

AWARENESS I VEILEDNING

Av Elisabeth Eie

Denne artikkelen er en bearbeidet utgave av min eksamensoppgave fra veilederutdanningen ved NGI. Den illustrerer betydningen av awareness både som middel og mål i forhold til læring og utvikling i veilednings- og terapifeltet, samt hvordan parallelle prosesser i de forskjellige feltene peker på veilandens så vel som klientens utviklingspotensial. Utviklingen av veilandens awareness er derfor et hovedmål for veiledning.

Nøkkelord: awareness, veiledning, parallelleprosesser

Mitt utgangspunkt er Daan van Baalens påstand om at den viktigste oppgaven for en veileder er å øke veilandens awareness, og at øvrige gruppedeltakers awareness når en av veilandene bringer inn et klientkasus, virker forstyrrende på denne målsettingen (samling, veilederutdanning, 9.11.2005). Påstanden bringer opp to problemstillinger jeg gjerne vil belyse: Hvorfor er awareness så grunnleggende viktig, og hvordan kan veilederen øke veilandens awareness på best mulig måte?

"Awareness" kan defineres som individets oppmerksomhet på seg og omgivelsene, samt på relasjonen mellom seg og omgivelsene. (Korb et al., 1989, s. 5). Vi snakker altså om fornemmelser og følelser, det vi ser, hører og lukter, og de tankene vi har i situasjonen. Awareness er kanskje det mest brukte faglige uttrykket i gestaltterapien, og vi leter stadig etter et godt norsk ord som dekker de mange områdene og gradene av opplevelser som awareness rommer. Awareness blir oversatt med alt fra fornemmelser og sansevarhet, til årvåkenhet og erkjennelsen av det erfarte. I tillegg refererer vi til ulike "awareness-soner" (indre, ytre og mellomsoner), og om grader av awareness på det vi fornemmer og erfarer. Yontef (1993) beskriver utviklingssekvenser av awareness fra den vi ikke er klar over, via oppmerksomhet på den erfarende persons karakter og mønstre, og helt frem til en fenomenologisk holdning (s. 280). Når jeg snakker om å øke veilandens awareness, er det i betydningen *reflektert oppmerksomhet* (Krüger, 2006, s. 138).

Jeg tolker ikke van Baalens utsagn dit hen at å øke veilandens awareness er det eneste målet for veiledning, men snarere et hovedmål fordi awareness danner grunnlaget for vekst og utvikling i alle relasjoner. Mye av veiledningslitteraturen fokuserer på fag og etikk og kanskje i mindre grad på hvordan veilanden lærer. Jeg synes det er viktig å få fram hva som gir læring, og hva slags teori man kan knytte til dette. Maria Gilbert og Ken Evans har beskrevet en integrativ, relasjonell modell for veiledning (Gilbert & Evans, 2000) der de vektlegger det å utvikle veilandens selvobserverende evne. Denne evnen handler om å kunne veksle mellom det opplevde og det observerte. Åshild Krüger belyser dette videre i sin kvalitative studie av dialogen mellom veileder og fire gestaltterapeuter (Krüger, 2005). Studien omhandler oppdagende læring i kontekst, og synes å bekrefte at læring - i betydningen erkjennelser og ny innsikt - skjer i det dynamiske samspillet mellom den intrapsyriske og den interpersonlige erfaringsopplevelsen (*ibid.*, s. 106). Jeg vil forsøke å knytte betydningen av å styrke veilandens awareness til disse læringsmodellene.

Jeg vil bruke to eksempler, ett der jeg er veileder, og ett der jeg selv er veiland. Det siste eksemplet har jeg valgt fordi jeg da kan observere effekten av veiledningen på terapifeltet og studere samspillet og parallellen mellom ulike feltene.

Awareness i ulike felt

En av grunnpillarene i gestaltterapiens metode er at økt awareness danner utgangspunktet for bevisste valg og adekvate handlinger, og at dette igjen gir muligheter for vekst og utvikling. Det forutsettes at vi her snakker om awareness som er knyttet til det observerbare i

situasjonen, "aware respons", og ikke bare respons basert på erfaringer fra fortiden (van Baalen, 2004, s. 90-92), altså ikke bare i forhold til det innlærte.

Gestaltterapien bygger videre på at terapeutens awareness i samværet med klienten er vesentlig for å øke *klientens* awareness. Awareness hos terapeuten sees altså på som et helt grunnleggende redskap for å støtte klientens oppdagelse av egne opplevelser og behov, og derved muliggjøre vekst og utvikling. Dette prinsippet kan også overføres til veiledning: Veileders awareness i samværet med veilanden er sentralt for å øke veilandens awareness. I denne sammenhengen er det imidlertid snakk om å øke veilandens awareness i forhold til sitt arbeid med klienten. I terapirommet er veilanden alene med klienten uten eksterne støttespillere og må stole på egen awareness. Det blir derfor også et mål for veiledningen at veilanden lærer å stole på egen awareness i feltet med klienten.

Tre forutsetninger ligger implisitt i det ovenstående: at awareness er viktig for vekst og utvikling, at min awareness bare kan øke i forhold til noen eller noe annet utenfor meg selv, og at økt awareness hos veilanden i ett felt (for eksempel i relasjonen med veileder i veiledningsrommet) har betydning for veilandens relasjoner i andre felt (for eksempel veilandens relasjon til klientene i terapirommet) – særlig hvis veilandens awareness dreier seg om en og samme klient i begge situasjonene.¹

I følge feltteorien må et felt være avgrenset i tid og rom for at det skal kunne organisere seg i figur og grunn, og for at læring og erkjennelse kan oppnås. Det må også være et møte mellom to psykiske funksjoner i gjensidig påvirkning, og essensen av den ene blir bare synlig ved at den andre er til stede. Den ene eksisterer bare som funksjon av den andre, og omvendt (van Baalen, 2002, s. 18). Gilbert og Evans fokuserer i sin integrative, relasjonelle modell for supervisjon på intersubjektive relasjoner i ulike felt, og hvordan disse igjen henger sammen og påvirker hverandre. Forfatterne viser til faglig tradisjon og forskning som påpeker at vi skaper mening *sammen*, og at heling og vekst skjer i et meningsskapende *møte* mellom veiland og terapeut, på samme måte som mellom terapeut og klient. Utfordringen for klienten, terapeuten og veilederen er å utvikle evnen til å balansere eller veksle mellom det *dialektisk-intrapyskiske* (indre prosess) og det *dialogisk-interpersonlige* (samhandling) (Gilbert & Evans, 2000; Krüger, 2004).

Videre: I henhold til gestaltteorien og fenomenologisk erkjennelsesteori, er både evnen til å danne meningsfulle helheter av det vi tar inn av inntrykk, og den subjektive erfaringsopplevelsen avgjørende for å oppleve øyeblikk av klarhet og ny innsikt. Inntak av inntrykk – det at vi forholder oss til noe utenfor oss selv – er første forutsetning for subjektiv opplevelse. Vi er aktive deltakere og skapere i egen læring – ikke isolerte, men i kontinuerlig samspill og utveksling med våre omgivelser. Vi lærer derfor alltid i sammenheng og kontekst (Krüger, 2005, s. 102). Sagt på en annen måte og i lys av betydningen av awareness: Oppmerksomheten må rettes mot det som oppstår i situasjonen, for eksempel i relasjonen mellom veileder og veiland, eller mellom terapeut og klient (van Baalen, 2004, s. 90-92).

Når veilanden tar opp et klientkasus eller en problemstilling for veiledning, skjer dette ofte i en gruppe. Veilandens fremstilling av sitt kasus i veiledningsgruppen påvirker naturlig nok umiddelbart alle tilstedeværende. Samtidig påvirkes veilanden under fremstillingen av sine omgivelser i veiledningsrommet. Med andre ord kan veilanden ha mulighet til å utvikle

¹ Mens *situasjonen* objektivt sett er felles for to personer i et bestemt øyeblikk, er *feltet* definert som hver av personenes subjektive opplevelse av sitt forhold til omgivelsene, der den ene utgjør en del av den andres omgivelser. Den ene kan ikke oppleve den andres opplevelse av situasjonen. På en måte er det riktigst å si at de er i hvert sitt felt sammen, der begge både påvirker og påvirkes av hverandre. I terapi handler det om å få klienten til å oppdage hvordan han/hun påvirker og påvirkes av sine omgivelser, særlig i relasjon til andre personer i omgivelsene. For enkelhets skyld vil jeg allikevel bruke uttrykket klient-veilanderfeltet, eller veiland-veilederfeltet, når jeg ønsker å betegne den ene eller den andre *relasjonen* i et bestemt rom eller en situasjon.

awareness på sin problemstilling ved tilbakemelding fra både veileder og resten av gruppen. Men er alle de andres deling av awareness nyttig for veilanden?

I en veiledningsgruppe er det i utgangspunktet relasjonen mellom veileder og veiland som er i fokus. Veilands awareness utvikles ved at veileder deler sin oppmerksomhet med veilanden uten å pådytte sin egen mening om klientkasuset. At veilanden så i tillegg skal forholde seg til gruppedeltakernes awareness, kan skape forvirring, et synspunkt som er i tråd med van Baalens påstand.²

Veilederens awareness i veiledningsfeltet er altså den viktigste redskapen for å støtte veilands læring i samspillet mellom dem. Men siden feltet mellom veileder og veiland er et annet enn, og forskjellig fra, feltet mellom terapeuten og klienten, dukker spørsmålet opp på hvilken *måte* veileders awareness er interessant i forhold til veilands. Krüger konkluderer med at nettopp samspillet mellom det intrapsykiske (i veilanden) og det interpersonlige (mellom veileder og veiland) utgjør selve grunnlaget for en plutselig aha-opplevelse og læring (*ny innsikt*). Hun lar et av intervjuobjektene få siste ordet, der hun antyder at oppdagelsen i feltet med veileder gir en ny erkjennelse av hva "det hele handler om" med klienten (Krüger, 2005, s. 106). Et interessant spørsmål blir da: Hvordan påvirker denne nye innsikten veilands neste møte med klienten?

Utviklingen av et indre overblikk

Sammen med utviklingen av de ulike awarenessområdene, er evnen til å se seg selv "utenfra", dvs. i forhold til andre mennesker og gjenstander, også en sentral faktor i læring og utvikling (Gilbert & Evans, 2000, s. 12). Å utvikle klientens evne til å observere seg selv eller med andre ord stole på sin indre observatør, er et mål for terapi. Gilbert og Evans konkluderer med at dette også er det primære målet for veiledningen: å fostre vekst og utvikling av veilands "internal supervisor" (*ibid.*, s. 22, s. 25). De skiller mellom den *innlærte* og den *indre* "overvåkeren". Terapi og veiledning handler om å støtte hhv. klienten og veilanden i å utvikle sin *indre* observatør på bekostning av den *innlærte*. I tillegg til awareness kreves en relasjon som bygger på gjensidighet og respekt, der klient eller veiland blir møtt i et "I-Thou"-forhold, dvs. et forhold mellom to subjekter, i motsetning til et "I-It"-forhold, der veilanden tingliggjøres (*ibid.*, s. 18).

Det som imidlertid skiller veiledning fra terapi, og som byr på en utfordring i veiledning, er at veiledning har et mer eksplisitt autoritetsaspekt. Det at veileder bl.a. stiller faglige krav til veilanden som utøvende terapeut (Yontef, 1996, s. 98), medfører en viss grad av vurdering og derved objektivisering i veileders forhold til veilanden. For at ikke denne ovenfra og nedposisjonen skal virke sementerende på veilands *innlærte* selvobservatør, må det bygges opp tilstrekkelig tillit og gjensidighet i forholdet til at den intersubjektive (I-Thou) relasjonen kan bestå (Gilbert & Evans, 2000, s. 18-24). Gilbert og Evans gjør dette synonymt med nærhet versus avstand i relasjonen.³ Det *innlærte* - som i større eller mindre grad opererer

² "Klient-terapeutfeltet er et unikt fenomen som kan organisere seg i figur og grunn. (...) Terapeutens awareness er basert på fornemmelser terapeuten får i dette feltet med klienten. (...) Ut fra dette er observatørens awareness faktisk ikke relevant når vi ønsker å støtte terapeuten i hans/hennes awareness i klient-terapeutfeltet. Hvis vi glemmer at observatørens awareness kommer fra et annet felt, vil observatøren bidra til å øke terapeutens forvirring" (van Baalen, 1998).

³ Gilbert & Evans knytter nærhet og avstand til Bubers begrep *inkludasjon*: "Inclusion is the back and forth movement of being able to go over to the other side and yet remain centered in my own experience. (...) This capacity to enter into the world of another and at the same time retain a sense of one's own separateness and differences distinguishes a truly mutual relationship from one in which all the emphasis is on self and self-interest or one which is focused exclusively on the other with little attention to the impact on oneself and one's own responses" (Gilbert & Evans, 2000, s. 10). Yontef beskriver inkludasjon som en del av en "eksistensiell dialog", hvor terapeuten (eller veilederen)

utenfor veilandens awareness - sammenlikner de med begrepet "kreativ tilpasning" i gestalt. De hevder at økt awareness på det innlærte i veiledningsfeltet nettopp kan bidra til å bringe veilanden videre, både når det gjelder evnen til å se seg selv og klienten, og til å leve seg inn i klientens verden (jf. beskrivelse av parallelle prosesser nedenfor).

At målet for veiledning er å styrke veilandens awareness, støtter van Baalens vektlegging av å styrke veilandens awareness som et mål i seg selv. Men bortsett fra van Baalens argumentasjon for å støtte veilandens tro og tillitt til egne awarenesssevner, synes jeg verken han eller Krüger gjør det klart *hvordan* veileders (eller observatørens) awareness i observatør-terapeutfeltet eller veileder-veilandfeltet blir relevant for veilanden i feltet med klienten. Siden vi snakker om ulike felt som veilanden beveger seg i, er det per definisjon ikke *samme* prosess som oppstår i de to relasjonene verken før, i eller etter veiledningen. Men ikke sjelden kan det som oppstår i feltet med klienten, også oppstå i veiledningsfeltet når veilanden søker veiledning på arbeidet med den aktuelle klienten.

Krügers (2004) fokus på betydningen av at "innsikt og læring skjer ved at to ulike prosesser er i et dialektisk samspill" (s. 103), leder til tanken om at noe av det samme skjer i et slags dialektisk samspill mellom prosessen i to relaterte felt, for eksempel klient-terapeutfeltet, og terapeut-veilederfeltet der klientkasuset bringes inn. Her mener jeg det er nødvendig å trekke inn begrepet parallellprosess for å belyse dette nærmere.

Utviklingsbehov og parallelle prosesser

I Norsk Gestalttidsskrift nr. 2, 2004 var gestaltveiledning hovedtema. I to artikler nevnes parallelle prosesser eksplisitt, mens fenomenet ligger implisitt også i de øvrige artiklene. Både Haugen (2004) og Rogstad (2004) henviser til eksempler fra egen veiledning, og hevder at parallellprosesser oppstår når det dreier seg enten om noe som er uavsluttet i klientens egenprosess eller som foreløpig er utenfor veilandens awareness i arbeidet med klienten. I en tredje artikkel påpeker forfatteren at det er det som veilanden holder tilbake, som viser seg å være tema både i feltet med klienten og i veilandens personlige liv (Brekke, 2004). Gilbert og Evans på sin side vektlegger utforsking av det veilanden opplever som problematisk eller fastlåst i møtene med klienten. Ikke bare fordi innsikt i vår kreative tilpassing sammen med klienten utfordrer oss til å oppdage hvordan vi "mister" den andre i selve samhandlingen, men også fordi denne vektleggingen kan få frem elementer som terapeuten opplever som problematiske i relasjonen med klienten (Gilbert & Evans, 2000). Det som fortsatt er fastlåst eller uten awareness hos terapeuten, kan dukke opp i feltet med klientene og derved også i møtet med veileder.⁴

Davis fra gestaltinstituttet i Cleveland har forsket på verdien av parallelle prosesser som en konsultativ ressurs i organisasjonssammenheng (Davis, 1997). Han viser direkte til studier av parallelle prosesser i terapeut-klient-veiledersammenheng, og påpeker i tråd med feltteorien at det som skjer i ett system, har innvirkning på andre. Han hevder at disse studiene viser at erfaringen i relasjonen mellom veileder og veiland ofte utgjør en parallell med det som skjer i klient-terapeutfeltet, for eksempel når klienten forsøker å gjenskape en opprinnelig situasjon av såkalte uferdige gestalter. Davis mener altså at en parallellprosess kan betraktes som en måte klienten uttrykker en erfaring på, en erfaring som er uferdig eller "out of awareness". På samme måte som klienten "ubevisst" tester ut erfaringene på nytt med

bekrefter den andres eksistens gjennom empatisk innlevelse (Yontef, 1996, s. 94). Et annet ord som er brukt er *attunement* (Erskine et al., 1999).

⁴ "This delicate balance between intrapsychic exploration and effective interpersonal relating forms the kernel of a relational approach to psychotherapy. We consider this process as central to effective supervision as well (...). Equally the interpersonal dimension under exploration may be the intersubjective process between the psychotherapist and the client, or the immediate interaction between supervisor and supervisee or the interrelationship between these as explored in the concept of parallel process" (Gilbert & Evans, 2000, s. 20).

terapeuten, vil terapeuten også gjøre det i veiledningssituasjonen, i den grad veilanden foreløpig ikke er aware det som foregår i feltet med klienten (er konfluent med klienten). "Hence the behaviour passes into a second system which may then be introduced into a third system. (...) If the consultant understands the phenomenon of parallel process, and has sufficient self awareness, there is a potential for change to occur" (*ibid.*, s. 98). Selv om Davis her refererer til konsulent-organisasjonsfelt, gjelder det samme fenomenet mellom mindre komplekse felt eller systemer, som for eksempel i terapeut-klientfeltet og terapeut-veilederfeltet.

Gilbert og Evans demonstrerer i sine veiledningseksempler hvordan veilederen kritisk observerer veiland-klientrelasjonen, og hvordan denne blir gjenskapt ("re-presented") i veiledningssituasjonen. Dette kritiske blikket gjør veilederen i stand til å identifisere de utviklingstemaene som trigges i veilanden av klienten, og derigjennom hvordan dette kan brukes til å utvikle veilandens evne til inklusjon, med andre ord sin indre observatør (Gilbert & Evans, 2000). Veilederen må ha nok avstand til sin egen indre respons til å kunne gjenkjenne det som trigger den parallelle prosessen, ut fra at denne primært henspeiler på "unmet development needs" (s. 27). Veilederen bruker altså egen awareness til selv å være bevisst det som foregår, både ved å kjenne på egen respons og holde nok avstand til og gjenkjenne hva som utløser den (det observerbare eller det åpenbare), og derved selv praktisere inklusjon i relasjonen med veilanden.

Davis konkluderer dessuten sin forskning på konsulent- og organisasjonssystemer med at påvirkningen mellom parallelle felt er toveis. Å fullføre kontaktsyklusen i arbeidet med et kasus i et parallelt system (her: konsulentgruppen), vil kunne ha effekt direkte på det første feltet (her: bedriften). Og viktigst: *Uten* awareness i konsulent-klientfeltet (eller veileder-veilandfeltet) blir konsulenten (eller veilederen) konfluent med klienten (eller veilanden), og det skjer ikke endring. Yontef påpeker også at parallelle prosesser mellom ulike dynamiske felt, som for eksempel veilednings- og terapifeltene, skjer begge veier. Når dette skjer uten awareness, gjør ofte veilanden det samme overfor veileder som klienten gjør overfor veilanden, men det kan for eksempel også føre til at veilanden kopierer sin veileder i feltet med klienten (Yontef, 1996).

I veiledning må altså veileder rette awareness mot det observerbare, og denne oppmerksomheten må bidra til å øke veilandens awareness – noe som igjen vil gi økte muligheter for å komme videre i klient-terapeutfeltet. Dette er i tråd med det van Baalens hevder: Awareness som ikke er knyttet til det observerbare eller åpenbare der og da i situasjonen ("aware respons"), fører ikke til endring, men hindrer tvert i mot endring og sementerer personlighetsfunksjonen, dvs. lært adferd og holdninger (van Baalen, 2004).

Til slutt: Læring i veiledning er som i alle andre relasjoner en prosess som må sees i lys av hele gestaltsyklusen. Det er ikke nok at veileder ser og påpeker veilandens større eller mindre grad av awareness i hans eller hennes fremstilling av et klientkasus. Utvikling av veilandens awareness og læring skjer derfor gjennom at veilanden erfarer og preges av egen erfaring. Jeg vil ikke utdype dette her, men bare vise til at Korb og hans kollegaer (1989) beskriver til sammen fire stadier i prosessen frem mot økt awareness og erkjennelse av det erfarte: uttrykksfasen (synliggjøre og støtte veilandens gryende awareness gjennom aware respons uten vurderinger), differensieringsfasen (eksperimentering), samt affirmasjon og integrasjon og valg (hvordan veilanden kan eller vil bruke sin nye læring). Yontef bruker betegnelsen "umiddelbar erfaring" om denne læringsformen og understreker hvordan dette er å foretrekke i veiledning fremfor antagelser og forklaringer (Yontef, 1996, s. 99).

Veiledningseksempler

Veiledning av terapeutstudent

"Bente" er terapeut under utdanning ved NGI og skal ha veiledning hos en av lærerne sammen med sin veiledergruppe (3.-årsstudenter). Jeg er koveileder og er blitt enig med hovedveileder om at jeg skal velge hvem av veilandene jeg vil veilede. De blir først bedt om å si kort hva slags veiledningsbehov de har. Når Bente melder seg inn, bestemmer jeg meg ganske fort for å veilede henne. Det som tiltrakk min oppmerksomhet, var to ting: at hun ville ha veiledning på et par hun jobbet med, og at hun så på seg selv som "rådgiver" i forhold til paret.

Jeg begynte med å spørre Bente litt om hvorfor hun arbeidet med paret som rådgiver og ikke som terapeut, og om det var arbeidsstedet som satte denne begrensningen. Det var ikke noen formell grunn til at hun ikke kunne gi dem terapi, mente hun, selv om hun hadde inntrykk av at klientene kom til henne på grunn av hennes rolle som familierådgiver. Hun tenkte bare på det som rådgivning. Jeg følte meg litt forvirret, og var usikker på om hun hadde oppfattet spørsmålet mitt. Selv om kravet er at studentene skal ha terapiklienter, ønsket jeg ikke å "rådgi" henne ved å begynne en diskusjon om terapeutrollen versus rådgiverrollen i denne fasen av veiledningen. Jeg bare sa at jeg var innstilt på å veilede med utgangspunkt i at hun var gestaltterapeut under utdanning, og at vi kunne sette ord på hva hennes rolle handlet om etterpå.

Bente begynte straks å fortelle ganske mye om paret og om historien sett fra kvinnens side. Hun sa at kvinnen hele tiden henvendte seg til henne, og at mannen ville at kona skulle forandre seg. Bente satt lent framover og "snakket med hele kroppen". Hun virket urolig mens hun fortalte. Jeg følte meg fort overveldet og merket en motstand mot å bli dratt inn i den ene partens historie. Bentes blikk var hele tiden vendt mot meg mens hun fortalte, som om hun ville overbevise meg om noe, uten at jeg fikk noen følelse av at hun egentlig så meg. Jeg ønsket at hun også "skulle forandre seg".

På bakgrunn av min awareness på uro for, press til og motstand mot å bli trukket inn i noe eller til å ta side, tenkte jeg med en gang at denne opplevelsen var parallell med det som skjer med Bente i feltet med klientene. For først å støtte hennes awareness spør jeg hva hun blir oppmerksom på når hun forteller. Hun sier at hun ikke vet hvordan hun skal komme unna kvinnens henvendelse til henne. Jeg bekrefter at denne spørsmålsstillingen er veldig god og viktig awareness. Jeg sier at jeg ser at hun beveger seg mens hun snakker om klientene sine, og hun bekrefter også min awareness i feltet med henne når hun sier hun føler seg veldig urolig. Hun sier videre at hun også føler seg urolig sammen med paret. Jeg gjentar at dette er god awareness som jeg tenker at vi kan bruke for å utforske mer av det som skjer i hennes relasjon til paret. Jeg tenker samtidig at å jobbe med par er mer komplekst enn individualterapi, at konfluens er figur, og at hun som student og uerfaren gestaltterapeut trenger mye støtte og hjelp til konkretisering og "rydding".

For å unngå å bidra til mer forvirring foreslår jeg et eksperiment og spør om hun kan tenke seg å bruke to stoler til å gestalte paret. I dette tilfellet velger jeg å ta terapeutrollen fordi jeg har så klare ideer om hvordan jeg som terapeut vil intervensere. Valget er dessuten påvirket av at jeg har mer erfaring enn henne. Jeg foreslår at hun spiller kvinnen, og at hun velger en av de andre i gruppen til å være den mer passive mannen. Jeg ber henne stille seg bak gruppedeltageren og gi litt instruksjon av "hvem jeg er som mann i dette forholdet" – noe hun tar kjapt og lett. Så går hun i gang med å spille kvinnen i forholdet.

Som ventet henvender hun seg til meg som terapeut. Etter en stund ber jeg henne si det hun har sagt til meg, til mannen. Talestrømmen stopper umiddelbart – og hun sier: Han vil ikke høre på meg, han sier bare jeg må forandre meg, osv. Jeg reiser meg, går bort til henne, setter meg ved siden av henne, og spør hva som skjer med henne når han sier slike ting. Hun blir usikker, vet ikke hva hun skal si og føler seg dum og redd. Jeg spør om hun kan si akkurat det hun nå føler til ham. Med litt støtte gjør hun det. Mannen ser ut til å høre og forstå. Hun slutter å fortelle. Jeg går bort til ham, spør hva han hørte, og hvordan det virket på ham. De lener seg begge litt frem mot hverandre.

Jeg avslutter eksperimentet og ber Bente dele hva hun har opplevd. Som kvinnen i forholdet merket hun at hun fikk en helt ny erfaring med å bli hørt da hun henvendte seg til mannen, i stedet for å fortelle terapeuten om ham. Hun ble umiddelbart roligere, og behovet for å fortelle og forklare ble borte. Hun merket også at hun ble mer nysgjerrig og *så* mannen bedre.

Vi dvelte litt ved det jeg som terapeut hadde gjort, som var annerledes enn å gå i dialog med en av partene i paret. Vi diskuterte også forskjellene mellom å jobbe med par og individuelle klienter, og jeg knyttet feltteori til dette for å belyse de ulike relasjonene i et relasjonssystem bestående av et par og terapeut. I det videre arbeidet med paret ønsket Bente å ta med seg at når terapeuten fokuserte på relasjonen mellom de to i paret, ble terapeuten ikke fanget eller part i saken. Hun hadde erfart at det ikke var råd som hadde virket, men at terapeuten hadde vist paret hvordan de kunne snakke *til* hverandre og mindre *om* seg selv eller den andre. Veiledningen ble avsluttet med at hun følte seg mye roligere og tryggere. Hun gledet seg til å gå videre med paret.

Eksemplet viser at min awareness som veileder i feltet med veilanden var mitt viktigste redskap til å støtte og å tydeliggjøre veilandens gryende awareness i feltet med meg. Eksperimentet førte til at awareness økte ytterligere og på den måten ble grunnlag for å utforske nye muligheter i feltet med klientparet. Den fastlåste kontaktformen i terapifeltet gjenspeilte seg også i møtet mellom meg og veilanden i veiledningsfeltet. I tråd med teorien om awareness ovenfor kunne jeg ved hjelp av "aware respons" utforske og frembringe nye oppdagelser og erfaringsmuligheter hos veilanden.

Gilbert & Evans (2002) hevder at selv om veilanden befinner seg i ulike felt med henholdsvis veileder og klient, vil de samme tingene fungere i begge kontekstene. En forutsetning for å få frem det som fungerte, var imidlertid at jeg bygget min intervensjon på det som faktisk foregikk i veiledningsfeltet. Etter at veilanden hadde fått awareness på prosessen i veiledningsfeltet, kunne vi gå videre med å utforske og bygge opp awareness på det samme i eksperimentet (stolarbeid) med klientparet. Gilbert og Evans sier at dette er mulig når veilanden er fri til å utforske klientens intrapsyriske dynamikk i et trygt felt i veiledningssituasjonen (*ibid.*, s. 11). Når jeg som veileder holdt "overblikket", dvs. overskuet de ulike feltene, fremmet dette i neste omgang veilandens evne til å gjøre det samme i terapifeltet. Uten awareness kan ikke dette overblikket eller "metaperspektivet" beholdes.

Veiledning på gruppe

I dette eksemplet er jeg selv veiland. Jeg mener eksemplet tydelig demonstrerer flere sider ved veiledning: betydningen av aware respons hos veileder, hvordan man velger hva som trer tydeligst frem, og dessuten hvordan parallelle prosesser fungerer.

I en fast veiledningsgruppe jeg er med i, ønsket jeg veiledning på en gruppe jeg har i terapi. Konkret tok jeg opp at det å "ta og gi plass" var et tilbakevendende tema i feltet med terapigruppen min, og at jeg fikk problemer med å velge mellom å fordele oppmerksomheten mellom gruppedeltakerne og derved stoppe en påbegynt prosess, eller å la den som først har meldt seg inn, fortsette.

Veileder valgte å utfordre meg på bruken av ordet "problem" i gestaltisk perspektiv. Under beskrivelsen av problemet mitt ble det etter hvert tydelig for meg at temaene til den enkelte i terapigruppen også ofte angikk flere andre og derfor kunne legges ut igjen i gruppen, etter at problemstillingen var blitt noenlunde klar. Denne teknikken hadde jeg jo allerede god erfaring med, men ble nå klar over at jeg kunne bruke den mer. Videre begynte det å bli klarere for meg at å jobbe med gruppemedlemmene enkeltvis i gruppen faktisk ikke fungerte. Vi utforsket imidlertid ikke dette nærmere gjennom eksperimentering i veiledningssituasjonen – og denne siste informasjonen forble derfor delvis utenfor min awareness.

Jeg var nest sist av veilandene i veiledningsgruppen. Mot slutten av veiledningen begynte jeg å merke en viss uro fra de andre rundt meg. Min reaksjon var imidlertid å skyve

denne oppmerksomheten til side, og å fortsette min kontakt med veileder. Til slutt brøt imidlertid en av de andre inn og mente at den siste veilanden også måtte få litt tid. Jeg kjente meg både skyldbetyngt og såret. Det var en gjenkjennbar opplevelse for meg i min personlige historie – og berørte selvfølgelig temaet å gi, ta og få plass.

Tilbake i terapigruppen jeg ledet, var jeg med min gryende awareness fra veiledningen konsekvent med hensyn til å legge deltakernes problemstillinger ut i gruppen. Dette satte i gang veldig sterke prosesser hos flere av deltakerne. En av dem, jeg kaller henne Britt, fortalte at hun gjennom hele livet har hatt store problemer nettopp med å ta plass med sitt eget, og alltid opplevd at det andre hadde å si, var mer interessant enn hennes. Da hun hadde delt dette, fikk hun først tilbakemeldinger fra de fleste i gruppen på at de ble veldig engasjerte og interesserte i det hun fortalte. En av deltakerne, jeg kaller henne Mette, gikk imidlertid i sin tilbakemelding til Britt over til å snakke om seg selv og egne opplevelser på mer generelt grunnlag, noe hun veldig ofte gjorde ellers også. Likevel ble jeg opptatt av Mette, Britt trakk seg da tilbake og forsvant helt fra min oppmerksomhet. Jeg mistet awareness på Britt, ble konfluent og tok plass på scenen med Mette – ikke uten dramatiske følger.

Britt som for første gang hadde våget å dele noe som for henne var svært personlig og vanskelig å snakke om, tolket hendelsen i lys av tidligere avvisningserfaringer. Selv om hun nå fikk mange tilbakemeldinger fra resten av gruppen, prellet alt av. Hun ville bare gå og denne gangen forsvinne helt fra gruppefellesskapet. Mette som hadde fått plassen uten at jeg hadde valgt dette bevisst, satt igjen med skyld- og skamfølelse for å ha tatt plassen fra en annen. Nok en erfaring på noe som "alltid" skjer med henne, og som hun "alltid" er redd for skal skje.

Erfaringene mine fra veiledningen fikk flere konsekvenser for terapigruppen. På den ene side virket min økte awareness på hvordan øvrige gruppedeltakere kan oppmuntres til deltakelse i andres problemstillinger, svært bra. Mange flere kom frem siden en av dem som vanligvis holder seg tilbake, tok plass og delte egne opplevelser. Det å gi plass til flere virket stimulerende på de andre som også ofte er stille og tilbakeholdende. På den andre side var imidlertid det som skjedde ved Britts tilbaketrekking, *uten* awareness fra min side. Hennes tilbaketrekking kan sees som en parallell til mine egne, ennå ubearbeidede, "kreative tilpasninger" (intrapyskisk tema) i forhold til å få og beholde ordet med mine temaer, uten ordentlig å lytte eller i alle fall gi tilbakemelding til de andre. Denne hendelsen kunne endt med en sementerende erfaring både for Britt og Mette, om jeg ikke i siste liten hadde fått tak i min indre observatør. Min forsinkede erkjennelse av hva som faktisk foregikk da Britt "forsvant", fanget omsider min oppmerksomhet, og gjorde det mulig for meg – og de andre i gruppen – å møte både Britt og Mette på det de hadde erfart, på en ny måte.

I neste omgang skulle det vise seg at denne dramatiske hendelsen avfødte prosesser i terapigruppen, prosesser som førte til nye valg, handlinger, erfaringer og erkjennelser for alle deltakerne – noe som i sin tur ga glede og større intimitet i gruppen! Jeg mener imidlertid at jeg kunne oppnådd dette på en mindre risikofylt måte ved at figuren "gi og ta plass", mitt tydelige utviklingspotensial, hadde fått større plass i veiledningsfeltet.

Eksemplet ovenfor demonstrerer karakteren av parallelle prosessers parallellitet: fra mitt eget tema i forhold til hvordan jeg tilpasset meg det at vi som barn i vår familie fikk lite plass i samtalen, til terapigruppen hvor "hvordan ta plass" var en vedvarende figur, og til veiledningsgruppen hvor jeg fikk og tok for mye plass. Eksemplet viser hvordan de ulike, men parallelle, prosessene tydelig reflekterer det som er utenfor veilandens awareness. I dette tilfellet fikk også de øvrige veilandenes awareness betydning for veiledergruppen – men vel og merke på et annet relasjonsnivå enn relasjonen mellom veiland og veileder. Mine medveilanders awareness og endring oppsto ikke som aware respons til mitt kasus, men som del av prosessen i veiledningsgruppen som helhet. Den utviklede awareness oppsto samtidig som en parallell både til min intrapsykiske prosess og min terapigruppe.

Da jeg begynte å respondere ut fra awareness på det som faktisk foregikk, kunne jeg veksle mellom egen awareness og å holde overblikket i gruppen. Denne erfaringen er helt i tråd med Gilbert og Evans' (2002) vektlegging av målsettingen om å utvikle veilandens indre, eller internaliserte evne til overvåkning, som de oppfatter som synonymt med evne til *inkludering, kritisk subjektivitet eller deltakende observasjon*.

Konklusjon

Eksemplene mine viser at oppmerksomhet på parallelle prosesser er av stor betydning for utvikling av awareness både hos veiland og klient. Det som dukket opp i veiledningsfeltet, altså det mest åpenbare, reflekterer det som i større eller mindre grad er utenfor awareness i så vel de interpersonlige som de intrapsyriske relasjonene i det gitte veiledningsfeltet. Denne informasjonen antyder så utviklingspotensialet både til veilanden og veilandens klienter.

Når veilederen velger sine intervensjoner ut fra awareness på det åpenbart tilgjengelige i veiledningen ("aware respons"), bringer dette fram ny awareness i veilanden, en reflektert oppmerksomhet som sammen med ny erkjennelse og oppdagelse er personlig utviklende og inspirerende i veilandens videre arbeid med klienten. Fullkontakt i veiledningsrommet bidrar også til endring i terapirommet, og veilanden figurerer ikke lenger på samme måte i feltet med klientene.

"Aware respons", gjenkjennelse av parallelle fenomener, samt evnen til å "overskue" relasjonene og det som presenteres i veiledningsfeltet uten å (for)bli konfluent med veilanden, er alle avgjørende faktorer for at veilanden kommer videre i arbeidet med klientene, og er derfor et sentralt mål for veilandens videreutvikling og læring i veiledning.

LITTERATUR

- Baalen, D. van (1998). Observatørens rolle. I Kompendium 1.klasse, grunnutdanningen. Oslo: NGI.
- Baalen, D. van (2002). Gestaltdiagnoser. I S. Jørstad og Å. Krüger (red.), *Den flyvende Hollender. Festskrift*. s. 14-41. Oslo: NGI.
- Baalen, D. van (2004). Awareness nok en gang. *Norsk Gestalttidsskrift*, 1/2, 89-102.
- Brekke, E. S. (2004). Kontakt i veiledningsfeltet. *Norsk Gestalttidsskrift*, 1/2, 19-23.
- Davis, R. (1997). Parallel Process in Organisational Consulting. *British Gestalt Journal*, 6/2, 98-101.
- Ersikine, R., Maursund, J. & Traumann, R. (1999). *Beyond Empathy in Therapy: A Therapy of Contact- in-Relationship*. USA: Brunner/Mazel.
- Gilbert, M. C. & Evans, K. (2000). *Psychotherapy Supervision*. Buckingham: Open University Press.
- Haugen, H. (2004). Veiledning med Julie. *Norsk Gestalttidsskrift*, 2/ 2, 24-33.
- Korb, M. P, Gorell J. & van de Riet, V. (1989). *Gestalt Therapy: Practice and Theory*. Boston: Allyn and Bacon.
- Krüger, Å. (2004). Bokanmeldelse: Psychotherapy Supervision. *Norsk Gestalttidsskrift*, 1/2, 103-105.
- Krüger, Å. (2005). Gestaltveiledning – Modell for oppdagende læring i kontekst. *Norsk Gestalttidsskrift*, 2/2, 104 -112.
- Krüger, Å. (2006). Symbolenes muligheter. *Norsk Gestalttidsskrift*, 3/1, 136-148.
- Rogstad, T. (2004). Parallelle prosesser i veiledningsrommet. *Norsk Gestalttidsskrift*, 1/2, 4-12.
- Yontef, G. (1993). *Awareness, Dialogue and Process: Essays on Gestalt Therapy*. USA: The Gestalt Journal Press.

Yontef, G. (1996). Supervision from a Gestalt Therapy Perspective. *British Gestalt Journal*, 5/2, 92-102.

Elisabeth Eie

fullførte gestaltterapeututdanningen i 2000 og gestaltveilederutdanningen på NGI våren 2006. Hun er tidligere utdannet ernæringsfysiolog og sosialantropolog og jobbet i tjue år innen bistand og internasjonal utvikling, hvorav til sammen seks år i Bangladesh og Pakistan. Hennes fokus i bistanden var støtte til menneskerettigheter og likestilling som grunnlag for utvikling, hvor støtte til organisering og institusjonsutvikling sto sentralt. Hun har hatt egen terapipraksis siden 1999.