

Protreptik i praksis:

Jeg er certificeret protreptiker hos Ole Fogh Kirkeby, CBS.

Blev certificeret for ca. 1 år siden.

Gennem det sidste år har jeg udøvet protreptik på mennesker på arbejdspladser, i

græsrodsregis/foreninger og på personer, som har henvendt sig, fordi de gerne ville prøve metoden.

Jeg har interesseret mig for protreptik de sidste 4 år – stiftede bekendtskab med metoden, da jeg på et

modul i "Det personlige lederskab" stødte på "Filosofisk Ledelse". Såvel tankerne bag den filosofiske ledelse som bag protreptikken gav stor mening for mig.

Protreptik betyder: At vende mennesket mod det væsentlige i sig selv.

Det er en coachingmetode med filosofien som "bagtæppe".

Det betyder, at det er det humanistiske eller eksistentielle tema, som er på dagsordenen.

Når et menneske kommer til en protreptik, er der ikke et på forhånd aftalt tema, som skal drøftes.

Og der skal heller ikke laves aftaler om specifikke handleplaner ved afslutningen af coachingen.

Der er ikke særlige spørgeteknikker eller tilgange, som kan slås op i en manual, og som coachen kan gå frem efter.

Derfor kan man sige, at coachen er lige så meget på spil/lige så udsat, som fokuspersonen (den der har søgt coaching) er det. Protreptikeren har kun sig selv, sine autencitet, sine egne livserfaringer og sine egne dyder at spille ind med i protreptikken.

Da jeg første gang lavede protreptik på en medarbejder, imens hendes kolleger så på, opdagede jeg undervejs og bagefter, at det var særdeles spændende, og også særdeles krævende.

Jeg havde ingen garanti på forhånd for, at fokuspersonen fik et stort udbytte, jeg havde ingen krykker, jeg kunne støtte mig til. Jeg måtte stole på, at jeg kunne gribe de muligheder og øjeblikke, der opstod imellem fokuspersonen og mig, og på at det kunne give fokuspersonen de input, han havde brug for.

En protreptik, hvor der kun er fokuspersion og coach til stede, varer typisk ca. 1 time.

Fokuspersionen møder uforberedt ind.

Protreptikeren har på forhånd forberedt et begreb, som hun vil lægge ud med.

Jeg har dog oplevet, at jeg afventede, til jeg havde haft en kort, indledende samtale med fokuspersionen, hvorefter et emne stod klart. Og det lagde jeg så frem for fokuspersionen.

Alle gange, jeg har lavet protreptik, ser fokuspersionen meget forbavset ud, når jeg har lagt begrebet på bordet. Det er som om det kommer bag på mennesket – hver gang!

Vi tager så afsæt i, hvad fokuspersionen synes om fx ordet: "Barmhjertighed".

Her vil hurtigt komme nogle andre begreber eller værdier frem, fx "at hjælpe", "at vise omsorg for andre" osv.

Protreptikerens vigtige opgave er at bruge sin intuition, sin erfaring, sine sanser og sin empati til at afsøge, hvad der er vigtigt for fokuspersionen. Og så forfølge det spor!

Det kan være, at omsorg viser sig at være et uhyre væsentligt begreb for fokuspersionen.

Så spørger protreptikeren ind til det. Der kan meget vel være knyttet personlige historier til begrebet, og de må gerne blive fortalt. For de kan også danne et væsentligt udgangspunkt for at finde ud af, hvad det er vigtigt for fokuspersionen at tale om i dag.

I historierne vil ofte være lagret værdier, oplevelser af sin egen rolle i det, der skete, egne holdninger til situationen, til sine medmennesker, til sig selv.

På et tidspunkt i samtalen, hvor vi har talt om "omsorg", kan protreptikeren vælge at spørge: Hvad er det modsatte af omsorg? Eller på anden måde sætte ordet op imod noget tilsvarende eller modsvarende, så det bliver yderligere beskrevet.

Det, som protreptikken kan, er, at den kan hjælpe os mennesker i en tid, hvor vi er omgivet af utroligt mange valg.

Vi har jo det begreb, som Niklas Luhmann har kaldt for "kontingens".

Det betyder, at i enhver situation, så kunne vi have taget et andet valg. Og måske endda et bedre valg!

Der er ikke længere mange valg, der er naturlige eller selvfølgelige for os.

Det kan være en særdeles stressende, frustrerende og spændingfyldt tilstand at være i for os mennesker.

I protreptikken har jeg gang på gang oplevet, at mennesket, der er fokusperson, i løbet af samtalen kommer i situationer, hvor vedkommende skal tage stilling til, om de værdier, han har, er nogle, han selv, har taget, eller det blot er nogle, han troede, at han selv havde valgt.

Det, som Michel Foucault kalder "Den moderne magt", bliver i høj grad synligt i protreptikken.

Og det betyder, at vi meget vel kan gå ind og dekonstruere fokuspersonens forhold til forskellige værdier.

Et eksempel: Jeg har en protreptisk samtale med en kvinde, der er lidt over 60 år gammel.

Jeg har sat et begreb på programmet, der hedder: "Samhørighed".

Meget hurtigt i samtalen fortæller fokuspersonen (Q), at hun er lidt vemodig i forhold til, at hun – pga. at hun er blevet skilt – ikke opnår et livslangt ægteskab sammen med et andet menneske. For, som hun siger, det må da et af de ypperste eksempler på samhørighed.

Vi taler videre, jeg kommer ind på, hvordan hun selv oplever samhørighed. Det definerer hun. Jeg spørger så, om hun har oplevet det. Hun svarer: Ork ja, mange gange. Det er især når hun kommer et helt særligt sted, hvor hun mødes med mennesker, der ligesom hun er interesseret i at tale om livet store spørgsmål.... Vi taler videre, og i slutningen af samtalen opsummerer jeg så, hvad vi har talt om, og spørger Q, om der er noget, vi mangler at komme ind på.

Q fortæller, at hun synes, det har været en stor oplevelse. Hun føler, at det er blevet meget klart for hende, at det livslange ægteskab slet ikke var hendes egen drøm. Det var en drøm, hun havde overtaget – bevidstløst – fordi hun havde hørt andre sige så mange gange, at det måtte være noget af det største.

Efter protreptikken fortalte hun, at hun følte, at denne coachingform gik meget dybt.

Det bekræfter min egen fornemmelse af, at den, når den fungerer godt, kommer i berøring med nogle dybere liggende lag og dermed holdninger og værdier i fokuspersonen. Og det er min tro – som jeg har overtaget efter OFK – at når mennesket bringes i forbindelse med disse dybereliggende værdier, så frigøres der energi til, at mennesket gerne vil engagere sig i noget større end sig selv – både for sin egen skyld, men i lige så høj grad for fællesskabets skyld.

Protreptikken kan ikke bruges af alle.

Den kræver for mig at se, at fokuspersonen er i stand til at reflektere – og synes det er spændende at gøre det sammen med et andet menneske.

Det kræver også, at fokuspersonen er oprigtigt interesseret i at se på sig selv og sine egne værdier og holdninger i forhold til et givent emne eller begreb.

Ifølge OFK var protreptikken i Det gamle Grækenland et "fyrstespejl". Dvs. at det var en dialogisk metode, som blev brugt som en del af en lederuddannelse. Protreptikeren skulle have et vist mod, da det jo ikke var meningen, at han blot skulle tale lederen efter munden. Han måtte også gerne udfordre lederen. Både som menneske og som leder.

Og det er det, protreptikken også skal: Den skal udfordre.

Det skal ske på en anerkendende og ordentlig måde – og det væsentlige er altid, at fokuspersonen er omdrejningspunktet. Det er fokuspersonen, der skal bringes til at vide noget mere om sig selv efter protreptikken. Men det kan kun ske, hvis fokuspersonen engagerer sig i samtalen og bruger sig selv.

I det øjeblik, hvor fokuspersonen vover dette, og protreptikeren vover at sætte sig selv på spil, dvs. begive sig ud på en rejse i fokuspersonens univers, samtidig med at hun holder tømmerne og sørger for, at tiden holdes, at temaet grundlæggende udforskes, at det går ordenligt til, så kan der ske transformativt hændelser. Det er det, OFK kalder for "Begivenheden". Det kan på ingen måde forventes at indtræffe hver gang, for begivenheden kommer ikke på kommando. Men det sker engang imellem, og det er en unik oplevelse, hvor både fokusperson og protreptiker oplever, at de har været en del af noget enestående. Det kan bedst beskrives som en slags AHA-oplevelse, hvor noget essentielt og afgørende går op for mennesket.

Mindre kan dog også gøre det!

Der kan være gode protreptikker, hvor der først og fremmest er sat væsentlige refleksioner i gang i fokuspersonen, som han kan bygge videre på.

I en god protreptik er der derfor ikke nødvendigvis sket en afklaring, når protreptikken stopper.

Knyttet til protreptikken er der nemlig et menneskesyn, hvor man har tillid til, at mennesket er værdigt, myndigt og har et ønske om at "være herre i eget hus". Og når det er tilfældet, så fortsætter mennesket ganske af sig selv de tankeprocesser, der er vigtige for ham, også selv om der ikke sidder en coach over for ham.

I de protreptikker, jeg har lavet, har jeg oplevet, at en enkelt var nok.

I mange af tilfældene har vi så en stående aftale om, at fokuspersonen kan kontakte mig igen, når de har brug for en ny seance.

Hvilke forudsætninger skal man have som protreptiker?

Jeg oplever, at følgende er afgørende forudsætninger, hvis man vil være god til at udøve protreptik:

- En god selvindsigt – herunder et godt kendskab til sine egne følelser, værdier og holdninger.
- Et godt kendskab til sine egne svage sider, så man ikke kommer til at køre noget af sit eget stof af på fokuspersonen.
- En god evne til at lytte, så man forstår det, som fokuspersonen forstår.
- En grundlæggende anerkendende holdning til sine medmennesker – og hermed en dyb respekt for andre.
- Multivers-tankegang i stedet for univers-tankegang: At man anerkender, at vi mennesker kan have et meget forskelligt syn på den samme situation – og det er ok. Der er ikke kun én sandhed/én tolkning af en given situation – der er mange!
- Gode evner i forhold til at reflektere.
- Et syn på det andet menneske, som et væsen, der er lige så værdigt og lige så klogt, som du selv er – kort og godt en ligeværdig person. I denne konkrete coachingsituation er du som protreptiker en slags "tovholder" men i dit syn på den anden er I ligeværdige.
- Empati.
- Oprigtighed
- Autencitet
- Nærvær
- Oprigtig nysgerrighed.

Når jeg mener, at disse egenskaber er et must for coachen at have i protreptikken, så er det fordi:

I protreptikken har fokuspersonen mulighed for at skabe sig selv på ny.

Dvs. at skabe bevidsthed om sig selv i forhold til den værdi, vi taler om, og måske gå fra protreptikken med et ændret syn på sig selv.

Det er vigtigt, at fokuspersonen har hentet disse kræfter i sit eget indre.

For så er der også mulighed for, at fokuspersonen kan fastholde erkendelserne på det dybe plan.  
Protreptikerens rolle og slet og ret at være fødselshjælper i processen.  
Bedrevidenhed og arrogance fra coachen er derfor gift i sådan en proces – modvirker den simpelt hen.  
Hvorimod ligeværdighed, sympati og empati befordrer en frugtbar proces.

Protreptikken kan noget, som ingen anden coachingmetode kan på samme måde:  
Den kan bringe mennesket i kontakt med det væsentlige i sig selv!

26.05. 2013/Lene Sonne