

Terapi av situasjonen - arbeid med oppmerksom respons

Av Heidi Gaupseth

I mitt arbeid med klienter erfarer jeg at det skjer «noe» i relasjonen mellom klienten og meg, som skaper en opplevelse av mening og forbundethet i situasjonen. Disse erfaringene har berørt og inspirert meg til å se nærmere på hva jeg gjør som gestaltterapeut, og hvordan jeg kan sette gestaltteori på min praksis. Ved hjelp av en kasusbeskrivelse vil jeg i denne artikkelen knytte min praksis til teori om oppmerksomhet og oppmerksom respons i den terapeutiske situasjonen.

NØKKELOORD: *situasjon, det åpenbare, fenomenologisk holdning, oppmerksomhet, i kropp*

Som gestaltterapeut erfarer jeg sammen med klienten å bli sterkt berørt i terapirommet. Dette opplever jeg som virkningsfullt terapeutisk, og meningsfullt for oss begge. Disse erfaringene gjorde meg nysgjerrig, og jeg spurte meg selv om dette er gestaltterapi? Dette skjer jo bare! Da jeg begynte å se nærmere på hva klientene og jeg gjør sammen, ble det tydelig for meg at i teorien vil min praksis kunne knyttes til oppmerksomhet, og oppmerksom respons. I denne artikkelen vil jeg derfor spisse problemstillingen til å undersøke nærmere begrepet «oppmerksom respons». Hva fanger min oppmerksomhet i den terapeutiske situasjonen, og hvordan bruker jeg det jeg blir oppmerksom på til å utforske og eksperimentere sammen med klienten?

Georges Wollants bok *Therapy of the Situation* (2007) ble en stor inspirasjonskilde for meg. Han binder flere teoretikere sammen, og viser vei inn i teorien om oppmerksomhet og oppmerksom respons, og hvordan jeg som

gestaltterapeut kan velge å bruke det jeg blir oppmerksom på i den terapeutiske situasjonen. Wollants setter ord på erfaringer jeg har som terapeut, og jeg finner støtte i teorien til min praksis.

Wollants hevder at individet til enhver tid er en del av en situasjon hvor individets atferd og utvikling er en funksjon av den totale situasjonen. Situasjonen inkluderer både individet selv, og omgivelsene, og betraktes som avhengige størrelser i et dynamisk hele. Ved å betrakte samspillet mellom terapeut og klient blir perspektivet at alt som skjer i relasjonen, tilhører situasjonen. Å holde tilbake blir da eksempelvis ikke lenger et individuelt problem, men heller et uttrykk for at det ikke er tilstrekkelig støtte i situasjonen (Wollants 2007, s. 99). Med en slik holdning blir det med andre ord ikke terapeutens ansvar alene å løse klientens problemer, det er klientens og terapeutens felles ansvar. Den terapeutiske situasjonen er en mulig relasjon der klienten og terapeuten sammen kan skape nye sammenhenger, hvis de opplever seg tilstrekkelig støttet i relasjonen.

Wollants viser blant annet til Perls mfl. (1951) som skriver at «helheten bestemmer delene», og at det jeg erfarer i situasjonen sammen med klienten, ikke bare handler om meg, men tilhører denne konkrete terapeutiske situasjonen. Braathen (2009) hevder at når vi finner nye sammenhenger gjennom eksperimentering og utforskning i rammen av den felles terapeutiske situasjonen, vil den felles erfaringen vi gjør, støtte klienten og meg som terapeut, vår relasjon utvides, og oppmerksomheten øker. Staemmler (2009) er opptatt av «*die gemeinsame Situation und das Zwischen*»¹ – hvordan oppdage det som ligger mellom, og bruke dette terapeutisk her og nå.

Dette forutsetter en fenomenologisk holdning fra terapeutens side som gjenkjenner og setter til side forutinntatte holdninger om hva i situasjonen som er relevant (Yontef 1993). En fenomenologisk holdning handler om oppmerksomhet, og jeg vil i det følgende utdype oppmerksomhetsbegrepet knyttet til det Wollants kaller «terapi av situasjonen».

Oppmerksomhet

Oppmerksomhet beskrives av Wollants (2007, s. 86–89) som en kroppslig følt og implisitt kunnskap om noe som angår meg, og som er en viktig del av

prosessen med å *kontakte*. Det er ikke bare en implisitt kunnskap, men også en *vektlegging av situasjonen*, slik den framstår for meg på et gitt tidspunkt. Den kroppslige fornemmelsen informerer meg, og er samtidig nøkkelen til hva jeg velger å gjøre videre. Oppmerksomhet refererer seg ikke til min indre verden, men består av min bevisste oppmerksomhet om *interaksjonen* mellom *person og verden*, hvordan vi blir påvirket av verden, og hvordan relasjonen kommer til uttrykk i situasjonen her og nå.

Staemmler (2009) knytter begrepet oppmerksomhet til empati, og argumenter for et nytt og utvidet empatibegrep. I likhet med Wollants framhever han forståelsen av empati som noe som utvikler seg i situasjonen mellom klienten og terapeuten. Staemmler ser empati som et fenomen som ikke bare befinner seg i hodet, men som er «rotfestet dypt i kroppen» hos personene som er i situasjonen. Han sammenligner empati med metaforen «dans og lek». Å leve seg inn i, og å være medfølende, å delta og å bidra handler ikke om den andre, men om situasjonen, hvor både klient og terapeut er deltakere. I leken og dansen kan vi oppleve å glemme oss selv, og vi blir del av et kreativt felt hvor lekens eller dansens fram og tilbake kommer av seg selv, og hvor det som skjer overstiger det den enkelte deltaker kan erfare alene. Helheten i den felles situasjonen er mer, og noe annet, enn summen av delene (ibid., s. 219). Empati er ifølge Staemmler virksomt i terapi, kort og godt fordi «jeg forholder meg til deg slik andre mennesker forholder seg til meg» (sitat Vygotkskij i ibid. s. 269, min oversettelse). Vi trenger med andre ord «den andre» – relasjonen – til å oppdage oss selv, og til å gjøre nye erfaringer om oss selv.

Staemmler (2009) knytter oppmerksomhet til begrepene «situasjonsringer» og «horisont». Han hevder at enhver situasjon har en kontekst, som igjen har en horisont. Den fenomenologiske karakter i enhver situasjon kan derfor ikke ses isolert fra den medbrakte horisont. På denne måten utvides fenomenologien i situasjonen også til en fenomenologi av vår historie, natur og religion.

Yontefs beskrivelse av en fenomenologisk holdning, og Staemmlers av den medbrakte horisont, stemmer med min erfaring, og gir på mange måter et uendelig-hetens perspektiv på hva som er mulig å bli oppmerksom på i situasjonen her og nå.

Oppmerksom respons – det åpnebare i situasjonen

Perls mfl. (1951, s. 230) oppfordret psykoterapeuter til å holde seg til overflaten, til det mest åpnebare i møte med klientene, og hevder videre at all utvikling og vekst i et terapiforløp skjer ved at terapeut og klient sammen

1. Den felles situasjonen og det som er mellom, min oversettelse.

utforsker det åpnebare; det som er gitt. Perls kaller dette fenomenet «the id of the situation» og hevder at «id» handler om dynamikken og interaksjonen i situasjonen, ikke i personen og ikke i omgivelsen, men i situasjonen de utgjør sammen akkurat nå. Dette krever en relasjonell oppmerksomhet på den totale situasjonen (Perls i Wollants 2009, s. 155). Wollants uttrykker dette så poetisk ved «id is knocking at the door of my awareness». Det er altså noe som påkaller min oppmerksomhet som terapeut (og, jeg tenker, klientens), men jeg vet ikke helt hva det betyr for meg – ennå. I teorien om selv² knyttes «id» til forkontakt, hvor situasjonen ennå ikke er organisert i en tydelig figur.

Det åpnebare knytter seg således til en tilstand av bevissthet hvor vi implisitt er blitt oppmerksomme på hva situasjonen krever, og det er «kroppens måte å leve i situasjonen på» (Wollants 2007, s. 89, min oversettelse). Det åpnebare i situasjonen kommer slik først til uttrykk i form av kroppslige fornemmelser eller uttrykk som vi ikke helt kan gi mening til, men som er vår kroppslige forståelse av hva situasjonen krever. Det er denne forståelsen av situasjonen vi som terapeuter oppfordres til å utforske videre med en oppmerksom respons. van Baalen (2002/4) kaller dette å utforske det «naive» og nye i situasjonen, og jeg forstår ham slik at det åpnebare tilsynelatende kan virke ubetydelig, som en risting med armen eller et lite smil. Skal prosessen med å utforske det observerbare fenomenet ikke stoppe opp med et rutinespørsmål fra terapeuten, er det viktig at intervensjonen inkluderer noe mer enn observasjonen selv – den må inkludere det som er åpenbart i situasjonen, «id».

En intervensjon basert på «id» av situasjonen kaller Perls (1951) «oppmerksom respons». Gendlin (1992) hevder at den terapeutiske relasjonen støtter den gradvise differensieringen av det gitte i situasjonen; hva er «meg» og hva er «ikke meg», og alt hva jeg som terapeut trenger å gjøre, er å holde «id» med selskap (Wollants 2007, s. 89). Sammen vil klienten og terapeuten så gradvis tilegne seg en fornemmelse av «id». Berg (2006) uttrykker seg slik:

I gestaltterapi kan både terapeuten og klienten utvikle evne til å legge til side forutinntatthet, antakelser og forventninger, og åpne opp for nysgjerrighet og åpenhet til seg selv, den andre, relasjonen, verden, det åndelige og det de ennå ikke vet (s. 115).

Berg kaller ikke prosessen hun beskriver for oppmerksom respons, og henviser heller ikke direkte til teorien om selv eller id-funksjonen, men hun beskriver en holdning jeg tenker er forutsetning for, og et resultat av, oppmerksom respons i terapi.

Oppmerksomhet i den terapeutiske situasjonen vil med andre ord gå ut over det rent observerbare i situasjonen. og inkludere alt jeg blir bevisst på her og nå. Oppmerksomhet handler også om eventuelle kroppslige fenomener jeg registrerer i egen kropp, fornemmelser og tanker som dukker opp, som er knyttet til klientens historie, min historie og vår felles historie. Alt dette er tilgjengelig for meg som terapeut. Min holdning og min erfaring vil være med på å bestemme hvilke valg jeg gjør, hva som fanger min interesse og hvordan jeg velger å bruke det jeg blir oppmerksom på terapeutisk til å intervenere overfor klienten. En intervensjon (oppmerksom respons) basert på det åpnebare i situasjonen («id»), vil ha støtte i relasjonen til å utforskes videre, energien vil stige og det vil være mulig å utvikle mening og gi ny forståelse til våre erfaringer i rammen av den terapeutiske situasjonen.

Laura Perls (1999) uttrykker at ved å fokusere på «det som er», og «ikke det som ikke er», får klienten vanligvis nok støtte, og «the actual experience of any present situation does not need to be explained or interpreted, it can be directly contacted, felt and described here and now» (i Wollants 2007, s. 152). En utforskning av det åpnebare i situasjonen trenger med andre ord ingen forklaring eller tolkning, det er som det er, og kan erfares og beskrives her og nå.

Oppmerksomhet kan læres og utvikles, og min erfaring er at jeg ved å utvikle min oppmerksomhet på hvordan «id» kommer til uttrykk i den terapeutiske situasjonen, og ved å ha en holdning om at det som kommer til uttrykk handler om situasjonen, så erfarer jeg å være støttet som terapeut. Sammen med klientene mine kommer jeg inn i en «dans» hvor vi kan oppleve å «glemme oss selv», og vi blir del av et kreativt felt hvor leken eller dansens «fram og tilbake» kommer av seg selv og hvor det som skjer overstiger det som vi kunne erfare alene. Det hele starter med en oppmerksom respons fra meg som terapeut.

I den følgende kasusbeskrivelsen vil jeg vise hvordan jeg arbeider med en av mine klienter i min kliniske praksis i forhold til teorien beskrevet over. Jeg viser utdrag fra en terapitime hvor jeg beskriver fenomenologisk det som skjer. Samtalen er basert på notater etter samtalen. Klienten er anonymisert.

2. Jfr. teori om selv i Wollants (2007, s. 112–121), van Baalen (2002, s. 39–47).

Kasusbeskrivelse

Kari er rundt 60 år, og sykemeldt etter en jobbkonflikt. Hun har gått i terapi i ett års tid, er gift og har ingen barn. Kari sier hun kjenner seg som «ingen-ting», har mistet selvtilliten, er lei og vil ikke ha det slik mer. Det hun vet, er at hun «ikke vet» hva hun skal gjøre nå. Hun opplever forventninger fra omgi-velsene om at hun må komme seg tilbake i jobb. Jeg tenker at klienten befinner seg i en impasse, noe som støtter meg i å holde klienten i ubehaget av ikke å vite og ikke gå til løsning, men å støtte det som er. Hvordan støtte klienten i det som er, når det som er, er uutholdelig?

Verbatim 1 «Ingenmannsland»

Kari kommer inn, setter seg i stolen, smiler og ser rett på meg uten å si noe. Jeg tenker at hun har forventninger til meg og venter på at jeg skal ta et initiativ. Jeg velger å sjekke ut med henne og kommer med en påstand som jeg tenker inkluderer «id»:

T: – Du sier ikke noe, smiler og ser rett på meg. Jeg merker at jeg tenker du har forventninger til meg, stemmer det?

K: – Ja, jeg tenker at du har et opplegg for hvordan du skal «finne ut av meg».

Kari smiler, trekker på skuldrene.

T: – Så det har du ... Jeg merker at jeg kjenner på ansvar nå og får lyst til å prestere, og samtidig lurer jeg på hvordan jeg kan «finne ut av deg». Jeg vet ikke hvordan jeg kan det ... finne ut av deg. Hvordan er det for deg å høre at jeg ikke har et «opplegg» for deg?

K: – Nei ... jeg vet ikke? (Sukker og svarer med lav stemme).

Jeg deler hva jeg observerer, og samtidig tenker jeg at hun har forventninger til meg. Vi har begge forventninger – jeg tenker til oss selv og den andre. Jeg kjenner fenomenet igjen fra tidligere timer, og jeg tenker dette er i situasjonens horisont, og bidrar til å gjøre tydelig for meg hva som er «id» av situasjonen her og nå. Jeg tør derfor utfordre Kari på om det å gi ansvaret til andre, ved nesten automatisk svare «vet ikke», er noe hun kan kjenne igjen.

T: – Jeg får en fantasi om at slik gjør du det i andre sammenhenger også ... gir ansvar til andre for at de skal «finne ut av deg». Gjør du det?

K: – Det er jo avhengig av situasjonen det. (Ser på meg og smiler.)

Jeg velger ikke å utfordre videre, men støtter henne på det som er. Jeg tenker hun er blitt oppmerksom på forventninger og ansvar, og velger å forsterke

at det skjer også mellom oss. Jeg ønsker å gjøre tydelig hvordan Kari ved nesten automatisk å svare «vet ikke», overlater til meg og andre å finne svar. Likevel kjenner jeg på ansvar og hjelpeløshet fordi jeg ikke er i stand til å presentere løsninger. Min utfordring som terapeut er, når jeg blir oppmerksom på fenomenet, å stole på at i rammen av relasjonen og utforskning av det åpenbare og det som er «mellom», vil mening kunne oppstå og forandring skje. Det er med denne bevisstheten jeg velger å støtte det som er.

T: – Selvfølgelig gjør du det forskjellig avhengig av situasjonen! I denne situasjonen tenker jeg du har forventninger til meg ... det har jeg og. Sammen har vi forventninger.

I samtalen som følger utforsker vi «forventninger», «ansvar for eget liv», «valg» og «autoriteter», ved å dele erfaringer om hvordan vi gjør det i ulike situasjoner i livene våre. Jeg forteller fra mitt liv, og deler erfaringer med Kari. Jeg tenker hun trenger å høre at hun ikke er alene om å kjenne seg maktesløs uten å vite hva hun skal gjøre, samtidig som hun vet at det er opp til henne og til sist hennes ansvar å velge. Jeg tenker at vi i samtalen erfarer empati – jeg kan leve meg inn i Karis situasjon og hun kan kjenne seg igjen i mine erfaringer, og opplever seg sett og ikke lenger så alene. Vi berøres av hverandres historie og liv.

Kari tar plutselig fingrene opp til munnen, ser ned, øynene blir våte, hun sukker og sier:

K: – Ufff, det er som å være i et ingenmannsland!

Hun ser ned i gulvet til siden for meg. Energien min stiger. Jeg får mange fantasier om hvordan det er i ingenmannsland, men vet ikke hvordan dette er for Kari.

T: – Har du lyst til å vise meg hvordan det er å være i ingenmannsland?

K: – Ja!

Hun reiser seg spontant opp av stolen, ser på meg og smiler. Jeg tenker: Jeg ser du har lyst! Begge har impuls på å bevege seg, framfor flere spørsmål.

Ved å bevege oss åpner vi for å utforske det ukjente, det som er implisitt, uten ord og uten at vi vet hva som skjer. Jeg tenker dette er eksempel på oppmerksom respons. Jeg tenker at fenomenet «bevegelse», tilhører «id» av situasjonen, ikke bare meg eller bare Kari, men at det lå «mellom». Det var akkurat som om vi begge lengtet etter noe annet enn å sitte i hver vår stol uten å vite, og grep spontant muligheten til å gjøre noe annet sammen, uten at vi visste hva det ville føre til.

Vi går sakte rundt på gulvet, Kari foran, jeg følger, Kari snur, vender, snur igjen, inn i et hjørne og ut igjen, fortsetter å gå. Kari sier ingenting. Jeg har

erfart at Kari sier lite, og jeg tenker Kari er usikker på hvordan hun skal gjøre det når vi «utforsker» ingenmannsland, og overlater ansvaret til meg slik hun pleier når hun ikke vet eller er usikker. Jeg kjenner meg selv usikker på hva utforskningen vår vil føre til, og tenker at det er også en del av det åpenbare i situasjonen. Jeg har selv mange erfaringer med å bli overlatt til meg selv, når jeg mest av alt hadde trengt at noen var der og viste meg vei, og jeg tenker Kari har det også. Jeg vil vise at i denne situasjonen er vi sammen i ingenmannsland og i «å ikke vite». Jeg velger å trygge Kari og meg selv, ved å «vise vei» ved å dele først.

T: – *Nå er vi sammen i ingenmannsland ...*

K: – *Ja ...*

Vi fortsetter å gå omkring på gulvet en stund til. Jeg tenker Kari vil tenke at det som skjer på overflaten er for naivt og for ubetydelig til å påpeke eller å dele med meg, jeg fortsetter derfor å dele først. Jeg vil vise henne en mulig måte å utforske og utvikle mening på sammen, ved å dele fenomenene vi blir oppmerksomme på – uten først å prøve å forstå eller gi mening til fenomenet. Jeg vet heller ikke hva som vil komme ut av eksperimentet vårt, men jeg opplever meg støttet i relasjonen, og tør derfor som terapeut å utforske fenomenologisk det åpenbare i situasjonen. Fenomenologien i situasjonen inkluderer vår felles historie, mine erfaringer fra tidligere timer og det jeg observerer her og nå. Jeg tenker Kari opplever seg støttet også, ellers ville eksperimentet stoppet opp. Jeg kaster derfor ut noe nytt for å vise at «slik kan vi gjøre det her», og ser hva som skjer.

T: – *Armene mine henger tungt ned til siden.*

K: – *Mine også, de bare henger der, helt slappe.*

Jeg registrerer at Kari utfyller min deling og tenker hun «lærer». Jeg kjenner jeg blir glad, og tenker at hun åpner opp og registrerer fenomenet uten å tolke eller å prøve å forstå. Vi går en stund til, slenger litt med armene og deler det vi blir oppmerksomme på. Jeg merker at «noe» i situasjonen forandrer seg, jeg blir trist og blir våt i øynene. Jeg velger å dele det jeg blir oppmerksom på mens jeg fortsetter å gå som før. Jeg lar alle mulige tolkninger være åpne, og holder meg til overflaten og beskriver fenomenologisk det som skjer med meg.

T: – *Jeg merker at jeg kommer i kontakt med tårer, blir litt trist uten at jeg vet hvorfor.*

Kari går mot stolen, sier ikke noe, setter seg. Jeg ser at hun har blanke øyne. Jeg blir stående på gulvet, og jeg føler meg alene og forlatt. Kari sitter i stolen, holder hånden på armlenet og ser ned i gulvet bort fra meg. Jeg tenker at hun gråter, selv om jeg ikke ser øynene hennes. Jeg venter litt, tenker Kari trenger

tid til å bli oppmerksom med hele seg på det hun erfarer nå. Jeg velger så å sette meg på huk ved siden av stolen til Kari.

K: – *Jeg er jo skyld i det selv, jeg isolerer meg jo. Jeg tar ikke kontakt med venner og venner, men blir hjemme sammen med mannen min ...*

Snufser, ser ned i gulvet, hånden ligger på armlenet nærmest meg.

T: – *Jeg tenker at du isolerer deg nå også, sammen med meg. Jeg merket at jeg følte meg alene da du satte deg ... som om du ikke trengte meg. Jeg får lyst til å ta hånden din.*

Jeg holder fram hånden min. Kari tar hånden min og ser på meg med tårer i øynene. Jeg har også tårer i øynene. Vi blir sittende slik.

T: – *Jeg merker at jeg blir rørt og varm når du tar hånden min ... jeg føler meg ikke så alene lenger. Vi er sammen i ingenmannsland.*

Jeg støtter det som er, og deler hvordan jeg blir berørt sammen med Kari.

Konklusjon

Jeg har i dette klientarbeidet vist hvordan jeg som terapeut går rett til det åpenbare, og intervensjoner uten å forklare eller fortelle klienten hva jeg har oppdaget, men inviterer til en felles utforskning og eksperimentering med «id» av situasjonen. Når jeg retter oppmerksomheten mot det åpenbare øker energien, og det er nok støtte i situasjonen til at vi kan utforske fenomenene sammen etter hvert som de åpenbarer seg. Jeg blir ikke «alene i ingenmannsland» med ansvar for å løse Karis problemer. Vi erfarer i relasjon, og sammen gir vi mening til det vi erfarer. Når vi sitter sammen og deler hvordan vi opplever å bli isolerte, tenker jeg vi er intimt forbundet. Vår gamle, individuelle forståelse opphører, og vi får en felles erfaring av å være isolert og i ingenmannsland sammen. Sammen erfarer vi hvordan vi kan utvikle mening uten å ha en plan, eller et behandlingsopplegg, for hva vi skal gjøre.

Oppsummering

Gestaltterapi handler om å øke oppmerksomhet i situasjonen sammen med klienten. Dette betinger en relasjonell oppmerksomhet, som inkluderer oppmerksom respons fra terapeuten. En intervensjon som ikke er oppmerksom respons, vil være et rutinespørsmål, som stopper opp videre utforskning av det åpenbare, og man blir i det som er kjent.

Avslutningsvis spør jeg meg retorisk om det er mulig å ikke gi oppmerksom respons? Er det nødvendig og relevant å undersøke et teoretisk begrep

som kan synes selvfølgelig all den tid vi har oppmerksomhet? Er det mulig å arbeide gestaltterapeutisk uten oppmerksomhet? Svaret på det siste er ubetinget nei, og da er det kanskje overflødig å være opptatt av oppmerksom respons i terapi? Jeg tenker at for alle pedagogiske formål, og for meg som fersk gestaltterapeut, er det viktig å øke min oppmerksomhet på hva jeg blir oppmerksom på i den tidlige fasen av et terapeutisk forløp, hvor det åpenbare kun viser seg implisitt eller kroppslig. For meg spisser begrepet oppmerksom respons mitt teoretiske og praktiske fokus, samtidig som jeg kan oppsummere med å si at det kun handler om oppmerksomhet.

Litteraturrevisninger

- van Baalen, D. (2002) Awareness er ikke nok. I S. Jørstad & Å. Krüger (red.). *Den flyvende hollender, Festskrift*. 42–47. Oslo: Norsk Gestaltinstitutt.
- van Baalen, D. (2002) Gestaltdiagnoser. I S. Jørstad & Å. Krüger (red.). *Den flyvende hollender, Festskrift*. 14–41. Oslo: Norsk Gestaltinstitutt.
- van Baalen, D. (2004) Awareness nok en gang. *Norsk Gestalttidsskrift*, 1(2), 89–101. Oslo: Norsk Gestaltinstitutt.
- Berg, M. (2006) Gestaltterapi og kjærlighet – en del av et større hele. *Gestaltterapi i praksis*, 103–128. Oslo: Norsk Gestaltinstitutt.
- Beisser, A. (1994) Paradoxical Theory of Change. *The Gestalt Journal*, Vol XXIV, No.2. USA.
- Brodin, M. og I. Hylander (1999) *Å bli seg selv*. Oslo: Pedagogisk Forum.
- Braathen, E. (2009) Helt Gresk – om vitenskap og awareness. *Norsk Gestalttidsskrift* 2(2), 9–25. Oslo: Norsk Gestaltinstitutt.
- Staemmler, F. M. (2009) *Das Geheimnis des Anderen – Empathie in der Psychotherapie*. Stuttgart: Klett-Cotta.
- Yontef, G. M. (1993) *Awareness, Dialogue & Process: Essays on Gestalt Therapy*. New York: The Gestalt Journal Press.
- Wollants, G. (2007) *Gestalt Therapy: Therapy of the Situation*. Faculteit voor Mens en Samenleving, Belgia.ing.

Gestaltorientert veiledning i kriminalomsorg

Av Hilde Pande-Rølfson

I mitt arbeid som rådgiver/veileder i kriminalomsorgen har jeg god med å bruke gestaltorientert coaching, eller veiledning, overfor mine klienter. I denne artikkelen søker jeg å vise hvordan bruken av awareness og menologisk tilnærming fører til økt oppmerksomhet og nye muligheter for endring hos mine klienter.

NØKKEORD: Awareness, fenomenologi, polariteter, gradering, kriminalomsorg

Jeg arbeider i en del av kriminalomsorgen som blant annet har som oppgave å vurdere om siktede kvalifiserer til en friere type soning av straff enn det som er pålagt ved dom, vil siktede komme til en såkalt personundersøkelse (PU). Spørsmålet er om siktede skal besvares i PU er fastlagt av kriminalomsorgen. Kunnskap og dokumentasjonen gir om siktede vil være vårt grunnlag når vi vurderer om personen er egnet til vår type straffegjennomføring, som innebærer en viss grad av frihet. PU skal vise oss, og retten, om siktede er motivert for å gjennomføre straffen samt at det fra siktetes side er satt i gang tiltak som for eksempel bestraffelse for rusproblematikk og aktiviteter som anses nødvendige for ikke å bli tilbakefall. PU skal vise oss, og retten, om siktede er motivert for å gjennomføre straffen samt at det fra siktetes side er satt i gang tiltak som for eksempel bestraffelse for å redusere tilbakefall til kriminalitet og rus. Etter at siktede er gjennomført straffen, vil han/hun være pålagt jevnlig samtaler med oss.