

Å innlede et veiledningsforhold¹

Kari K. Holm og Egil Hundevadt²

Det følgende er et konsentrat av innlegg på psykoterapiutvalgets høstmøter og av innlegg på kurs i "veiledningens pedagogikk".

Sammendrag

Med mulig relevans for andre faggrupper beskrives de første veiledningstimer i utdanning i psykoanalytisk orientert psykoterapi ut fra:

- *veiledning som arbeidsform med opprinnelse i "Onsdagsmøtene" i Sigmund Freuds hjem,*
- *veiledning i forskjellige utdanningssammenhenger,*
- *relevant informasjon om kandidaten,*
- *pedagogiske råd ved pasientbehandling for nybegynnere samt*
- *arbeidsbetingelser og psykoterapilæring.*

Veiledning som arbeidstradisjon oppsto hjemme hos Sigmund Freud. I 1902 begynte han å invitere kolleger til diskusjonsmøter på onsdager. Dette var kolleger som gikk i analyse hos ham og samtidig besøkte hans hus som velsette gjester til søndag middag.

"Die Traumdeutung" som var kommet ut to år tidligere, i 1900, var for Freud hovedverket som han håpet skulle prege det nye hundreåret. Idag kan vi fastslå at han fikk rett i sine store tanker om egen betydning. Psykoanalytisk teori og behandlingsmetode og kollegiale fora er etablert i de fleste land i Europa og på det amerikanske kontinentet.

Freuds onsdagsmøter finner vi igjen i våre dagers seminar- og møtevirks-

1. Tekst opprinnelig publisert i *Bulletin for Institutt for psykoterapi*, Årgang 9, nr. 4, des. 2003. Takk til Institutt for psykoterapi for tillatelse til å trykke teksten her om igjen.
2. Kari K. Holm, psykolog og psykoanalytiker. Egil Hundevadt, psykiater. Sammen ledet de Institutt for psykoterapi i årene 1979 til 1995. Egil Hundevadt døde mars 2019, 88 år gammel.

omhet og i systematisk veiledning, selvfølgelige måter å lære på, ikke bare i psykoanalytisk og psykodynamisk utdanning, men også i fagforeningenes spesialistutdanning.

I psykoanalysens tidlige år i Budapest utviklet det seg en veiledningstradisjon der ens analytiker ble ansett som den selvfølgelige veileder, en person som kjente kandidatens hemmelige arbeidsvaner, uvaner og problemer best. I Berlin oppsto en annen praksis som innebar at en annen kollega enn ens analytiker, var den selvfølgelige veileder.

Et studiebesøk i Budapest i 1979 ga anledning til et glimt inn i den kontinentale psykoanalyse og behandlertradisjon. En ung psykolog inviterte til en time med sin veileder, en etablert analytiker hvis liv begynte ved forrige sekelskifte. Å komme inn i hans konsultasjonsrom gjorde inntrykk, som når man besøker familien Freuds leilighet i Wien.

Også den ungarske analytiker hadde en divan dekket med et persisk teppe. Hele rommet var kledd med tepper. Midt på skrivebordet sto et timeglass, der sanden brukte den timen vi var der til å renne gjennom den lille åpningen. Det var velfylte bokhyller fra gulv til tak. Bare en hylle var tom. Der plasserte han den gaven han hadde ønsket seg fra Vesten: en lærebok av Otto Kernberg.

Indirekte formidlet han den sosiale rammen rundt sin veiledergjerning ved å fortelle om hvorledes psykoanalytisk tankegang og praksis hadde overlevd bak jernteppet, gjennom læreanalyse og veiledningsforhold og i arbeidsgrupper, som i hans tid var den ungarske formen for seminar- og instituttvirksomhet.

Ser vi på den norske tradisjonen innen veiledning slik den er nedfelt i Norsk Psykologforenings reglement for "Spesialistgodkjenning i klinisk psykologi med psykoterapi" fra 1961 med endringer fra 1963, står det under punkt 3. Spesiell opplæring i psykoterapi: "Denne supervisjon foretas av kompetente psykoterapeuter som er godkjent av Spesialistutvalget for dette formål. Minst en av disse må være en annen enn kandidatens lærerapeut". I Norsk Psykologforenings reglement er det i dag et krav at begge veiledere skal være andre kolleger enn ens lærerapeut. Vi har dermed forlatt den ungarske tradisjonen og blir "berlinere".

Da Den norske Lægeforenings regelverk om psykoterapiveiledning og psykoterapi-veiledere ble etablert i 1970, var det en selvfølge at lærerapeut og veileder skulle være forskjellige personer.

Den historiske tradisjonen

Hvor vi har vår forankring som veiledere og psykoterapeuter, gjenspeiles i

møbleringen av terapirommet. Freuds divan har også i dag sin plass, med eller uten persisk teppe.

Før en ny kollega møter til sin første veiledningsavtale, viser et kritisk blikk en at det alltid er for mye rot i bokhyllen og på skrivebordet. Familiebilder og barnetegninger skal i hvert fall ikke være på kontoret, hverken private eller fra barnepasienter. Et stort timeglass kunne gjerne stått på skrivebordet som et symbol på den verdifulle ressurs tid er, også i veiledning.

Det er utfordrende å innlede et nytt veiledningsforhold, både ut fra prosessen frem til en vellykket avslutning og ut fra veileders ønske om å bidra til at kandidaten blir en ny kollega å henvise til.

Rammebetingelsene for utdanning

Veiledning som læringsform er sprunget ut av det psykoanalytiske miljøet. I våre dager er veiledning ikke begrenset til et utdanningsinstitutt. Våre oppdragsgivere kan være ledelsen av psykiatriske institusjoner, mens kravene til godkjent veileder er fastsatt av de respektive fagforeningene.

At virksomheten som behandler i psykiatriske institusjoner i økende grad er preget av servicepress og krav om effektivitet, vil uvegerlig reflekteres i veiledningssituasjonen. - Behandlerens frustrasjon over reduserte muligheter til behandlingskontakt over tid vil ofte tas ut overfor veileder. Som veiledere kan vi bare håpe at denne anledningen til å drøfte egen arbeidssituasjon bidrar til at en del kandidater forblir i faget.

At fagforeningenes krav om langtidsbehandling som grunnlag for utdanning ikke fullt ut kan imøtekommes, stiller så vel veileder som kandidat, arbeidsgiver og fagforening overfor et problem.

Det hender at kolleger ber om veiledning uten noe ønske om å bruke sin læring i en kvalifiserende sammenheng, - som når unge kolleger er i ferd med å etablere seg i praksis uten å delta i noe videreutdanningsprogram. Kolleger i den andre enden av det faglige livsløpet, der alle sertifiseringer er på plass, kan også ønske en regelmessig, betalt diskusjonspartner til faglig vedlikehold. Dette kan bli det profesjonelle livets dessert når personkjemien stemmer og begge kan ta seg tid til regelmessig og forpliktende kontakt.

Tjenestevei ved rapportering og attesting har sin selvfølgelig plass på dagsorden for det første møtet mellom veileder og kandidat, når veiledningen er ledd i obligatorisk utdanning og betalt av en tredje part. Uansett om veiledningen er obligatorisk eller ikke, formidler veileder at dette er en læresituasjon der kandidaten kan fremme sine akutte og langsiktige læ-

rebehov, en regelmessig time med tid og rom for pasienterfaringer og for kandidaten selv. Prestasjonspresset i denne rollefordelingen ligger heller på veileder enn på kandidat, idet veileder ønsker å gjøre sitt beste for å hjelpe og støtte kandidaten.

Veiledningsrelasjonen

I løpet av de første veiledningstimene bør veileder passe på at kandidaten informerer om:

- *arbeidsforhold etter embetseksamen og aktuell arbeidssituasjon,*
- *erfaringer med psykiatrisk virksomhet og med pasienter over tid,*
- *tidligere veiledere, faglige råd til nytte og glede og råd som ikke har vært til hjelp*
- *forventninger til den nye veiledningsavtalen og aktuelt forhold til eventuell egenbehandling.*

“Hva ønsker du jeg skal vite om deg, om din livssituasjon? Hva synes du erfaringsmessig er komplisert for deg selv med pasienter? Hvilke snubletråder skal vi se opp for?”, kan være spørsmål som hjelper den innledende dialogen igang. Vi ønsker å formidle til kandidaten at hun eller han, om ønsket, kan formidle egen livserfaring og eventuell erfaring fra læreterapi, egne erfaringer som kan hjelpe en til å forstå fenomener som opptrer i terapi. Slike personlige meddelelser og refleksjoner skal naturligvis ikke bearbeides eller tolkes som i terapi, men bidra til å gjøre kandidaten mer sensitiv for seg selv som instrument.

At veileder gir en kortfattet informasjon om egen utdanning og faglig ståsted, anses som en selvfølge.

Hvorledes pasientmaterialet legges frem, det være seg som skrevne referater, på lydbånd, som utskrifter eller fra hjertet, kan veileder ta som det kommer, i hvert fall til begge parter har en begrunnet oppfatning av lærebehovet.

To råd er sentrale i veiledningens pedagogikk: Det første rådet dreier seg om profesjonell holdning.- Som nybegynner i faget ser en raskt at respektable kolleger er forbilledlig jevne i humør og omgangsform. At en bevisst kan tilstrebe en slik profesjonell konstans i den kliniske hverdagen, kan formidles som et råd:

“- Finn frem til den mest bestandige delen av deg selv, den du er uten å tenke deg om, det selvfølgelige tyngdepunktet i deg selv og hold deg der overfor pasienter”.

Det andre rådet dreier seg om grunnreglen i psykoterapi.

- De fleste nybegynnere kjenner den assosiative metode der en skal tenke høyt om alt som går gjennom ens hode på analysedivanen. I psykoanalytisk behandling er dette arbeidsverktøyet, instruksjonen som angir hvorledes både pasient og behandler kan innrette seg for å gi dette spesielle sosiale samværet innhold og mening.

Hva som foregår i psykoanalytisk orientert psykoterapi, mellom behandler og pasient, forblir ofte uklart for begge parter uten en grunnregel. Denne rådvillheten løses når veileder råder kandidaten til å si til pasienten:

- "Dette er en anledning til nye erfaringer med mellommenneskelige forhold, uansett om man har vondt i hodet,, er deprimert eller oppstemt, har konsentrasjonsvansker eller problemer med sjefen. Selv om det kan virke fremmed og uvant, mener jeg at plager og symptomer best løses der de oppsto, i relasjoner mellom mennesker. Hva med å bruke dette som en anledning til å se på hva som foregår oss imellom".

En kandidat som bruker denne instruksjonen eller oppfordringen til sin psykoterapipasient, slipper også lettere fra "barnesykdommene" i dette faget. En slik psykoterapeutisk grunnregel motvirker presset til å forholde seg som en omnipotent hjelper i terapeutrollen. Forskjellen på overføringsbehandling og bruk av egen autoritet, slik Merton Gill beskriver to måter å arbeide med pasienter på, er teori som veileder også kan bruke for å hjelpe kandidaten på rett vei (1).

En nybegynner trenger både råd om praktiske intervensjoner og om teoretisk forankring for å bevege seg fra rollen som omnipotent hjelper til å forholde seg profesjonelt. Også en nybegynner skal og kan være den som legger forholdene til rette for en annerledes måte å tenke om interpersonlige forhold, slik at pasienten kan erfare spenningsfeltet mellom mennesker og i forhold til seg selv. Dette vil gi pasienten noe å tenke over og gå etter med lupe, istedenfor bare å underkaste seg eller unnvike.

Før veiledningen er i gang, er det nyttig for kandidaten å høre at veiledning er et samarbeid der partene angår hverandre, om enn annerledes enn i en egenbehandlingsrelasjon.

Oppsummering

Som veileder tenker vi gjennom på forhånd om tidligere kontakt kan forstyrre veiledningsforholdet og hvorledes vi kan legge forholdene tilrette slik at vi bidrar til å utdanne nye kolleger å henvise til.

Vi undersøker hvorledes vi kan bidra til;

Å innlede et veiledningsforhold

- *at kandidaten har anledning til regelmessige og uforstyrrede avtaler med pasienter over tid*
- *at den vi skal veilede har et kontor tilpasset arbeidsformen, en divan og to like stoler, slik den historiske tradisjonen tilsier,*
- *at den litteratur vi henviser til, er tilgjengelig i bokhyllen og på biblioteket.*

Den organisatoriske sammenhengen vi veileder innenfor med eventuell rapportering og godkjenning av tjenestevei, avklares i første veiledningstime.

Informasjon om tidligere arbeids- og eventuelle veiledningsforhold, erfaringer med pasienter, sporadiske og over tid, forventninger til det nye veiledningsforholdet samt kortfattet om veileders egen utdanning og ståsted, hører med.

To råd i veiledningens pedagogikk anbefales overfor nybegynnere:

- *det råd at kandidaten finner sin mest predikerbare væremåte for å kunne forholde seg til pasienter og samarbeidspartnere med "konstans" og*
- *det råd at kandidaten bruker en tillem্পning av den psykoanalytiske grunnregel som en instruks til pasienten i psykodynamisk psykoterapi.*

Forskjellen på overføringsbehandling og bruk av egen autoritet omtales også for å motvirke "barnesykdommer" hos nye psykoterapeuter, slik at de beveger seg bort fra rollen som omnipotent hjelper og over mot rollen som profesjonell tilrettelegger for en annen persons, dvs. pasientens, erfaring med nye relasjoner.

Litteratur

Gill, M. Converting psychotherapy into psychoanalysis. *Contemp. Psychoanal.* 1988;24:262-273.