

Visst går det att försörja sig med hjälp av utbildningen på HumaNova. Men de flesta som börjar på terapeututbildningen har sin egen personliga utveckling för ögonen. Under de år som utbildningen pågår brukar det mogna fram vad man är ämnad för.

- Jag har också insett hur viktigt det är att möta människor där de är och inte där jag anser att de borde vara.

LENA OCH BIRGITTA BLEV TERAPEUTER
Varken Lena Wahlström eller Birgitta Lembke visste var det skulle sluta när de sökte till terapeututbildningen på HumaNova. De visste bara att de följde sin innersta vilja.

SÅG DRÖMBILDEN I TIDNINGEN

När Lena gick in i väggen 1987 fick hon äntligen tid att läsa tidningen. Bara några dagar efter hemkomsten från sjukhuset såg hon en annons från HumaNova som grep tag i henne.

- Så där vill jag också se ut, sa jag till mig själv när jag såg fotot på kvinnan i annonsen, berättar Lena. Hon utstrålade ett lugn och en harmoni och såg ut att ha allt det där som jag sedan länge hade förlorat.

Lena hade under många år jobbat med försäljning, service och till och med hållit utbildningar i stresshantering (!) men det hjälpte inte. Tempot var för högt och fokus låg på fel saker så till slut sa kroppen ifrån.

VAD ÄR EN HUVUDFOTING?

Också för Birgitta innebar utbildningen på HumaNova en ordentlig kursändring. Både när det gällde karriär och privatliv.

- När jag var liten drömde jag om att bli läkare, berättar Birgitta, men så kom jag på avvägar.

Efter utbildningen på Handelshögskolan påbörjade hon en tjuugoårig karriär. Vid 40 års ålder var hon Europachef för ett musikförlag och bosatt i London. Men det var något väsentligt som saknades i Birgittas liv, hon kände intuitivt att hon ville någonting annat.

- Jag var en huvudfoting, säger Birgitta med glimten i ögat. Jag använde bara hjärnan och fötterna för att ta mig fram. Kroppen och mina känslor hade jag glömt bort.

Birgitta bestämde sig för att flytta hem och här började på allvar hennes sökande efter sig själv.

-Jag gick många olika kurser, bland annat i mental träning, men kände inte att jag fick de svar jag sökte. Kurserna handlade om hur vi kan realisera vår vilja, att gå från tanke till handling, att göra mer. Den hjälpen behövde inte jag. Jag behövde istället hitta min verkliga vilja och mitt verkliga jag.

I en av utbildningarna ingick dock samtals-terapeuten och författaren Piero Ferruccis bok "Bli den du är" och här kände hon att hon funnit de arbetsredskap och metoder som hon hade letat efter.

BITARNA FÖLL PÅ PLATS

När Lena Wahlström hade gått ett år på utbildningen bestämde hon sig. Hon skulle bli terapeut.

- I det beslutet följde jag verkligen min innersta vilja, säger Lena. Och som så ofta när man gör det så faller bitarna på plats.

Lena var vid den tiden ensamstående mor utan några som helst tillgångar, men omgivningen försedde henne med vad hon behövde för att komma igång. Hennes före detta man gav henne en dator, den gamla arbetsgivaren hjälpte henne med en liten reklamfolder, hon fick starta eget bidrag och slutligen var det en kompis som ställde upp med en lokal.

- Den här första tiden var verkligen en prövning i tillit. Idag förstår jag inte hur det fungerade ekonomiskt. Men jag minns att jag gick med glädje i steget trots att jag hade hål i skorna.

NU HAR JAG REDSKAPEN

- För mig betydde utbildningen att jag bokstaveligt talat blev en ny människa, berättar Birgitta. Jag blev hel och fann min inre harmoni. Idag vet jag vad jag vill, vad jag behöver och jag har funnit en balans mellan att vara och att göra.

Birgitta kände också tidigt att det var terapeut hon ville bli men hon konstaterar nyktert att hade hon haft med sig den här kunskapen i sin första yrkeskarriär så hade hon tyckt det var roligare att jobba. Hon hade varit en bättre chef, vågat sätta gränser, varit mer närvarande och haft balans mellan egna och andra människors behov.

Jag var en huvudfoting, säger Birgitta med glimten i ögat. Jag använde bara hjärnan och fötterna för att ta mig fram.

- Nu har jag minst 3 000 timmars arbete som terapeut i bagaget och mitt nya yrkesval känns bara bättre och bättre. Psykosyntesen har gett mig en mängd redskap att jobba med och jag vågar ha tillit till processen. Min prestationsångest har jag helt lagt åt sidan.

VIKTIGT ATT SKYNDAS LÅNGSAMT

Som de flesta nyutbildade terapeuter byggde Birgitta långsamt upp sitt klientnät.

- Det finns en gräns för hur mycket man klarar i början. Det tar ett tag innan man vågar lita på processerna och orkar vara totalt närvarande timme efter timme.

Också Lena började försiktigt och första tiden tog hon klienter bara två dagar i veckan.

- Jag var så trött på att sälja att jag inte gjorde någon som helst marknadsföring. Jag nöjde mig med att finnas på HumaNovas hemsida och satte min tillit till att jag skulle få tillräckligt med klienter genom "mun till munmetoden".

Den metoden fungerade bra för Lena som idag arbetar heltid med 6-8 klienttimmar om dagen i fyra dagar. Den femte dagen är avsatt för administration och egenutveckling.



Jag följde verkligen min innersta vilja, säger Lena Wahlström. Och som så ofta när man gör det så faller bitarna på plats.

HAN UTVECKLADE SIN YRKESROLL

Johan Trygg hade gått många chefsutbildningar innan han sökte sig till HumaNova. Alla dessa utbildningar hade varit bra, men traditionella chefskurser låter ofta deltagarna bibehålla sina inlärdade roller och man blottlägger inte sig själv helt och fullt. Nu kände Johan att han var mogen att gå djupare in i sig själv.

STORA KRAV PÅ INDIVIDEN

Som personalchef på ett stort företag kände Johan att han ville få en kunskap om vad som påverkar mänsklig utveckling. Han kände också att han inte hade tillgång till hela sin kapacitet.

- Jag behövde bli bättre på att föra samtal om problem och att lyssna mer och tala mindre.

Vi ställer höga krav på individerna i arbetslivet idag. De skall vara kreativa, ta stort ansvar och vara engagerade. Men hur åstadkommer vi detta? Om chefen sänder ut signaler av rädsla, dominans eller till och med förakt får han inte de medarbetare han behöver.

- Jag har också insett hur viktigt det är att möta människor där de är och inte där jag anser att de borde vara.

EN EGEN INRE RESA

För att kunna åstadkomma något i den här riktningen måste man börja med sig själv. Det finns ett oräkneligt antal coacher och mentorer ute i arbetslivet som inte har gjort en egen inre resa - som inte har mött sig själva, sina mönster och sina begränsningar. Då kan man bara jobba efter färdiga koncept, med tester och liknande.

Johan skulle gärna vilja släppa sina administrativa plikter som personalchef i framtiden och helt ägna sig åt utveckling av människor genom möten.

- Kanske jobbar jag om några år i egen regi med personalutveckling. Kanske öppnar sig den möjligheten på min nuvarande arbetsplats. Det får framtiden utvisa.

Trots att Johan jobbar heltid som personalchef har han några terapiklienter vid sidan om.

- Jag tycker det är viktigt att hålla terapeutkompetensen vid liv, jag känner att jag tillför något och inte minst - det ger mig själv fantastiskt mycket. Mötena med mina klienter påminner mig om vikten av närvaro i samspelet med mina medmänniskor.