

Mot visdom med coaching

När den brittiska psykologen Julie Allan i september höll sin föreläsning under konferensen "Coaching psychology" var det i ett ämne som knappt går att definiera och än mindre att mäta

Visdom har trots sin tusenåriga historia blivit en egenskap, eller åtminstone, ett begrepp, som det talas tyst om i våra dagar. Det har liksom fallit ur modet. Det kanske har sin naturliga förklaring i att det varken kan mätas, vägas eller kvantifieras rent vetenskapligt. Validitet, reliabilitet, signifikanser och normalfördelningskurvor är lika oanvändbara och irrelevanta när det gäller visdom, som när det gäller upplevelser som sorg och glädje och egenskaper som espi och charm. Inte desto mindre var det om visdom, dess definitioner, användbarhet och nödvändighet som den brittiska legitimerade psykologen Julie Allan i september valde att tala om när konferensen i "Coaching Psychology" för första gången hölls i Sverige.

Redan från början hade hon ett öppet tilltal och inbjöd publiken till igenkänning och sympati, som till exempel när hon beskrev sin dåliga vana att prata för fort:

- Jag har en förmåga att göra det när jag är lite nervös. Och nervös blir jag ju när jag inte har svar på allt det jag ska tala om. Och det har jag verkligen inte i dag.
- Det skulle till exempel inte gå att mäta publikens vishet före och efter den här föreläsningen. Vilka parametrar skulle man använda då för att se om den har gett några effekter? Så varför ska man överhuvudtaget bry sig om visdom, frågade sig Julie Allan och svarade själv:
- För att den i högsta grad hör ihop med hur vi människor är mot varandra. Vi behöver visdom. Vi måste gå från en individuell till en mer social introspektion. Vi måste forma system i vilka vi kan arbeta tillsammans för det allmännas bästa.

DÄRMED SKAPADE hon under rubriken "Towards coaching for wisdom" ett samband mellan de två, inte helt självskrivet, samhöriga begreppen visdom och coaching. För också när det gäller coaching i arbetslivet gäller det för den coachande psykologen att tänka i vidare ramar och fundera över vad coaching ska innehålla och varför.

- Vissa kunskaper finns ofta på bekostnad av andra. Det är viktigt för coachande psykologer att relatera tankarna kring visdom till sin egen praktik. Man måste fundera över frågor som vem och vad är det jag coachar, sa hon och uppmuntrade samtidigt publiken till att relatera det till sin egen vardag och verklighet.
- Det viktigaste är inte i första hand vad jag säger utan vad ni i publiken tänker och relaterar till det.

I rubriken för hennes föreläsning fanns också formuleringen "Important but uncertain matters" och trots att det alltså var en föreläsning med vaga förtecken blev den både tankeväckande och underhållande. Julie Allans personliga sätt att närma sig ämnet och publiken spred en påtaglig värme och energi i salen. Deltagarna fick möjlighet att inte bara lyssna utan också att vända och vrida på begreppen utifrån sin egen yrkesroll och diskutera både med sig själv och med sin bänkgårn.

När Julie Allan själv började intressera sig för den psykologiska sidan av visdom trodde hon att hon var rätt så ensam, att visdomen skulle utgöra en blind fläck på psykologiforskningens karta. Till sin glädje upptäckte hon att hon hade fel. Där fanns faktiskt en del visdomsforskning inom det psykologiska fältet. Hon berättade till exempel att forskare frågat människor vad de tycker karaktäriserar en vis person. Svaren har innehållit ett brett spektra av förmågor och egenskaper, som självmedvetenhet, att kunna förstå, lyssna och relatera till andra, att kunna se mönster, att ha humor, att kunna visa medkänsla, att kunna göra kloka och bra bedömningar, att se längre än näsan räcker, att kunna se vad som är det bästa ur ett vidare perspektiv och inte minst att begripa att allt inte går att begripa.

Få var de som angav hög inlärningskapacitet, IQ, logisk problemlösningsförmåga eller massiva faktakunskaper som viktiga egenskaper för den vise. Att vara snabbtänkt och ha ett högt IQ räcker alltså inte för att räknas som vis i omgivningens ögon. Och inte räcker det att bli gammal och erfaren heller.

– Visst kan man bli visare med åren men det är inget självskrivet. Och att vara smart och tänka logiskt är naturligtvis aldrig i vägen, men att vara vis är så mycket mer, konstaterade Julie Allan.

SYMBOLIKEN BLIR VIKTIG när det är svårt att med ord omfatta ett begrepps egentliga innebörd. För att ringa in begreppet visdom, dess förklaringar och innehåll använde Julie Allan sig därför bland annat av bilder på kloka ugglor, dammiga boktravar och på Athena, den grekiska mytologins symbol för vishet. Hon citerade såväl Dalai Lama som Sokrates och Abraham Lincoln och fann att poeter ofta har en bättre förmåga än oss andra att fånga det obestämda och svårgripbara.

Hon berättade om "the Berlin wisdom model", där forskarna i den så kallade Berlingruppen listat vilka faktorer som påverkar utvecklandet av visdom hos individen. De räknar upp kontextuella faktorer som ålder, social interaktion, utbildning och kultur och väger också in andra faktorer som erfarenheter, motivation och IQ.

Det är ett schema med en ganska tydlig bild av vad som finns i den ena ändan och vad som sedan kommer ut som visdom i den andra.

– Vissa gillar säkert att titta på det här schemat, men jag gör det inte, sa Julie Allan och menade att de uppräknade faktorerna inte räcker till. Man måste ha en ännu mer dynamisk syn för att täcka området och tänka.

Julie Allan ansåg också att visdom, hur den än definieras, aldrig kan beskrivas som en särskild, bestämd nivå.

– Visdom är inget som man strävar mot och så småningom når upp till, en gång för alla. Tvärtom är visdomen hela tiden under konstruktion. Den ena processen avlöser den andra i ett ständigt flöde, sa hon.

JULIE ALLAN PÅPEKADE också att psykologer har mycket att hämta ifrån andra discipliner som filosofi och biologi. Till exempel betonar biologen Kramer att en organism ständigt befinner sig i rörelse. Man kan aldrig helt förstå ett fenomen bara genom att studera det i en stillastående form. Allt som sker förändrar och skapar en ny mening. Också vi människor är i ständig rörelse.

– Alltså går man inte från att vara ovis ena dagen till att bli vis den nästa. Därför kan man också vara delvis vis.

Hon poängterade att det är dags att lyfta in visdomen på fler områden i samhället, inte minst i coachningen:

– Vi måste bry oss om, både individuellt och kollektivt, hur vi kan föra in tankar och skapa kunskapsvägar som gynnar framväxten av det som behövs för att vår värld ska överleva. Det är visdom!

Text: HELENE LUMHOLDT
Publicerad i december 2011

FAKTA/ Coaching Psykology Conference:

I samarbete med Sveriges Psykologförbund arrangerade i höstas nätverket Coachande Psykologer för första gången någonsin en coachningskonferens.

Nätverket består av legitimerade psykologer och dess syfte, liksom konferensen, är att stärka psykologins och de legitimerade psykologernas roll inom coachning. Nätverket vill också bidra till kunskaps- och erfarenhetsutbyte mellan psykologer som arbetar med coachning i Sverige, liksom på andra håll i världen.

Drygt hundratalet psykologer hade anmält sig till konferensen där föreläsarna kom från Sverige, Danmark, Norge och Storbritannien. Bland annat redogjorde professor Stephen Palmer för coachningens bakgrund och spridning, Magnus Larsson gav sin systempsykodynamiska syn på coachning och Paul O Olsen avslutade med att presentera det allra senaste på coachningsfronten.

Arrangörerna hade avsatt en timme för mingel med förhoppningen att ytterligare stödja nätverkande och kunskapsutbyte bland deltagarna.