrycka sig och sin identitet eller hur individen skapar mening. (Tigerstedt 1990, 100.) Berättelsen är då inte en direkt spegling av informantens liv utan innehåller tolkningar baserade på informantens livserfarenheter (Nousiainen 2004, 32).

Ytterligare ett synsätt för Peter Öberg (1999 i Johansson 2005, 223–224) fram i sin avhandling "Livet som berättelse. Om biografi och åldrande". Öberg använder begreppet "retrospektiv reflektion". Då blir förhållnings sättet till berättelser ett mellanting mellan ett realistiskt synsätt (att se berättelsen som hur det verkligen var) och ett konstruktionistiskt synsätt (att betrakta berättelsen endast som en konstruktion utan verklighetsförankring).

Catherine Riessman (2001, 81) poängterar att narrativ inte talar för sig själva utan kräver tolkning och analys. Narrativ är bundna till en viss situation som inkluderar någon typ av interaktion. Berättarens narration kan ge ljus åt vissa aspekter av berättarens identitet, medan andra aspekter förblir dolda. Vilma Hänninen (2002, 30)

menar att narrativ också belyser inre processer. Dessa är inte synliga för åhöraren. Hänninen (2002, 19–23) ser den inre berättelsen (fi: sisäinen tarina) som en mental process som hjälper individen att skapa mening och förståelse för sitt liv och sin situation. Då den inre berättelsen skapas, tar individen intryck av olika kulturella narrativ som finns i hans eller hennes omgivning. Den inre berättelsen kan enligt Hänninen ha tre dimensioner:

1. ursprungliga, oreflekterade narrativ
2. reflekterande narrativ, vilka behövs då rutinmässigt skapande av mening eller betydelse inte fungerar
3. metareflekterande narrativ, vilket innebär att man bearbetar sin inre berättelse som en berättelse skild från verkligheten.

Den inre berättelsen påverkar individens handlande och livsval, vilket Hänninen kallar för "drama". Oförväntade resultat av livshändelser leder till omskapande av den inre berättelsen. Hela processen sker i ett historiskt sammanhang, d.v.s. den skapas och formas av kulturella och materiella förhållanden.

## 3

# Om förändringsprocessen från aktivt alkoholmissbruk till nykterhet

Den svenske alkohol- och drogforskaren Jan Blomqvist (1999, 2002) skiljer mellan förändrings- och vidmakthållandefaktorer i förändringsprocessen från missbruk till nykterhet. Följande skeden krävs dock ofta för att återhämtning från missbruk skall ske (Blomqvist 1998, 57):

- Missbrukaren förändrar sin attityd till missbruk och en missbrukande livsstil
- Missbrukaren omorganiserar sitt missbruksbeteende och vanor som associeras med missbruket
- Individens åstadkommer någon form av förändringar i sina sociala relationer
- Individens tillgodogör sig nya (eller tidigare övergivna) sätt att leva

Det verkar som om olika livshändelser, kognitiva processer, sociala nätverk och existentiella frågor samverkar i förändringsprocessen från alkoholmissbruk till nykterhet (Levälahti 2005, Levälahti 2007). I den undersökning som gjordes för min pro gradu-avhandling "Egen vilja och andras hjälp" fokuserade jag på sociala nätverks betydelse under olika skeden av förändringsprocessen. Det var intressant men också komplicerat, eftersom sociala nätverk inte är åtskilda från livshändelser, existentiella och/eller kognitiva processer utan snarare sammanflätade med dessa. Speciellt vid vändpunkten för missbruket verkade intervjupersonernas berättelser vara knutna till konsekvenserna av missbruket och aktuella livshändelser. Dessutom utgjorde olika inre processer en tolkningsram för intervjupersonerna. Man kan fråga sig varför just vissa händelser eller interaktioner är viktiga för tillnyktringen, medan andra verkar sakna betydelse. Koski-Jännes (1998) menar att det inte är händelserna i sig, utan den betydelse eller tolkning som individen ger händelsen eller interaktionen, som påverkar förändringsprocessen.

### 3.1 Sociala nätverk och socialt stöd i förändringsprocessen

I den empiriska undersökningen intervjuades elva f.d. alkoholmissbrukare. Intervjuerna bestod av en narrativ del och av tematiska frågor kring sociala nätverk. Jag ville höra informanternas egna berättelser om förändringsprocessen. I berättelserna belystes vad informanterna upplevt som viktigt för återhämtningsprocessen och vilka personer som varit signifikanta för förändringsprocessen från alkoholmissbruk till nykterhet.

## Sociala nätverk

Sociala nätverk kan studeras utifrån dess olika egenskaper. Strukturella egenskaper är nätverkets struktur, täthet och olika sektorer medan interaktionella egenskaper utgörs av relationernas varaktighet och frekvens, graden av intimitet och ömsesidighet samt vad man gör tillsammans. Nätverk kan också studeras utifrån deras funktion. (Skårner 2001, 7–8.) Nätverksforskningen kan ha en kollektiv nivå, där sociala relationer inom olika grupperingar studeras, men också en personcentrerad nivå. Personcentrerade nätverk utgör individens relationer till de personer som sammantaget utgör hans eller hennes sociala värld. Det personliga nätverket kan delas in i familj, vänner, professionella etc. och innebär att alla aktörer inte nödvändigtvis känner eller känner till varandra. (Ibid., 12–13; Hessle 1991, 187; Forsberg & Wallmark 1998, 10, 14–15; Miell & Croghan 2002, 269.)

I undersökningen definierades sociala nätverk som informella, kontextbundna och formella. Informella nätverk innebär familj, släkt och vänner etc., medan formella nätverk utgörs av professionella och myndigheter. Kontextbundna nätverk syftar till de relationer som uppkommer och förekommer i ett visst sammanhang. Därmed utgick jag från att individen har flera olika nätverk som existerar parallellt och som kan vara omedvetna om varandra. I analysen utgick jag från att de personer som intervjupersonerna nämnde hade någon betydelse (positiv eller negativ) för deras återhämtningsprocess. Detta eftersom informanterna fokuserade sin berättelse på återhämtningsprocessen från sitt missbruk. För analysen indelades informanternas livsberättelser i tre skeden: aktivt missbruk, vändpunkt och vidmakthållande av lösningen.

Sociala nätverk är inte statiska, utan både relationerna och nätverkets struktur förändras över tid. Avgörande för styrkan i de sociala banden är kommunikationen mellan aktörerna. Individen både formas av och formar sitt sociala nätverk. Det sociala nätverket påverkar också individens identitet och hur han eller hon väljer att handla. (Skårner 2001, 17–25.)

## Socialt stöd

Socialt stöd har tidigare definierats utifrån fyra dimensioner: emotionellt, instrumentellt, informativt och bekräftande (Hinson Langford et al 1997, 95–97; House & Kahn 1985 i Hutchinson 1999, 1521). Emotionellt stöd kan innebära att bry sig om: empati, kärlek, tillit och känslomässigt bistånd. Instrumentellt stöd tar konkreta uttryck i föremål, tjänster eller annan hjälp. Informativt stöd innebär råd och information i stressade livssituationer. Bekräftande innebär också information men fokuserar på självkänslan, snarare än på problemlösning, samt bekräftar handlingar och påståenden. (Hinson Langford et al 1997, 95–97.)

Jag valde att definiera socialt stöd som emotionellt, instrumentellt, informativt och existentiellt stöd. I den empiriska delen hörde bekräftande samman med emotionellt stöd och de båda stödformerna flätades samman och var svåra att skilja åt, därför inkluderas bekräftande i "emotionellt stöd". Instrumentellt stöd innebär förutom praktisk eller materiell hjälp även fysisk och medicinsk vård. I några intervjuer var existentiella och andliga frågor centrala och gav upphov till ytterligare en typ av stöd: existentiellt stöd.

I tabellen nedan har jag utgående från olika stödformer definierat vad som verkade vara viktigt i förändringsprocessen från aktivt missbruk till nykterhet. Resultaten visar att olika nätverk samverkar och att olika stödformer får betydelse för individen i olika skeden av förändringsprocessen. De sociala nätverkens roll varierar och någon typ av sociala nätverk kan dominera i enskilda livsberättelser. Ser man till undersökningsmaterialet som helhet, går det inte att negligera betydelsen av informella, kontextbundna eller formella nätverk.

Tabell 1 Socialt stöd under förändringsprocessen

|                                      | <b>Emotionellt stöd</b>  | <b>Instrumentellt stöd</b>  | <b>Informativt stöd</b>   | <b>Existentiellt stöd</b>  |
|--------------------------------------|--|---|---|--|
| <b>Det sociala stödets innehåll</b>  | - tillgång till relationer<br>- hur man upplever sig bli bemött<br>- reaktioner på drickandet<br>- att få uppmuntran eller kritik. | - praktisk hjälp<br><br>- ekonomisk hjälp - fysisk vård   | - allmän information<br>- råd i en specifik situation<br><br>- konstaterande av missbruk.   | - ansvar / rädsla för förluster<br>- bön, undervisning och förebilder<br><br>- att få kraft<br><br>- att ha ett sammanhang                 |
| <b>Nätverk som producerar stödet</b> | Informella, kontext-bundna och formella nätverk  | Informella, kontextbundna och formella nätverk  | Informella, kontextbundna och formella nätverk  | Främst informella och kontextbundna nätverk  |
| <b>Faser där stödet förekommer</b>   | - Emotionellt stöd är viktigt under alla skeden av förändringsprocessen  | - Informella nätverks roll som givare av instrumentellt stöd verkar öka under vidmakthållandet av nykterheten | - Under det aktiva missbruket ger formella och kontextbundna nätverk mest allmän information medan informella nätverk konstaterar eller påpekar dryckesbeteendet. | - Andligt stöd förekommer mest under vidmakthållandet av nykterheten medan moraliska aspekter förekommer mest under det aktiva missbruket. |

|               |  |   |   |   |
|---------------|--|---|---|---|
|               | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Informella nätverks betydelse verkar öka under vidmakthållandefasen</li> <li>- Mera positivt emotionellt stöd förekommer under vändpunkten och vidmakthållandefasen än under det aktiva missbruket</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Formella nätverk var mera centrala under det aktiva missbruket och vändpunkten</li> </ul>  | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Under vidmakthållandefasen är råd i specifika situationer en centralt</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Kan vara avgörande för vändpunkten i samband med en omvändelseupplevelse.</li> </ul> |
| <b>Övrigt</b> | <p>Tillgång till relationer och hur positivt man upplever sig bli bemött verkade vara de mest centrala formerna av emotionellt stöd.</p> <p>Den typ av stöd som förekommer mest under förändringsprocessen</p>   | <p>Tillfredsställande av vissa grund-behov (mat, kläder, någonstans att bo) verkar vara nödvändigt för att individen skall kunna ta emot andra former av socialt stöd</p> <p>Olika typer av instrumentellt stöd behövdes under olika faser av förändringsprocessen.</p> | <p>Viktigt med aktuell och saklig information.</p> <p>Avsaknad av information kan också innebära avsaknad av stöd.</p>    | <p>Kan utgöra en väsentlig del av förändringsprocessen.</p>   |

Utifrån den empiriska undersökningen kan man något förenklat säga att sociala nätverks roll är att vara tillgängliga och givare av olika typer av socialt stöd. Sociala nätverk och socialt stöd kan utgöra sociala resurser som underlättar förändringsprocessen, ifall individen kan ta till sig nätverkens resurser. Huruvida individen kan tillgodogöra sig sina sociala resurser beror på hur situationen tolkas och i vilket skede av förändringsprocessen individen befinner sig. Sociala nätverk kan sägas ha betydelse både som motiverande- och som vidmakthållandefaktor. Sociala nätverk utgör också en del av individens biografi och kan bidra med stöd i individens biografiska arbete under förändringsprocessen.

### 3.2 En livsberättelse

Innan jag går in på biografiskt arbete i förändringsprocessen vill jag poängtera att återhämtningsprocessen från missbruk utgör en växelverkan mellan olika faktorer. Livshändelser, sociala relationer, inre processer och andliga erfarenheter är också centrala med tanke på biografiskt arbete. De olika faktorerna bidrar till att forma

individens biografi och hans/hennes tolkning av situationen. Individens biografi påverkas också av den kultur som han/hon lever i.

Jag vill med en livsberättelse ge ett exempel på hur återhämtningsprocessen från missbruk kan ta sig uttryck. För att bevara intervjupersonernas anonymitet har jag skapat en fiktiv berättelse utgående från företeelser i informanternas narrativ. I berättelsen har jag markerat det SOCIALA NÄTVERKET med stora bokstäver, livshändelserna med fet stil, de kognitiva processerna med kursiv stil. Existentiella dimensioner har jag markerat med understreckningar.

#### Villes livsberättelse

Jag hade en bra barndom och uppväxt. Under tonåren började jag smaka alkohol i samband med att jag började gå på danser. Jag var blyg och alkoholen gjorde att det var lättare att få KONTAKT MED FLICKORNA. Jag använde alkohol på samma sätt som alla andra ungdomar, ofta gällde det att dra huvudet fullt. Jag var ganska ung då jag GIFTE MIG med en som jag senare märkte att hade alkoholproblem. Vårt äktenskap var hemskt. Sprit, lögn och osäkerhet präglade vårt förhållande. Jag har TVÅ BARN från det äktenskapet. I 5 år klarade jag av det helvetet och sökte sedan skilsmässa. I själva verket avskydde jag vid det laget alkohol och drack själv bara nu och då. Jag förstod att jag måste sköta ARBETET, ekonomin och barnen.

Efter att jag blivit ensam började jag använda samma knep som min ex-fru för att lindra ångest, jag började dricka. Jag mådde dåligt och funderade också på att ta mitt liv. Efter en tid kom en NY KVINNA in i bilden och vi flyttade ihop. Till en början drack jag bara på veckosluten. Utåt var kulisserna fina. Vi hade bil, egen lägenhet och arbete men fritiden gick mer och mer till att dricka. Jag blev ISOLERAD och så småningom också alkoholiserad. Mitt drickande påverkade arbetet och jag måste söka VÅRD upprepade gånger för att få behålla jobbet. Jag lärde mig inte min läxa och MISTE SLUTLIGEN JOBBET. Jag tyckte inte heller att jag fick ut något av de påtvingade besöken på A-KLINIKEN. Efter en tid märkte jag att min kropp inte klarade av mitt drickande längre. Jag mådde också psykiskt dåligt. För att få något annat att göra började jag med olika hobbyer på kvällarna. Jag var ändå inte beredd att avstå helt från alkoholen. Efter en tid fick jag återfall och var tvungen att söka mig till AVBRYTNINGSVÅRD.

En tid senare var jag på resa med några VÄNNER och gav mig själv tillstånd att dricka under resan. Det blev ingen rolig resa. Under resan var jag ständigt full och också otrogen. Jag drack som om jag inte sett sprit förr. Efter den resan förstod jag att nu är det dags att söka hjälp. Jag tog kontakt med en AA-GRUPP och jag var verkligen lättad efter det första gruppmötet. Jag upplevde ingen fördömelse av gruppen och fick också kontakt med några STÖDPERSONER. Så småningom insåg jag att jag måste tänka över mitt liv och kom efter en tid att fatta radikala beslut som



påverkade både min drickande... min SAMBO och mig själv. Jag SEPARERADE FRÅN MIN SAMBO och flyttade till en annan del av kommunen.

Det är nu några år sedan jag blev nykter. Min nuvarande PARTNER har inga alkoholproblem. Jag bad till Gud att ge mig en fru som inte har alkoholproblem och den önskan blev uppfylld. Idag har jag ett NYTT JOBB och har också fått NYA VÄNNER via både arbetet och AA. Jag har inga alkoholproblem, så länge jag kommer ihåg att sköta om mig själv.

Villes liv kan grovt indelas i olika skeden. Hans barndom och ungdom kan ses som tiden innan missbruket. Även om Ville i ungdomen började smaka på alkohol utgjorde rusmedlet inget problem för honom. Så småningom gick Villes alkoholkonsumtion över i storkonsumtion och aktivt missbruk. Det aktiva missbruket sträckte sig över en längre period som inkluderar olika livshändelser som är centrala och påverkar Villes biografi. Så småningom kom Villes vändpunkt. Han insåg att han behövde en förändring, då den fysiska och psykiska hälsan försämrades. Efter att ha supit bort en resa och varit otrogen sökte Ville hjälp. Villes vändpunkt utgjorde därmed också en process över tid. Vidmakthållandet av nykterheten inkluderade både nya relationer, ny sysselsättning, ny omgivning och en ny livsberättelse.

### 3.3 Biografiskt arbete i förändringsprocessen

För att kunna behandla individuellt biografiskt arbete i förändringsprocessen från aktivt alkoholmissbruk till nykterhet behövs en definition av biografiskt arbete. Jag återger här i korthet Fritz Schützes (2007, 6-7) definition av biografiskt arbete, väl medveten om att många aspekter av utrymmesskäl lämnas obehandlade. Schütze har definierat biografiskt arbete enligt följande:

- Att se sig själv som en betydelsefull person som kan utvecklas.
- Att förstå betydelsen av att fokusera på sin individuella utveckling
- Att upptäcka dynamiken i den individuella utvecklingen
- Att berätta sin livshistoria för att upptäcka företeelser som påverkar livet
- Att lära sig hantera sin biografiska kunskap själv för att gynna den egna utvecklingen.

Biografiskt arbete görs genom biografisk hågkomst, reflektion och alternativa tolkningar av vad som styr det egna livet. Biografiskt arbete innebär också insikt om tidigare missuppfattningar om sig själv och om hinder för den egna utvecklingen. Det biografiska arbetet resulterar i beslut och konkreta steg. Dessa växer fram ur tidigare erfarenheter och kognitiv omorientering. Biografiskt arbete inkluderar också utvärdering av om stegen stöder den positiva individuella utvecklingen.

Konversation med sig själv och signifikanta andra utgör ett viktigt instrument i processen. Individens kapacitet till biografiskt arbete hänger långt samman med hans/hennes tidigare livshistoria och inlärningsmekanismer. (Ibid.)

Biografiska processer består av individens livserfarenheter som kommer av eller tolkas genom social interaktion. Erfarenheterna påverkar attityder och formar relationer med andra, grupper, sociala världar och med individen själv. Erfarenheterna inkluderar livsfaser, sammanhang och relationer med andra. Genom olika händelser förändras identiteten, vilket kräver omprövningar och omtolkningar av situationen. (Riemann & Schütze 1991, 338–339.)

Det verkar som om det biografiska arbetet i förändringsprocessen i huvudsak utgörs av 1) att upptäcka att man kan förändras och utvecklas och 2) att man har tid och möjlighet att fokusera på den individuella utvecklingen. Till processen hör även 3) att upptäcka den individuella biografiska arbetets dynamik.

Terapeuten Erik Ewalds (1989, 21) menar att människan behöver få insikt om att hon är ett subjekt. Hon behöver inse sitt eget värde och att hon som människa har frihet att välja, och att hon behöver utnyttja denna frihet. Livsberättelser kan hjälpa individen att se sig själv som ett aktivt subjekt, att förstå nuläget samt att förstå sitt sätt att reagera och handla. Genom att lära sig hantera sin biografiska kunskap kan individen också forma nya framtidsmöjligheter.

#### Missbrukstiden

Innan missbruket och under det aktiva missbruket verkar graden av biografiskt arbete vara rätt liten i informanternas berättelser. Livshändelser som kom att prägla livet inträffade, men informanterna verkade inte desto mera reflektera över sin biografi.

*"... det där ramla jag då över hustrun här, och det blev en lite flygande start på det här, för det första hade jag då för länge sen ren gett upp tanken på att bilda familj och ... att det var nog ett himmelens stort, stor omställning i mitt liv" Håkan, 471*

Under det aktiva missbruket förekom det också att man flydde från sitt ansvar och möjligheten till biografiskt arbete genom att istället ta till flaskan.

*"jag tog inte så allvarligt på det där och knappast gör nu någon annan det heller, supande, utan vi tala nu om hur man slutar och höll på år efter år ... men så var det ju för mig också ... så det där att, för var gång jag kom ut då ungefär från a-kliniken så for jag ju till Alko då och då ska man belöna sig då och så, så är det där igen" Håkan, 474*

En informant berättade att han nog funderat över sitt drickande och dess konsekvenser för honom en längre tid. Först då hans biografiska arbete bekräftades av en annan person klarade han av att omvandla det till handling och bestämma sig

för att sluta dricka. Informanten var medveten om att hans beslut innebar en ny livsstil.

*"Jag hade väl kommit till det där, att varför skall jag dricka ... att ... inte hitta jag något nöje i det, eller någonting ... men det kom lite väggen emot, läkaren sa att det sku vara bättre om jag slutar ... och då man slutar också så ska man ändra om helt och hållet, livssätt" Anders, 517-518*

#### Vändpunkt och vidmakthållande

Biografiskt arbete verkar ha haft större betydelse vid vändpunkten och vidmakthållandet av nykterheten än vad dess betydelse var före och under missbrukstiden. Under vändpunkten var det ofta någon uppskärmande eller skrämmande händelse som gjorde att informanterna började fundera över sitt liv och sina framtidsmöjligheter. Livshändelserna utgjordes bl.a. av otrohet, olyckor och arbetslöshet.

*"Rädslan var en av dom stora orsakerna, jag är säker på att det var rädslan. För jag liksom såg framför mig, nu gick det, med nöd och näppe, men jag vet att sku jag ... i fyllan köra någon lemlästad, ta livet av nån, eller skada nån liksom för fortsättningen av livet, så det sku jag nog aldrig klara. Jag är för mjuk ... och det där liksom sa åt mig att nå, nu gick det ännu, men nästa gång är det kanske inte ... att vi måste få en ändring" Linus 234-235*

Vändpunkten kunde också bestå av att informanterna upptäckte hurudan deras situation verkligen var. Då informanterna kunde kartlägga sitt utgångsläge blev även frågor kring hur de kommit till den här krisartade punkten, och hur de skulle komma vidare, aktuella.

*" ... så sa hon att jag var alkoholist ... det var första gången nån vågade säga ... och det här var som om man skulle ha fått med yxan i huvudet, för ingen hade sagt det under 20 år" Roger, 552-553*

Vändpunkten kunde också inkludera reflektioner över vad som var värt att offra för ett fortsatt missbruk. En informant berättade hur han en gång medvetet valt missbruket framom familjen. I ett biografiskt perspektiv kan man konstatera att informanten indirekt flera gånger valde drickandet framom familjen och andra ansvarsområden, genom att drickandet fortgått och det övriga försumrats. Då informanten nu fick en andra chans att medvetet välja familjen insåg han att familjen inte var värd att än en gång offras på alkoholens altare.

*"... men sen då när jag vakna andra gången och såg familjen, då börja, då faktiskt hade jag tankar på att nå, nog måste jag kanske, jag var ändå ganska klar i knoppen på något vis, att nu måste jag kanske göra något åt mitt, mitt det här beroende av alkoholen ..." Klas, 403*

Då informanterna väl börjat reflektera över sina liv och sin framtid kunde det biografiska arbetet göras på olika sätt. En informant berättade om hur han såg sig själv stå framför ett vägskäl.

*"och ganska underligt så såg jag ... som en sån där liknelse, att jag var på väg upp, det var en lång sluttning, och när jag kom upp på krönet så var där två portar. Jag hade varit där tidigare, där på det där samma krönet, en gick till vänster, en till höger ... jag visste att genom den där ena hade jag nog gått otaliga gånger... jag hade varit dit på den där högra sidan nå, om vi nu säger att det var den nyktra sidan, jag hade varit dit nån gång och kika, men jag for aldrig bakom hörnet ... där var inte något intressant, jag kom tillbaka ... jag for in i den där andra ... men nu bestämde jag mig för att jag skall gå, jag skall gå lite längre, jag skall gå bakom hörnet." Linus 234-235*

Efter sitt beslut att gå genom den nyktra porten fick informanten hjälp att hålla fast vid sitt beslut både av missbrukarvården och andra människor i sin omgivning. Ändå menade informanten att han har gjort största delen av sitt biografiska arbete i ensamhet, då han efter en vårdperiod gick igenom och tänkte över olika delar av sitt liv.

Biografiskt arbete kunde också göras i samband med olika vårdformer. Sannolikt innebär Anonyma Alkoholisters arbetssätt ett biografiskt arbete för gruppmedlemmarna. Den egna livsberättelsen berättas gång på gång och att höra andras livsberättelser kan också ge en referensram för att tolka och förstå det egna livet.

*"... så lyssna jag (i AA-grupperna/JL) på vad de andra sa, alltid var det något guldkorn jag fick, och jag berättar min historia, det är jätte viktigt" Lena, 20*

En informant berättade om hur han under institutionsbehandlingen blev tvungen att göra biografiskt arbete. Citatet nedan visar att informantens biografiska arbete utgjorde en process över tid. Processen inkluderade terapi, egna funderingar och att både lyssna på och diskutera med andra. Under processens gång upptäckte informanten hur tomt hans liv egentligen var och att han, om han lämnade bort alkoholen, skulle vara tvungen att skapa ett nytt livsinnehåll.

*"att man fundera nog på, genom sitt liv, när man inte hade något annat att göra, man satt i terapi från morgon till, till ganska sena kvällar och, och diskutera och hörde på andras diskussioner och, och det, sakta mak så, så tog det skruv faktiskt på mig det där också, att jag ... jag börja tänka på livet på, på ett lite annat sätt och sakta mak, minska de här, minska de här tankarna, och att det finns kanske något annat än alkohol, men, men vad ... skall jag göra om jag skulle sluta dricka, jag har ju inte något..." Klas, 410*

Den biografiska processen kom också i den här informantens fall att inkludera de anhörigas berättelser och erfarenheter av hans missbruk. Efteråt beskrev informanten konfrontationen med de anhörigas berättelser som nödvändig. Det

hjälpte honom att kunna se sitt missbruk ur ett annat perspektiv och gav också familjerelationerna en ny chans.

*"... jag tänkte att inte kan ju mina barn säga någonting om mig ... nog fick jag höra vad jag var värd, och det var jag ju glad för, allting stämde, det var ju inte någonting som de ljög utan, men jag hade ju inte tänkt på det viset jag inte ... det var faktiskt bra och så, man fick som tömt det där på en gång då, alla de här bekymrena eller som ... det lämna inte något att tänka på" Klas, 411–412*

Biografiskt arbete kunde också göras tillsammans med aktörer i individens informella nätverk. En informant berättade om hur han regelbundet träffade en vän och gick igenom sitt liv. Ofta upprepade han sig men upplevde ändå att vännen lyssnade. Slutligen märkte informanten att han tömt sig på sitt förflutna och kunde börja se framåt och planera för framtiden.

### 3.4 Reflektioner

Det verkar som om det i förändringsarbete behöver finnas en medveten arena för biografiskt arbete, oberoende av om det biografiska arbetet görs i ensamhet eller tillsammans med andra. En informant konstaterade att han fick möjlighet till eftertanke i och med att han inte hade några drickande vänner som kom och lockade honom till fortsatt drickande.

*"jag hade ju på det sättet också att, att jag, jag blev ju inte i en gängbildning, därför hade jag kanske lämpligare, jag fick ju nog riktigt så där i min egen ensamhet gå igenom mitt liv ... det kom inga kompisar med klirrande flaskor" Linus, 258*

För att ett medvetet biografiskt arbete skall vara möjligt verkar det vara nödvändigt att individen har sina grundbehov (mat, kläder och bostad) tryggade. Detta kom fram både i intervjuundersökningen med f.d. alkoholmissbrukare och i en fokusgruppintervju med tre socialarbetare.

*Socialarbetare B: "just dom här praktiska sakerna, jag menar att det måste ju finnas vissa såna här grundförutsättningar för att, om man skall ha en chans att lyckas med det här, just att du har en bostad, du har någonstans och vara, du har liksom nån sorts utkomst och att de här ramarna liksom finns att, det är ganska eländigt nog liksom när människor far och det kanske bara är frågan om någon kort avbrytning, men i alla fall, varit på vård någonstans, kommer tillbaks och har ingenstans liksom att ta vägen, utan man slänger dem på gatan så att, jag menar chansen att klara sig därifrån så det är nog, det är nog lika med noll"*

Tidigare hänvisades till Vilma Hänninens (2002) begrepp ursprungliga narrativ, reflekterande narrativ och metareflekterande narrativ. Det biografiska arbete som

görs i en förändringsprocess från missbruk till nykterhet kan utgöra reflekterande narrativ eller metareflekterande narrativ. Under förändringsprocessen verkar det biografiska arbetet bli medvetet från att ha varit ofreflekterat och rutinmässigt. Schütze (2007) poängterar den egna aktivitetens och det biografiska arbetets betydelse för rehabiliteringen.

Förutom att det biografiska arbetet blev medvetet i förändringsprocessen, inkluderade det även frågor kring den egna identiteten. Under missbruket hade informanterna förlorat sin självbild och sitt självförtroende. Informanterna lyfte också fram att den biografiska processen inkluderade stödpersoner som fanns till hands för dem.

*”och jag måste ju nog säga att dessa stödpersoner är ju... jag var ju helt hopplöst vilse ... man måste bygga upp sitt självförtroende också ... man har inget självförtroende ... man litar egentligen inte på någon annan heller, och man är osäker med sig själv och liksom det att man klarar sig, men då när man sen märker ... det här med att folk, just dessa som jag talar om som stödpersoner ... liksom stöttat en, att du inte skall ramla ...” Niklas, 161*

*”och det ger en otrolig känsla av liksom till bygga upp sitt självförtroende, det att märka att nån, som bryr sig om, det är mycket det.” Niklas, 169*

Kirsi Nousiainen (2004) betonar betydelsen av frågor kring den egna identiteten. Individens identitet skapas bl.a. genom erfarenheter, tolkningar av händelser och social interaktion och hänger därmed samman med individens livshistoria och -berättelse. Narrativ utgör medvetna försök att skapa kontinuitet och sammanhang i individuella erfarenheter. Narrativ kan variera beroende på sammanhang eller förväntad feedback. Anja Koski-Jännes (1998, 186–187) menar också att frågor som berör individens identitet och grundvärderingar är centrala i förändringsprocessen från missbruk till nykterhet. Dessa frågor skulle behöva få mera utrymme inom vården. Ju mera omfattande individens beroendeproblematik är, desto viktigare är identitetsfrågorna för läkningsprocessen.

Den nya självbilden, som en del av biografiskt arbete, behöver också bekräftelse från individens omgivning. I den empiriska undersökningen kunde bekräftelsen bestå i att informanterna blev bemötta med ny respekt.

*”för mig var det nog liksom familjen och sambon, det var ju det allra viktigaste, och det där, det märker jag ju nog efteråt, så jag har aldrig haft så bra förhållande med mina barn under nån tid av livet ... de tar mig på ett helt annat sätt som jag aldrig har märkt förut” Klas, 418*

Biografiskt arbete kunde också göras i samband med att informanterna hjälpte andra som hade missbruksproblem. En informant berättade om hur han genom att möta andra var tvungen att bearbeta sitt eget liv. De han hjälpte upplevde honom också som trovärdig, eftersom han hjälpte utifrån sin egen erfarenhet.

*"idag går det bra och inte egentligen, det har gått bra ända sen, ända sen vi börja med dagcentret, för att, det har varit väldigt helande också att få vara med i verksamheten här, tycker jag ... för man hamnar ju att möta sina egna, sina egna smärtor egentligen varenda dag ... det här är jätte bra, nog, att man vågar möta dem ... att det är nog helande i det långa loppet ... men ibland är det verkligen smärtsamt ... men att samtidigt så tror jag att man behöver göra det, för att verkligheten är sån här." Roger, 572*

Citatet ovan belyser också att biografiskt arbete utgör en smärtsam process där individen tvingas konfrontera det förflutna. Den egna biografien inkluderar misslyckanden, misstag och personliga konkurser likaväl som glädjeämnen. Informanterna lyfte även fram vikten av att ärligt våga möta verkligheten som nykter, och våga börja leva utifrån den.

En del av den biografiska processen innebar att förstå att saker och ting måste få ta tid. Om missbruket pågått under en längre tid behövdes det också tid för att reda upp tillvaron.

*"det är viktigt för mig, viktigast att ha tålmod, så, under många år har man låtit saker och ting vara oskötta, inte kan allt ändra på en gång" Göran, 462*

Att professionella inom socialvården är medvetna om att förändringsprocessen behöver få ta tid, kom tydligt fram i fokusgruppintervjun. Förståelse för förändringsprocessen och det biografiska arbete den inkluderar, leder till att professionella på olika sätt (emotionellt, instrumentellt, informativt och existentiellt) kan stöda förändringsprocessen. Avsaknaden av brådska sågs ofta som ett steg i rätt riktning i förändringsprocessen.

Sammanfattningsvis kan man konstatera att biografiskt arbete innebär att möta och bearbeta sitt förflutna för att kunna leva nu, utvecklas som unik individ och planera för framtiden. Biografiska processer utgör en del av rehabiliteringen från aktivt alkoholmissbruk till nykterhet, och är sannolikt också en väsentlig del av andra rehabiliterings- och förändringsprocesser. Biografiskt arbete kan göras i ensamhet eller tillsammans med andra. Biografiskt arbete tar tid och utgör en process, som berör frågor kring den egna identiteten och olika sätt att tolka / förstå sig själv och sin situation.

## 4

# Om biografiskt arbete som perspektiv inom socialvården

Biografiskt arbete utgör en del av individens förändringsprocess och är centralt för individens utveckling. Hur kan man då tillämpa ett biografiskt synsätt inom socialt arbete? Vad innebär det i praktiken att ha ett biografiskt synsätt? Hur kan man stöda individen i hans eller hennes biografiska processer? Tidigare händelser, erfarenheter, tolkningar, känslor och omständigheter har påverkat individen och resulterat i den livssituation han/hon befinner sig i. Samtidigt har man som socialarbetare också erfarenheter av samma klient eller av andra klienter, och en uppfattning om hurudant stöd som kan bli till hjälp.

Då man som socialarbetare träffar en ny klient vill man veta någonting om personen för att få en bakgrund till hans/hennes situation. Det hjälper en att förstå problematiken och att bistå honom/henne. Hur mycket bakgrundsinformation man behöver beror på ens arbetsuppgift och i vilken roll man träffar klienten. I och med att man frågar efter bakgrundsinformation får man också del av fragment ur individens biografi. Socialarbetare A arbetade en tid med bostadslösa och beskriver vilken typ av bakgrundsinformation som då upplevdes som väsentlig.

*Socialarbetare A: "... då är man intresserad speciellt, främst av boendehistorian, hur dom har bott, av dom här boendeformerna dom har haft, så via det så kom det ju historia, eller jag försökte liksom få nån uppfattning om de kommer att klara sig eller inte, eller om det var för stora utmaningar att sköta sig själv och ... via det så kom det kanske en del, kom man ju förstås en del in på det att när dom har flytta och hur dom har flytta och bott, hur dom har bott i Finland geografiskt, varifrån dom har flyttat och när och vad dom har arbeta med och förstås sånt också, och vilka förhållanden en del, förstås när dom är bostadslösa, så barn och familj det har liksom lämnat bakom ... men att inte annars, på det viset att jag skulle ha koncentrerat mig på att göra nån biografi, så inte har jag känt på det viset"*

Trots att socialarbetare A säger att fokus inte ligger på att göra en systematisk biografi är han/hon ändå intresserad av klientens livslopp och erfarenheter i förhållande till olika boendeformer. En del av individens biografi är intressant och väsentlig för att socialarbetare A skall kunna planera vidare tillsammans med klienten.

Då klienter träffar socialarbetare är det vanligt att de ger bakgrunden till sitt problem genom en berättelse. Trots att socialarbetaren inte specifikt frågar efter



individens livsberättelse i klientmötet är individens biografi närvarande genom tidigare upplevelser och individens situation. Berättelsen klienten berättar kan utgöras av en monolog eller dialog. Vanligast är att klienten själv berättar sin berättelse. Ibland formar socialarbetaren klientens narrativ med minimalt deltagande från klienten. Narrativ som skapas i dialog mellan socialarbetare och klient leder i motsats till monologer oftare till att en lösning på problemet hittas. (Cedersund 1999, 72–76.) Bengt Carlsson (2003) är inne på samma linje i sin undersökning om hjälpprocesser i socialt arbete. Ömsesidighet och samsyn utmärker processer som förmedlat mest hjälp. Möjlighet att omförhandla villkoren för samarbetet upplevs positivt. Ett dialogiskt förhållningssätt är mera främjande för hjälpprocessen än ett monologiskt förhållningssätt. Carlsson konstaterar att "hjälp skapas ... i aktörernas interaktion, i den process som utspelar sig dem emellan". (Ibid., 193–194.)

Beroende på klientens situation och vilken typ av arbetsuppgifter man har som socialarbetare, behöver man olika mycket biografisk bakgrundsinformation. Frågan är sedan vad man gör av informationen och hur man i samarbete med klienten skall bearbeta biografien. I vissa fall behövs kanske inte något annat än biografisk information, medan det i andra fall kan finnas behov av att bearbeta olika saker. Ifall det finns behov av att gå in i en medvetet biografiskt arbete gäller det också att definiera vilken socialarbetarens roll kan vara och att bedöma om det behövs stöd av en terapeut.

För att skilja socialt arbete från terapeutiskt arbete kan det vara viktigt att hålla Schützes (2007) definition av biografiskt arbete i minnet, d.v.s. att socialt arbete utifrån ett biografiskt synsätt strävar till att klienten skall upptäcka att han eller hon kan förändras och utvecklas, samt att skapa en arena för och stöda individens egna biografiska arbete.

Att låta klienten beskriva omständigheterna för hjälpbehovet är viktigt för att han/hon skall uppleva sig själv som en tillförlitlig person (Cedersund 1999, 72–76). Carlsson (2003, 191–192) menar att klienter som upplever sig ha en värdig position är mera positiva till att fortsätta klientrelationen. Klienter som upplever sig ha en ovärdig position försöker skydda sig, dra sig undan, undvika eller blockera kontakten med socialvården. Klienter uppskattar ett bemötande som innebär att de blir sedda och respekterade, men också demokratiska inslag i arbetet, där de har insyn i och inflytande över arbetsprocessen (ibid., 195).

Ett sätt att ge klienten en värdig position och att skapa ett gott samarbete är att ge klienten utrymme att berätta sin berättelse.

*Socialarbetare B: "... och fast det kanske är bara också frågan om utkomststöd och såhär, att ändå lite, liksom veta, nånting om den där människan, men att sen är ju människor*

*hemskt olika också, att en del berättar ju, och också helt nya, alltså det kommer ju bara allting, allting om dens historia, men så här personligen så tycker jag nog om att jobba på det viset att man vet ganska mycket om människan, försöker få en sån här helhetsbild"*

Genom klientens berättelse kan socialarbetaren skapa sig en bild av klientens situation. I arbetet med att hjälpa en person att förverkliga sitt liv eller att klara av sin vardag, då dennes förmåga att bemästra sitt liv är försvagad, är det troligen nödvändigt att beakta personens egen livshistoria. Frågan är hur detta kan göras på ett meningsfullt sätt, som är habiliterande, som hjälper klienten att komma vidare, och som fungerar inom ramarna för de egna arbetsuppgifterna.

#### 4.1 Att identifiera och förebygga biografiskt lidande ("trajectories"<sup>2</sup>)

Ett biografiskt synsätt kräver förståelse för individens helhetsituation. Habiliterande processer tar tid och kräver individens egen aktivitet för att han/hon skall få insikt och kraft att lösa de aktuella problemen. Ofta är individens problem sammankopplade med biografiska problem och att ignorera detta innebär att klienten kan bli biografiskt och socialt paralyserad. (Schütze 2007.)

Riemann & Schütze (1991, 337–338, 352) utgår från att lidande är ett biografiskt fenomen, eftersom det påverkar individens identitet men också individens släktingar och vänner. Detta inverkar i sin tur på interaktionen, kommunikationen och arbetsprocesserna mellan den som lider och personer i hans eller hennes omgivning. "Trajectory of suffering" kan definieras som oordning, störningar och lidande i sociala processer. Dessa fenomen utgörs av händelseförlopp som individen inte kan undvika utan att det medför höga 'kostnader'. Individen upplever att förväntningar inte uppfylls samt en ökande känsla av att inte kunna kontrollera sina livsomständigheter. Individen känner sig driven av yttre krafter som han eller hon inte förstår eller kan hantera. Detta innebär förutsättningar för "trajectories", vilket innebär att individen kommer till en punkt där han eller hon inte längre handlar målmedvetet utan endast reagerar på det som händer.

"Trajectories" upplevs ofta som chockartade och individen upplever att något har intagit hans eller hennes liv. Intrånget har fått långtgående konsekvenser. Individen förstår inte vad detta "något" är, vad som hänt och måste nu ompröva sin livssituation. Enligt Riemann & Schütze (1991, 351–352) finns tre huvudsakliga strategier att hantera "trajectories":

- Individen försöker förklara lidandets mekanismer och orsaker. Lidandet kan normaliseras, dramatiseras eller förklaras genom att analysera det som skett.

---

<sup>2</sup> Direkt översatt till svenska skulle begreppet "trajectory" översättas med "kulbana".

- Individens ser sig själv som ett offer för ett orättvist öde. Varför har detta hänt? Frågeställningarna kan leda till ett accepterande eller förnekande av det som skett.
- Individens grubblar över hur det som skett har påverkat livet och skeendets biografiska mening. Den egna biografien omprövas. Omvärderingen kan bidra till att individen skapar ett biografiskt handlingschema eller till att individens livsmod grusas.

Efter omprövningen väljer individen hur han eller hon skall hantera situationen. Han eller hon kan fly från problemet. I och med att identiteten har påverkats av lidandet är sannolikheten stor för att individen tar "trajectory"-dynamiken med sig. Vidare kan individen välja att systematiskt organisera livet och lära sig leva med det som intagit hans/hennes liv. På detta sätt kan påverkan reduceras och individen kan påbörja nya biografiska handlingscheman, som inte tematiskt fokuserar på lidandet. Individen kan också, i situationer där det är möjligt, jobba på att eliminera de faktorer som skapar kaos i hans/hennes vardag, genom att omorganisera hela livssituationen. Detta innebär att arbeta biografiskt med sin egen utveckling.

Att känna igen och förebygga risken för "trajectory" genom att hjälpa individen att omorganisera sin livssituation, är en viktig del av socialt arbete. Professionella och biografiskt inriktade vårdare är ofta ytterst viktiga i denna process. (Riemann & Schütze 1991, 352.) Svårigheten med att analysera biografiska processer är att många av elementen i processerna består av psykiska, "inre händelser" som inte kan observeras direkt, men ofta nog indirekt genom biografiska berättelser. Dessa kan berättas i narrativa intervjuer eller kartläggas i olika typer av biografiska dokument. (Ibid., 339.)

Villes livsberättelse får här fungera som ett exempel på hur "trajectories" kan fungera och i efterhand analyseras. Detta är ett sätt att använda biografiska glasögon.

#### Analys av Villes livsberättelse

Ville börjar sin berättelse med att han hade en bra barndom och uppväxt. Därefter går han över till att berätta att han i tonåren började dricka alkohol i samband med danser för att få kontakt med det andra könet. Ur ett biografiskt perspektiv kan det vara nyttigt att ifrågasätta det självklara. I Villes berättelse kan man undra vad han menar med att han hade en bra barndom och uppväxt. Vad innebar en bra barndom och uppväxt för honom? Vilka personer fanns med? Hur fungerade relationerna till olika aktörer? Det biografiska perspektivet kännetecknas av nyfikenhet och visar klienten att man verkligen är intresserad av hans eller hennes livsberättelse.

Det att Ville konstaterar att barndomen var bra kan ha inneburit att den gav honom redskap för livet. Villes svar kan också innebära att det är en period i livet som han,

av någon anledning, inte vill prata om. Oberoende av om barndomen gav informanten positiva resurser eller nedbrytande erfarenheter kan det vara av betydelse att identifiera vad Ville menar med en bra barndom.

Villes liv fortgick. Han berättar att han gifte sig och fick barn. Så småningom märkte han att hans fru hade alkoholproblem och att det märkbart påverkade hans äktenskap. Ville översvämmades av oväntade händelser, som han upplevde sig maktlös inför. Äktenskapet blev kaotiskt och präglades av sprit, lögn och osäkerhet. Ville visste att missbruket var en orsak till hans kaotiska vardag, men visste inte hur han skulle bemöta missbruket. Det kan även ha funnits andra, för Ville odefinierade, faktorer som påverkade hans och familjens problem. Ville försökte komma ifrån problemen inom familjen genom att skilja sig. I Villes berättelse framgår att arbetet, ekonomin och barnen utgjorde sociala resurser som stabiliserade hans liv under den tid han var gift.

Skilsmässan kan ha utgjort ett försök att undvika den kaotiska vardag som blivit Villes liv. I efterhand kan man även reflektera över hur Ville skulle ha gjort för att få redskap att möta sin kaotiska situation. Vilka professionella kunde ha varit till hjälp? Var kunde Ville ha fått hjälp och stöd? På vilket sätt upplevde Ville att arbetet, ekonomin och barnen stabiliserade hans liv? Detta kan vara viktigt för att inför framtiden identifiera positiva resurser i Villes liv.

Efter skilsmässan var Ville ändå fortfarande förvirrad, mårde dåligt och visste inte hur han skulle kunna hantera sin ångest. Livet gick dock vidare och Ville blev sambo med en ny kvinna. Potentialen för biografiskt lidande fanns dock kvar, eftersom Ville upplevde sig maktlös och drogs med i olika livsskeden, utan att veta hur han skulle hantera dem. Snart ökade problemen, trots en fin fasad utåt. Eftersom Ville inte såg någon annan väg ur sitt vardagskaos började han dricka, vilket i sig ökade potentialen för ett kaotiskt vardagsliv. Ville isolerade sig själv och hans drickande påverkade också hans arbete och arbetsprestation. Ville upptäckte att hans drickande påverkade hälsan och fritiden, men han förmådde inte fokusera på vad som var fel och inte heller minska sitt drickande. Ville blev mer och mer handlingsförlamad och avskild från omvärlden.

I sin livsberättelse beskriver Ville olika livshändelser som påverkade hans drickande. Bakom livshändelserna förekom dock inre processer, där Ville gång på gång kapitulerade för flaskan. Att Ville i ett skede inte förmådde eller ville göra något åt sitt drickande visar hur hans identitet förändrats. I ett tidigare skede i intervjun berättade Ville att han avskydde alkohol.

Under missbruket präglades vardagslivet av oordning och kaos. Ville klarade inte av att bryta med missbruket, oordningen i vardagslivet fortgick och kulminerade så småningom, då Ville slutligen insåg att något måste göras. Efter en tid sökte Ville

hjälp och kunde med hjälp av en AA-grupp och stödpersoner bearbeta sitt liv. Han upptäckte att han hade möjlighet att förändras och att han även hade arenor och sammanhang där han kunde få hjälp i sin process. Utifrån det biografiska arbete han gjorde separerade han från sin sambo och fattade beslut som stärkte hans nya identitet och livsval. Villes livsberättelse avslutas med att han inte längre har problem med missbruk, så länge han kommer ihåg att sköta om sig själv, d.v.s. minns sin biografi, vem han var och vem han är nu.

Liksom Riemann & Schütze (1991) poängterar, kom det biografiska kaoset inte plötsligt utan byggdes upp under en längre tid. Ville var inte medveten om riskerna för biografiskt lidande och kunde därför inte förebygga dem. Inte heller någon i hans omgivning verkade notera eller reagera på risken för biografiskt lidande. Under det första äktenskapet var Ville ännu en aktiv aktör som försökte skapa balans i vardagen (sköta arbetet, ekonomin och barnen). Ju längre kaoset fortgick desto mera passiv blev Ville i förhållande till sitt eget liv. Under missbruksperioden förstärkte olika problem i Villes liv varandra och Ville försökte delvis lösa problemen med irrationella metoder.

Olika livshändelser bidrar till att Ville börjar fundera över sitt liv och sin situation, vad som har påverkat livsförloppet och dess biografiska mening. Han hittar rum och vilja för att förändra sin situation genom AA och en terapeut. Så småningom omvärderar han sitt liv och skapar ett biografiskt handlingschema som så småningom leder till förändring.

## 4.2 Biografiska glasögon i klientarbetet

Tidigare konstaterades att en av socialvårdens uppgifter är att känna igen och försöka förhindra och förebygga att potentialen för "trajectory" förstärks, men också att sträva till att eliminera riskerna för "trajectory". Detta kan bara göras i samarbete med klienten, varför det är viktigt att klienten upplever sig ha en "värdig position" (Carlsson 2003). Utifrån tidigare refererade pro gradu-undersökning (Levälahti 2005) kan man också se att det inte endast är socialvårdens roll att förhindra "trajectory". Även övriga sociala nätverk har betydelse för hur biografiskt lidande utvecklas och hur en lösning kan hittas. Här fokuserar jag dock på de professionella nätverkens roll.

Jag har inga färdiga svar för hur "trajectory" kan förhindras i klienters liv men kommer att reflektera något över hur biografiskt arbete kan beaktas i klientarbetet. Nyttan med en analys av klientens biografi kan vara att identifiera risken för "trajectory". Vad i klientens situation hotar att kulminera i kaos? Har riskerna för kumulativt kaos ökat över tid? Hur kan man tillsammans förebygga, förhindra eller minska biografiskt lidande? Nyttan med biografisk analys kan även vara att förstå

det som har hänt. Genom att se tillbaka på en viss situation eller på livsförloppet kan klienten få ökad förståelse för nuet. Biografiska analyser kan också ge klienten redskap och förmåga att bemästra sitt liv och sin vardag. Genom att reflektera biografiskt kan klienten förstå sina egna rutinartade handlingsmönster och skapa alternativa handlingsscheman.

Social- och/eller missbrukarvården kommer ofta inte in i bilden förrän individen själv tar kontakt. Detta kan innebära att social- och hälsovårdspersonalen kan ha svårt att förebygga biografiskt lidande helt och hållet. Istället har man möjlighet att minimera effekterna av individens kumulativa kaos.

I Villes livsberättelse framgick att missbruket fortskred och väsentligt påverkade hans vardag, innan han tog kontakt med missbrukarvården. Det framgick dock inte huruvida han i övrigt var i kontakt med hälso- eller socialvården. Informanterna i pro gradu-undersökningen hade genomgående haft kontakter med social- eller hälsovården, där möjligheter till tidigare insatser skulle ha funnits. Undersökningen visade att den allmänna social- och hälsovården verkade ha svårt att reagera på informanternas missbruk, även om undantag förekom. Detta kommenterades också i fokusgruppintervjun. I diskussionen framgick att missbrukaren ofta försöker dölja sitt missbruk och att det kan väcka reaktioner hos klienten eller patienten om man lyfter fram alkoholfrågor.

Ville tog kontakt med missbrukarvården först efter att hans arbetsgivare uppmanat honom att söka vård. Här skulle det åtminstone ha funnits möjlighet till biografiskt arbete och att göra Villes inre status synlig. I Villes livsberättelse framgick inte hurdan vård han fick eller om någon typ av biografiskt arbete gjordes. Hur hade alkoholen fått ett sådant inflytande i hans liv att han nu riskerade att mista arbetet om han inte kunde hantera sitt alkoholbruk? I Villes fall kunde biografiskt arbete också ha inneburit att identifiera riskerna för "trajectory". I livsberättelsen framgick, förutom missbruket, flera händelser som sannolikt ökade hans känsla av kaos (risken för att mista arbetet, den fysiska och psykiska hälsan etc.) De olika livshändelserna ledde till ytterligare missbruk, medan också missbruket i sig påverkade livshändelserna.

Med ett biografiskt perspektiv i arbetet kan socialarbetaren få insikt i klientens livshistoria, vilket kan öka förståelsen för klientens sätt att se på sin situation, vilket i sin tur kan vara en central förutsättning för dennes biografiska arbete. Vidare kan individens berättelse studeras biografiskt för att hjälpa honom/henne att omintetgöra marginaliserande tendenser. Detta kan vara viktigt, eftersom klienten kanske har tillintetgjorts av sårande och förödmjukande erfarenheter och ett biografiskt synsätt behövs för att komma till rätta med dessa erfarenheter. Ett biografiskt perspektiv fyller också en funktion i och med att det kan öka både

individens och socialarbetarens förståelse för den aktuella situationen och ge individen insikter i sina egna biografiska begränsningar och resurser. Genom ett biografiskt synsätt kan socialarbetaren också ge individen och hans/hennes erfarenheter värde. (Schütze 2006.)

I fokusgruppintervjun menade socialarbetarna att en hållbar förändring inte är möjlig förrän individen själv är motiverad, vilket aktualiserar frågan hur man kan motivera klienter till förändring. Det förekommer olika tekniker med vilka man kan föra motiverande samtal och intervjuer. Utan att desto mera behandla motiverande samtal, vill jag ändå väcka frågan om inte också ett biografiskt perspektiv kan vara motiverande för klienten. Att se vad som format ens liv och vilka framtidsmöjligheter man har, utgående från sin unika biografi och personlighet, kan sannolikt ge klienten nya perspektiv på sin livssituation.

Utmaningen för socialarbetare ligger i att anpassa det biografiska synsättet till övriga arbetsomständigheter. De primära arbetsuppgifterna måste skötas, samtidigt som kontakten med klienten i bästa fall är habiliterande och förebygger "trajectories" och ytterligare lidande. Ofta begränsas klientkontakterna också av tidspress eller av alltför få alternativa lösningar på klientens problematik. Jag menar nu inte att ett biografiskt synsätt skall användas med alla klienter i alla sammanhang. Med vissa klienter kan det dock vara fruktbart och ge nya perspektiv och möjligheter att arbeta biografiskt. Jag vill slutligen även notera att det är skillnad mellan ett biografiskt synsätt i socialt arbete och narrativ terapi som strävar till att medvetet omforma individens berättelse.<sup>3</sup>

—

---

<sup>3</sup> Narrativ terapi är en inriktning som grundats av Michael White och David Epston i Australien/Nya Zeeland. Mycket av det som vi uppfattar och upplever som väsentligt och meningsfullt i våra liv har karaktären av berättelser. De kan både vara större helheter och mera lösa bitar. Vi kan ha berättelser som säger att vi inte kan, får eller bör det vi skulle vilja. Om man har berättelser som begränsar eller styr ens liv negativt kan man få hjälp av narrativ terapi. Berättelserna är nämligen aldrig färdiga, även om vi ofta förhåller oss till dem som om de vore det. Lösningar kan luckras upp eller brytas helt, och därmed kan möjligheter till omformulerade eller nya berättelser öppnas. Inom narrativt inriktad terapi letar man systematiskt efter möjligheter till alternativa berättelser och efter att utveckla dessa i positiv och konstruktiv riktning. (Karpsten 2007, <http://kreativtliv.se>)

## 5 Slutreflektioner

Biografiskt arbete har i den här artikeln behandlats utifrån två perspektiv. För det första kan biografiskt arbete innebära att se sig själv som ett subjekt, som en värdefull person, som har möjligheter till förändring. Den egna biografien kan användas som utgångspunkt för att förstå det levda livet och den situation man befinner sig i idag. Utifrån tidigare erfarenheter kan man sedan skapa scheman och handlingsmönster för framtiden.

Biografiskt arbete innebär att kunna reflektera över sig själv och sin livshistoria. Det kan ofta vara smärtsamt att gå igenom olika händelser och det verkar som om man behöver ha tillräckligt med resurser och ork för att kunna göra biografiskt arbete. Vidare behövs det ofta att någon finns till hands som stöd för processen. Att få spegla sitt biografiska arbete mot sin omgivning och få bekräftelse kan stärka förändrings- eller utvecklingsprocessen. Biografiskt arbete kan hjälpa individen att förstå sig själv, hitta sina rötter och svara på frågan "Vem är jag?"

Då jag lyssnade på f.d. alkoholmissbrukares berättelser om förändringsprocessen från missbruk till nykterhet kunde jag konstatera att det finns olika sätt att berätta om sitt liv. Dessutom väljer berättaren vad han eller hon vill berätta och också sammanhanget påverkar berättelsen. En del informanter drog upp de stora linjerna medan andra berättade om högst personliga detaljer som påverkade missbruket eller lösningen av missbruksproblemet. Under förändringsprocessen kom informanterna att bearbeta den egna biografien. Hur har jag hamnat i den här situationen? Vad behöver förändras? Kan jag förändras? Vad önskar jag av framtiden? Vikten av biografiskt arbete som en inre process synliggjordes i informanternas berättelser. Hänninen & Koski-Jännes (2002a) lyfter också fram att berättelserna om återhämtning från missbruk inte bara är en retrospektiv berättelse utan också hade en dynamisk roll i förändringsprocessen. Genom berättelsen kan man iaktta hur människor konstruerar sina erfarenheter och sin identitet i olika faser av förändringsprocessen. Berättelsen erbjuder också ett holistiskt perspektiv på subjektiva erfarenheter.

Det andra perspektivet på biografiskt arbete är att se det som ett synsätt i socialt arbete som handlar om att ge hela människan tid och rum. I klientarbetet innebär biografiska glasögon att se nuet med hjälp av erfarenheter i det levda livet. Människan ses som en helhet och klienten får bli ett subjekt med en historia och en framtid. Att ge klienten rum och därmed en värdig position kan också stärka klientens känsla av värde.



I mitt eget arbete som socialarbetare har jag många gånger upplevt att klienternas biografiska lidande orsakar kaos. Problemen är många och situationen så kaotisk att varken jag eller klienten vet var man skall börja. Det kan vara problem med ekonomin, relationer, missbruk, arbetslöshet, fysisk/psykisk hälsa och känslor av hopplöshet. Klientens situation har blivit så kaotisk att han eller hon inte klarar av att möta sina svårigheter och inte heller längre ser orsakssamband. Ibland har klientens biografiska kaos varit så stort, att han eller hon inte kunnat tidsbestämma olika händelser. I sådana här situationer har det varit fruktbart, om det bara finns tid och möjlighet, att se på klientens situation genom biografiska glasögon. Ibland har jag använt mig av livslinjer, där klienten fått märka ut höjdpunkter och dalar i livet. Ibland har vi tecknat livsförloppet på en livslinje för att reda ut vad som hänt när. Att få något att "haka upp" livshändelserna på har hjälpt mig som socialarbetare att förstå klienten och också gett klienten en ny förståelse för sin situation och för var förändringsprocessen skulle kunna börja. Jag har också märkt att redan intresset för klientens historia och situation har skapat förutsättningar för ett gott samarbete. Att bli sedd som den man är, trots sitt biografiska kaos, kan uppmuntra och stärka klienten.

Biografiskt arbete som en inre process och biografiskt arbete som ett synsätt i socialt arbete kan i bästa fall stärka varandra. Socialarbetaren kan uppmuntra och bekräfta klientens egna biografiska arbete och förändringsprocess. Samtidigt kan ett biografiskt synsätt ge socialarbetaren verktyg att identifiera risker för kumulativ oordning i klienternas vardag och även ge arbetsredskap för att förmildra, förhindra eller förebygga "trajectory". På så sätt kan det biografiska synsättet inom socialt arbete även stärka individens eget bearbetande av och reflekterande över sin biografi.

# Litteratur

- Bardy, Marjatta & Känkänen, Päivi (2005) *Tarinat yksilön ja yhteisön suhteissa*. I Satka, Mirja & Karvinen-Niinikoski, Synnöve & Nylund, Marianne & Hoikkala, Susanna (red.) *Sosiaalioyön käytäntötutkimus*. Helsingin yliopisto. Palmenia-kustannus: Dark Oy.
- Blomqvist, Jan (1998) *Beyond Treatment? Widening the approach to alcohol problems and solutions*. Stockholm Studies in Social Work 13. Stockholm University: Department of Social Work. Edsbruk: Akademitryck AB
- Blomqvist, Jan (1999) *Inte bara behandling – vägar ut ur alkoholmissbruket*. Stockholm: Bjuner och Bruno.
- Blomqvist, Jan (2002) *Recovery with and without treatment: a comparison of resolutions of alcohol and drug problems*. *Addiction Research & Theory* 10 (2) 119–158.
- Carlsson, Bengt (2003) *Så blir det hjälp – om hjälpprocesser i socialt arbete*. Göteborgs Universitet: Göteborg.
- Cedersund, Elisabet (1999) *Using Narratives in Social Work Interaction*. I Jokinen Arja, Juhila Kirsi & Pösö Tarja (red.) *Constructing Social Work*. Ashgate: Great Britain.
- Ehn, Billy (1992) *Livet som intervjukonstruktion*. I Tigerstedt C, Roos J.P och Vilkkö A (red.) *Självbiografi, kultur, liv. Levnadshistoriska studier inom human- och samhällsvetenskap*. Stockholm: Symposion.
- Ewalds, Erik (1989) *Brinna – inte slockna, om engagemang och utbrändhet*. Libris.
- Forsberg, Gunnar & Wallmark, Johan (1998): *Nätverksboken – om mötets möjligheter*. Stockholm: Liber.
- Hessle, Sven (1991): *Social support och sociala nätverk. Några tankar om dagsläget och frågeställningar i nätverksforskningen*. I Bergsten, Birgitta & Bjerkman, Anders & Hermansson, Hans-Erik & Israel Joachim (red.) *Etik, solidaritet, välfärd*. Daidalos. Uddevalla: Bohusläns Grafiska.
- Hinson Lanford, Cathrine Penny & Bowsher, Juanita & Lillis, Patricia P (1997) *Social support: a conceptual analysis*. *Journal of Advanced Nursing*, 25, 95-100.
- Hutchinson, Cathrine (1999): *Social support: factors to consider when designing studies that measure social support*. *Journal of Advanced Nursing*, 29 (6): 1520–1526.
- Hänninen, Vilma (2002) *Sisäinen tarina, elämä ja muutos*. Akademisk avhandling. Tammerfors universitet. Tampere: Tampereen yliopistopaino Oy.
- Hänninen, Vilma & Koski-Jännes, Anja (2002a) *Stories of Attempts to Recover from Addiction*. Paper presented at the thematic meeting on "Addiction in the Life Course Perspective: Entry and Exit Processes". Stockholm 16-19 oktober. Ej publicerad.
- Hänninen, Vilma & Koski-Jännes, Anja (2002b) *Narratives of recovery from addictive behaviours*. I Hänninen, Vilma: *Sisäinen tarina, elämä ja muutos*. Akademisk avhandling. Tammerfors universitet. Tampere: Tampereen yliopistopaino Oy.
- Johansson, Anna (2005) *Narrativ teori och metod. Med livsberättelsen i fokus*. Lund: Studentlitteratur.
- Koski-Jännes, Anja (1998) *Miten riippuvuus voitetaan*. Helsinki: Otava.
- Levälahti, Johanna (2005) *Egen vilja och andras hjälp. Om sociala nätverk och socialt stöd i förändringsprocessen från aktivt alkoholmissbruk till nykterhet*. Pro gradu-avhandling. Samhällspolitiska institutionen, Helsingfors universitet.
- Levälahti, Johanna (2007) *Sociala nätverk och socialt stöd i återhämtningsprocessen från alkoholmissbruk*. *Nordisk alkohol- och narkotikatidskrift* vol. 24 (1), 23–44.
- Miell, Dorothy & Croghan, Rosaleen (2002): *Examining the wider context of social relationships*. I Miell, Dorothy & Dallos, Rudi (red.): *Social interaction and personal relationships*. London: Sage Publications.

Nousiainen, Kirsi (2004) Lapsistaan erillään asuvat äidit. Äitiysidentiteetin rakentamisen tiloja. SoPhi 89. Helsingin yliopiston yhteiskuntapolitiikan laitoksen julkaisusarja 3. <http://ethesis.helsinki.fi/julkaisut/val/sospo/vk/nousiainen> 03.05.04

Riemann, Gerhard & Schütze, Fritz (1991) "Trajectory" as a Basic Theoretical Concept for Analyzing Suffering and Disorderly Social Processes. I Maines, D.R. Social Organization and Social Processes. Essays In Honor of Anselm Strauss, Harthorne, N.Y.: Aldine de Gruyter, 333–357.

Riessman, Catherine K (1994) Narrative Approaches to Trauma. I Riessman Catherine K (red.) Qualitative Studies in Social Work Research. Thousand Oaks: SAGE Publications.

Riessman, Catherine K (2001) Personal Troubles as Social Issues: A Narrative of Infertility in Context. I Shaw, Ian & Gould, Nick (red.) Qualitative Research in Social Work. Introducing qualitative methods. Sage Publications.

Schütze, Fritz (2007) Biography Analysis on the Empirical Base of Autobiographical Narratives: How to Analyse Autobiographical Narrative Interviews – Part 1. Module B.2.1. In Biographical Counselling in Rehabilitative Vocational Training, INVITE Further Education Curriculum. Leonardo da Vinci Programme. <http://www.biographicalcounselling.com> [oktober 2008]

Skärner, Anette (2001): Skilda världar? En studie av narkotikamissbrukares sociala relationer och sociala nätverk. Institutionen för socialt arbete, Göteborgs universitet.

Tigerstedt, Christoffer (1990) Omaelämäkertojen erillisteemojen analyysi. I Mäkelä, Klaus (red.) Kvalitatiivisen aineiston analyysi ja tulkinta. Helsinki: Painokaari Oy.Litteratur text