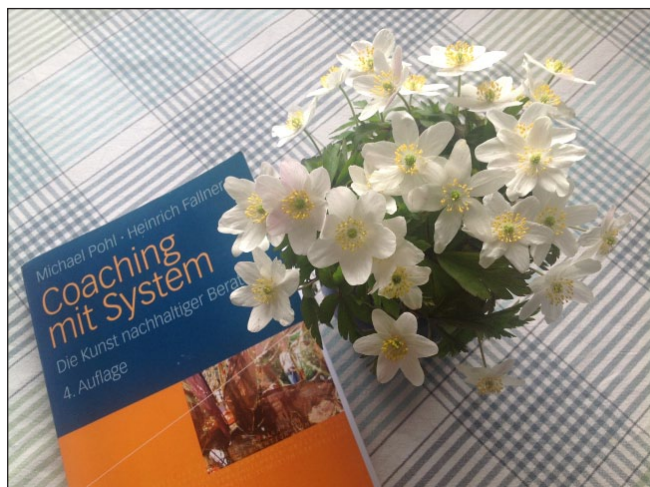


Motstånd, ovilja och rädslor liksom kreativa förhållningsätt

”Ska man måla här, då tror jag nog inte att den här gruppen är nåt för mej!”

Så inledde en deltagarna i en av våra grupper när han kom in i handledningsrummet vid det allra första handledningstillfället. Det väckte för oss en uppmärksamhet på att bara rummets utseende och beskaftenhet kan väcka motstånd och rädsla.

Många gånger möter vi både våra egna och andras starka motstånd mot gestaltande och konstnärliga metoder. Det vi benämner kreativitet hör samman med metoderna men är också mer än metoder förstås, ändå tror vi att förhållandet till metoderna också har att göra med kreativa processer som berör djupa skikt i människor. Kreativiteten, eller skapandet är inte bara av godo eller harmoniskt, det handlar om både konstruktiva och destruktiva möjligheter/risker. Därför är det viktigt att ta motstånd och ovilja på allvar men inte rikta det mot metoderna i sig. Tom Andersen använder sig av uttrycket “att vara lagom ovanlig” (Andersen 2003) och för många är verkligen konstnärliga språk alldeles för ovanligt.



Vi återger här nedan en text vi översatt från tyska om handledning. (Fallner 2010)

“Ett kreativt förhållningsätt innehåller beredskap att lämna upptrampade stigar. Kreativiteten kommer inte från en klar himmel och är inte på något sätt förbehållen genier, den kan och måste övas.

Men hursomhelst finns det många sätt att hindra dess blomning, i värsta fall helt hindra den.

Författarna hänvisar till sju svårigheter som blockerar kreativitet som är särskilt intressanta att undersöka.

1. *Rädslan för misslyckande – Upplevelsen av att det inte får gå fel. Perfektionismens budskap förhindrar kreativa handlingar och tar bort möjligheterna för det spontana. Handledaren som har mottot att bara köra på ”säkra kort” kommer säkert bli sittande och bara prata.*
2. *Att undvika frustration är förståeligt men förför snabbt in i gamla vanliga spår. Räddhåget. Man gör det man är säker på, eftersom man är osäker. Det kommer inte alltid att fungera så som man önskar och den som undviker att ta denna risk kommer aldrig pröva ett kreativt förhållningsätt.*
3. *Rädslan för det okända grundar sig på att man behöver veta slutmålet innan man ger sej iväg. System och individer som bara är förmögna att arbeta när de har en klar och tydlig bild framför sina ögon kan inte experimentera. Handledaren som inte värdesätter det gemensamma sökandet och istället bara styr mot kända resultat understödjer handledningssystemets skyggglappar.*
4. *Behovet av välanpassning är enligt Herman Hesse ett mänskligt tillstånd som alltid är tillgängligt, men som det civila⁵ så är det outhärligt för stabiliteten i systemet i slutändan. Det blir problematiskt och blockerande*

5 Övers anm ”das bürgerliche”

när vi sätter igång med kreativitet först när vi ska tolerera det som oförmåga, oordning, förvirring, tvetydighet. Motviljan till komplexitet, ett överdrivet behov av ordning och symmetri, kväver energi och positivt störande potentialer och fastnar ofta i ensidiga interventioner.

5. *Oviljan att använda sitt inflytande leder till en brist på självtillit. Handlingsförklaring och förlust av de kreativa krafterna blir följderna. Kreativ handledning kan inte bara vara mjuk och accepterande, deltagarna i handledningsprocessen måste stå för sitt inflytande liksom sitt ansvar i processen. Om de inte tar sitt ansvar undergräver de sin effektivitet och handlingskraft.*
6. *Om man har ett motstånd att lita på processen, att låta saker ske och ha sin gång, så står man inte ut under inkubationstiden. När problemen elimineras eller löses för fort så riskerar man att missa målet (köra över chansen). Gestaltningspotentialen utnyttjas inte när viljestyrkan och beslutsamheten inte förknippas med tilltron till livskraften. "Processen är min partner".*
7. *Ett lekfullt förhållningssätt kan uppfattas oseriöst och icke professionellt. Den djupt rotade inställningen att lekfulla ingångar är oseriösa och oprofessionell blockerar därmed levande energier. Den som säger att arbetet också ska vara roligt och ge glädje löper fortfarande risken att ses som barnslig och inte vuxen.*

De lekfulla elementen tjänar den kreativa handledningen på två sätt:

- *Som gestaltande erfarenhetsrum i analoga övningar.*
- *Som återskapande av sociala verkligheter i syfte att påverka dem på ett problemlösande sätt."*

Vi tänker också att gestaltande metoder ofta väcker "barnet" inom oss, och inte sällan "det barnliga" som hotar känslor som handlar om skam, att inte klara av saker och ting, inte kunna, och den skamsansvarfulla vuxna backar och reagerar med motstånd. Att leka och skapa spontant, använda kroppen och låta känslor flöda upplevs ganska ofta hotfullt. En förklaring är att det är en regression, dvs ett sorts steg tillbaka, till tidigare utvecklingsfaser. Vi tror dock att det kan vara precis tvärtom, dvs. en "regression i jagets tjänst", tex som bl. a Winnicott beskriver leken som fenomen och funktion i psykoterapi. "Psykoterapi äger rum i två lekrområden som delvis sammanfaller, patientens lekrområde och terapeutens. Psykoterapi handlar om två människor som leker tillsammans. Följden av detta är att när det inte går att leka måste terapeutens arbete inriktas på att få patienten att övergå från ett tillstånd där han inte kan leka till ett tillstånd där han kan leka" (Winnicott 1989). Winnicott är den som tydligt framhåller lekens funktion som en väsentlig, ständigt återkommande fas i en kreativ relation till världen och som inte bara är en regression i försvarssyfte som psykoanalysen hävdar.

Vi ser likheten mellan en terapi och handledning när det handlar om övergångsområdet, mellanområdet som skapas mellan terapeut/handledare och klient/handledd, dvs den yta där relationerna och innehållet i sessionerna/handleddningstillfällena möts. Kreativiteten blir en brygga mellan fantasi och verklighet, mellan inre och yttre. Konsten är befriare av känslor men ger också struktur genom den konstnärliga formen när sönderfall hotar. Inom uttryckande konst är också själva konsten, skapandet, leken i sig som en tredje i rummet och bidrar till processen och självkänslan hos klient/handledd. Den kan också avlasta destruktiva överföringsprocesser i dyaden terapeut/klient-relation handledare – handledda, som omdirigeras till konsten i rummet.

"For å våge arbeide med kreative læringsmetoder er det avgjørende at det er godt klima og stor trygghet i gruppen. Dette er derfor en av veilederens viktigste oppgave – å skape et trygt rom. Veileder må våge å følge den enkelte prosess selv om en ikke vet hvor det ender. Det er det som er så spennende" (Ödegaard 2008).

Vidare framhålls också att man bör gå försiktigt fram och följa gruppens tempo, dess känslor och sinnligt förnimma var gruppen befinner sig. I synnerhet om man arbetar med kroppen så är det vanligt att det känns obekvämt. Följsamhet är ett honnörsord för den kloka handledaren!

Att stå ut i kreativ process är att kunna och orka stå ut i kaos – också uthärda "det döda ögonblicket".

När man inbjuder människor att skapa, delta, uttrycka sig osv. uppstår inte sällan en tystnad, en stillhet, som kan upplevas hotfull för ledaren (handledaren) om man inte är van. Är man då rädd själv är det lätt att avbryta eller undvika den sortens övningar, eller kliva in och underlätta detta moment och ta över på olika sätt. Frustration och ängslan är en del av den kreativa processen och behöver få finnas, både för deltagare och ledare. Den bör såklart tas på allvar, uppmärksammas och kan också användas i syfte att fördjupa och utforska dess information. Det är givetvis meningslöst att utsätta människor och grupper för utmaningar som inte kan antas, då de kanske