

FREDAG

livet

CAROLINA HELENA OHLS

Yrke: Doktorgradsstipendiat ved Høyskolen i Oslo og Akershus. **Alder:** 34 år.

Sivilstand: Singel, ingen barn. **Hvor er du i livet?** I en aktiv datainnsamlingsperiode, på flere plan.

Skam versus verdighet

Skam er en sosialpolitisk faktor i fattigdomsbekjempelse, sier stipendiat Carolina Ohls –

Av Marianne I.L. Melgård (tekst) og Christopher Olsson (foto)

Det er et vanskelig tema å forske på skam. For hva er det egentlig, spør finsk-svenske Carolina Ohls retorisk. Hun forsker på hvordan tiltak rettet mot arbeidsledighet og fattigdom bedre kan ivareta folks verdighet, og dermed gi bedre resultater.

– Vi kjenner alle igjen den vonde følelsen, sånn sett forener skammen oss, men den kan være vanskelig å identifisere og beskrive, sier 34-åringen.

Kontraster til akademien

«Skam er en følelse som betydelig påvirker vår selvbedømmelse», skriver hun i sin doktorgradsavhandling, som er del av et internasjonalt forskningsprosjekt på sammenhengen mellom fattigdom og skam. Tematikken fenget da hun leste om hvordan skam reduserer personers evne til initiativ og konstruktiv handling.

– Dermed har utforskning av skamfølelse – relatert til fattigdom og arbeidsløshet – en sosialpolitisk dimensjon, fastslår hun.

«Skam ser også ut til å øke faren for sosial eksklusjon. Begge disse faktorene hindrer trolig økonomisk utvikling.»

– Kontrasten mellom det distanserte, akademiske språket jeg er vant til, og møtene med de intervjuede arbeidsledige, er stor. Jeg intervjuer folk som gjennom Navs Kvalifiseringsprogram skal hjelpes ut i arbeidslivet, og jeg vil unngå å vekke en skamfølelse som kanskje ikke er så tydelig ved å spørre direkte om den, sier Ohls.

Skam og skyld er ulike begrep, og har ulik påvirkning på en persons selvbeholdning. Mens skyldfølelse er negativ vurdering av en handling – «jeg gjorde noe fælt» – er skam en mer alvorlig negativ vurdering av deg selv – «jeg er fælt, som gjorde dette». Hvordan du snakker til deg selv i vurdering av en dumhet, er avgjørende for hvor nedbrytende vurderingen kan være på selvoppfattelse og identitet.

– Et tidligere fredagsportrett, Pia Skevik, refererte til munnhellet «skam vokser på luftmangel». Blir det ikke alltid bedre av å snakke om det?

– Jeg er forsiktig med å dele ut den merkelappen, og spør mer indirekte. Det er et vanskelig tema å snakke om, og i intervjuene blir det ofte stille når jeg kommer inn på vonde følelser. Så ja, skamfølelsen ligger der, men ofte gjemt nederst på bunnen av bevisstheten. Men noen har vært åpne, og forteller om tanker som «hvorfor jobber ikke jeg, når alle andre gjør det?», sier Ohls.

Hjelpetiltak gir skam

Hennes forskning er del av et internasjonalt forskningsprosjekt som følger opp en tidligere undersøkelse av anti-fattigdomstiltak i Storbritannia, USA, Kina, Uganda, Sør-Korea, India og Pakistan, basert på Høyskolen i Oslo og Akershus. Det første prosjektet fant ut at hjelpetiltak enten senket eller økte folks skamfølelse, avhengig av tiltakenes struktur,



utforming og gjennomføring.

– Det ser ut til at skam motvirker folks evne til å ta initiativ og handle konstruktivt, og forskningen viste at enkelte hjelpetiltak bidro til å øke deltakernes skamfølelse. Derfor tenker vi at deltakernes selvfølelse må styrkes for bedre effekt av hjelpetiltak, og vil nå finne ut hvordan vi i praksis gjør dette, sier Ohls.

– Enkelt sagt gjør skam folk passive, mens økt opplevelse av verdighet gjør folk mer initiativrike og aktive?

– Ja. Det er nytt å forske på skam som medvirkende faktor til fattigdom, selv om innsikten ikke er ny. Den indiske nobelprisvinneren Amartya Sen har skrevet om «capability approach» – evnemessig tilnærming. Sen mener fattigdom ikke bare er mangel på ressurser, men også på evner til å

bygge seg et bedre liv. Og da er skammen et sentralt element i reduksjonen av evner, en kjerne i vedvarende fattigdom, sier Ohls.

Overrasket over møter med Nav

Hun viser til at forholdene for arbeidsløse i andre land gjerne er langt verre enn i Norge, men ble overrasket over hvor vanskelig mange hun snakket med også syntes møtene på Nav var.

– Alle jeg har snakket med foreløpig sliter med hvordan de møtes på sosialkontoret. Hvor mye de må blottlegge for å få hjelp. Jeg skjønner at det er nødvendig med grundig dokumentasjon, men det er høye forventninger til folk som ikke er særlig ressurssterke. I kombinasjon med holdningene enkelte personer i hjelperoller utviser, kan tiltak



PÅ SPARKET:

Hva er din favorittfilm?

– «The Royal Tenenbaums» (2001) av Wes Anderson. Ikke at jeg var noe vidunderbarn selv, altså.

Hvilken bok har gjort sterkest inntrykk på deg?

– «The School of Life»-serien på nett og «The Time Traveller's Wife» (2003), debutromanen til Audrey Niffenegger.

Hva slags musikk hører du på?

– Det meste annet enn metall, mye svensk musikk som Lykke Li, Laleh og Timbuktu, eller The XX.

QUIZ KALENDER PARADOKS NAVN



mens skam svekker handlingskraften, fremmer verdighet initiativ.



dessverre bidra til at folk føler seg verre, sier Ohls. Den 34-årige forskeren vokste opp på den vesle øya Vasa i Finland, med kun en håndfull medelever på skolen. Mor var sykepleier og far drev en fabrikk som produserte fiskegarn, og hun var tidlig opptatt av skoleprestasjoner.

– Mitt første minne preget av skam var knyttet til min første geografiprøve, da var jeg ni år gammel, forteller hun lattermildt.

– Vi skulle merke av finske elver på et kart, og jeg hadde ikke forberedt meg noe særlig. Jeg fikk bare 7,5 av 10 mulige poeng – og det var grusomt! Det husker jeg veldig, veldig godt, hvor dum jeg følte meg, det var utrolig negativt. Det er ikke vanskelig å lese opptakten til flink pike-

FORSKER PÅ SKAM:

Finsk-svenske Carolina Ohls (34) forsker på hvordan tiltak rettet mot arbeidsledighet og fattigdom bedre kan ivareta folks verdighet.

syndrom mellom linjene her, fastslår Ohls.

Studier i sosialarbeid og sosialpolitikk tok henne til Universitetet i Helsinki, der hun fullførte sin første mastergrad. Seinere skulle en forelskelse i en norsk mann føre henne til Oslo i 2006, for mastergrad nummer to basert på selgerne av det nyoppstartede gatemagasinet = Oslo.

Ny erfaring å møte hjemløse

– Det var en helt ny erfaring å møte hjemløse og narkomane, og en skikkelig øyeåpner. Hvordan de står der, i vått og kaldt vær, i systemet, mot fastlegen og Nav. Det at de orker å bli stående oppreist gjorde sterkt inntrykk, sier Ohls.

Masteroppgaven påviste hvor betydningsfullt det var for de selgerne å ha en oppgave og en jobb, og slippe å tigge.

– Jeg husker godt en selger jeg ble med ut på gata. Tidlig på dagen var han veldig sliten, det var ingen bra dag, men han måtte tjene penger. For pengene går ofte til dop, det må vi akseptere. Det øyeblikket han sto klar på gata, endret han seg fullstendig – han gikk inn i selgerrollen og ble en helt annen person. Rak i ryggen og med hevet røst henvendte han seg til forbipasserende: «Kjøp Erlik Oslo». Skikkelig profesjonell, han var en god selger, sier Ohls.

Hun refererer til Sartre-sitatet om at «skam er skammen over seg selv overfor den andre, disse to strukturene er uatskillige».

– Selv om «den andre» iblant er imaginær, en forestilling om hvordan denne andre dømmer deg?

– Ja. Er jeg en kapabel person som får til ting, eller er jeg taperen i flokken? Det kommer fra et sted, det budskapet om at man ikke er bra nok, for ingen er født taper, sier Ohls.

Hun minner likevel om at hennes forskningsfelt ikke er i psykologi, men har en sosialpolitisk tilnærming.

– Kan skam også representere en positiv pådriver, der man anstrenger seg for å unngå skam?

– Ja, det snakkes om positiv og negativ skam. I positiv forstand kan den være en slags verdimeisig rettleider, at vi unngår handlinger vi anser som skammelige, og pusher og strekker oss mot noe positivt. Men så er det stor forskjell på hvordan du forholder deg til det negative, og for noen tar skammen en egen, selvforsterkende dynamikk, sier Ohls.

– Du har vel opplevd dypere skam enn den etter skoleprøven da du var ni?

– Ja ... Men her vil jeg også beskytte meg, hvor offentlig vil jeg være med min skam? For jo, i kjærlighetsforhold har jeg det, sier

34-åringen. Hun holder hånden opp foran munnen, vrir seg i stolen.

– Jeg har sviktet dypt i forhold, og da gikk tankene på at jeg var veldig egoistisk. Den følelsen var vanskelig å gi slipp på, og det var en skam jeg måtte bearbeide. Da gikk det ikke bare på skyld – handling – men skam, at jeg var en egoistisk person, sier hun.

– Hvordan bearbeidet du følelsen?

– Jeg måtte akseptere situasjonen, hva jeg hadde gjort. At jeg faktisk var en person som også kunne gjøre en annen så vondt.

Brukte skam til positiv endring

– Brukte du dermed skammen til positiv endring?

– Ja, for jeg innså at handlingen ikke var

god nok, at den ikke skulle gjentas. Men så er jeg i dag mer fornøyd med meg selv etter den øvelsen i aksept og endring. Det var en slags identitetskrise, og en opplevelse jeg egentlig ville rømme fra, helst ikke vedkjenne meg. Men seinere ga deg meg perspektiv.

– Du dømte deg selv hardt, men fortsatte med rak rygg?

– Ja, men ofte gjenkjenner jeg skammen først i ettertid.

– Setter skam spor, selv om man ikke vedkjenner seg følelsen?

– Det tror jeg, den ødelegger noe inne i deg, og for å komme seg videre må du gjennom en prosess med fokus på mestring og verdighet.

– Hva med dem som fortsetter å gjenta handlinger de finner skamfulle?

– For noen er det latskap, vi orker ikke alltid korrigere oss selv. Mens for andre går det på et negativt selvbylde, dersom vi ikke tror vi fortjener bedre – eller er bedre – er det lett å fortsette ned i mørket. Det ligger et veldig potensial for selvdestruktivitet i å gjenta skambelagte handlinger, og mange trenger hjelp til å bryte denne onde sirkelen.

I desember slippes boka «The Shame of it – global perspectives on anti-poverty policies», basert på den første, internasjonale studien av hjelpetiltak mot fattigdom og arbeidsløshet, redigert blant annet av Erika Gubrium og Ivar Lødemel. Ohls er glad hun kan bidra til å videreføre nybrottsarbeidet med sin avhandling.

– Mange hjelpetiltak fungerer godt, mens andre har klart forbedringspotensial, sier Ohls.

– Tanken om å strukturere og planlegge sosialpolitikk og tiltak basert på deltakernes selvpoppfattelse, er ny. Men jeg har veldig tro på positive, praktiske resultater av å møte folk på en bedre måte, så de kanskje kan slutte å skamme seg.