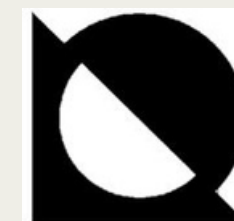




## DÅRLIG LEDELSE ELLER MEDARBEIDERSKAP PÅ VILLE VEIER?

Gallups årlige «State of the Global Workplace»-rapport gir noen svar på hvilke utfordringer vi står overfor i arbeidslivet. En av de mest oppsiktsvekkende resultatene var at 70 % av variasjonen i teamengasjement tilskrives lederen! Medarbeiderengasjementet er på historisk bunnivå; i Europa er det på 13 %, og Norge ligger litt over snittet med 21 % av arbeidsstyrken som definerer seg som engasjerte, det vil si at 79 % er uengasjerte, noe som er historisk lavt. Er dette et tegn på dårlig ledelse eller medarbeiderskap på ville veier?

Videre peker Gallup på en tydelig sammenheng mellom reduksjon i antall uengasjerte arbeidstakere og positive resultater på bunnlinjen. Rapporten viser også en klar sammenheng mellom medarbeiderengasjement, produktivitet, kundetilfredshet, sykefravær og turnover – og ledelse. På bakgrunn av dette er det lett å anta at arbeidslivet har mye å hente på å øke sin relasjonskompetanse både hos ledere og medarbeidere, sier Christin Winther, høyskolelektor ved Norsk Gestaltinstitutt høyskole.



**Norsk Gestaltinstitutt AS**  
HØYSKOLE

PSYKOTERAPI — VEILEDNING — COACHING — ORGANISASJONSUTVIKLING

# ØKT KONFLIKTNIVÅ OG VARSLINGSSAKER

---



## Økt friksjon, konflikt og varslingsaker

Verden og markedet er i konstant endring, og det er stadig nye utviklinger som utfordrer hvordan vi mennesker samhandler, for eksempel fjernkontor og AI. Omgivelsene vi skal navigere i er mer komplekse, og endringstakten øker konstant. Når alle lag i en organisasjon blir presset i tid og rom, fører det også til økt friksjon og noen ganger økt konfliktnivå. Vi ser en oppgang i varslingsaker – også på områder hvor utfordringer kunne vært løst gjennom åpenhet og god kommunikasjon. Det er en pågående debatt om misbruk av varslingsinstituttet ved å bruke de til de «myke» sakene. «Når aktørene som tjener penger på varslingsinstituttet varsler om misbruk, er det grunn til å lytte» skriver Hans Morten Skivik, konsulent AFF i den offentlige debatten (DN 30.11.24). Det tas til orde for behovet for mer relasjonskompetanse for å løse konflikter på tidligst og lavest mulig nivå. Når de «myke» sakene bruker varslingsinstituttets faktaundersøkelse, øker kompleksiteten og konfliktnivået, og sannsynligheten for at det løses i fellesskap synker. Prosessen kan skape tapere.

Kompetanse på konfliktforebygging og konflikthåndtering er nødvendig, og dette er noe vi jobber med på Norsk Gestaltinstitutt Høyskole. Vi trener på hvordan håndtere og løse konflikter, men mest av alt lærer vi hvordan skape en kultur med høy tillit gjennom en ansvarlig

# ERFARINGSBASERT LÆRING - KONFLUENTPEDAGOGIKK

---



## Krav til grønn bunnlinje - rapportering på bærekraft

I tillegg er det økte krav til måling av bærekraft. Organisasjonene skal utvikle seg, nå sine mål og samtidig bidra til at verden når bærekraftsmålene, de skal ta et samfunnsansvar og sørge for en positiv og grønn bunnlinje. Det kreves å tenke nytt, følge med i utviklingen og ha mot til å gjøre endring. Ny forskning viser også at det er sammenheng mellom indre og ytre bærekraft. Ved å jobbe med indre bærekraft, dvs. personlig utvikling (vertikal utvikling), skaper det ringer i vannet som påvirker ytre bærekraft, jf. forskning på sammenhengen mellom indre og ytre endring. (Christine Wamsler, Professor, Docent, ETP, 2023. Lund Universitet og Professor Beate Jelstad Løvaas og Dag Håkon Eriksen Januar 2024, VID Vitenskaplige Høyskole)



Norsk Gestaltinstitutt har mer enn 30 års erfaring med ferdighetstrening i undervisning for økt indre bærekraft hos studentene. Studentene lærer ikke bare teori og metoder, men de erfarer metodene selv gjennom erfaringsbasert læring. Det bidrar til at de kan internaliserer det de lærer. De går gjennom en personlig utviklingsprosess sammen med medstudenter, støttet av veiledere og lærere. De erfarer selv hvordan bygge psykologisk trygghet, og sammen skaper de et miljø bestående av åpenhet og tillit som legger grunnlaget for et godt læringsmiljø og økt læringsutbytte.

# FLERE LÆRINGSARENAER

---



## Unikt læringsmiljø

De trenes til å dele det som er vanskelig, støtte medstudenter i sine prosesser, og de erfarer direkte veiledning av utfordrende samtaler og konflikter. De trener på å få et metablikk på seg selv og omverdenen. De utvikler en forståelse av hvordan vi påvirker og hvordan vi lar oss påvirke – samt forstå hvordan grupper og systemer påvirkes gjennom parallelle prosesser. Dette er grunnleggende prosesser for å bli gode på å bygge og utvikle relasjoner.

Studentene fremhever at medstudentene er en viktig del av læreprosessen. De verdifulle relasjonene som skapes, lager et trygt rom for læring sammen med andre hvor en både får motstand og blir støttet. Norsk Gestaltinstitutts Høyskoles velprøvde studieprogram og lærerkrefter skaper et trygt rom for læring hvor studenten får mulighet til å utforske og lære sammen med andre. Det er et studie som er utfordrende på det personlig plan, hvor det utvikles både et personlig og sosialt mot. Det er krevende å utvikle seg, og det er det også ute i arbeidslivet. Jeg vil si at vi bidrar til relasjonell robusthet, bærekraft og framtidshåp som er viktig i arbeidslivet idag sier Winther.

# KOMPETANSE TIL MORGENDAGENS LEDERE OG MEDARBEIDERE

---

I dette nye verdensbilde i 2025 og fremover, hva kreves det av ledere, HR-partnere, konsulenter, helsepersonell og ikke minst ansatte, for å håndtere dette?

Arbeidslivet trenger robuste og relasjonsorienterte ledere og medarbeidere. Som har evne til å tåle det usikre og til tider ubehagelige, for å kunne imøtekomme dagens og morgendagens utfordringer.

Hvis jeg skal fremheve noen ting våre studenter blir særdeles gode på, og som arbeidslivet trenger:

- Relasjonell tilstedeværelse – «snakke sammen om det som er her og nå»
- Personlig robusthet, tar ansvar
- Se andre og gi tydelig tilbakemelding med vennlig form
- Skape kontakt, bygge og utvikle relasjoner
- Dialog- og forsoningskompetanse
- Konflikthåndtering
- Empati og varme overfor andre
- Prosesskompetanse – kan lede og romme i prosesser
- Endringskompetanse - Kunnskap om The Paradox of change

Jeg vil fremheve at alle våre programmer fremmer **værekraft** som er nødvendig i arbeidslivet i turbulente tider. Det er vel så mange som velger å gå terapistudiet, som gestaltcoaching for å bruke det inn i sitt virke i arbeidslivet.



## Høyskolelektor Christin Winther

### Utdannelse, NGI Høyskole:

Gestaltterapeut (4 år), Organisasjonsutvikling (2 år)  
Etterutdanning (2år) og veilederutdanning (2år)

### Annen utdanning:

Mc ledelse i Arbeidshelse UiO  
Tilsvarende Bachelor i juridiske fag, UiO  
Sykepleiehøgskole, Fredrikstad

# Hvilken nytte - overføringsverdi har du av gestaltutdanningen til din jobb?

#FAGLEDER LEDELSESUTVIKLING AKER BP: CATHRINE GREVE

Som sosiolog kan jeg en del om makroperspektiv - årsakssammenhenger i sosiale system - noe som gir meg en helhetsforståelse av virksomheter og deres dynamikk. Samtidig, for å skape reell endring i organisasjoner trenger jeg også relasjonell kompetanse for å jobbe tett på menneskene som utgjør de sosiale systemene. Og jeg erfarer at for å virkelig skape endring i et system må jeg jobbe på flere plan. Jeg må ikke bare forstå makrosammenhenger, men også ha med meg mikroperspektivet - forståelsen for de individuelle prosessene vi mennesker går igjennom - og jeg må jobbe med begge dimensjonene samtidig for å tilrettelegge for best mulige utviklingsprosesser. Jeg må veksle blikket fra makro sammenhenger til faktisk mikro atferd, og vice versa.

For hva skjer med oss i endringsprosesser, hvordan kan vi håndtere den subtile motstanden vi voksne mennesker kan utøve, hvordan skaper vi trygghet i endringer der redsel holdes tilbake, men likevel er tilstede, hvordan får vi tak i bekymringer, i andres perspektiv for å forstå, samhandle, bygge på hverandre, og integrere nye praksiser. Og hva skjer egentlig mellom oss i de relasjonelle prosessene? Og hvordan kan vi sortere i de for å legge til rette for læring, utvikling, samhandling og innovasjon? Dette finnes det metoder, prosesser og språk for å lære seg. Og det fant jeg gjennom mine studier på NGI Høyskole. Og for meg er gestaltutdanningen ikke bare en utdannelse, men en måte å forstå, erfare og være i verden på. Og ikke minst, det er min superpower på jobb.

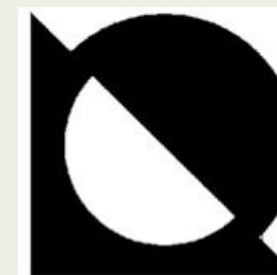


## **Gestalt utdanning**

Gestaltterapeut og veileder ved NGI høyskole.

## **Øvrig utdanning:**

Cand Polit Sosiologi UiO/UC Berkeley



**Norsk Gestaltinstitutt AS**  
**HØYSKOLE**

PSYKOTERAPI — VEILEDNING — COACHING — ORGANISASJONSUTVIKLING

# Hvilken nytte - overføringsverdi har du av gestaltutdanningen til din jobb?

## #BYDELSDIREKTØR ØSTENSJØ:

«Det forventes av meg i min stilling at jeg er tydelig på mål og retning, at jeg stiller krav til mine medarbeidere, og følger opp gjennom gode rapporterings- og styringsstrukturer. Men høy grad av målråsonalitet og krav til orden i budsjettene er en nødvendig, men ikke tilstrekkelig forutsetning for å lykkes i kommunal forvaltning. Verden har blitt mer kompleks, forventningene fra innbyggerne øker, kommuneøkonomien er dårligere, og konkurransen om de beste hodene har blitt tøffere. Jeg opplever svært høye krav til endring og omstilling, og det er umulig å kutte seg ut av problemene. Vi må bruke våre medarbeideres kompetanse fullt ut og utfordre til mer innovasjon.

Coachingstudiet på NGI Høyskole har gitt meg nyttige verktøy og praktisk erfaring i å håndtere mine relasjoner i en svært kompleks hverdag. Studiet har styrket mine evner til å tåle å stå i usikkerhet sammen med mine medarbeidere. Erkjennelsen av at situasjonen er kompleks og vanskelig er et godt utgangspunkt på prøving og feiling. Jeg har også blitt bedre kjent med meg selv, og hvordan jeg påvirker og blir påvirket av andre. Coachingstudiet ved NGI Høyskole er den beste lederutdanningen jeg har fått gjennom et langt arbeidsliv.»

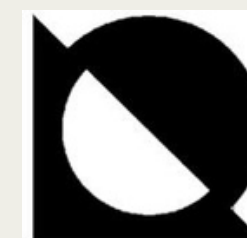
## ALV HUMBORSTAD SØRLAND



### **Gestalt utdanning**

Gestalttcoach, NGI høyskole.

**Øvrig utdanning:** Diploma in planning studies, Urban and regional planning, Edinburgh College of Art.  
Siviløkonom, Handelshøyskolen BI.



**Norsk Gestaltinstitutt AS**  
**HØYSKOLE**

PSYKOTERAPI — VEILEDNING — COACHING — ORGANISASJONSUTVIKLING

# Hvilken nytte - overføringsverdi har du av gestaltutdanningen til din jobb?

#FØRSTEAMANUENSIS I ORGANISASJON OG LEDELSE, OSLOMET, HILDE MOBEKK

«Jeg har en doktorgrad i atferdsanalyse og underviser og veileder fortrinnsvis på etter- og videreutdanning med erfaringsbaserte studier hvor målgruppen er ledere. For meg handler meningsfull læring om mer enn faktaformidling; det er en mulighet til å utvikle hele mennesket. Jeg søker derfor å skape et læringsmiljø som engasjerer både hodet og hjertet, der studentene utfordres intellektuelt og emosjonelt. NGI Høyskole er tuftet på konfluentpedagogikk, som vektlegger en helhetlig læringsprosess der intellektuelle, emosjonelle og kroppslige dimensjoner integreres.

Dette innebærer høy grad av tilstedeværelse – å være til stede her og nå – som vi trener på gjennom hele studiet. Relasjonell tilstedeværelse er noe jeg bruker aktivt i egen undervisning og i lederutvikling. Jeg skaper et rom for tilstedeværelse – se og bli sett – som bidrar til økt bevissthet og læring. Det er her jeg finner «gullet».

NGI har gitt meg et solid pedagogisk fundament som resonnerer godt med den kompetansen jeg allerede har og som jeg ønsker å videreutvikle. Det jeg har lært, kan jeg umiddelbart ta med meg inn i både eget arbeid som førsteamanuensis, konsulent, coach og livet ellers.»



## Gestalt utdanning

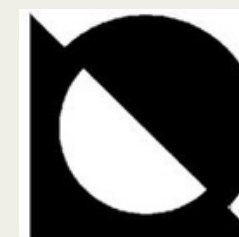
Gestalttcoach 2005, NGI høyskole.

**Øvrig utdanning:** Doctor of Philosophy PhD, Behavior analysis

M.Sc., Behavioral Sciences,

B.Sc. in Business Administration, Specialization in Human Resources,

Handelshøyskolen BI



**Norsk Gestaltinstitutt AS**  
HØYSKOLE

PSYKOTERAPI — VEILEDNING — COACHING — ORGANISASJONSUTVIKLING



# Hvilken nytte - overføringsverdi har du av gestaltutdanningen til din jobb?

#KONSULENT OG LEDERUTVIKLER.  
- KEIRON

---

Studiet mitt ved NGI har gitt meg et fantastisk spennende utgangspunkt for en annerledes og mer helhetlig tilnærming til lederutvikling.

Gestaltfaget har vist meg hvordan «varhet» kan være et utrolig interessant verktøy som kan anvendes i å avduke ulike fasetter ved hvordan vi opplever oss selv, andre personer og våre omgivelser. I forhold til lederutvikling, er det ofte et ønske om å utvikle ens selvinnsikt og relasjonskompetanse. Ledelse er noe som er både dypt forankret i personen som leder og hvordan denne personen forholder seg til menneskene han/hun leder. Varhetsbegrepet er derfor et veldig godt supplementerende tilskudd til hvordan vi kan utvikle og forbedre disse aspektene ved lederutvikling. I likhet med andre lederferdigheter, er varhet også noe som må trenes og utvikles over tid. Derfor er det et fantastisk spennende utgangspunkt i tilnærmingen til ledelsesfaget.

MATTIAS BJARTVEIT

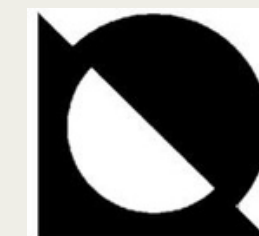


**Gestaltutdanning**

Gestaltcoachstudent ved NGI Høyskole

**Øvrig utdanning**

Mastergrad i Filosofi v/ Universitetet i Oslo og København



**Norsk Gestaltinstitutt AS**  
HØYSKOLE

PSYKOTERAPI — VEILEDNING — COACHING — ORGANISASJONSUTVIKLING

# Hvilken nytte - overføringsverdi har du av gestaltutdanningen til din jobb?

## #ANSVAR LEDERUTVIKLING DNB:

## LINDA JORUNG

"Da jeg begynte som student på coachingutdanningen på NGI, startet jeg også på en ny reise i arbeidslivet. Erfaringene mine fra NGI har virkelig formet min tilnærming til ledelse og psykologisk trygghet. I dag kombinerer jeg mange års ledererfaring med gestaltfaget, og hjelper andre ledere i DNB.

Som leder er det helt grunnleggende å både bidra til og å etablere psykologisk trygghet i organisasjonen. Psykologisk trygghet frigjør kapasitet, og gir rom for utvikling og prestasjon. Vi må ganske enkelt være trygge for å fungere på jobb. Ledelse er personlig, og derfor er lederen selv nøkkelen til trygghet og utvikling hos de rundt seg.

Lederens nøkkel for å skape psykologisk trygghet er relasjonell kompetanse. Denne kompetansen er gull verdt i arbeidslivet – både nå og i fremtiden. På NGI bygger du en solid plattform for å utvikle din relasjonelle kompetanse."

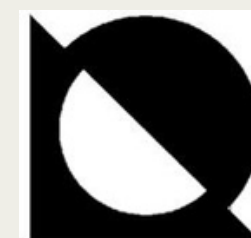


### **Gestaltutdanning**

Gestaltcoaching

### **Øvrig utdanning:**

Master of International Business, University of Sydney



**Norsk Gestaltinstitutt AS**  
**HØYSKOLE**

PSYKOTERAPI — VEILEDNING — COACHING — ORGANISASJONSUTVIKLING

# Hvilken nytte - overføringsverdi har du av gestaltutdanningen til din jobb?

#AVD DIREKTØR HR OG UTVIKLING, BYDEL NORDRE AKER: SVEIN BØRGE HOFTUN

“En utdannelse som gestaltterapeut ble viktig for meg i møte med andre mennesker.

Jeg er mer oppmerksom, og jeg vet mer om hva som kanskje handler mest om meg og hvordan det påvirker meg i møtet med andre. Det hadde stor betydning for meg å lære meg å skille mellom hva jeg faktisk ser og mine vurderinger av det jeg ser. Skjellsettende for meg under utdannelsen var oppdagelsen av at vi er sosiale selv og blir til i møtet med andre. Dette gav meg en helt ny måte å se livet mitt på.

I utviklingsprosesser er det å kunne støtte andre i å se ting på nytt med på å åpne mulighetene for endring også hos andre.

Du kan alltid velge på nytt, noe som kan være frigjørende”



**Utdanning ved NGI:**  
Gestaltterapeut

**Øvrig utdanning:**

PHD Organisasjon, ledelse og kompleksitet/ University of Hertfordshire  
Master of Science/ Middelsex University  
Master of Management Organizational Leadership/ BI

# Hvilken nytte - overføringsverdi har du av gestaltutdanningen til din jobb?

#PEOPLE MANAGER, STRAWBERRY

ISADORA PACHECO-RIVAS

Utdanningene i Gestalt har gjort en stor forskjell for meg profesjonelt og privat. Jeg begynte på gestaltcoaching-utdannelsen for å få påfyll i HR-rollen, og fortsatte videre for å bli gestaltterapeut for å utvikle meg mer.

Gestaltmetoden er et viktig verktøy når jeg jobber med lederstøtte og lederutvikling. Det har lært meg å være bevisst på hvordan vi påvirker hverandre, og hvordan dette kan styrke både utvikling og relasjoner. Jeg tror at vi alle kan endre oss hvis vi får muligheten i et trygt arbeidsmiljø. Jeg er takknemlig for at arbeidsgiveren min verdsetter denne kompetansen.

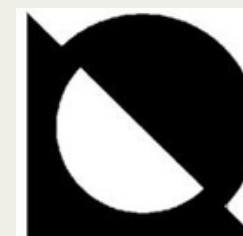


## Gestaltutdanning

Gestaltcoaching og gestaltterapi ved NGI Høyskole

## Øvrig utdanning

Musikk, dans, drama



**Norsk Gestaltinstitutt AS**  
**HØYSKOLE**

PSYKOTERAPI — VEILEDNING — COACHING — ORGANISASJONSUTVIKLING

# Hvilken nytte - overføringsverdi har du av gestaltutdanningen til din jobb?

## #SPESIALRÅDGIVER ORGANISASJON:

TOMAS HOEL

-organisasjon og lederutvikling, Vestre Viken Helseforetak

I min jobb støtter jeg både store endringsprosesser, lederutvikling og ledercoaching én-til-én. Vi jobber på bestilling fra ledere som jobber i klinikk, så vi er internkonsulenter. Grunne til at jeg startet med gestalt var at jeg savnet både metoder og språk for å ta tak i prosesser i ledergrupper. Gjennom gestaltstudiet har jeg fått mange verktøy. Her fremhever jeg tre:

- Her-og-nå-perspektivet, Jeg er oppmerksom på situasjonen som utspiller seg i øyeblikket. Dette hjelper meg å møte både ledere og grupper med en tilstedeværelse som åpner for refleksjon og bevissthet om hva som faktisk skjer i motsetning til antakelser.
- Fenomenologisk metode, Økt evne til å se hva som skjer i feltet/situasjonen, og hvordan dette påvirker både meg og andre. Dette gir en forståelse av dynamikken i relasjoner og prosesser.
- Prosesskompetanse, Gestaltmetodikken har gitt meg verktøy til å støtte ledere i komplekse prosesser ved å tilrettelegge for refleksjon, utforske muligheter og justere tilnærmingen basert på situasjonens behov.

Jeg stoler nå på prosessen, bruker egen oppmerksomhet og varhet som en ressurs for å skape endring. Gestaltmetodikken gjør meg bedre rustet til å bidra til refleksjon og prosessarbeid, selv i hektiske omgivelser. Jeg vil si at gestaltfaget har gitt meg essensielle verktøy som samspiller bra sammen med andres fagkompetanse.



### Gestalt utdanning

Gestalttcoach og Gestaltterapeut NGI høyskole.

**Øvrig utdanning:** Master i Sosiologi UiO

# Hvilken nytte - overføringsverdi har du av gestaltutdanningen til din jobb?

## #LEDER FELLES BESLAGSENTER, OSLO POLITIDISTRIKT:

Jeg gikk ut av politihøgskolen i 2008 og har siden våren 2023 jobbet som leder. Jeg utdannet meg som gestaltterapeut ved NGI i perioden 2017-2021.

For meg er Gestaltterapien den fineste gaven jeg kunne ha gitt til meg selv og mine omgivelser. Erfaringene fra å bli bedre kjent med meg selv, hvordan jeg påvirker- og blir påvirket, hva som er «mitt» og hva som er «andres», samt aksept av hvem jeg er på godt og vondt, har bidratt til at jeg opplever å stå stødig i meg selv. Når jeg for eksempel blir møtt med antakelser, møter jeg disse i større grad med nysgjerrighet, fremfor forsvar, slik jeg var tilbøyelig til å gjøre før. Gestalten har lært meg betydningen av å kunne legge til side egne antakelser og forestillinger om den andre, og viktigst av alt, lytte med intensjon om å få tak i hva den andre faktisk prøver å si, uten å vurdere det som blir sagt eller gå i forsvar.

Å være leder er først og fremst hardt arbeid. Det er vanskelig og krevende, men også utrolig givende og utfordrende. Gestaltterapien har gitt meg innsikt og kunnskap som har blitt en del av meg og derfor også har blitt en viktig del av hvem jeg er som leder og hvordan jeg utøver ledelse.

## MARIT MORTENSEN



### Gestalt utdanning

Gestaltterapeut NGI høyskole.

**Øvrig utdanning:** Politihøgskolen,  
Master i offentlig ledelse og styring - ferdig 2026.  
Pedagogisk ledelse og veiledning, HiF  
Årstudioum i psykologi NTNU

# Hvilken nytte - overføringsverdi har du av gestaltutdanningen til din jobb?

**#SPESIALRÅDGIVER I HELSE SØR-ØST,  
ANSVAR FOR TOPPLEDERUTVIKLING OG TOPPLEDERPROGRAMMET**

**PÅL VOSS**

Som ansvarlig for topplederutvikling i Helse Sør-Øst og gjennom mitt eget selskap, Voss Consulting, bruker jeg Gestalt som en praktisk og effektfull tilnærming i leder- og strategiutvikling.

Gestalt gir ledere økt bevissthet om egne mønstre, relasjoner og valg, noe som styrker deres evne til å navigere i komplekse organisasjoner.

I coaching hjelper Gestalt med å skape klare valg og ansvarlighet, mens det i workshops bidrar til dypere refleksjon, reell dialog og strategisk forankring.

Overføringsverdien ligger i at ledere utvikler en mer tilstedeværende, relasjonell og handlekraftig lederstil, noe som er avgjørende i endringsprosesser og strategiarbeid.

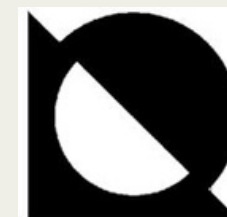


## **Gestaltutdanning**

Gestaltcoach og gestaltterapeut, ved NGI Høyskole

## **Øvrig utdanning**

Cand.Phil i Idehistorie fra UiO, og Msc i Sosial- og Organisasjonspsykologi fra London School of Economics and Political Science



**Norsk Gestaltinstitutt AS**  
**HØYSKOLE**

PSYKOTERAPI — VEILEDNING — COACHING — ORGANISASJONSUTVIKLING

# Hvilken nytte - overføringsverdi har du av gestaltutdanningen til din jobb?

#ADM. DIREKTØR, THORN NORGE AS: MARIANNE MOUM USSVÆR

Jeg har jobbet som leder på forskjellige nivåer i 20 år. Lang erfaring kan også bety inngrodde vaner og blindsoner i utøvelse av ledelse, og jeg begynte å reflektere over temaer som bla «hvor er min balanse mellom Management og Ledelse?» da valget mitt falt på Gestaltcoach utdannelsen i 2020. Med Gestalt-utdannelsen har jeg lært meg å bruke mer varhet i mitt møte med medarbeiderne, og det å være mindre styrende og mer lyttende. Det har gitt et større rom for at alle aspekter og ideer kommer frem før jeg mobiliserer, og dette har hatt en positiv effekt på resultatene i selskapet. Det har også økt gjennomføringskraften i strategien vår, og min evne til å begeistre og motivere ledergruppen. Jeg henter ofte frem det jeg lærte om Kommunikasjon og gruppeprosesser. Bla det å tolke mindre samt benytte «Carefrontation» i møte med kollegaer har gitt positive ringvirkninger.

Jeg er virkelig glad for at valget mitt falt på NGI og Gestaltcoach studiet, istedenfor et mer tradisjonelt lederkurs som ofte velges av ledere med min bakgrunn. Det har gitt meg en større selvforståelse og en mer empatisk tilnærming

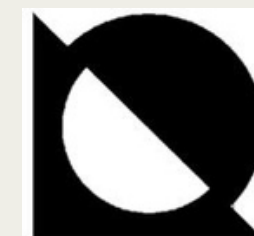


## **Gestaltutdanning**

Gestaltcoaching, ved NGI Høyskole

## **Øvrig utdanning**

Siviløkonom, Handelshøyskolen BI



**Norsk Gestaltinstitutt AS**  
**HØYSKOLE**

PSYKOTERAPI — VEILEDNING — COACHING — ORGANISASJONSUTVIKLING



# Hvilken nytte - overføringsverdi har du av gestaltutdanningen til din jobb?

## # FØDSEL SOVERLEGE, ULLEVÅL

I utgangspunktet ble gestaltterapi noe jeg oppsøkte for meg selv. Etter over 20 år som fødselslege kjente jeg behovet for å adressere en følelse av truende «utbrenthet» inni meg. Erfaringer gjennom årene var ingen beskyttelse mot mine egne følelser av frykt vedrørende alt som kunne gå galt på jobb. Jeg fikk økende fysiske symptomer av stress aktivering, som ble mer enn bare en bakgrunnsstøy som jeg vanligvis kunne tåle eller ignorere.

Når evidensen sammenlignet effekt av gestaltterapi som likedan kognitiv adferdsterapi, valgte jeg å gå i terapi, og det hjalp. Fra før kom jeg langt med å analysere mine egne tanker og følelser, men i den terapeutisk relasjon kjente jeg en større potensial for endringer og nye oppdagelser. Min pågående terapeututdannelse ved NGI er en spennende, levende og dynamisk prosess, hvor teorien læres og bygges på det jeg gjør sammen med andre i klassen. Møtet mellom lege og pasient er også et møte mellom to mennesker. Legeutdanningen min fortsetter å ta vare på det medisinske, mens gestaltutdanningen støtter den særdeles viktig medmenneskelige kontakten mellom meg selv og pasienten. Gestaltutdannelsen har absolutt hjulpet meg i møte med pasientene mine. Hovedsakelig gjennom min egen varhet og ren nysgjerrighet i det som skjer i det her og nå. Jeg tror at jeg er en bedre støtte, for de pasienter som trenger det, fordi jeg har bedre støtte i meg selv.

## PATJI ALNÆS-KATJAVIVI



### Gestaltutdanning

FOTO: ØYSTEIN HORGMO, UIO

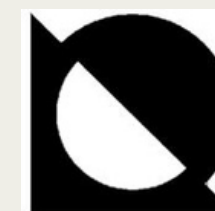
Gestaltterapi 4 år, 2025, NGI Høyskole

### Øvrig utdanning

MB BS, BSc, Medicine, Immunology, University College London

PhD, UiO

Spesialist I Fødselshjelp og kvinnesykdommer,



**Norsk Gestaltinstitutt AS**  
**HØYSKOLE**

PSYKOTERAPI — VEILEDNING — COACHING — ORGANISASJONSUTVIKLING

# Hvilken nytte - overføringsverdi har du av gestaltutdanningen til din jobb?

#PSYKOLOGSPESIALIST VED  
VOKSENPSYKIATRISK POLIKLINIKK,  
VESTERÅLEN.

Hvilken nytte har du av gestaltterapiutdanningen i din jobb?

Jobben min består i hovedsak av en til en samtaler med klienter som kommer til poliklinikken fordi de opplever stor emosjonell smerte. Mange føler at de ikke klarer å leve opp til det de selv og omgivelsene forventer av dem.

Gestaltterapiutdanningen har gjort meg mer bevisst på mitt eget menneskesyn, og hvilke holdninger jeg har til klientene jeg treffer og meg selv som terapeut. Jeg opplever å være mer trygg og autentisk i møtene med klientene mine enn det jeg var før jeg tok utdanningen.

Jeg våger å være et helt menneske i møte med et annet helt menneske, og har ikke lenger behov for «å gjemme meg» bak en ekspertrolle.

Gjennom hele studiet har vi øvd på å skille mellom fenomenologiske beskrivelser av det vi erfarer og tolkninger av erfaringene. For meg har det vært spesielt viktig å øve opp evnen til å sanse kroppen min i møte med andre mennesker ettersom jeg hadde lite erfaring med dette fra tidligere. Ved å være bevisst på det som skjer i kroppen min sammen med en klient kan jeg bedre forstå og ivareta meg selv og klienten, samt bli klar over ulike valgmuligheter som fins i terapirommet. Jeg har fått erfare at mitt viktigste verktøy som terapeut er meg

MARTHE OPSHAUG TEIGEN

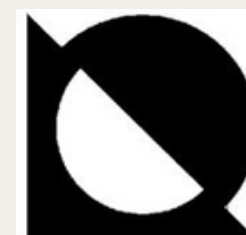


## Gestaltutdanning

Gestaltterapi 4 år 2025, ved NGI Høyskole

## Øvrig utdanning

Profesjonsstudie i Psykologi, NTNU



**Norsk Gestaltinstitutt AS**  
HØYSKOLE

PSYKOTERAPI — VEILEDNING — COACHING — ORGANISASJONSUTVIKLING

## Hvilken nytte - overføringsverdi har du av gestaltutdanningen til din jobb?

### #SPESIALIST I REVMATOLOGI OG PROFESSOR I REVMATOLOGI VED UIO

Som lege behandler jeg syke mennesker og jeg er opptatt av å holde meg oppdatert i faget for alltid å kunne gi god medisinsk behandling. Utdannelsen som gestaltterapeut har i tillegg styrket min «awareness» i møte med pasienten. Dette har gjort meg langt mer vår for det som skjer i forholdet mellom oss, det som kan bli oversett eller gjemt bak fakta. Jeg blir også opptatt av dialogen mellom to mennesker under en konsultasjon. Dette hjelper meg å oppdage hvis det er noe som påvirker situasjonen, også muligheter og begrensinger som ellers ville forblitt skjult. Begge kan slik lære av dette og resultatet av behandlingen kan bli bedre. Pasienten kan også bli bedre i å mestre sykdommen slik den er. Slik hjelper gestaltterapiutdanningen meg i å involvere pasienten mer, støtte pasienten og å få fram følelser der det er på sin plass.

Som underviser, for medisinstudenter for eksempel, har gestaltterapiutdanningen bidratt til at jeg er mer oppmerksom på å være til stede i undervisningen, er mindre faktaorientert og lar feltet i en forelesningssal forme seg. Jeg har etter hvert hatt mindre behov for å kontrollere undervisningen, men lar ofte det som finnes av kreativitet og kunnskap i rommet få utvikle seg og komme frem. Slik blir undervisningen også mer tilfredsstillende for meg og forhåpentligvis også for studentene.

### UHLIG TILLMANN

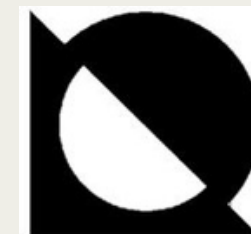


#### **Gestaltutdanning**

Gestaltterapi ved NGI Høyskole

#### **Øvrig utdanning**

Lege, spesialist i revmatologi og  
Professor ved Universitetet i Oslo



**Norsk Gestaltinstitutt AS**  
**HØYSKOLE**

PSYKOTERAPI — VEILEDNING — COACHING — ORGANISASJONSUTVIKLING

# Hvilken nytte - overføringsverdi har du av gestaltutdanningen til din jobb?

#BANKSJEF DNB, DRAMMEN;

LINN LOLAND

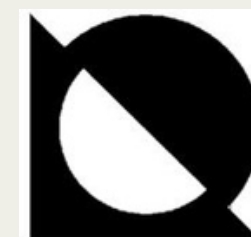
I min jobb har vi høye krav til leveranser gjennom budsjetter, måloppnåelse og etterlevelse av regelverk. Tall og regelverk har gjerne vært førende for hvordan vi leder teamene våre. Med generasjon Z på full fart inn i arbeidslivet opplever jeg at det er andre krav som arbeidstakeren har til sin leder. Mitt team bestod på det meste av 4 generasjoner som skulle jobbe sammen. Gjennom coaching studiet på NGI Høyskole har jeg blitt bedre kjent med meg selv, hva som påvirker meg og hvordan det gir ringvirkninger til teamet jeg leder. Studiet er erfaringsbasert, noe som har gitt meg verktøy som jeg umiddelbart kan ta med ut i praksis som leder for å få ett sammensatt team til å gå i en retning. Jeg har tatt med innsikt, læring og øvelser direkte inn i hverdagen på jobb. Endret innsikt og kompetanse på ledelse har gitt umiddelbare effekter i teamet og prestasjonene til teamet. Jeg opplever nå en mer robust leder i meg selv, som jobber med relasjonsledelse fremfor tall styring.



## Gestaltutdanning

Gestaltcoaching, 2025, ved NGI Høyskole

**Øvrig utdanning:** Bachelor Sosiologi UiO, Ledelse og coaching, Bi. Bachelor management, prosjektledelse BI, Salgsledelse og selger utvikling, BI, HR Management, Personell Administration, BI, Bond University, Kriminologi



**Norsk Gestaltinstitutt AS**  
HØYSKOLE

PSYKOTERAPI — VEILEDNING — COACHING — ORGANISASJONSUTVIKLING

# Hvilken nytte - overføringsverdi har du av gestaltutdanningen til din jobb?

#MANGEÅRIG BANKSJEF I EN AV NORGES STØRSTE SPAREBANKER,  
NÅ: LEDERUTVIKLER, COACH OG SALGSUTVIKLER.

ERIK THOMAS ENGER

Som mangeårig leder i bank og finans er det viktig å forstå verdien av relasjoner, bevissthet og tilstedeværelse. Det er essensielt i enhver lederrolle. Ved å bruke gestaltprinsipper har jeg utviklet evnen til å lytte aktivt, stille åpne spørsmål og skape rom for refleksjon, som er kritisk når jeg jobber med team og enkeltpersoner.

Jeg har brukt coachingmetodikkene i leder- og medarbeiderutvikling og teammøter, noe som har ført til bedre kommunikasjon og økt tillit. Dette har bidratt til økt selvinnsikt hos medarbeidere, økt arbeidsglede og høyere prestasjoner.

Utdanningen har hatt en positiv innvirkning på min ledelsesstil. Verktøyene har gjort meg mer robust, står stødigere i beslutninger, blitt bedre til å se andres behov og forstår lettere hvor skoen trykker i team som ikke fungerer optimalt. Ikke minst er evnen til å ta tak i betente temaer eller konflikter og gå inn i vanskelige samtaler betydelig styrket og med bedre resultater.

Overføringsverdien til næringslivet er udiskutabel. Gestalt coaching fremmer en integrert tilnærming til problemløsning og personlig utvikling, noe som er avgjørende i en verden i stadig endring. Evnen til å tilpasse seg og lede med empati gir en konkurransefordel, spesielt i utfordrende tider og med nye generasjoner å lede.



## **Gestaltutdanning**

Gestaltcoaching, ved NGI Høyskole

## **Øvrig utdanning**

Økonomi, IT, Harvard Business School



**Norsk Gestaltinstitutt AS**  
HØYSKOLE

PSYKOTERAPI — VEILEDNING — COACHING — ORGANISASJONSUTVIKLING

# Hvilken nytte - overføringsverdi har du av gestaltutdanningen til din jobb?

## # SENIORKONSULENT PURE LOGIC, DEL AV NORCONSULT:

Som seniorkonsulent i Norconsult har jeg ofte rollen som prosess - og faciliteringsansvarlig i prosjekter. Da leder jeg team og utviklingsprosesser i prosjekter, som oftest interne. Min rolle handler ikke bare om å strukturere workshops, men også om å skape et miljø hvor teamet utforsker nye ideer og løsninger. Studiene ved NGI har gitt meg en dypere forståelse av hvordan tilstedeværelse og fenomenologi kan styrke samspill, trygghet og innovasjon i prosjektene jeg leder.

Gjennom det to -årige deltidsstudiet har jeg lært meg å være mer bevisst på hva som skjer i øyeblikket – både hos meg selv og i gruppen. Ved å observere kroppsspråk, stemninger, dynamikk og ikke minst hva jeg kjenner i meg selv, kan jeg raskt fange opp signaler som jeg tidligere ville oversett. Med erfaringsbasert læring har vi øvd mye på dette gjennom hele studiet, og stadige nyanser avdekkes for min del fremdeles. Og nettopp her ligger mye av gullet fra gestalt som jeg har kunnet dra med meg over til arbeidslivet.

Jeg har også fått økt bevissthet på hvordan vi påvirker hverandre og skaper sammen. Som facilitator og prosessleder blir min rolle viktig, og hva jeg velger å si (eller holde igjen) også blir en faktor. Når teammedlemmer føler seg sett og hørt, tar de større eierskap til prosessen og blir mer motiverte. Dette er særlig viktig i tverrfaglige prosjekter, der ulike perspektiver kan skape friksjon. Ved å bruke verktøyene jeg har lært, kan jeg fasilitere samtaler, øvelser og prosesser som bygger forståelse fremfor forsterker avstand.

## CAMILLA FUGLESANG EIDE



### **Gestaltutdanning**

Gestaltcoach 2025 ved NGI Høyskole

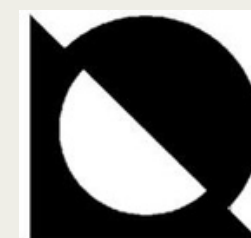
### **Øvrig utdanning**

Master of Science/ Universitetet i Oslo

Digital Communication Management / Programfag BI

Project Management / Programfag BI

Yoga Teachertraining TT200 + Meditationstudies/ Yoga Int Alliance



**Norsk Gestaltinstitutt AS**  
**HØYSKOLE**

PSYKOTERAPI — VEILEDNING — COACHING — ORGANISASJONSUTVIKLING

# Hvilken nytte - overføringsverdi har du av gestaltutdanningen til din jobb?

# LEDER ORGANISASJONSUTVIKLING

STIG ULLERSMO

## Backe entreprenør AS

Jeg jobber mest med ledergrupper, lederroller og team.

Lederutviklingsprogram for alle ledere i Backe, ledertrening, samt teamutvikling av prosjektteam. Det jeg tar med fra gestaltstudiet som jeg vil fremheve er den relasjonelle tilstedeværelsen og proessekompetanse, som blir grundig trent ved NGI høyskole. At jeg har en trygg tilstedeværelse i meg, hvor jeg kan se og møte andre mennesker der de er. Ikke minst møte grupper der de er i sin gruppeprosess her og nå, og jobbe sammen med dem til å nå sine mål.

Jeg jobber prosessorientert, tar tak i det som skjer akkurat nå, og utforsker det som oppstår sammen med gruppen. Hvem blir de sammen? Hva er fenomenet, hva er "elefanten i rommet"? Hvordan kan de jobbe sammen? Hvilke mål skal de ha for prosjektet? Bli enige i kjøreregler for samhandling osv.

Når jeg jobber med mennesker er jeg det viktigste verktøyet for å skape trygghet, åpenhet og tillit i grupper og team. Gestaltsstudiet har gitt meg et godt fundament og en trygghet jeg nå etter mange års «mengdetrening» nyter godt av som konsulent. Jeg er blir mer og mer trygg på min kompetanse til å fasilitere grupper i å skape sterkere relasjoner men også struktur og retning for teamets arbeid

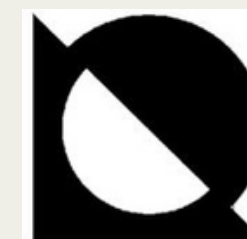
Og ikke minst opprettholder prosesskompetansen i de gestaltveiledninggrupper jeg jevnlig går i for å kvalitetsikre meg og faget. Dette med å gå i jevnlig veiledning ble veldig vektlagt i studiet, og ivaretas også via fagorganisasjonene i etter studiet.



### Gestaltutdanning

Gestaltterapi 4 år, 2025, ved NGI Høyskole

### Øvrig utdanning



**Norsk Gestaltinstitutt AS**

H Ø Y S K O L E

PSYKOTERAPI — VEILEDNING — COACHING — ORGANISASJONSUTVIKLING

# Hvilken nytte - overføringsverdi har du av gestaltutdanningen til din jobb?

#DIREKTØR ORGANISASJON OG STRATEGI, ABEILIA.  
FORENINGEN FOR KUNNSKAPS- OG TEKNOLOGIVIRKSOMHETER I NHO

NINA SKARBØ VISTER

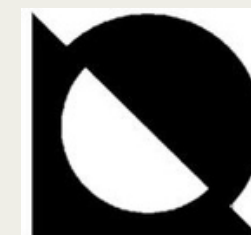
Jeg opplever enorm nytte av min utdanning som gestaltterapeut til å jobbe med en helhetlig tilnærming til leder-, team- og organisasjonsutvikling. Gestaltfagets fokus på felt og relasjoner hjelper meg å bedre forstå og adressere de underliggende dynamikkene i team og organisasjoner. Organisasjoner som vår utfordres kontinuerlig av nye krav og omstendigheter. Endringstakten er høy, og det er stadig behov for å støtte ansatte og ledere i å navigere i endringer og nye utfordringer. Ved å integrere gestaltprinsipper i arbeidet mitt opplever jeg at jeg kan bidra til å styrke psykologisk trygghet, tillit, kommunikasjon og nødvendig omstillingsevne. Utdanningen har gitt meg perspektiver og verktøy som gjør meg bedre i stand til å skape et arbeidsmiljø hvor ansatte føler seg sett, inkludert og verdsatt. Ved å integrere gestaltprinsipper i strategiske beslutninger og HR-tiltak, opplever jeg å ha bedre forutsetning for å bidra til å bygge en sterkere organisasjon og styrke arbeidsglede, samarbeid og innovasjon.



## Gestalt utdanning

Gestaltterapi ved NGI høyskole,

**Øvrig utdanning:** Bachelor i psykologi, organisasjonspsykologi, massekommunikasjon, media sosiologi og culatural kommunikasjon, NTNU



**Norsk Gestaltinstitutt AS**  
H Ø Y S K O L E

PSYKOTERAPI — VEILEDNING — COACHING — ORGANISASJONSUTVIKLING



# Hvilken nytte - overføringsverdi har du av gestaltutdanningen til din jobb?

## # FELLESEFORBUNDET

### FAGLIG SEKTRETÆR, ORGANISASJONSAVDELINGEN

Faglig sekretær, organisasjonsavdelingen i Fellesforbundet

I min rolle som faglig sekretær er jeg opptatt av samhandling og kommunikasjon med utgangspunkt i Fellesforbundets behov. Felleskap er kjernen i arbeiderbevegelsen.

Selv om vi er en arbeidstakerorganisasjon, er vi opptatt av hele mennesket, ikke bare i kraft av den rollen du har i organisasjonen. Den kunnskapen jeg har tilegnet meg så langt i studiet har bidratt til å endre min forståelse av meg selv som en del av fellesskapet, og har vært med på å trygge meg i samhandling med andre. Jeg har gått fra å møte mennesker med forutinntatthet, til å møte dem med en oppriktig nysgjerrighet. Når du i møte med mennesker ikke plasserer dem i en bås. Gjør det at jeg opplever de menneskene jeg møter, som mer oppriktig om sine tanker og følelser.

Gjennom den kunnskapen jeg har fått hos, har vi startet opp et tilbud med kollegaveiledning. Målet er å bygge gode relasjoner på tvers av avdelinger og bevisstgjøre deltakerne om egne og andres grenser, og de valg de måtte ha i situasjonen.

Det har vært viktig for Fellesforbundet å øke kompetansen om hva som gjør oss til oss som mennesker. Jeg er glad for at mine interesser og Fellesforbundets er sammenfallende.

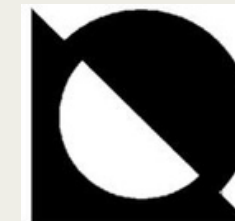
## BJØRN PETTER JENSSEN



### **Gestaltutdanning**

Gestaltterapi 4 år, 2026, ved NGI Høyskole

### **Øvrig utdanning**



**Norsk Gestaltinstitutt AS**  
H Ø Y S K O L E

PSYKOTERAPI — VEILEDNING — COACHING — ORGANISASJONSUTVIKLING

# Hvilken nytte - overføringsverdi har du av gestaltutdanningen til din jobb?

## # SPESIALRÅDGIVER HELSE:

-fokus på prosesskompetanse og involvering, Fredrikstad kommune

Når jeg jobber med ulike prosesser og leder dialogkonseptet Prekesjappe, bruker jeg ofte en «gestaltsjekkliste» for å få oversikt: Hva er situasjonen her og nå? Hvilke erfaringer og mål har gruppen som helhet? Hva er det egentlige behovet? Og hvordan kan vi sammen skape kreative prosesser som fungerer?

I gestaltorientert prosessarbeid er det viktig å finne balansen mellom å støtte og utfordre de som er involvert. Målet mitt er å hjelpe gruppen med å håndtere spenningen mellom usikkerhet, frustrasjon og de klargjørende øyeblikkene som kan føre til utvikling og endring.

Gestaltutdanningen min har vært uvurderlig i dette arbeidet. Den har gitt meg verktøyene jeg trenger for å jobbe trygt med uklarhet, usikkerhet og kompleksitet. Jeg bruker denne tilnærmingen for å involvere ansatte på tvers av roller og funksjoner på en måte som fremmer samarbeid og utvikling.

## BEATE MIDTTUN



### Gestalt utdanning

Gestaltterapi og veiledning ved NGI høyskole, Somatic studies, New York og Gestalt Associates of Los Angeles.  
**Øvrig utdanning:** Veiledning av veteraner UiA, Luftkrigsskole, befalsskole, Master Organisasjon og ledelse Høyskolen Østfold.

# Hvilken nytte - overføringsverdi har du av gestaltutdanningen til din jobb?

#PROSESSKONSULENT  
RELATE2CHANGE CONSULTING

Gestaltutdanningen var veldig givende for meg. Som konsulent med fokus på utvikling av mennesker og organisasjoner har jeg lært meg å være mer nysgjerrig, styrket min relasjonelle kompetanse, økt min varhet og generelt blitt bedre på å se etter det som virkelig trer frem i menneskelig samhandling. Jeg lytter bedre til andre, men også til meg selv. Samfunnsutviklingen går stadig raskere og jeg tror en gestaltisk tilnærming i organisasjoner skaper bedre dialoger, utvikler relasjoner og legger fundamentet for et tettere samarbeid mellom menneskene som jobber der. Min jobb, som prosessveileder, er å tilrettelegge for at alle hever sin kompetanse på kommunikasjon og samspill. Jeg har en master i pedagogikk fra Universitetet i Oslo, men etterutdanningen fra Norsk Gestalt Institutt har gitt meg en ny dimensjon i utviklingen av individer, grupper og organisasjoner.

LARS-EIRIK EGGEN

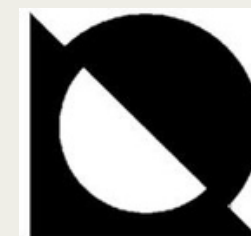


## Gestaltutdanning

Gestaltcoach, ved NGI Høyskole

## Øvrig utdanning

Cand. Paed, Pedagogikk, UiO



**Norsk Gestaltinstitutt AS**  
HØYSKOLE

PSYKOTERAPI — VEILEDNING — COACHING — ORGANISASJONSUTVIKLING

# Hvilken nytte - overføringsverdi har du av gestaltutdanningen til din jobb?

## #KONSEPT OG MARKEDSSJEF, GRETE ROEDE AS: JEANETTE ROEDE

I 2001, som en ung leder i Grete Roede, fikk jeg ansvaret for fag og utvikling av Roede-kurs og -konsept. Som nyutdannet fysioterapeut med en sterk interesse for helse, var det viktig for meg å bidra til å utvikle Roede-metoden og ha enda større fokus på en helhetlig tilnærming til livsstilsendring med økt bevissthet og støtte i endringsprosesser.

Etter hvert oppsto behovet for å utvikle meg som leder og å få større innsikt og kompetanse i å veilede mennesker i deres prosesser. Gestaltcoach-utdanningen ble starten på en spennende reise innen selvutvikling og lederutvikling. Jeg fikk dypere innsikt i hvordan vi mennesker skaper mening i våre erfaringer, hvordan kontakt og tilstedeværelse påvirker endringsprosesser, og hvor viktig det er å møte mennesker der de er, med nysgjerrighet og uten forforståelser.

En verdifull gevinst var hvordan denne innsikten også kunne overføres til utviklingen av våre Roede-veiledere. Vi begynte å jobbe mer med bevissthet rundt egne mønstre, valg og ansvar, samt hvordan vi som veiledere kunne støtte mennesker i å finne sine egne svar – fremfor å komme med løsninger.

Vi endret utdanningen av Roede-veilederne, og la større vekt på kontakt og relasjonsbygging, det å skape trygge rom for utforskning, og viktigheten av å være til stede i «her og nå». Gruppens dynamikk, veiledning, kommunikasjon og ledelse av mennesker i endringsprosesser har fått større plass.

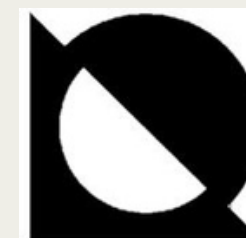
I dag veileder vi mennesker med fokus på bevisstgjøring, motivasjon og mestring, samtidig som vi jobber med vaner, grenser og det å styrke selvfølelsen gjennom økt egenansvar og valg. Målet er å skape varige endringer i kosthold og livsstil, og også å fremme helhetlig helse – både fysisk og mentalt.



### **Gestalt utdanning**

Gestaltcoaching og Relasjonsledelse i organisasjoner ved NGI

**Øvrig utdanning:** Master i Fysioterapi, Mensendieck, NLP coach nivå 1 og 2, Leader Development and coaching



**Norsk Gestaltinstitutt AS**  
HØYSKOLE

PSYKOTERAPI — VEILEDNING — COACHING — ORGANISASJONSUTVIKLING

# Hvilken nytte - overføringsverdi har du av gestaltutdanningen til din jobb?

## # LEDER- ORGANISASJONSUTVIKLER:

## TOM ALTMANN

### -Autentikos

Studiene ved NGI har gitt meg en dypere forståelse av helhet og tilstedeværelse – grunnleggende prinsipper i gestaltpsykologien og gestaltterapien. Jeg har lært hvordan jeg ser meg selv og omgivelsene som en helhet, og hvordan ubevisste mønstre og uferdige erfaringer påvirker personlig vekst.

En av de viktigste lærdommene jeg tar med meg, er sammenhengen mellom autentisitet og psykologisk trygghet. Når jeg er ærlig med meg selv og andre, skaper jeg grunnlag for ekte relasjoner og utvikling. Jeg har også forstått at trygghet er avgjørende for å våge å være meg selv og uttrykke meg fritt, noe som styrker min evne til å møte andre med tilstedeværelse og åpenhet.

Jeg har også lært viktigheten av å være bevisst på egne tanker, følelser og handlinger i øyeblikket, og hvordan ansvar gir meg muligheten til å påvirke mitt eget liv. Studiet har gitt meg en dypere forståelse av gestaltens eksistensielle filosofi og hjulpet meg med å sette ord på hva det vil si å være menneske – å være meg.

Denne utdannelsen har vært avgjørende i min rolle som organisasjons- og lederutvikler, samt som psykoterapeut. Den har gitt meg en solid teoretisk forankring og praktiske verktøy som gjør meg bedre rustet til å støtte både enkeltpersoner og organisasjoner i deres utviklingsprosesser.

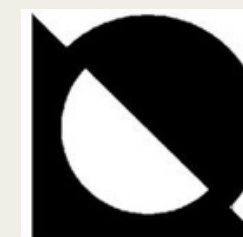


### **Gestaltutdanning**

Terapistudiet, Gestaltrettet organisasjonsutvikling for Grupper og team, Videreutdannelse for gestaltterapeuter

### **Øvrig utdanning**

Master of Management Handelshøyskolen BI



**Norsk Gestaltinstitutt AS**  
HØYSKOLE

# Hvilken nytte - overføringsverdi har du av gestaltutdanningen til din jobb?

#GRÜNDER, FREDARBEID :  
-I HEIMEN, -I SKOLEN -PÅ JOBBEN

ANNABELL STEFANUSSEN

Bestselgende forfatter 2 år på rad, Cappelen Dam

I år 2000 begynte jeg på min livs mest lærerike og inspirerende reise, gestaltterapeututdanningen ved NGI Høyskole. Det jeg likte best med studiet var hvordan jeg kunne tilegne meg fagkompetanse gjennom teori, erfaring og ikke minst personlig utvikling.

Alt jeg gjør er basert på det jeg har lært i gestalt. Gestalt sammenkoblet med min egen erfaring fra arbeidslivet og som mamma, som er verdens viktigste lederrolle. Jeg ble prosjektleder for et Nærværsprosjektet i min hjemkommune Måselv, sykefraværet var for høyt. Prosjektet ga resultat. Når trivselen gikk opp, gikk sykefraværet ned. Prosjektet ble kaldt «suksessprosjektet», jeg ble headhundet som prosjektleder til flere andre kommuner nordpå. Flere sa de hadde tatt i bruk det de lærte om **tydelig og vennlig kommunikasjon** også hjemme, i møte med egen familie.

Jeg så linken gjennom lederskap hjemme og på jobb, og det var starten på Fredsarbeid i heimen.

Jeg gir kurs online til hele Norge, og ble mestselgende onlinegründer. Fredsarbeid i heimen er nå på vei inn i skolen via forskningsprosjektet: Heilt innafor, hvor vi utforsket hvordan tydelig og vennlig kommunikasjon fra foreldre, lærere og fritidsledere kan forbedre relasjoner, øke trygghet og fremme trivsel både i klasserommet og i fritidsklubbene. Og nå er jeg på vei til å ta Fredsarbeid på jobben, tilbake der jeg startet.



**Utdanning ved NGI:**

Gestaltterapeut, veileder, ogansiasjonsutvikling og konflikthåndtering

# Hvilken nytte - overføringsverdi har du av gestaltutdanningen til din jobb?

## #LEDELSE- OG PRESTASJONSUTVIKLING TERROSA CONSULTING AS

–Jeg jobber som leder- og prestasjonsutvikler. I all hovedsak i jobber vi i privat sektor og vi jobber med våre kunder prosjektbasert i tre dimensjoner:  
•Ledergruppe-, individ- og organisasjon  
Felles for våre kunder er at de gjør det bra og de har et ønske om ta ut et uforløst potensiale – altså bli enda bedre! Vi jobber i målstyrte prosesser og med et klart bilde av hvilke resultater gruppen ønsker å skape. I prosessene møter vi gruppen «der den er» og ikke der de «burde være» og vi som prosessdrivere bruker vår egen varhet i arbeid med de fenomener som oppstår. Vi deler våre betraktninger og trener deltagerne til å gi feedback til hverandre.

Vi er praktiske og konkrete og jobber med bevisstgjøring av individet opp mot rollekravet i lederrollen. Alle våre prosesser har en-til-en coaching som virkemiddel til utvikling. I coaching jobber vi mye med lederadferd og bevisstgjøring av hvem jeg blir i møte med kollegaer i konkrete situasjoner som oftest gir ny innsikt i projeksjon og egne mønster eller kreative tilpasninger

Jeg er ferdig utdannet gestaltcoach og er nå student på gestaltterapistudiet. Gjennom studiene ved NGI så har jeg med meg en økt varhet, faglig trygghet og kreativitet som metode inn i rollen som prestasjonsutvikler.

## FRANK R ROGNSTAD



### **Gestaltutdanning**

Gestalcoach og student ved terapiutdanningen ved NGI Høyskole

### **Øvrig utdanning:**

Bachelor, Logistikk og økonomi, Handelshøyskolen BI

# Hvilken nytte - overføringsverdi har du av gestaltutdanningen til din jobb?

## # SENIORKONSULENT AFF, SOLSTRANDPROGRAMMET:

Gestaltutdanningen har styrket min rolle som konsulent ved å gi meg et fenomenologisk perspektiv på ledelse og personlig utvikling. Denne tilnærmingen har lært meg å observere presist uten å tolke eller anta, med et fokus på å "erfare fremfor å forklare". Dette har økt min bevissthet rundt egne antakelser og fremmet aksept som et sentralt prinsipp i møte med utfordringer. Utdanningen har også gitt meg verdifulle verktøy for tydeligere kommunikasjon og grensesetting, noe som har ført til økt autentisitet og selvrefleksjon i min praksis. Jeg har utviklet en bedre evne til å være fullt tilstede i øyeblikket og kombinert med kompetanse i å navigere kompleksitet, har utdanningen gjort meg bedre rustet til å håndtere varierte utfordringer i ulike sektorer.

Gestalt representerer for meg lederskapet fremtiden trenger - et lederskap basert på selvrefleksjon, autentisitet og tilstedeværelse. I en verden preget av konstant aktivitet og distraksjoner, gir gestalt rom for stillhet og refleksjon. Dette er spesielt viktig for ledere som trenger tid til å tenke langsiktig og løse komplekse samfunnsutfordringer.

Gjennom å lære av erfarne lærere som har modellert denne tilnærmingen har jeg forbedret mine ferdigheter i å fremme ekte kommunikasjon og skape rom for vekst, både for meg selv og lederne jeg jobber med. Samlet sett har denne tilnærmingen gitt meg en dypere forståelse av menneskelig erfaring og interaksjon, noe som er uvurderlig i min rolle som konsulent på Solstrandprogrammet.

## MALIN GUTTORMSEN

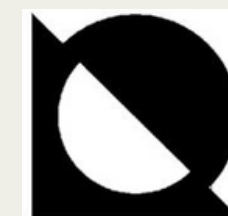


### **Gestaltutdanning**

Grunn-, Etter- og Veilderutdanningen ved NGI høykole

### **Øvrig utdanning**

Etterutdanning i behandling av sjokk og traumer basert på Somatic Experience, BI, Internasjonalisering og ledelse med utveksling i Barcelona og Madrid



**Norsk Gestaltinstitutt AS**  
HØYSKOLE

PSYKOTERAPI — VEILEDNING — COACHING — ORGANISASJONSUTVIKLING



# Hvilken nytte - overføringsverdi har du av gestaltutdanningen til din jobb?

## # FOREDRAGSHOLDER ATHENAS NORGE COACHING - VEILEDNING:

I tjuåre har jeg snakket med folk på radio og TV. Noen ganger som programleder med egne show, andre ganger som nyhetsjournalist. Nå holder jeg foredragene «Optimist - for sikkerhets skyld», og «Vi gjør det sammen» for bedrifter og organisasjoner over hele landet. Samtidig har jeg egen praksis i Oslo hvor jeg tar imot klienter til terapi eller coaching.

Det fire årige studiet ved Norsk Gestaltinstitutt ga meg blant annet kontakt med eksistensialismen. Et dypt alvor, men også en frihet som jeg forsøker å formidle med humor i mine foredrag.

At Ingen og ingenting er perfekt. At livet dypest sett er meningsløst, og at vi er alene. Det er paradoksalt nok et godt grunnlag for glede, håp og optimisme.

Når livet blir vanskelig sier jeg til meg selv «Alt er bare tull». Om jeg føler at jeg mislykkes, eller at det jeg gjør er meningsløst og bortkastet tid, så er det mye håp, fellesskap og optimisme i at det ikke er så farlig i det store bildet. For alle har det sånn noen ganger, og vi dør ikke av det. Så da er det trygt å prøve igjen, og igjen.

## ANDERS TANGEN



### Gestaltutdanning

- Gestaltterapeut og gestalt coach ved NGI.
- Etterutdannelse ved «The center for somatic studies», New York”
- Øvrig utdanning:** Bachelor med jus og statsvitenskap, UiO  
Karrierekompetanse, Oslo Met

# Hvilken nytte - overføringsverdi har du av gestaltutdanningen til din jobb?

## #VEILEDER I AVONOVA HELSE, BEDRIFTSELSETJENESTE;

I jobben som veileder jobber jeg med mennesker som er i endringsprosess i forhold til å komme tilbake til arbeidslivet. Jobben innebærer å kartlegge hva deltakere har behov for og hvilke steg som skal til for at en person kan nærme seg arbeidslivet igjen. Når jeg bruker verktøy fra gestaltstudiet er det lettere å møte deltakere der de er og få til mer bevegelse i den endringsprosessen personene befinner seg i.

Gestalt Coaching har gitt meg konkrete verktøy i møte med mennesker. Jeg har blitt mer bevisst på hva som skjer i meg når jeg kommuniserer med andre. Hvordan jeg påvirker og blir påvirket av andre. Hvem jeg blir i møte med den andre. Jeg opplever at jeg med gestalt er mer tilstede her og nå. Kan sitte med deltakere i det som er og være sammen med dem i prosessen, istedenfor å gå raskt til løsninger og finne et mål. Det å stole på prosessen og ikke vite hva som skjer videre er en kunst å stå i, men samtidig veldig nyttig å kunne kjenne på når vi ikke har kontroll over det som skjer i livet.

Det å gjennomføre utfordrende samtaler gjør jeg nå med mer åpenhet, nysgjerrighet og trygghet. Gestalt studiet har gjort meg mer bevisst på hvordan kroppen er en kanal som gir meg informasjon i møte med mennesker.

Det å kunne møte mennesker i en sårbar livssituasjon med tilstedeværelse og med ett helhetlig blikk med støtte av gestalt tilnærmingen gir meg trygghet og støtte i arbeidshverdagen.

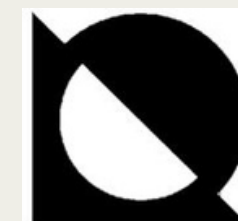
## HIMASHI SALTBONES PATEL



### **Gestaltutdanning**

Gestaltcoaching, ved NGI Høyskole,  
-2 året på terapeutstudiet, ferdig 2027.

**Øvrig utdanning:** Master i Sosial antropologi (UIO)  
Bachelor Social anthropology with development studies (  
University of Sussex, England)



**Norsk Gestaltinstitutt AS**  
HØYSKOLE

PSYKOTERAPI — VEILEDNING — COACHING — ORGANISASJONSUTVIKLING

# Hvilken nytte - overføringsverdi har du av gestaltutdanningen til din jobb?

## #GRÜNDER OG DAGLIG LEDER BILVERKSTEDER

Jeg kommer i fra en tradisjonell norsk arbeiderkultur hvor «orntli arbe» handler om bruk av hender og verktøy og innebærer svette og møkk. Jeg oppdaget raskt i min bilbransjekarriere at det var en ting som sto frem: Det relasjonelle. Å drive bilverksted handler egentlig ikke om biler, det handler om mennesker. Etter mange år som leder kjente jeg behov for påfyll, og i veiledning og coaching studie på Oslo Met ble jeg kjent med nye måter og møte utfordringer på. Her kom jeg litt i kontakt med Gestaltteori av lærere som hadde studert dette, interessen ble vekket. Å starte på Gestalt Coaching studiet har vært og er en meget sterk og god opplevelse.

I praksis bidrar Gestalt til at jeg er blitt bedre til å hensynta egne behov og sette grenser, men også til at jeg tydeligere ser og anerkjenner andre mennesker. Nå holder jeg igjen på råd og instruksjoner som ingen har bedt om og i stedet bidrar til undring og undersøkelser med åpne spørsmål med utgangspunkt i meg selv. På den måten kommer vi frem til oppdagelser og beslutninger som den enkelte har et eget forhold til

Som kursholder i en teknologisk bilbransje er det lett å være instruktør og ekspert. Mye vanskeligere er det å være åpne for all den kunnskap og erfaring som allerede finnes blant kurselevne. Ved å legge til rette for erfaringsdeling på tvers av deltakerne kan man få frem sterke oppdagelser i en lære-situasjon. Her ligger det pedagogiske gullet. Gestalt praksis bidrar til å gjøre det mulig.

Jeg vil nevne tre ting nyttige ting Gestalt hjelper meg med.

## FRANK MARTINSEN



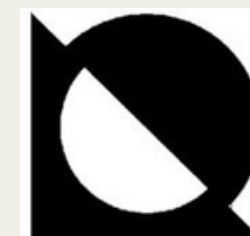
### Gestaltutdanning

Gestaltcoach student, 1 året ved NGI Høyskole

### Øvrig utdanning:

Fagbrev og mesterbrev som bilskadereparatør.

Veiledning og coaching. 60 stp. OsloMet



**Norsk Gestaltinstitutt AS**  
**HØYSKOLE**

PSYKOTERAPI — VEILEDNING — COACHING — ORGANISASJONSUTVIKLING

# Hvilken nytte - overføringsverdi har du av gestaltutdanningen til din jobb?

**#THE EMOTION REVOLUTION, CEO  
FORFATTER, ENTREPRENØR, TEDX-SPEAKER; KATHRINE ASPAAS**

## Raushetens psykologi

«Du må studere gestaltterapi!»

Da jeg reiste landet rundt med boken min, Raushetens Tid, hørte jeg dette ofte fra publikum. Heldigvis hadde jeg vett til å lytte.

Utdannelsen som gestaltcoach ved NGI ble et vendepunkt for meg personlig, og som forfatter og gründer av emosjonell styrketrening.

Det rause menneskesynet i gestaltterapien hjelper meg til å skape mening av det som skjer, istedenfor å bli fanget av automatiske reaksjoner og mismot når jeg synes verden er vrang. Kursdeltagerne mine er også takknemlige for den rikholdige Gestalt-verktøykassen.

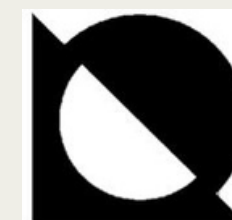


### **Gestaltutdanning**

Gestaltcoach ved NGI Høyskole

### **Øvrig utdanning**

Siv.øk. Norges Handelshøyskole  
Master of Science M-S., The New School



**Norsk Gestaltinstitutt AS**  
**HØYSKOLE**

PSYKOTERAPI — VEILEDNING — COACHING — ORGANISASJONSUTVIKLING

# Hvilken nytte - overføringsverdi har du av gestaltutdanningen til din jobb?

## #KARRIEREVEILEDER, KARRIERE TROMS

Jeg opplever at gestaltcoaching er blitt en del av meg og min tilnærming som karriereveileder i Karriere Troms (karrieresenteret i Troms Fylkeskommune). Gestaltcoaching har gitt meg innsikt i egen «sekk» i form av livserfaringer, kunnskaper, egenskaper og verdier. Jeg har lært å ta ansvar for meg, tankesett, handling og adferd.

Jeg har fått større relasjon- og kommunikasjonskompetanse i møte med andre mennesker. Denne kunnskapen er nyttig for å skape trygghet og legge til rette for endring og bevegelse hos dem som kommer til karriereveiledning.

Jeg møter mennesker som står i en valgsituasjon i forhold til jobb og utdanning. Studiet har gitt meg en grunnleggende kompetanse og perspektiv til å jobbe med hele mennesket og ikke bare forstå ut ifra «hodet».

I relasjon og kommunikasjon med enkeltpersoner, grupper og organisasjoner har gestaltcoaching gitt meg verktøy til å ta tak i det som skjer, og utforske nærmere. Kunnskapen og erfaringen fra NGI har gjort meg tryggere og mer prosessorientert i rollen som kursholder i Karriere Troms sitt karriereprogram «Ressurser og valg».

## EIGIL MØLLER



### **Gestaltutdanning**

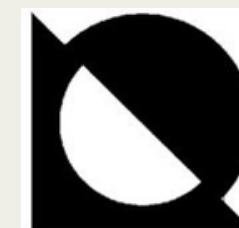
Gestaltcoach, NGI Høyskole

### **Øvrig utdanning**

Hotelladministrasjon, UiS, Serviceledelse UiT

Veiledning og coaching UiSN

Informasjon and Communication, University of Jyväskylä



**Norsk Gestaltinstitutt AS**  
HØYSKOLE

PSYKOTERAPI — VEILEDNING — COACHING — ORGANISASJONSUTVIKLING

# Hvilken nytte - overføringsverdi har du av gestaltutdanningen til din jobb?

**#KONSULENT OSLO KOMMUNE, SKOLE;  
UNDERVISNINGSLEDER ICC OG STYREMEDLEM  
ALNA MOSKEÉ OG SAMTALEPARTNER  
PRESTETJENESTE OSLO UNIVERSITETSYKEHUS**

Jeg har 4-årig utdanning i gestaltterapi fra NGI Høyskole. I år tar jeg "Religiøs lederutdanning" på UiO. Fra før er jeg godkjent ICDP-veileder og helsesekretær.

Jeg bruker gestaltmetodikken aktivt i jobben min på skolen, moske og i prestetjenesten.

Gestaltterapeut utdannelsen har bidratt positivt både når det gjelder personlig utvikling og profesjonelt. Spesielt med min minoritetsbakgrunn er dette til stor hjelp, både i religiøse samtaler og i min arbeidshverdagen.

Den økte bevisstheten rundt kropp, følelser og tanker har vært stort hjelpe for meg og mine omgivelser. Fenomenologisk kunnskap hjelper meg til å kunne ha en dypere forståelse i mellommenneskelige relasjoner. Hva som er mitt og hva som er den andre sitt. Vi påvirker hverandre hele tiden når vi kommuniserer. Jeg bruker empati, «Her og Nå» og varhet som nøkkelverktøy i alle relasjoner. Dette er noe alle trenger, både store og små. Ressursene jeg har idag har hjulpet meg med å kunne gi viktige tilbakemeldinger til hverandre i en god form.

**ALMAS ALI**

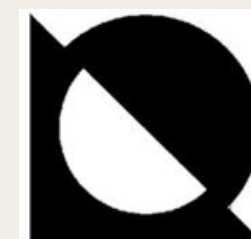


## **Gestaltutdanning**

Gestaltterapi, ved NGI Høyskole

## **Øvrig utdanning**

Religiøs lederutdanning ved UiO, ICDP-veilederutdanning (International Child Development Progra), barn med særskilte behov



**Norsk Gestaltinstitutt AS**  
**HØYSKOLE**

PSYKOTERAPI — VEILEDNING — COACHING — ORGANISASJONSUTVIKLING

# Hvilken nytte - overføringsverdi har du av gestaltutdanningen til din jobb?

## # FØRSTELEKTOR VED VID VITENSKAPLIGE HØYSKOLE

Jeg arbeider med undervisning og veiledning av studenter på et utdanningsprogram i gestaltbasert veiledning som jeg også leder.

Jeg gjør tilsvarende arbeid i profesjonsutdanninger i helsefagene, i et masterprogram i verdibasert ledelse og jeg tar imot klienter; individuelt, i pararbeid og grupper. Etter flere års arbeid med lederutvikling og ledercoaching i velferdsetaten fant jeg min vei til gestaltfaget. I gestaltutdanningen ble erfaringene mine med virksomhetslivets nytteorientering til et innsiktsfullt og verdifullt møte med fenomenologiens fordring om tilstedeværelse, nærvær og mening i møte med andre og meg selv. I pedagogisk forstand kaller det på menneskets eksistens; at vi er forbundet med hverandre og betydningsfulle for hverandre. Hvordan vi gjør det i verden og sammen med andre forstår jeg som en gåtefull begivenhet der vår gestaltiske praksis kan hjelpe meg, så vel som andre gestaltister, til å undersøke fenomen slik de trer fram. Gestaltfagets styrke er for meg grunnet i at når vi oppdager, det som til daglig forstås som læring, så gjør vi det med hele oss. Det vil si at kropp, følelser og tanker er likestilt når vi opplever og erfarer. Vår livsinnsikt springer nettopp ut av denne undring over erfaring. Her er gestaltfaget - som håndverk, akademisk disiplin og måte å være i verden på - en gave til meg i livet, og forhåpentligvis til de jeg møter underveis.

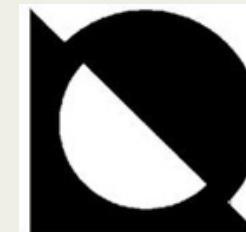
## ESPEN BRAATHEN



### Gestaltutdanning

Gestaltterapeut og veileder NGI,  
M.Sc. i gestaltterapi (Middlesex)

**Øvrig utdanning:** M.Phil Social Anthropolpog, University of Cambridge  
M.Sc., Medical Anthropology, Brunell University London  
M.Sc., Health Promotion, UiB  
Master of Management, Handelshøyskolen BI



**Norsk Gestaltinstitutt AS**  
HØYSKOLE

# Hvilken nytte - overføringsverdi har du av gestaltutdanningen til din jobb?

# DAGLIG LEDER OSLO GESTALTTERAPI  
TALERLISTEN, ARBEIDSMILJØHUSET

GLENN DITLEV ROLFSEN

Gestaltutdanningen ved NGI har gitt meg en solid faglig plattform i arbeid med ledere, team og organisasjoner.

Siden 2003 har jeg praktisert som psykoterapeut ved et legesenter og i bedriftshelsetjeneste, noe som har gitt meg verdifull erfaring i å møte mennesker der de er.

Gestaltteori og terapi gir en unik prosesskompetanse som gjør meg trygg i å fasilitere grupper og teamutvikling.

Jeg jobber relasjons- og prosessorientert, tar tak i det som oppstår her og nå, og hjelper grupper med å bygge trygghet, struktur og retning.

Denne kompetansen har også vært sentral i mine foredrag, blant annet TEDx-foredraget mitt om baksnakking i arbeidslivet.

NGI gir ikke bare kunnskap, men ferdigheter som skaper varig endring – både i terapirommet og i arbeidslivet.

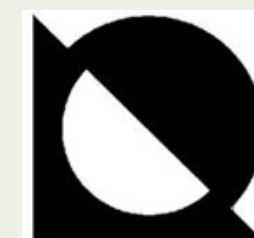


## **Gestaltutdanning**

Gestaltterapi 4 år, ved NGI Høyskole

## **Øvrig utdanning**

Certificate in Couples therapy,  
Psycoanalysis and Psychotherapy, Metanoia Institute



**Norsk Gestaltinstitutt AS**  
**HØYSKOLE**

PSYKOTERAPI — VEILEDNING — COACHING — ORGANISASJONSUTVIKLING



# Hvilken nytte - overføringsverdi har du av gestaltutdanningen til din jobb?

## # KUNSTFAGLÆRER, OSLO KOMMUNE, KUNSTNER OG GESTALTTERAPEUT:

## VILDE VEGEM

Jeg jobber med mennesker fra alle deler av samfunnet, ulike yrker og livssituasjoner – innen terapi, coaching, leder- og organisasjonsutvikling, samt med par og grupper. Kunst, formidling, terapi og veiledning smelter sammen i mitt arbeid, der kreativitet og menneskelig vekst går hånd i hånd. Som terapeut, faglærer og utvikler hjelper jeg mennesker med å orientere seg i dyptgripende endringsprosesser, gjenkjenne mønstre og åpne for ny bevegelse.

Gestaltutdanningen har gitt meg en dypere trygghet og tydelighet i relasjonell og prosessbasert jobbing, samtidig som den har styrket min evne til å ivareta balanse i krevende situasjoner – både som pedagog og personlig. Jeg navigerer også komplekse prosesser med større bevissthet, ikke bare gjennom empati, erfaring og intuisjon, men også med en skarpere tilstedeværelse og innsikt.

I undervisning og utviklingsarbeid gjør dette meg i stand til å støtte studenter og klienter med en balansert kombinasjon av styrke og sensitivitet – å stille modige spørsmål, møte det som oppstår med åpenhet og nysgjerrighet, og skape et nært og trygt rom for utforskning.

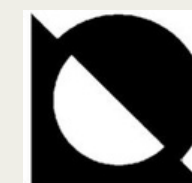
Som kunstner har gestaltutdanningen forankret meg dypere i skapelsesprosessen. Jeg står tryggere i eget uttrykk, går lettere inn flyt og møter materialene og prosessene med større her-og-nå-bevissthet, frihet og lekenhet.



### **Gestaltutdanning**

Gestaltterapi, Norsk Gestaltinstitutt Høyskole  
Relasjonell Ledelse i Organisasjoner, Norsk Gestaltinstitutt Høyskole  
Developmental Somatic Psychotherapy, R.Frank Ph.D, Center for  
Somatic Studies, New York

**Øvrig utdanning:** MA Fine Art Kunsthøyskolen i Oslo, Hypnoterapi  
NFKEH, YogaSomatics & Hatha yoga, div. meditasjon & mindfulness,  
Kunstterapi, PPU Praktisk pedagogisk utdanning for kunstnere  
OsloMet, Steinerpedagogikk for videregående trinn, Web- og  
grafiskdesign,



**Norsk Gestaltinstitutt AS**  
HØYSKOLE

PSYKOTERAPI — VEILEDNING — COACHING — ORGANISASJONSUTVIKLING

## Hvilken nytte - overføringsverdi har du av gestaltutdanningen til din jobb?

### #PP-RÅDGIVER, PERSONLIG UTVIKLER I TOPPFOTBALLEN; TOM ALBERTSEN

I rollen som både rådgiver i Pedagogisk Psykologisk - tjeneste (PPT) og personlig utvikler i toppfotballen står gestalt som metode sentralt som en tilnærming for å støtte individuell, relasjonell og systemisk utvikling. Som rådgiver fokuserer jeg på å styrke relasjonskompetanse, fremme psykologisk trygghet og utvikle selvstøtte. Gjennom en åpen og utforskende tilnærming etableres en form som har til hensikt å øke oppmerksomheten og støtte de involverte med å navigere i utfordrende situasjoner. Hensikten er å styrke den enkeltes evne til å håndtere komplekse problemstillinger og ta ansvar for sine bidrag til prosessen.

I rollen som personlig utvikler i toppfotballen er gestalt som metoden integrert i arbeidet med å støtte spillere og trenere både individuelt og som en del av laget. Fokus ligger på å støtte den enkelte med å bevisstgjøre seg eget bidrag til laget som helhet. Gestalt som metode benyttes for å gi alle involverte en mulighet til å håndtere kravene i toppfotballen på en best mulig måte - som blant annet handler om å finne balansen i det fysiske, mentale og sosiale presset som følger med det å jobbe i og med profesjonell fotball.

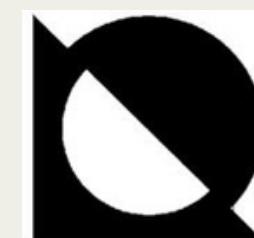
I begge rollene er gestalt som metode avgjørende for å skape åpenhet og tillit og med det, en balanse mellom nærhet og distanse. Det handler om å respektere den enkeltes grenser og tempo i de ulike prosessene som går. Metoden sikrer en helhetlig og sensitiv tilnærming som fremmer refleksjon og ansvarlighet.



#### **Gestaltutdanning**

Gestaltterapi og gestaltcoaching, ved NGI Høyskole

**Øvrig utdanning;** Mastergrad i idrettsvitenskap ved seksjon for coaching og psykologi, Norges idrettshøyskole.  
Befalsskole, KNM Harald Hårfagre, Lederskap



**Norsk Gestaltinstitutt AS**  
**HØYSKOLE**

PSYKOTERAPI — VEILEDNING — COACHING — ORGANISASJONSUTVIKLING

# Hvilken nytte - overføringsverdi har du av gestaltutdanningen til din jobb?

## # OLYMPIC ATHLETE AND OLYMPIC COACH;

Tidligere toppidrettsutøver og landslagstrener. (Danmark og Norge)

Mangeårig rolle som coach og trener i Scotland, Finland og India.

Nå; Konsulent og coachtrener for European Shooting Confederation og Olympic Gold Quest (India). Styreleder i Stenvaag Våpensenter as.

Bruk av Gestalt Coaching i idrett:

Min bakgrunn som utøver og landslagstrener på olympisk nivå har gitt innsikt i utfordringene og kravene som følger med eliteidrett, utvikling av utøvere, og i de siste årene også trenere og ledere. Gestalt utdanningen har hjulpet meg med å utvikle og utvide min virksomhet fra utøver til landslagstrener og etter hvert fra trener til coachtrener i Europa og Asia (India). Gestalt studiet har gitt meg ny forståelse av relasjoner, bevissthet og tilstedeværelse. Selvutvikling er en stor del av det hele. Med det følger muligheten til å påvirke og utvikle en prestasjonskultur til en relasjonskultur. Resultatene blir annerledes og bedre.

Et element jeg ofte bruker i arbeidet som coach er fenomenologi, og forståelse og integrering av dette i teknisk utviklingsarbeide i idrett. Ved å bruke prinsippene, som bl.a. innebærer å legge til side antagelser fikk jeg en mye mer nyansert forståelse av hva som påvirket prestasjonene. Et eks er bevisstheten om hva jeg observerer helt rent, og hva jeg tenker eller synser. Slike elementer kan være avgjørende for å skape kontakt, få frem det viktigste, utvikle samspill og dermed varig suksess.

I mitt arbeide nå er kunnskap, relasjon og selvledelse viktig å videreføre. Gestalt teorien, metodikken og verktøyene er med meg hele veien!

## ANNE GRETHE STENVAAG JEPPESEN

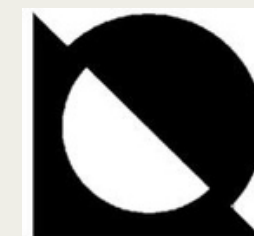


### **Gestaltutdanning**

Gestalt coaching og gestaltterapi ved NGI Høyskole

### **Øvrig utdanning**

Norges Idrettshøyskole og Internasjonal trenerutdanning  
(sportskyting) C, B og A.



**Norsk Gestaltinstitutt AS**  
**HØYSKOLE**

PSYKOTERAPI — VEILEDNING — COACHING — ORGANISASJONSUTVIKLING

# Hvilken nytte - overføringsverdi har du av gestaltutdanningen til din jobb?

## #SEXOLOG OG MSC GESTALTERAPEUT: SEX OG SAMLIVSSPALTIST I VG

Bak mine valg – både profesjonelle og private – pulserer en ustoppelig drivkraft. En kjerne som drives av vekst, utvikling, livskompetanse og frem-løft av potensialer, både i oss selv og i mellommenneskelige relasjoner. Hvordan vi navigerer våre egne liv og prosesser speiles direkte i hvordan vi relaterer til andre. Vår evne til å håndtere mellommenneskelige relasjoner påvirker beslutninger, samarbeid, forhandlinger og gjennomføring av prosjekter. Jeg er takknemlig for fundamentet gestaltutdannelsen ga meg. Jeg lærte å se og lytte med større åpenhet. Gestaltkompetansen kan brukes på utallige måter. I tillegg til min 30 år lange terapeutpraksis har den åpnet dører til en rekke spennende arenaer: TV-produksjonsutvikling, kurs og foredragsholder, fast sex- og samlivsspaltist i VG, og veileder og sparringspartner i ulike prosjekter.

## BIANCA SCHMIDT



### **Gestaltutdanning**

Gestaltterapi og veileder ved NGI Høyskole  
Master of Science Gestalt Psychotherapy, University of Derby  
Gestalt Academy of Scandinavia, videreutdanning

### **Øvrig utdanning**

Bachelor of fine art, Academy of art University  
Bachelor of fine art, New York Academy of Interior design  
Spesialisering i sexologi, UiA



# Hvilken nytte - overføringsverdi har du av gestaltutdanningen til din jobb?

## #HR KULTUR OG LEDELSE I SKATTEETATEN

Jeg startet på NGI i 2002 og samme år begynte jeg å jobbe i Skatteetaten med leder-, medarbeiderutvikling og kultur. Vi har vært flere gestaltterapeuter som har laget programmer for ledere basert på de viktigste «ingrediensene» fra utdanningen; «kjenn deg selv», «hvem blir jeg i relasjon», «hvilke er min kreative tilpasninger i møte med andre» og mange flere temaer som bygger opp under en forståelse av eget lederskap og som bringer lederne inn i et «growth mindset» i stedet for at de sitter fast i det «fikserte». Alle årene ved NGI og ikke minst min trening som parterapeut, basert på gestaltteoretiske tilnærminger, har gjort meg stadig når jeg jobber med relasjonsprosesser i ledergrupper. Det å klare å være «til stede» («presence») og utforske hva endringer gjør med deltakerne her og nå, dialogisk og emosjonell kommunikasjon, er en viktig kompetanse jeg tar med meg inn som prosessveileder og driver i ledergrupper.

## GUNN HELEN STIENG



### **Gestaltutdanning**

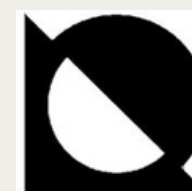
Grunnutdanning NGI

Videreutdanning og veilederutdanning ved NGI

Videreutdanning i parterapi ved Gestalt Integrative Institute

### **Øvrig utdanning:**

Cand.polit Rådgivning NTNU og gestaltorientert veiledning, også ved NTNU



**Norsk Gestaltinstitutt AS**  
HØYSKOLE

PSYKOTERAPI — VEILEDNING — COACHING — ORGANISASJONSUTVIKLING

# Hvilken nytte - overføringsverdi har du av gestaltutdanningen til din jobb?

## # GESTALTERAPEUT: AKUTTPSYKIATRIEN I OSLO/OMEGN

Jeg hadde jobbet i nær tyve år med HR og ledelse i bla. Aftenposten og Black Box Teater før jeg i 2008 startet på gestaltterapistudiet ved NGI. På studiet lærte jeg ved å erfare først, for så å reflektere sammen, lese mer og gjøre nye erfaringer, dvs ved konfluentpedagogikk, En undervisningsform som gjorde meg økende bevisst på hvordan jeg påvirker og blir påvirket i ulike situasjoner, en bevissthet om hva og hvordan vi tar form sammen som jeg tenker er helt grunnleggende for en terapeut, en konsulent og medmenneske. Jeg har drevet egen praksis som gestaltterapeut og prosessveileder siden 2011/14, og tok i denne tiden også oppdrag som prosessveileder for ansatte i bla. barnehager, NAV og ideelle organisasjoner. Jeg har ledet terapigrupper og undervist ved NGI.

I dag jobber jeg som miljøterapeut ved et akuttpsykiatrisk sykehus. Det er meningsfylt og samtidig krevende å håndtere det medisinske og individualistiske paradigmet som råder i psykiatrien. Det er mye jeg må velge å legge til side, noe som også er en ferdighet og en kompetanse jeg har fått med meg fra gestaltstudiet. Alt er valg og bevissthet om at jeg velger, og at jeg kan velge nytt når situasjonen har endret seg, er kanskje det som gjør meg mest ydmyk i møte med andre mennesker. Jeg er overbevist om at alle gjør så godt de kan, gitt de ressursene de har tilgjengelig og slik blir alt et spørsmål om *hva som har skjedd med deg?* og *hva gjør du med det som har skjedd deg,* og ikke hva feiler det deg?

## HEIDI GAUPSETH



### Gestaltutdanning

Gestaltterapeut med etterutdanning og gestaltveileder fra NGI

### Øvrig utdanning

Siviløkonom/Master of Science med masterprogram organisasjonsfag og ledelse fra samme sted  
Nevro Affektiv Touch med Dr. Aline LaPierre  
Psykoterapi for spiseforstyrrelser, Villa Sult  
Ettårig billedkunnsfag fra Steinerhøyskolen  
NLP Master Practitioner (

# Hvilken nytte - overføringsverdi har du av gestaltutdanningen til din jobb?

# LEDERVEILEDNING – PROSESSLEDELSE –  
BARNEVERN – MEGLING – SORGARBEID –  
KRISEHÅNDTERING – VEILEDNING/COACHING

Mitt motto etter 25 år som Gestaltpsykoterapeut er: Støtte - akkurat hva du trenger, når du trenger det!

Med klart hode og et varmt hjerte er jeg en modig medvandrer for mennesker i krise. Når kommunikasjonen bryter sammen oppdager vi hvor viktig det er med god kommunikasjon.

Å få være med på reisen sammen med mennesker i krise, har gitt meg en raushet rundt hva det er å være et menneske. Når folk kan le av seg selv uten å føle seg dømt, skapes trygghet og behov for videre kontakt.

Min egen prosess i livet har lært meg mye om gjensidig respekt for andre og hva de står for. Det å ha en sønn med autisme har i tillegg gitt meg forståelse og kompetanse i forhold til hva andre kan slite med og hvor vanskelig det er å få den støtten man trenger. Og det at jeg opprinnelig kommer fra USA har faktisk gitt meg mot og styrke til å takle «annerledeshet».

Det er egentlig utrolig hvor mye i livet som handler om å lære og å mestre. Min erfaring er at mennesker lærer best når de selv får lov til å oppdage selv. Jeg både støtter og underviser slik at klienten/kunden etterhvert blir selvhjulpen.

TOM KJOS-KANDELL

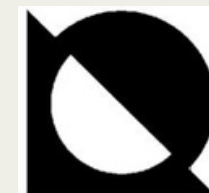


## **Gestaltutdanning**

Grunn og etterutdanning gestaltterapeut, veilederutdanning, NGI Høyskole  
Familieterapi

## **Øvrig utdanning**

Bachelors of Arts (BA) i Humanistisk fag, religion og filosofi, Masters of  
Divinity (Embetseksamen i teologi), Pastoralklinisk utdanning (PKU)  
Pedagogisk Seminar ved Menighetsfakultetet



**Norsk Gestaltinstitutt AS**  
HØYSKOLE

PSYKOTERAPI – VEILEDNING – COACHING – ORGANISASJONSUTVIKLING