

FRA REDAKSJONEN

Det er et spennende oppdrag å ta over som redaktør for Gestalttidsskriftet. Dette nummeret kan sees på som et første skritt inn i noe nytt. «Hvor er vi på vei?» har jeg derfor spurt meg selv. Ved siden av meg har den tidligere redaktøren, Gro Skottun, stått. Hun har nærmest holdt meg i hånden og sørget for at vi fortsatt holder stå kurs mens vi orienterer oss.

Gestalttidsskriftet er blitt 20 år i år. Det passer kanskje godt at dette jubileumet kommer samtidig som redaktørskiftet. Det er en god anledning til å se oss rundt og bakover i historien før vi beslutter oss for det neste steget videre. I dette nummeret ser vi litt tilbake, og kanskje vil vi gjøre enda mer av det i neste nummer. Likevel har jeg mest følelsen av at dette nummeret inneholder mye som hjelper meg å se framover. Her er det flere artikler som peker vei i retning av mer autoetnografisk skriving innenfor gestaltterapien, og i artiklene om en papirløs flyktning, gestaltterapiens jødiske forhistorie og bevegelsesfenomenologisk veiledning står dialogen fram som verdi, metode og orienteringspunkt.

Autoetnografi

Kari Moe Jacobsens artikkel i 2023 om sammenhengene mellom autoetnografi og gestaltterapi har fått flere i gestaltmiljøet til å orientere seg i retning av autoetnografi som metode. Jeg har troen på at en gestalttilnærming til dette kan stimulere autoetnografien og omvendt at autoetnografisk metode kan utvikle sider ved gestaltterapien. Teorien vår om selv (auto), om felt og relasjon (etno) og den fenomenologiske beskrivelsen som tar utgangspunkt i varhetssoner (grafi) gir oss et godt utgangspunkt for å tre inn i den autoetnografiske tradisjonen. Den største utfordringen er nok etno-aspektet. Det er kanskje en utfordring vi trenger: Hvordan kommer vi oss ut av en (nærsynt) personfokusert, individualterapeutisk synsvinkel slik at vi kan få øye på det større feltet vi er en del av?

I dette nummeret utforsker Vikram Kolmannskog de etiske aspektene ved å skrive nært på en selv (auto). Hvis vi tror på setningen «Jeg blir til i møte med deg», så medfører dette også at den som skriver om seg selv nødvendigvis også må skrive om dem som vi blir til sammen med. Hvordan kan vi gjøre det på en etisk gjennomtenkt måte? Kolmannskog er midt i arbeidet med en bok som ser på forholdet mellom foreldre og barn, og mye av materialet har han hentet fra sin egne erfaringer med å være far. «Hvordan kunne jeg skrive om han uten hans samtykke?» spør han, og i denne artikkelen viser Kolmannskog hvordan stolarbeid kan bidra til denne etiske refleksjonen.

En annen tekst som prøver ut autoetnografisk metode er Sajila Anwars essay som kretser rundt en linje i et dikt av sufipoeten Bulleh Shah. På norsk kan denne verselinja oversettes til «Hva vet jeg om hvem jeg er?» Teksten hennes går tett på forskjellige erfaringer av det å bli til en som og viser hvordan slike opplevelser, der vi blir oppmerksom på personlighetsfunksjonen, vekker skam hos oss eller skammer andre. Hun skriver også om hvordan språket vårt bidrar til å styre erfaringene våre. Et eksempel hun trekker fram er hvordan vestlige forestillinger om kjærligheten er vesensforskjellige fra forestillingene hun kjenner fra den pakistanske kulturen. I vesten kan vi «elske» pizza, mens slike flyktige følelser knyttes ikke til kjærlighet på urdu eller punjab. Hun diskuterer i forlengelse av dette hvordan det å forholde seg til følelser henger sammen med språk og kultur, og forteller om hvordan hun selv har lært seg å gi oppmerksomhet til følelser og dermed bli mer bevisst egne verdier. Jeg tenker også at dette er en tekst som forsøksvis bidrar til utviklingen av en gestaltterapi som bygger på flerkulturelle erfaringer.

I gestaltperspektiv

Med teksten til Anwar åpner vi også opp en ny kategori tekster som vi har kalt «I gestaltperspektiv». Dette er en kategori som vi ønsker å invitere flere gestaltpraktiserende til å bidra til. Her kan man skrive om det meste – samfunnsspørsmål, kultur, vitenskap, etikk, sex, bøker man har lest, tanker man gjør seg – for jeg tror at nettopp gestaltperspektivet i seg selv kan gjøre det man skriver om til noe som er viktig for andre.

En slik tekst som viser hvordan gestaltperspektivet åpner opp for nye innganger til viktige temaer i samtiden, er Signe Ylvisakers artikkel om terapisaftalene hun har hatt med en flyktning. Kasuset hennes gir sterkt uttrykk for utfordringene livet som papirløs flyktning bringer med seg. Teksten kretser rundt terapeutens redsel for ytterligere å avvise et menneske som er blitt avvist av storsamfunnet og nektet tilhørighet. Alt er min feil, synes Maria å tenke, og Ylvisaker viser godt hvordan de begge blir sittende og holde igjen. Maria skammer seg over situasjonen sin, og Ylvisaker skammer seg over at verden er urettferdig og brutal. Enhver intervensjon synes å true med å bringe mer skam inn i situasjonen.

En utfordring med disse artiklene som tar utgangspunkt i eksamensoppgaver der studenter skal utforske et kasus i lys av en kontaktform, er at det større feltet ofte blir utelatt. I denne artikkelen viser Ylvisaker at gestaltterapeuter må være oppmerksomme på tre felt – klientens felt, feltet mellom klient og terapeut og det større feltet som representerer den større sosiokulturelle og politiske sammenhengen de begge eksisterer i. Var veksling mellom disse feltene kan, som Ylvisaker viser, åpne opp for nye erfaringer.

Vi har i dette nummeret oversatt en artikkel av østerrikeren Hermann Wegschneider som for ikke så lenge siden ga ut en bok om dialogen i gestaltterapien og hvordan denne har røtter i en jødisk kultur. At dialog spiller en viktig rolle i gestaltterapi praksis er utvilsomt, men det er likevel noe få av oss har et teoretisk grep om. Kanskje har det noe med advarslene mot å bli sittende og snakke «om» problemene? Dette er noe kommende gestaltterapeuter tidlig blir fortalt er galt. Wegschneider legger med støtte i Levinas og Buber fram hvordan det vi kaller rommet mellom oss, og som vi kan være fristet til å kalle feltet i gestaltterapeutisk tenking, trer fram gjennom dialog – og forsvinner igjen når dialogen opphører. «Mellomrommet konstituerer seg på nytt i hvert enkelt tilfelle i samsvar med de menneskelige møtene», siterer han Buber på.

Artikkelen trekker tråder fra jødiske bibeltolkere via Laura og Fritz Perls til samtidige terapeuter som Lynne Jacobs og Frank M. Staemmler. Jeg håper denne artikkelen bidrar til mer forståelse av gestaltterapiens forhistorie og hvordan dialog er helt sentralt i psykoterapeutisk praksis.

Norsk gestaltinstitutt

NGIs veilederutdanning har blitt populær. Vi har hatt store kull her i Norge de siste årene og det har også blitt startet et samarbeid med institutter i Polen og Ukraina, der NGIs veilederutdanning nå tilbys. Tidsskriftet har det siste året tatt kontakt med veiledere for å publisere nye tekster om veiledning, også for å støtte denne utdanningen med nytt pensum.

I dette nummeret har Katrine Borgen skrevet om kroppslig foranket veiledning. Denne artikkelen utvider det fenomenologiske perspektivet som har vært tilgjengelig ved våre egen utdannelser, og kan kanskje sies å vise hva som er et mulig neste steg for den som vil videreutvikle seg som veileder. Hun viser hvordan Ruella Franks bevegelsesfenomenologiske tilnærming kan gi verktøy for veileders arbeid med å støtte veilandens kroppslighet – og dermed som hun sier «å få kroppens språk til å tre fram». I den teoretiske gjennomgangen forklarer hun på oversiktlig vis hvordan denne metoden støtter seg til en forståelse av varhet som først en vag fornemmelse, så allerede et kroppslig uttrykk for noe og til slutt hvordan Franks begreper gir verktøy for å lytte til det som kroppen sier.

Som jeg skrev innledningsvis, er det en spennende tid å ta over som gestalttidsskriftredaktør. Det skyldes ikke bare at mange gestaltpraktiserende går spennende veier som det er morsomt å følge. Norsk gestaltinstitutt har i flere år holdt på å få et velfungerende kvalitetssystem på plass. Når dette blir endelig godkjent av NOKUT, vil det også bli mulig for NGI å endre på og utvide studietilbudet.

Det er viktig å vite hvor vi er før vi går videre. Det er en regel i turorientering at når man er usikker på veien videre, så skal man gå tilbake til det stedet en sist visste hvor man var. Det vil si til det punktet der terrenget passet til kartet.

Ved Norsk gestaltinstitutt er Gro Skottun dette punktet. I et intervju med henne i dette nummeret forteller hun om bakgrunnen for instituttet, hva hun har lagt vekt på i undervisningen og hvordan det har vært å være i sentrum for denne driften. Å gjøre denne jobben har nok både kostet en del, men også gitt mye. Jeg er takknemlig for det hun har vært med på bygge opp og som nå er godt etablert og sørger for å gi det vi kan kalle gestaltterapi som livsgave videre til nye interesserte. Jeg kjenner på ydmykheten overfor oppgaven som står foran oss som nå gradvis har tatt over de mange funksjonene som Skottun har hatt. Det er viktig for meg at vi forstår hva som er bygd opp gjennom mange år og hvilke grunnstener det nå solid står på.

I intervjuet trekker Skottun fram hvordan pedagogikken ved NGI hviler på gruppedynamikk og det å øve seg på å høre, se og kjenne etter – i samspillet med andre. Studiet tilbyr ikke bare en utdanning i praktisere gestalttilnærminger, men er også for de fleste en måte å utvikle seg selv på med grunnlag i møtet med andre. Jeg tror at dette er et verdigrunnlag vi trenger i samfunnet vårt.

Også tidsskriftet er ved et veiskille. Ved nyttår samlet vi noen av de som har samarbeidet med Skottun om å utvikle tidsskriftet til det det er blitt i dag for en samtale med det vi kan kalle den nye redaksjonen. Vi viderebringer her i dette nummeret noen av poengene fra denne samtalen, og håper at det også kan inspirere lesere til å engasjere seg i arbeidet med å gjøre gestaltterapi mer kjent og mer akseptert i samfunnet.

Kjernen av den nåværende redaksjonen i Gestalttidsskriftet har dannet en gruppe som forsker på arbeidet som gjøres ved NGI. Hvordan virker denne utdannelsen? Forrige nummer brakte de første funnene, som viste at studenter rapporterte om personlig utvikling av å gå på studiet. I dette nummeret skriver Kari Moe Jacobsen om studentenes utbytte av å gå i egenerapi. Her rapporteres det om mer robusthet, økt empati, og om bedre orientering når det gjelder styrker og svakheter og egne og andres behov. Vi har kanskje alltid visst dette, men det er godt at noen nå sørger for å dokumentere det. Det kan bli viktig både i presentasjonen av gestaltterapiutdanningen utad og i våre diskusjoner om veien videre innad.

Jeg vil avslutte denne presentasjonen av nummeret med å vende tilbake til Gro Skottun. I forrige nummer skrev hun om det å eldes. I dette nummeret ser hun tilbake på hva som skjedde den gangen et av hennes barn omkom i en ulykke. «Når livet ikke er til å bære» er tittelen på dette essayet, der hun knytter erfaringene sine opp til teorien om selv og teorier om kriser.

Det har vært en meningsfull og sår prosess å skrive dette essayet, forteller hun. Det er et virksomt essay som er følelsesmessig utfordrende å lese. Skottun gjør her et arbeid med å vise oss hvordan det var når dette som ikke er til å bære, likevel skjedde. Det er umulig å ikke la seg berøre. Jeg blir sittende og tenke på kraften det ligger i å dele – særlig når det handler om sorg. Når noen makter å dele noe slikt, så taler det rett til oss.

Jeg takker alle bidragsytere.

Per Terje Naalsund

Redaktør