

Kunsten å improvisere

Samspillet mellom fast struktur og kreativ improvisasjon var en rød tråd i feiringen av årets minneprisvinnere. Terapi blir kunst når terapeuten evner å gripe øyeblikket.

TEKST:

Nina Strand

FOTO:

Ranveig Holden Bøe

PUBLISERT 27. oktober 2006



De vakre lokalene i Gamle Losjen i Oslo skapte en stemningsfull ramme om prisutdelingen den 11. oktober. Familie, venner, kolleger og støttespillere hadde møtt opp for å hedre de fire prisvinnerne. President i Psykologforeningen, An-Magritt Aanonsen, delte ut blomster, diplomer og gavesjekker. – Prisvinnernes artikkel beskriver implementering av gode metoder for behandling av barn med adferdsproblemer, et viktig bidrag til å gi disse barna bedre hjelp, sa hun.

Øyeblikkets muligheter

Redaktør i Tidsskriftet Torkil Berge snakket på vegne av juryen. Han hadde invitert to fremtredende jazzmusikere, Bjørn Alterhaug og Egil Kapstad til foredrag og musisering. Jazz, pedagogikk og terapi har til felles en unik kombinasjon av struktur, teknisk beherskelse og improvisasjon, påpekte han: – Vi står ofte i situasjoner preget av

usikkerhet og risiko, der vi trenger alle våre ferdigheter og all vår oppfinnsomhet. Improvisasjon er ingen nødløsning. Fra musikerens og terapeutens ståsted har henholdsvis Bjørn Alterhaug og Sissel Gran fremhevet hvordan god improvisasjonsevne krever mange års forberedelse. I psykisk helsevern og barnevern kan det å mestre denne kunsten være avgjørende for menneskers liv og helse. Det handler både om å kunne takle og frembringe det uforutsette. Målet er å møte mennesker der de er, lytte med det store øret, uten å fortape oss i vår egen stemme. Ikke være forutinntatt og rigid, men fleksibel og dermed i stand til å ta imot og bruke det som kommer, utnytte øyeblikkets muligheter. Samtidig ønsker vi å ha et fast grep om egen kompetanse, kjenne vår egen stemme, og vite hva vi har å by på, sa han. – Slik jeg ser det, er PMT et glitrende eksempel på hvilken kraft det ligger i kombinasjonen av systematisk oppbygget kompetanse, godt teamarbeid og kreativitet i møtet med øyeblikkets utfordringer.

Jazz som kommunikasjon

Bjørn Alterhaug og Egil Kapstad er jazzens distingverte rustne herrer; erfarne, reflekterte og lekne. Etter flere tiår med samspill tar det ikke mange sekunder før de finner hverandre i kveldens første melodi: «Autumn leaves». Alterhaug omfavner bassen, vugger i takt med musikken mens blikket hele tiden søker Egil Kapstad for å fange opp hans initiativer og melodiske vendinger. Andre ganger er det Alterhaug som står for initiativet, ved økende intensitet eller temposkifte. Vi er vitne til en årvåken kommunikasjon, et intenst nærvær, der de to skifter om å lytte til hverandre og å drive musikken i nye retninger. Men improvisasjonens grenser er partituret, notene komponisten skrev. Det er denne musikalske dynamikken de mener andre faggrupper kan være interessert i å lære.



SAMSPILL: Jazzmusikerne Egil Kapstad (t.v.) og Bjørn Alterhaug gav forsamlingen et blikk inn i improvisasjonens verden, både i teori og praksis

Alterhaug leder et forskningsprosjekt ved NTNU som kaller seg «Improvisasjon i tverrfaglig lys», og foreleser jevnlig for leger og annet helsepersonell. – Det foregår en interaksjon mellom oss jazzmusikere som kanskje har interesse ut over musikken. Som

lærer, som far og som bestefar har jeg lært at fremtiden eksisterer ikke i kommunikasjonen. Det å mestre i samtiden er avgjørende, sa han. – Improvisasjon er tuftet på kunnskap, internalisert kunnskap og erfaring.

Improvisasjonsatferd i arbeidslivet vil ofte innebære det å endre en fastlåst situasjon. – Ett eksempel er evnen til å finne lokale løsninger på utfordringer det ikke finnes svar på i lovverk og planer. Det er en viktig og uunngåelig aktivitet, sa Alterhaug. Men i all kommunikasjon er det en viss usikkerhet, påpekte han: – Som den svenske sosialpsykologen Johan Asplund sier: «Jeg vet ikke hva jeg har sagt før du har svart, og du vet ikke hva du har sagt før jeg har svart.» En må gi slipp på frykten for å gjøre feil, være medskapende og lyttende. I jazzimprovisasjon betraktes feil som kilde til læring. Det handler om å utfordre tilvante mønstre, om form skapt i retrospekt. Musikerne gir hverandre rom, og skaper felles forståelse, sa han. De to kunstnerne demonstrerer ved først å spille rett fra notene, regelmessig og korrekt. – Dette hadde vi ikke holdt ut med dag etter dag, ler de, og setter i gang leken med toner og rytmer. – Samme melodi, men nå hadde vi det gøy!

Terapeutene ut på dansegulvet

– I PMT må terapeutene ut på dansegulvet, sa Torkil Berge, og introduserte Terje Ogden, som ga en kort innføring i PMT som metode. Ogden har vært en drivkraft i den norske implementeringen av PMT i Norge, og han tok opp tråden fra jazzmusikerne: – Holder man seg bare til notene, blir det ikke godt nok. Det må være rom for improvisasjon. PMT er et godt eksempel på evidensbasert praksis. Prisvinnerne har forfattet en glimrende artikkel, i tillegg til at de veileder, underviser og inspirerer kolleger.

Elisabeth Askeland takket på vegne av de fire forfatterne. – Vi lar oss gjerne inspirere av jazzmusikerne, sa hun. – Kombinasjonen av fast struktur og aktivt psykisk nærvær med teft for øyeblikkets mulighet er en god beskrivelse av terapien vi driver. Det var et gledes-sjokk å bli tildelt Minneprisen. Arbeidet med artikkelen har vært en lagsportaktivitet som har involvert mange flere enn oss fire, og som har krevd god kondisjon! Askeland rettet en særlig takk til de amerikanske metodeutviklerne Mary Forgatch og Gary Patterson, som har fulgt arbeidet med å implementere behandlingsmetoden i Norge. – Deres sjenerøse evne til å dele, til å oppmuntre og støtte oss døgnet rundt har vært unik. Det har vært en atmosfære av total tillit, sa hun. – Vi nordmenn er ikke vant til daglig oppmuntring i forhold til stort og smått, slik vi har opplevd fra disse to. Jeg får klump i halsen bare av å fortelle om det. PMT forutsetter en ny type kontakt med familiene. Det dreier seg om en felles utforskende samarbeidsånd, der foreldrene er med og setter mål, evaluerer og gir tilbakemelding. Dialog og tillit er avgjørende for å lykkes. Vi gleder oss over tilbakemelding fra foreldrene, som sier at det er godt å bli møtt med omsorg og respekt.

Teksten sto på trykk første gang i Tidsskrift for Norsk psykologforening, Vol 43, nummer 11, 2006, side 1186-1187

TEKST:

Nina Strand, journalist i Tidsskrift for Norsk psykologforening

FOTO:

Ranveig Holden Bøe