



METAFORUM

NORSK FORENING FOR FAMILIETERAPI



M E T A F O R U M

NORSK MAGASIN FOR FAMILIETERAPI

Medlemsblad for Norsk forening for familierapi NFFT

Utgis normalt i ca 1000 eks. fire ganger pr. år (januar, april, august, november)
med deadline den 1. i måneden før planlagt utgivelse (for augustnr.: 1. juni).

NORSK FORENING FOR FAMILIETERAPI,

Markveien 23, 0554 Oslo, Tlf: 22 71 75 05 fax 22 71 84 65,

Mail: nfft@nfft.no Bankkonto: 7874 05 96348 *

Daglig leder: Pål Abrahamsen, webside: www.nfft.no

METAFORUMS REDAKSJON:

Kari Yvonne Kjolås Vestre Viken HF, Psykiatrisk Klinikk,

Poliklinikken (PUT) Avd. for rus og psykiatri. Haguesgt. 89 A,
3019 Drammen. Tlf: 32 86 17 00 900 979 96f ax 32 86 17 01

Mail: kariyk@online.no / Kari.Yvonne.Kjolas@nfft.no

Pål Abrahamsen Seilduksinstituttet AS Markveien 23, 0554 Oslo

Tlf: 22 71 75 05 / 95 22 26 04 fax 22 71 84 65

Mail: Pal.Abrahamsen@nfft.no

Hilde Ingebrigtsen Homansbyen familievernkontor, Oscarsgt.20, 0258 Oslo

Tlf. 950 67 545 Mail: hildeing@yahoo.com

STYRET:

Leder: Marianne Bie

Barne- ungdoms- og familiedirektoratet, Seksjon for familievern,

Postboks 8113 Dep., 0032 Oslo,

Tlf.: 46 61 51 38 / 91 82 83 65.

Mail: marianne.bie@nfft.no

Bente Barstad (styremedlem / nestleder)

Familieavdelingen Modum Bad, 3371 Vikersund

Tlf.: 32 74 97 55 / 918 49 236. Fax 32 74 97 97

Mail: bente.barstad@nfft.no

Allan Ettrup Hansen (styremedlem / webansvarlig)

Tyrili Oslo, Normannsgate 47, 0655 Oslo Tlf: 97 72 42 68.

Mail: Allan.Ettrup.Hansen@nfft.no

Arne Kallekleiv (styremedlem / medlemsansvarlig)

Familievernkont. Øvre Romerike, postboks 202, 2051 Jessheim

Tlf. 950 72 404. Mail: arne.kallekleiv@nfft.no

Jannicke Walther Tindberg: (styremedl.)

Østensjø familiekontor Pb. 45 Boler 0620 Oslo Tlf.: 915 57 508

Mail: jannicke.walther.tindberg@nfft.no

Siv Merethe Myhra (varamedl.)

Familienheten Borgestadklinikken BA, Postboks 1 3701 Skien.

Tlf.: 35509100/99276618

Mail: Siv.myhra@borgestadklinikken.no / siv.myhra@nfft.no

Sverre Chr. Thoresen (varamedl.)

Sykehuset Buskerud hf. BUPA. Ungdomsenheten,

Valbrott 23, 3024 Drammen. Tlf.: 32 86 19 61 / 957 96 629

Mail: sverre.chr.thoresen@nfft.no

Jarle Svoldal (varamedl.)

Asker BUP, Sykehuset Asker og Bærum, Vestre Viken HF

Postboks 83, 1309 Rud . Tlf: 67 50 20 61 / 98 8283 78

Mail: jarle.svoldal@nfft.no

Forside: Scott Thoe, Rød brygge. Gjengitt med tillatelse fra kunstneren.

Medlemskap i NFFT

kr. 650,- pr år
kr. 750,- fom 2011

Inkludert i prisen er 4
nummer av tidsskriftet
FOKUS PÅ FAMILIEN
og 4 nr. av medlemsbladet

Metaforum

samt rabatter på
foreningens og andre
arrangementer.

Bankkontonummer øverst
på denne siden *



ANNONSER TIL METAFORUM

Vi tar gjerne mot
annonser om det
som skjer innen
fagfeltet, som kurs,
seminarer, ledige
stillinger, nye boker
viktige begivenheter
m. m.

Prisene er:

¼ side kr. 1000,-

½ side 2000,-

1/1 side kr. 4000,-.

For fargeannonser
kommer et tillegg
på 500,- pr. annonse.
Annonser for kurs
med rabatt for NFFTs
medlemmer er gratis.
Annonser som settes i
bladet kommer gratis på
websidene, om ønskelig.
Annonser kun på web:
Kr 2000,-.

Send teksten på
e-post til redaksjonen.
Frister og adresser står
øverst på denne siden.



Neste utgave av Metaforum inngår i Nordisk Forum; fellesbladet for de nordiske familieterapiforeningene, som kommer ut hvert 3. år i forkant av Nordisk kongress i familieterapi. Denne gangen er det Sveriges tur til å være vertskap og ansvarlig redaksjon, da det er SFFT's tur til å arrangere kongress, i Visby 17-20 august 2011 - under tittelen RÖTTER & VINGAR (se annonse).

Nordisk Forum kommer til dere alle i løpet av oktober.

Det neste "vanlige" Metaforum kommer altså først i januar 2011.

Endelig invitasjon til årskonferansen på Vettre vil komme i egen forsendelse til medlemmene i november.

Følg ellers med på www.nfft.no både for årskonferansen i februar 2011 og førjulsseminaret i desember 2010. Begge begivenheter er presentert i dette nummeret. Sett av datoer og meld dere gjerne på.

Ellers går nu dagen i denne kom sol og kom regn sommeren. Redaksjonen har tatt fellesferie fra sine vante jobber, men ikke fra Metaforum. *Som man reder så ligger man* – så siden det er redaksjonen selv som har laget frister og deadlines har vi liten grunn til å klage. Ikke føler vi så stor trang til klaging heller, det har blitt en livsstil dette – og dessuten regner det igjen – i skrivende stund.

I dette nummeret oppsummeres Juniseminaret med Sue Johnson i Tromsø, med flere innlegg. Det er mye om EFT (Emotionally Focused Couples Therapy) denne gangen. Redaksjonen var der, og to av oss foretok også en liten feriereise i etterkant, i det nære omland, og fikk med oss midnattssol, vakker natur og nordnorsk gjestfrihet.

Fra Bergensseminaret i mai har vi fått et tilbakeblikk fra Jannicke Walther Tindberg.

Vi bringer også flere tilbakeblikk på innslag under årets Vetrekonferanse.

To reisebrev har vi også fått: Ett fra Anette Holmgren – fra en narrativ samling i Oslo, og ett fra Alicja Olkowska og Jarle Svardal – med reportasje fra IFTAs verdens-kongress i Argentina ... og det er enda mer.

Fra høgsta nord til langt i syd altså, om hva som rører seg i familieterapifeltet. Fra det narrativt fortellende til det mer manualbaserte. Vi ønsker oss slikt stoff til bladet – og får det, etter hvert også ganske uoppfordret. Det meste av det som sendes oss blir presentert – i en eller annen form, og vi minner nok en gang om at vi i redaksjonen er behjelpelig med redigering av form og innhold. En treningsarena, men også en arena for mer drevne skribenter. Et organ for mangfold og ulike stemmer – og med stor spennvidde er det vi søker å oppnå. Kan hende vil noen mene at vi spenner for vidt, men det får stå sin prøve. Vi tar gjerne imot tilbakemeldinger og synspunkter.

En ting vi ønsker oss enda mer av er annonser - for kurs og seminarer, nye bøker, ledige stillinger og lignende innen feltet. Arrangementer som gir medlemmer av NFFT rabatt annonserer gratis både i bladet og på web, og uansett kommer annonseringer NFFT (oss alle) til gode i form av reduserte kostnader til utgivelse bladet.

Det er ikke helt lett å samle seg om fagstoff og redigering midt mellom hytteturer, skjærgårdsidyll, fjellturer, familiebesøk, vennetreff, festivaler og ulike spel ... eller hva det nå måtte være man fyller denne tiden med. Sommeren i nord er komprimert. Alt skal liksom skje på en gang. Vi nyter det – og lagrer, men de går så fort disse månedene med lys og varme. Også det kunne vi ønske litt mer av. Man kan jo alltid håpe, selv om Arthur Schopenhauer sier at *håp er forvekslingen av ønsket om at noe skal skje og sannsynligheten for det*, Uansett håper vi at dere alle har hatt en fin sommer - så langt – og at høsten blir mild og god.

Så sees vi da – på et eller flere av høstens og vinterens mange arrangementer.

Vennlig hilsen oss i redaksjonen



Hilde



Pål



Kari Yvonne
Ansvarlig red.



ORD FRA LEDER

KJÆRLIGHET OG TERAPI

På arbeidsbordet foran meg ligger det to DVD-er

med Sue Johnsons EFT, og to nye, tykke permer med John Gottmans kartlegginger og øvelser.

Igen er jeg kommet tilbake fra seminarer og kurs med nye tanker, begeistring, ny inspirasjon og nye muligheter for å gå videre for å bli sertifisert, som Gottmann terapeut, eller EFT-terapeut, eller kanskje begge deler? Et påtrengende spørsmål er hvordan jeg skal forholde meg til denne nye og inspirerende kunnskapen, og hvordan dette går sammen med alt det jeg tidligere har lært og tilegnet meg av terapikunnskap.

Jeg setter på DVD-en og hører Sue Johnson fortelle om hvordan hun har satt kjærlighet under mikroskopet og skapt *The science of love*, vitenskapen om kjærlighet. Hun sier at kjærlighet er en urgammel overlevelseskode som er prentet inn i våre hjerner gjennom tusener av års evolusjon. Sue bruker tilknytningsteori i forståelsen av det voksne parforholdet. Det gir meg en utvidet forståelse, en ny flik av kunnskap til arbeide med par i terapi. Hun sier også at enhver relasjon er en dans, der det handler om å tone seg inn. Noen danser protestpolka, andre danser tango. Å oppdage hvilken dans man danser er viktig i alt endringsarbeide. Når Sue snakker om *love* på denne måten blir det forståelig og håndgripelig. Samtidig anes en forskjell i ordene *love* og *kjærlighet*. *Love, in love og to make love* brukes på engelsk og amerikansk om både forelskelse, kjærlighet og sex. Følelser er en viktig bestanddel i vårt nordiske kjærlighetsbegrep, men i tillegg finnes en irrasjonell dimensjon med elementer av holdning, vilje og varighet.

Kjærlighet er vanskelig å forklare. Ikke rart at de gamle grekerne brukte tre ord for å nyansere det; Eros - den erotiske kjærligheten, Filia - den vennskapelige kjær-

ligheten og Agape - den oppofrende eller guddommelige kjærligheten.

John Gottman er også opptatt av kjærlighet i parforhold. Han har studert, observert, intervjuet, målt blodtrykk og tatt prøver av par i 35 år gjennom sitt *Lovelab* for å forstå deres samspill og konflikter. På bakgrunn av dette har han sammen med sin kone Julie, utarbeidet øvelser og spørreskjema til hjelp i arbeide med par. Jeg sitter med to tykke permer fra Bergensseminaret i mai, en på engelsk og en på norsk. Her finnes et gjennomprøvd kartleggingsverktøy, kommunikasjonsøvelser og mye mer.

Så tilbake til mitt spørsmål om hvordan jeg skal forholde meg til denne nye kunnskapen og integrere den i min systemiske forståelsesramme, eller kanskje utvide den? Som familieterapeut har jeg bruk for både erfaringsbasert kunnskap og forskningsbasert kunnskap. Når alt kommer til alt handler det om hva som er nyttig kunnskap i møte med klienter, pasienter eller brukere.

Jeg tenker på kakediagrammet, der terapiforskning fremstilles og viser at den terapeutiske relasjonen mellom klient og terapeut har større betydning for resultatet, enn metoden som brukes. Terapi er et samarbeid mellom hjelperen og den som søker hjelp. Når det er meg den hjelp-søkende møter, er det mitt blikk, min stemme, min forståelse, min refleksjon, min klangbunn som menneske som møter han eller henne der de er i sitt liv.

Ny kunnskap må integreres og mitt ansvar som terapeut er å ha tilgjengelige verktøy og metoder som kan hentes frem i møte og samarbeid med den enkelte. Sue Johnson og John Gottman har begge viktige bidrag for å forstå parforhold. Deres forskning har løftet noen fliker til ny forståelse for meg.

Du finner mer om både John Gottman og Sue Johnsen i dette bladet.

Marianne Bie

Tilbakeblikk på IFTAs XVIII verdenskongress i familieterapi i Buenos Aires - mars 2010:



“Global Sharing in Challenging Times”

Reportasje ved *Alicja Olkowska & Jarle Svardal*

Millionbyen Buenos Aires ligger ved Rio de la Plata, munningen til de store elvene Paraná og Uruguay i Atlanterhavet. Med en temperatur på gjennomsnittlig 25 varmegrader var det helt greit med et avbrekk fra et vintertungt Norge. Med et hyggelig og rimelig hotell på Avenida de Mayo, 10-15 minutters gange til kongresshotellet på Avenida 9 de Julio, samt den enorme handle-gaten Florida rett ved, var det en super by å ta seg frem i til fots. Man måtte imidlertid gå i rask gange for å komme over Avenida 9 de Julio mens det ennå var grønt. Med sine 20 bilfiler skal avenyen være verdens bredeste. Ellers var det latterlig billig å ta taxi tvers gjennom byen, noe vi benyttet oss hyppig av når vi skulle besøke de andre bydelene. Shopping var en fryd, med et fantastisk utvalg i klesbutikker og med priser som fikk kredittkortene til å holde en jevn lunk.



Alicja og Jarle

Kongressen hadde et omfattende og innholdsrikt program med innlegg fra hele verden. Det var umulig å få med seg alt som foregikk, så vi valgte ut de plenumsforedragene og workshops som fanget interessen mest. Vi vil her gi en skisse fra noen av disse, med tilhørende smakebiter fra denne fantastiske byen og de ulike bydelene vi besøkte.

EVITAS GRAV OG ”HJEMLØSHETEN”

Cementerio de la Recoleta, gravplassen som ligger midt i Buenos Aires` mest fasjonable strøk blir besøkt av horder av turister som særlig kommer for å se graven til Evita, eller Maria Eva Duarte de Perón, som hun egentlig heter. Nasjonalsymbolet Evita var både elsket og hatet og kom til slutt ”hjem” i 1971 etter at den halvbalsamerte kroppen hennes ble bortført av militære tre år etter at hun døde i 1952, og sendt til Milano. Nå ligger hun i familiegraven i et av de smale smugene i denne nekropolis. Å gå rundt her



er som å bevege seg i en egen by med smale gateløp og små hus tett i tett. Det sies at kvadratmeterprisen er den høyeste i verden. Argentinas økonomiske nedtur ved tusenårsskiftet førte til at mange familier ikke så noen annen utvei enn å selge sine gravplasser.

Kenneth Hardy var en av plenumsforeleserne, og den som gjorde mest inntrykk på oss, både hva gjaldt utstråling, veltalenhet og innhold. Han er tilknyttet Drexel University i Philadelphia og Eikenberg Institute for Relationships i New York. Tittelen på foredraget var: "Home, Hope, Homelessness in the Midst of Challenging Times". Hardy var opptatt av disse begrepene i deres psykologiske betydning og mente at alle mennesker opplever fragmenteringer i livene sine.

"Home" handler om hvem jeg er som menneske, noe eksistensielt, et sted hvor jeg er kjent og føler meg verdsatt av andre mennesker. Mens de fleste av oss erfarer relativt små vansker med å være i kontakt med venner og dem vi er glade i, er det å etablere meningsfulle og varige parforhold et mer utfordrende kunststykke, ifølge Hardy. Den psykologiske "homelessness" kan dreie seg om mange ting. Hardy fortalte flere historier om mennesker som engasjerer seg i verdensproblemer, men som strever med de nære relasjonene i egne liv. En historie han delte med oss dreide seg om en kvinne som skulle reise til Haiti for å hjelpe flomofrene. Han spurte henne: "Hvordan kan du redde verden når du ikke har snakket med din søster på mange år?" - En annen historie dreide seg om en far som over flere år ikke hadde hatt kontakt med sin eneste sønn. Alkoholen ble en "løsning" for å dempe følelsen av "hjemløshet". Faren klarte ikke å uttrykke savnet etter sønnen eller si til han at han elsket ham. På en måte har vi byttet ut "kontakt" med "fellesskap", mener Hardy. Han tenker at vi alle, både terapeuter og klienter, ser ut til å være på leting etter noe

"flyktig annet". Selv om det ofte kan være vanskelig å forstå dette, er det mange av oss som tar oss selv i å plages med en gnagende følelse av tomhet og en stadig lengsel etter noe annet: "This phenomenon of psychological homelessness is the culmination of a state of disconnection from the spirit and soul of one's being".

Enten det er relatert til situasjonelle eller sosiale krefter er psykologisk hjemløshet en tilstand som påvirker det følelsesmessige, psykologiske og åndelige velværet til enkeltmennesker, familier, og samfunn - og til og med nasjoner, hevder Hardy. Isolasjon, fattigdom, diskriminering, vold, krig og naturkatastrofer, er alle faktorer som kan føre til opplevelse av Homelessness.

FLERKULTURELLE FARGERIKE PALERMO OG FLERNASJONALE PERSPEKTIVER PÅ FAMILIETERAPI

Buenos Aires er mangfoldig, fargerik og grønn. De mange bydelene er både like og ulike, og store. Noen virker som byer i seg selv. Å komme til Palermo er imidlertid som å befinne seg i en rolig småby, med smale gater, fortauskafeer, en liten park med fontene i midten og mange lekeplasser for barn. Bydelen har en mengde fancy butikker. Å rusle i Palermo er som å bevege seg i et internasjonalt miljø, med fokus på modernitet, mote, og avslappethet - innrammet av gammel arkitektur. Man får både puste ut etter den hektiske og travle shoppingen i Florida og gater som Avenida 9 de Julio og Avenida de Mayo. I Palermo kan man se på trærne, drikke caffè con leche på en fortauskafé og shoppe argentinske designklær til en billig penge.

Jared Dupree, fra Universitetet i Houston, USA, holdt en workshop som minnet om stemningen i Palermo.

Tittelen var: "Examining International Perspectives and Future Directions of Family Therapy across the Globe".

Med sine mange kolleger fra Universitet i Houston, Texas og fra Lubbock, Texas, utforsket han familieterapeuters opplevelse av egen status omkring i verden. Han tok for seg mikro- og makrofaktorer som påvirker fokuset i familieterapi i ulike deler av verden.

Det var en elegant og inspirerende fremstilling av en fenomenologisk studie med en påfølgende spennende diskusjon i salen.

Undersøkelsen ble foretatt på verdenskongressen i Slovenia (2009), der 22 familie- og parterapeuter fra Asia, Midt-Østen, Afrika, Sentral-Europa og Sør-Amerika ble intervjuet om temaer som: utdanning, familieterapiens status i hjemlandet, klienters behov og regionale behov i det enkelte land, samt deres ideer om fremtidsretninger for familieterapifeltet.

Det var mange felles personlige erfaringene på tvers av kontinentene med tanke på hvorfor man valgte å bli familieterapeut. Variasjonen var derimot større med tanke på hvordan kultur og politikk virker inn på befolkningens og familieterapeutenes forhold til familieterapi. Det ble nevnt betydningen av et lands historie, der menn har vært fraværende fra familiene, enten på grunn av krig eller på grunn av arbeid (Polen). Det ble holdt frem hvordan familieterapi oppfattes som en del av "psykiatrien" og blir et stigma, hvorpå familiene tenker at de ikke er så syke at de trenger psykiatrisk behandling (Slovenia). Et annet eksempel er kulturer der det eksisterer forestillinger om at menn ikke "trenger" hjelp (Midt-Østen). Å få til familieterapi som inkluderer menn i disse landene kan være en stor utfordring.

De problemene det ble søkt hjelp for var vold, fattigdom, krig/traumer, skilsmisse, alkoholmisbruk, samt uttrykte behov for foreldreveiledning. De fagteoretiske tilnærmingerne som ble mest brukt på tvers av kontinentene var narrative, strukturelle, systemiske og språkorienterte.

Når det gjelder fremtiden for familieterapien var det enighet mellom de intervjuede familieterapeutene om at det er viktig å samarbeide med andre profesjoner samt samarbeid familieterapeutene i mellom, og på tvers av landegrenser. Viktigheten av forskning og publisering ble understreket da det er på denne måten familieterapien blir synlig.

TURISTFELLEN LA BOCA OG "WORKSHOP-FELLEN" OM FAMILIETERAPIENS FREMTID

Bilder fra La Boca er de som vises oftest i turistbrosjyrer om Buenos Aires. Det er



tango, og farger, Maradona, La Boca stadion, og små pittoreske bygninger. Vi gledet oss til å komme oss dit. Det var anbefalt å ta drosje, da La Boca ligger i et strøk med

mye kriminalitet, et råd vi fulgte. Det vi møtte da vi kom ut av drosja var skuffende. Det var mengder med knipsende turister, oppstilte "tango-dansere" klare for fotografering mot betaling og hysteriske kelnere som prøvde å lokke oss inn på restaurantene.



La Boca

Det ble ikke noe tangobilde på oss. Det ble heller ikke noe langt besøk i La Bocas. Vi

foretok en rask sightseeing, tok de obligatoriske bildene og forvant derfra så fort som mulig. Det var ikke det vi hadde ventet oss, og for å døyve skuffelsen gikk turen forbi parlamentet, til Florida, og sentrum av Buenos Aires der vi kunne oppleve mer av det genuint ekte argentinske liv.

Workshopen til Vincenzo Di Nicola, fra et barne- og ungdomspsykiatrisk sykehus i Montreal ga samme opplevelse. Vi gledet oss til å høre om familieterapiens fremtid, og hadde på forhånd lest en kort beskrivelse av workshopen hans, der det ble nevnt mange navn og begreper hentet fra vitenskapsteori og filosofi. Vi gledet oss til utdypningen og til å forstå hvordan alle disse spennende navnene kan være førende for ideer og fremtiden for familieterapien. Men det ble som med La Boca. Vi ble skuffet. Di Nicola kom med stadig flere navn, og begreper som var vanskelig å forstå. Vi begynte å lure på om det var noe galt med språkkunnskapene våre, men vi så også mange andre forvirrete blikk rundt i salen – og da en av deltakerne i salen snudde seg til oss og sa ”It has to be something wrong with this workshop, or is it me that has come to wrong place?”, skjønte vi at det var en delt opplevelse. Så det forble med bare alle disse flotte navnene: Emmanuel Levinas, Martin Buber, Michail Bakhtin, Amerindian, Victor Turner, Simone Weil, Edmund Husserl, Tom Andersen, Slavoj Zizek, Viktor Shklovsky, Bertold Brecht, Akiro Kurosawa og Claude Levi-Strauss ... (heldigvis kjente vi noen fra før). Men hvordan alle disse andre navnene er betydningsfulle for familieterapiens fremtid, fant vi ikke ut. I hvert fall ikke der.

TANGO FOR TO I SAN TELMO OG TREKLØVERET FRA NORDKALOTTEN.

Buenos Aires er tangoens hovedstad. Den utviklet seg rundt 1880 da spanjoler, italienere, afrikanere og criollos (USA-fødte

spanjoler) blandet sine ulike danseformer sammen.

Tangoen fikk først fotfeste i fattigkvarterene La Boca og Barracas, men ble snart populær i dansehaller (milongas) over hele byen, blant annet i San Telmo. Bydelen er den eldste i Buenos Aires og er kjent for sine antikbutikker og mange kafeer. På kvelden gjøres hovedgaten i San Telmo om til gågate og fylles med selgere, musikere og turister fra alle verdenshjørner. Vi fikk vår første tango-opplevelse ankomstkvelten mens vi satt på en uterestaurant i denne bydelen i 25 grader og not en mør og saftig argentinsk biff med tilhørende fyldig rødvin. Da var den lange reisen fra Norge glemt ...



San Telmo

Nordkalotten:

En viss stolthet spredte seg hos oss nordboere da en av de mer hjemlige, og for oss kjente, foredragsholderne presenterte Nordkalottprosjektet. Med vakre vinterbilder fra Tromsø ble dette en god start på et eksotisk og inspirerende foredrag for mange, om et viktig arbeid som gjøres innen psykisk helsearbeid i Nordområdene.

Presentasjonen til Jaakko Seikkula, Magnus Hald og Eva Kjellberg handlet om nettverksorientert praksis, om hvordan den er blitt utviklet i de nordlige delene av Norge, Sverige og Finland, og dens betydning for arbeidet med alvorlige mentale lidelser og sosiale kriser.

I voksenpsykiatrien i Finland (Tornio-regionen) og i Tromsø har behandlingstjenestene blitt omorganisert på en slik måte at pasienten og / eller familien blir møtt sammen med det private og det profesjonelle nettverket deres så tidlig som mulig når en krise har oppstått. Familien og andre viktige deltar i behandlingen så lenge det er nødvendig sammen med de profesjonelle.

I Gällivare i Sverige organiserer barne- og ungdomspsykiatrien umiddelbart et møte med aktuelle instanser og familien i alle typer kriser som måtte oppstå.

Tom Andersen har vært en sentral skikkelse og inspirator for arbeidet i disse landene.

Den faglige plattformen er knyttet til systemisk tenkning, der man beveger seg fra objektivitet til en delt subjektiv opplevelse, samt en dreining fra tanken om ”problem-skapende systemer” til ”problemskapte systemer”, inspirert av Harry Goolishian.

Eva Kjellberg fra Sverige fortalte om vanskene i oppstarten av arbeidet. Ideene og tankegangen møtte stor skepsis til å begynne med. Inntil da hadde prosedyren vært innleggelse i psykiatrien i de store byene. ”Problemet” ble med andre ord fjernet fra familien. Kjellberg fortalte om inspirasjonen de hentet fra Tom Andersen og hans arbeid med reflekterende samtaler, der hun vektla ideene om ”samtaler om samtaler”, indre og ytre samtaler, likestilling av alle stemmer og vekt på dagligdags språk. Åpne reflekterende samtaler og nettverkstenkning utgjør rammen for organisering av arbeidet, kombinert med et kriseperspektiv.

Magnus Hald fra Norge fortalte om hvordan akutteamet i Tromsø arbeider. Teamet tar ikke over for andre behandlere eller personer som allerede er involvert i en pasients psykiske vansker eller krise, men etablerer seg i systemet. De er opptatt av å møte klientene hvor de selv ønsker. Spørsmål de stiller innledningsvis i arbeidet er: Hvor skal vi møtes? Hvem skal vi møte? Hvem er

involvert i problemet? Prinsippene for deres arbeid er at både pasientens fastlege og at to behandlere fra akutteamet inkluderes i samtalerne / møtene.

Behandlerne fordeler roller slik at den ene intervjuer de involverte og den andre er i reflekterende posisjon. Man utforsker bakgrunnen og forhistorien for møtet og man drøfter organiseringen av selve møtet.

Sentrale spørsmål er: Hvordan bruke tiden best? Hva er problemet? Hvordan snakkes det om problemet? Hvem kan hjelpe? På hvilken måte? Man ønsker å gi tid til dem som vil snakke og lar disse få snakke uavbrutt. De som ønsker å være stille får lov til det.

Jaakku Seikkula fra Finland fokuserte bl.a. på viktigheten av å ikke snakke om pasienten uten at han/hun er tilstede, samt å ha med familien i behandlingsprosessen.

Krise- og nettverksteamet i hans region kunne rapportere om 40 % som ikke trengte innleggelse i sykehus eller institusjon. Det er krise- og nettverksteamet som organiserer møtene som etableres innen 24 timer etter at en krise har oppstått. De jobber mye med psykoseproblematikk og snakker åpent om de psykotiske historiene.

Møtene eller samtalerne starter alltid med det sosiale nettverket, der viktige spørsmål blir: Hvem kan være til hjelp? Hvem bør inviteres med? Man er opptatt av fleksibilitet og mobilitet, slik at man kan møte pasienten på dens arena.

Et annet viktig prinsipp er å unngå at pasienten eksporteres til andre systemer. I praksis betyr det at nye personer som kan ha betydning for forståelsen av problemet kan inviteres inn, men at pasienten beholder det samme behandlingsteamet. Det er dialog som er anliggende i dette perspektivet, ikke problemløsning. ”Det er viktig å høre på hva folk sier, ikke hva de mener”; en læresetning hentet fra Harry Goolishian.

ET MØTE MELLOM NORD OG SØR OG EN HALSBREKKENDE TAXITUR

Etter en uke med gode opplevelser og faglig påfyll kom tiden for å reise hjem til vinterkalde Norge. Kongressen har vært et spennende møte med feltet, representert av familieterapeuter fra hele verden. På den ene siden så vi at det ikke var så stor forskjell på hvordan man *tenker* om familieterapi og hva man blir inspirert av. På den andre siden så vi at det å *utøve* familieterapi i praksis blir noe forskjellig fra land til land og fra kontinent til kontinent. Kulturen, lovverket og normene i de ulike landene spiller stor rolle i forhold til hvem man inviterer til familieterapi og hvordan man arbeider med problemer i systemer. Dette er en viktig påminnelse for familieterapeuter i Norge, der man møter folk fra ulike kulturer og land i terapi, at man kanskje bør *oversette* terapien til det språket og den kulturen klientene kommer fra.

På avreisedagen fikk vi oppleve et reelt møte mellom nord og sør; to ulike kulturer med ulike normer og lovverk. Vi var klare til å dra og skulle bare finne en drosje som kunne kjøre oss til flyplassen. Vi var heldige. En ledig drosje stod klar på drosjeholdeplassen. Men denne turen til flyplassen ble imidlertid en selsom opplevelse. Etter først utenfor hotellet vårt å ha vekket sjåføren, som så ut

til å ha en viss "hangover", bar det avsted i 160 km i timen. Alicja prøvde å holde balansen i baksetet uten sikkerhetsbelte, mens Jarle satt med stivt blikk i forsetet og prøvde å tenke at *det går nok bra*. Da bilen begynte å riste og opplevelsen var som rett før "take off" på rullebanen, måtte vi be sjåføren kule ned en smule. Han tok hintet - smilte lurt, sendte en forståelsesfullblikk til Jarle (som kunne tolkes som: *ja, de damene, de tåler jo ingenting*), tente en sigarett- og senket farten til 140.

Vi kom oss trygt til Ezeiza Airport, og etter nesten 20 timers flyreise var vi tilbake i Norge.

Alicja Olkowska: alicja.olkowska@r-bup.no

Klinisk barnevernspedagog. Arbeider klinisk som familie- og nettverksterapeut på Asker BUP og som studieleder for Videreutdanning i Miljøterapi på RBUB. Student på masterstudiet for familiebehandling ved HiO.

Medlem i Vetre komiteen i NFFT.

Jarle Svardal: jarle.svardal@nfft.no

Klinisk barnevernspedagog. Ansatt ved Asker BUP, Sykehuset Asker og Bærum. Student ved masterstudiet i familiebehandling ved HIO.

Medlem av styret i NFFT.



✓ Vi minner om:

EFTA PARIS 2010

7th Congress of the European Family Therapy Association EFTA
Paris, Frankrike 29. – 31. oktober 2010.

Kongressen arrangeres på Palais de congrès.

For påmelding se websiden: www.eftaparis2010.com

Eller via www.nfft.no

Juniseminaret på Ishavshotellet -
Tromsø 14. – 16. juni 2010:

”Hold Me Tight ” Fokus på følelser med Sue Johnson

formidlet av *Hilde Ingebrigtsen*



Naturen holder oss tett idet flyet lander i på øya omkranset av blåhvite fjell så langt blikket rekker. Vi er i Tromsø - og skal på Juniseminaret. Et samarbeid mellom Nordkalottprosjektet, Bufdir denne gangen, og NFFT har i år gitt oss muligheten til å møte grunnleggeren av EFT – Emotionally Focused Therapy – dr. Sue Johnson, som har kommet fra Canada. Hun skal i tre dager holde oss fanget med sin levende og engasjerte kunnskapsformidling. ”Hvis det ikke er noen respons er det heller ingen forbindelse”, sier Sue Johnson. Mer enn 150 terapeuter og fagpersoner fra fjern og nær er summende samlet, - smil, klemmer og hilsninger utveksles. Det er respons – det er forbindelse.

DAG 1:

På scenen trekker to unge menn, Adam Norden og Rune Larsen, på trekkspill og fele, til seg vår oppmerksomhet i det de er i gang med ”Målselvhalling”, som på eget vis kobler nord og sør sammen i en feiende dans. Så følger hilsningstaler: Fra Nordkalotten ved Åsta Myhre og Magnus Hald som minner om prosjektets igangsetter og tidligere leder Tom Andersen, og forteller at til nå har mer en 500 personer på Nordkalotten tatt del i denne kompetanseutviklingen, som har resultert i et masterstudium i psykisk helsearbeid ved UiT. Viseordføreren i Tromsø, Kåre Sørensen, hilser oss begeistret velkommen og ønsker oss et herlig opphold, fra NFFT hilser Marianne Bie, og fra Bufdir kommer Berger Hareide som øverste faglige leder for familievernnet i Norge, og sier at møtet med Sue Johnson, via Sissel Grans anbefaling, var en ”eyeopener”, - og han ønsker henne hjertelig velkommen.

Sue Johnson forteller kort om den fantastiske turen med Hurtigruta, som hun har tatt sammen med sin ektefelle fra Bergen til Tromsø, før hun med stort engasjement fastslår at hun er lidenskapelig opptatt av tilknytningsteori. Hun har ikke funnet en bedre måte å forstå



Over: Sue Johnson

Under: Spillemennene



parets drama på. EFT (følelsesfokusert terapi) er en forbløffende (amazing) kontekst for forandring.

Lengselens og angstens drama utspiller seg og skaper endringer både i paret og på intrapsykisk nivå ved bruk av EFT. Tilknytningsteori er kartet for å gå inn i parterapiens landskap. EFT er forsket på helt fra starten, gjennom bruk av video. Det handler ikke bare om intervensjoner, det handler om en måte å være på i forhold til mennesker. – Og det krever trening og atter trening, gjennom bruk av veiledning og video. *Forskning viser at hvis det som skjer i terapirommet beveger og berører, så er det endringsskapende.* Hun anbefaler sterkt at hennes to bøker "Creating Connection (2004) og den siste "Hold Me Tight" leses og brukes om man ønsker å utvikle seg som EFT-terapeut. Hun minner om at de to største problemene på individuelt plan i par er depresjon, angst og post-traumatisk stress disorder (PTSD), og at det også derfor er viktig å jobbe med relasjonen.

"A relation is a dance, and I think of the emotions as the music", sier Sue Johnson. Hvis jeg spiller polka og det er din dans, så danser du. Men hvis du er en tangodanser, så er polkamusikk helt på jordet. Hun viser en liten filmsnutt av et argentinsk tango-dansende par. Slik paret toner seg inn på hverandre og synkroniserer sine bevegelser i forhold til hverandre, må du som terapeut bevege deg i forhold til paret. Om du ser på en video av mor og barn vil du se det samme, tusen ganger om dagen toner de seg inn på hverandre. En slik synkronisering og koordinering av to separate systemer kan bare skje når man kjenner seg trygg med noen. *Med en gang frykt kommer inn, stopper synkroniseringen og koordineringen.* Jeg ønsker ikke bare at folk skal bli bedre venner, folk trenger mer enn det i et kjærlighetsforhold, sier Sue. Avstand er like uheldig som konflikt. Når paret anklager og kritiserer hverandre er det for å få en reaksjon. EFT handler om å skape en mer trygg tilknytning, gjennom å

gi tydeligere signaler, tone seg inn og koordinere. *Forhandling kan være et nyttig verktøy, men du kan ikke forhandle frem seksuell lyst og begjær, det må man beveges til!* Sue Johnson snakker som en foss, hun ser smilende utover forsamlingen: Dere vet allerede det jeg forteller, dere vet det som en indre kunnskap. Jeg skal bare gjøre det tydeligere.

For mennesker er det avgjørende å være emosjonelt tilknyttet. Slik har fanger overlevd i konsentrasjonsleire, slik overlevde Tom Hanks i filmen "Cast Away" på en øde øy sammen med basketballen som han ga navn og snakket med. Vi har alle denne lengselen i kroppen. Hvis vi ikke har en kjærlighetsteori, dikter vi og lager myter. Parene kommer til oss med en følelsesmessig sult, - vi må vite hva vi gjør.

Hvorfor la vi terapeuter følelsene så lenge på hylla, - jeg snakker ikke om å skape katarsis (som for øvrig kommer fra det greske ordet for diaré!) – jeg snakker om å skape et terapeutisk rom for følelser. *Emosjoner har så sterk kraft at de kan feie vekk alt du har bestemt med hodet ditt, det må vi hjelpe parene til å forholde seg til,* fastslår Sue Johnson.

EFT handler om å endre nivået av engasjement i paret. EFT er også "Extremely Funny Therapy". Målet er å guide partnere inn i en positiv og lydhør innstilling til hverandre. Den mest grunnleggende i EFT intervensjonen er empatisk gjenspeiling og refleksjon, gjennom å verdsette, skape allianser og trygghet – "grip øyeblikket idet det flyr forbi". Når du som terapeut går deg vill, gå tilbake til den siste kraftfulle emosjonen, gå sakte, skap sammenheng ut av kaos, ikke ved å flytte paret vekk fra følelsene eller finne løsninger for dem, men ved å "gå med dem". EFT ser inn i hvordan partnere konstruerer sine emosjonelle erfaringer av sammenheng (gjennom Rogerianske intervensjoner), ser mellom dem – på hvordan de engasjerer hverandre (bruker systemiske

intervensjoner og oppgaver), med formål å reprocessere eller utvide emosjonelle responser, skape nye former for interaksjon, dvs endre deres dans og fremme trygg forbindelse mellom partnerne. Sue Johnson ser utfordrende på oss og sier: *Hvis du ikke vet hvordan du skal jobbe med følelser er det gode grunner til å klynge seg til kognisjon! Men hvis du jobber med par er det som "å ta vekk peanøttene på en brødskeiv med peanøttsmør".*

Forskningen viser at 70-75 % av parene viser bedring etter 10-12 sesjoner (men det er ikke uvanlig med 30 sesjoner – altså ingen korttidsterapi!). Det er signifikant bedring i 86-90 % av disse. Resultatene er stabile, selv under betydelig stress.

Depresjon reduseres signifikant. Disse resultatene er uavhengig av kulturell bakgrunn. Den beste indikasjonen på suksess viser seg gjennom kvinnes tillit til partnerens evne til omsorg, i motsetning til bekymrings- og stressnivået (distress level) ved starten av terapien.

Foreldre til kronisk syke barn er en høyrisikogruppe mht. kontinuerlig høyt stressnivå. Når vi er bekymret og redde strekker vi oss etter noen som kan være der for oss. Hver gang partnerne er der for hverandre blir relasjonen sterkere.

EFT er basert på en systematisk forståelse av hva voksen kjærlighet handler om. Vi som parterapeuter må ha en teori om kjærlighet – hvis vi tror at det er en "berusende mikstur" av sex og følelser, og gjør kjærlighet til et mysterium, kan vi like gjerne kaste vekk all parterapi! Moderne hjerneforskning gir oss blant annet kunnskap om hvordan hjernen reagerer ved stress. Dess mer trygt tilknyttet sin partner en kvinne er, dess mindre stressa blir hun for eksempel ved MR-undersøkelser dersom partneren holder henne i hånden. Lever hun i et stressa parforhold er det bedre om en fremmed hjelper holder hånden hennes. Det å forstå relasjoners kraft og effekt på oss er et helt nytt vitenskapelig område. Her kommer tilknytningsteori inn (John

Bowlby (1907-90) og Lev Vygotsky). Vi er født små og hjelpeløse. Vi lærer hvordan vi skal samhandle. Det som var nødvendig for å overleve (mestringsstrategiene) den gangen (som barn i vår familie) er kanskje ikke adekvate i et parforhold? I hundredels millisekunder opplever vi den andres ansikt, og fortolker, og vi kjenner det i kroppen. I "gammelhjernen" sitter fortsatt fight-or-flight impulsen. Partnere forstår ofte ikke hvilken virkning de har på hverandre, at måten de kommuniserer på (ikke minst nonverbalt) påvirker hele mennesket, den psykiske så vel som den fysiske helsen. Når vi kjenner oss trygge roes hele systemet ned. Fysiske sår bruker faktisk lengre tid på å gro i stressfulle situasjoner. Det er livsviktig å ha minst én person som man kjenner seg trygg på og er tilknyttet. Kjærlighetspartnere er regulatorer for hverandres psykiske og fysiske helse. Den største resiliensfaktoren er en trygg relasjon. For voksne er det faktisk ikke nødvendig at man lever sammen med en person. Vi snakker om emosjonell forbindelse og relasjonens tilstedeværelse i personen, ikke fysiske tilstedeværelse (vedkommende kan være død for lenge siden). Dalai Lama sier: Hvis du er redd, skrik mamma! Hvis du skal lære paret å være emosjonelt tilstede med hverandre, må du også være emosjonelt tilstede med dem! Det handler ikke om å få mest mulig verbal informasjon, det handler om en emosjonell forbindelse som bekreftes.

Vi har seks kjernefølelser med tilpassede handlinger: *Sinne* fører til at vi forsvarer oss (noen ganger med vold) og hevder vår rett. *Tristhet/sorg* fører til at vi søker trøst eller trekker oss vekk. *Overraskelse/opphisselse* fører til at vi går på og utforsker. *Avsky (vemmelse)* og *skam* fører til at vi glemmer oss, unngår og avviser. *Frykt* fører til at vi flykter, stivner eller gir opp de mål vi har. *Glede* bringer kontakt og engasjement. Å undertrykke følelser er hardt arbeid. Hvis du for eksempel er sint vil din partner registrere dette mye raskere enn du selv har erkjent det, for din cortex har undertrykket emosjonen. Det er ikke



Utsikt fra Fløya – og
Berger Hareide BUFdir. og Anne Marie Fosse Teigen .



Konsentrerte deltagere i plenum



Fra Reidar Selbekk har vi fått følgende kommentar :



antall vanskelige eller traumatiske episoder i parforholdet som er avgjørende, men den betydning hver av partnerne legger i hver enkelt hendelse, og hvordan de reagerer. Hvis for eksempel hun har en krevende og pågående tilknytningsstil (overlevelsesmønsteret hun lærte i sin familie) og han har en unnvikende tilknytningsstil er det duket for utrygghet i relasjonen når hendelser oppstår. Tilknytningsteorien forteller hvilke følelser som ligger under dette mønsteret. Alle par krangler, forskjellen er om de kan reparere skadene. *Først i 1990 begynte vi å snakke om voksnes tilknytning, at romantisk kjærlighet handler om tilknytning. For første gang er det sammenheng mellom teoriforskning og terapi*, sier Sue Johnson. Terapeuten lærer av paret, paret lærer av terapeuten og hverandre – alle er i prosess henimot å avsløre (åpenbare) det som skjer (gjennom f.eks. Carl Rogers metoder), ikke repetering av uheldige samhandlingsmønstre. Hvis du ser på posisjonene partnerne inntar (tilbaketrekker, anklager, frykt for å bli forlatt) kan du raskt komme til deres erfaringer og følelser. Emotion kommer fra emore, det vil si bevege. Beveg deg fra utsagn som ”jeg føler ingenting” til ”litt ukomfortabel” og endelig til ”jeg ble veldig redd” – steg for steg, når følelsesladde hendelser bringes frem.

Det nonverbale er hovedbudskapet, ikke ordene. Rogers sa: Du må tro at menneskene virkelig gjør det beste de kan, selv om det fører til smerte. EFT er opptatt av hva frykt gjør med menneskene. Sue Johnson sier at de vanskeligste å jobbe med er de intellektuelle, som ofte inntar en oppslukende tilstand av avstand til følelser. Vi trenger alle å ha følelsen av å bli holdt hele livet, vite at du er der for meg. Med lav intens stemme sier hun: *Hvordan tror dere gynekologen endret seg da han foretok hastekeisersnitt, og det premature fosterets hånd grep fast rundt en av hans fingre, idet han skulle løfte det ut av mammaen? Det var som den lille spurte: Er du der for meg?*

Med denne avslutningen på første dag, går vi ut i sommerkvelden, reiser i buss til Fjellheisen og kommer oss opp på Fløya i strålende solskinn, beundrer den fantastiske utsikten, hører joik, spiser samisk bidus (reinsuppe), - og bekrefter relasjonene til hverandre. Glede og entusiasme er fremherskende følelser, og selv om noen nok også syntes det ble vel mange ord å fordøye, er alle enige om at Sue Johnson er en glitrende foreleser, pedagog og standup'er.

DAG 2:

Etter en deilig frokost, tumler vi inn i den store foredragssalen, hvor vi møtes av et bilde av et brudepar med balansestang, som går på en line. Tydeligere kan det kanskje ikke sies at parforhold handler å holde balansen - med eller uten brudekjole? Sue Johnson er entusiastisk i gang igjen. Hun snakker om hvordan den nye neuro-forskningen har vist oss betydningen av speilnevronene, at hjernen speiler det den møter, at et grunnleggende instinkt ikke er aggresjon, men empati, det å knytte seg til. (Og det vil vi nok få høre mer om på NFFT/Metaforums førjulsseminar, dere!) Hjernen er så å si tonet inn på et annet menneske. Vi finner denne evnen igjen hos pattedyr som elefantene, noen aper og hvaler. Forskning på elefanter har forresten vist at på sine vandringer, som kan ta et eller flere år, søker flokken tilbake sine gravplasser og sørger.

Litt kjærlighetskjemi. Nyere forskning har vist at hormonet oxytocin, fasiliterer og blir utløst av relasjonserfaringer hos pattedyr, og fungerer som en neurotransmitter i hjernen. Det kalles derfor "ømhethormonet" (cuddle hormone). God berøring eller til og med det å tenke på en elsket person utløser hormonet, som aktiverer ømhet og stenger for aggresjon. Oxytocin forbindes med fødsler, amming og orgasme. Hormonet undertrykker stress- og aggresjonsrespons. Blodtrykket går ned ved massasje eller annen berøring fra et annet menneske som forbindes med noe positivt. (Og da er selvfølgelig den

farmasøytiske industrien i gang med å finne ut hvordan dette kan brukes – kanskje en nesenspray som gjør kvinner mer medgjørlike?) Sue Johnson mener imidlertid at vi ikke trenger slike remedier, den naturlige produksjonen av oxytocin starter ved praktisering av trinn 2 i EFT!

En kollega bemerket tørt i pausen: Kanskje vi skulle blande oxytocin i drikkevannet i Irak og Afghanistan i stedet for å sende soldater?

Uansett, ingen er vel ingen uenige i at mennesker med trygg tilknytning og positive relasjoner har det bedre på alle måter, - psykisk, fysisk og sosialt.

EFT-KARTET; ISCENESETTELSE OG STEGENE PÅ VEIEN:

Steg 1: Nedtrapping av konflikten inneholder 4 trinn:

1) Vurdering og kontakt: Vær der de er, skap bånd til paret. Presenter opplegget og la paret velge om de vil jobbe med denne modellen.

2) Identifiser den negative sirkelen de kommer inn i og se på tilknytnings-spørsmål (eks: Hvem holdt deg når du gråt da du var liten, hvem ga trøst, hvem gikk du til? Var det noen av dem som skulle gi deg omsorg som misbrakte din tillit? Følte du deg trygg i begynnelsen i parforholdet?) Du trenger ikke en masse detaljer, men merk *hvordan* de forteller sin historie.

3) Gi adgang til underliggende tilknytningsfølelser (jf. kjernefølelsene beskrevet tidligere).

4) Ram inn problemene, mønsteret, tilknytningsbehov og -frykt, slik at paret i en trygg atmosfære kan se at de er fanget av et mønster, og ser den negative sirkelen som fienden, ikke partneren. Hjelp dem til å se hva de er offer for. Dersom EFT skal være effektiv må du få paret til å snakke med hverandre, ikke bare med deg.

Stopper terapien etter steg 1, vil paret få tilbakefall.

Steg 2: Restrukturering av båndet mellom partnerne: Det handler om å dele erfaringer og følelser i forhold til konkrete

hendelser (start gjerne med den som er unnnvikende, trekker seg unna).

5) Gå dypere ned i deres tilknytningsmodeller og kom til de implisitte behovene, frykt og selvmodellene (f.eks. er kvinnelige ”unnnvikere” (withdrawers) - enten det er for å beskytte seg eller fordi de er på vei ut - vanskeligere å engasjere enn tilsvarende menn.)

Rogers sier: Gi mennesker en sjanse og de vil velge å vokse. (eks. Hva skjer med deg når han forsøker å nærme seg?)

6) Utvid dansen deres, gjennom å styrke gjensidig aksept for tilknytningsmodeller og den andre som person.

7) Strukturér følelsesmessig engasjement (du må ha en ”arbeidsavstand” til uttrykte emosjoner – slik at du ikke blir overveldet, ikke minst i traumatiske parforhold) og uttrykk eksplisitt tilknytningsbehov.

Arbeidet med steg to kan man bruke mange timer på, og det vil bli tilbakefall, men etter hvert kan paret erfare hva som skjer, og stoppe det negative mønsteret tidligere.

Steg 3: Konsolidering:

8) Nye posisjoner, nye sirkler – spill ut nye historier om problemer og reparasjon. Det handler om å hjelpe paret å integrere det som har skjedd og de erfaringene de har gjort i terapi.

9) Nye løsninger på pragmatiske spørsmål. Nå er tiden inne for å snakke om barna, husarbeidet osv. – fordi de ikke lenger lurer på om de elsker hverandre.

Enhver liten ting – som en søndagstur – blir ikke lenger et tilknytningsspørsmål som mobiliserer angsten for om den andre er der for en.

EFT-INTERVENSJONER: Terapeutens oppgave er å hjelpe paret til å forholde seg til sine følelser gjennom adgang til, utvidelse av og reprosessering av emosjonelle erfaringer. Mennesker tåler smerte om de møtes med empati.

Derfor: Vis empati, validér klientenes opplevelse og emosjonelle responser (anerkjenn mestringsstrategier – ikke fordøm), hjelp til med å skape sammenhenger.

Spør spørsmål som fremkaller emosjonelle erfaringer, ikke kognitive spørsmål, men prosessspørsmål og gjenspill situasjonen.

Gi empatiske fortolkninger.

Skap og koreografér nye interaksjonsmønstre gjennom å spore og reflekter over interaksjonsmønstre, tydeliggjør posisjonene og sirklene de kommer inn i, helt eksplisitt, når de skjer.

Vær tydelig på at ”problemet ikke er problemet” – det er dansen, at de opphører å være tilknyttet, når det skjer, som det må arbeides med.

Gi en ny ramme for erfaringene / interaksjonen i en tilknytningskontekst. EFT terapeuter har et kart å gå etter i gjennomføringen av stegene.

Kartet heter RISSSC: gjenta (**Repeat**). Bruk bilder (**Images**), bruk enkle ord (**Simple**), bruk tid (**Slow pace**), bruk myk stemme (**Soft**) og bruk klientenes (**Client**) egne ord. *Hvis du ikke gjør opptak av terapiene, og ser på hva du gjør, aner du ikke hvilke spørsmål du stiller og hvordan du er i samspillet med klientene dine.* Det er helt grunnleggende i EFT å bruke tid på dette, kontinuerlig. Nye terapeuter blir ofte oppslukt av informasjon. Husk at det er hvordan de snakker til hverandre som er vesentlig, ikke innholdet. Du skal ikke løse folks problemer, men hjelpe dem å bli trygge, slik at de selv kan løse sine problemer. Husk at de skal fortelle til hverandre og se på hverandre når de formidler seg. Det skjer noe annet da enn når de snakker til deg.

AVSLUTNING DAG 2:

PANELSAMTALE: Reidar Hofsøy, Peder Lykke, Sissel Gran og Eva Kjellberg med Marianne Bie som samtalefører snakket så sammen under overskriften: Hvordan passer EFT hos oss? Noen av responsene forsøkes gjengitt. Marianne spurte: Hva må til for å arbeide som EFT terapeut i Norge? Peder: Modellen må praktiseres.

Reidar: Det Sue har snakket om beveger meg, jeg kjenner det i hjertet. Hun tilbyr oss et rammeverk med trinn vi skal gå i parterapi begrunnet i teori, forskning og praksis. Mitt ønske er at vi skal gjøre dette

ordentlig, ikke putte det inn i en lapskaus. Da trengs forskning og penger. Våre kulturer er ikke så forskjellige.

Marianne: Du Eva har vært nær Tom Andersens arbeidsform og tanker. Kolliderer dette med Toms ideer?

Eva: Noen deler passer inn med (fits with) Toms tenkning – hans reflekterende prosesser handler om å skape en trygg atmosfære, fokusere på det som skjer her og nå, utforske ordene de bruker. Jeg kjente meg hjemme i din formidling. Forskjellen er kanskje at i vår tradisjon har vi ikke et kart, vi velger veien mens vi går. Kanskje er kartet viktigere når man jobber med par, og ikke med en identifisert pasient...

Marianne: Hva med kvinner som er unnavikende?

Sissel: Det er helt vesentlig å tape timene. Da kan vi etterpå dekode det som skjer. Det gjør vi på Familievernkontoret i Haugesund, hvor jeg er veileder. Vi kan se hvilke ord som ble brukt av klientene. Vi må lære oss å høre og utforske klientenes viktige ord, ordene som har følelser i seg.

Marianne: Hvordan har menn det med EFT?

Peder: Jeg har sett at menn liker metoden godt. Jeg forteller om trinnene og prosessen. De liker strukturen, dette med å havne i dårlige sirkler. De skjønner godt at praksis er nødvendig for å komme ut av slike sirkler.

Jeg kan selge denne modellen!

Reidar: En av de største løgnene er at menn ikke liker følelser. Det handler om å skape en trygg atmosfære...

Eva til Sue: Du sa at dette ikke handler om teknikk og intervensjoner. At det er en struktur. Men du gir oppgaver og bruker teknikker. Kan du si litt om det? Sissel til Sue: Kan du si litt mer om forskjellen mellom å være ekspert og å være guide (veileder) i prosessen? Sue Johnson kommenterte bl.a. slik: Det er klienten som er eksperten på egne følelser i EFT, men jeg må også være emosjonelt tilstede. Det er en samarbeidende prosess, og ja, jeg benytter teknikker innenfor en måte å være

på i forhold til klientene. Egentlig er jeg en utålmodig person, så jeg gikk på kurs i et år for å lære empatisk lytting. Ofte ber jeg klientene om hjelp: Har jeg forstått din opplevelse rett? Du må hjelpe meg til å forstå hvordan det er for deg. Jeg gir også klientene: "Hold Me Tight"-boken, slik at de skal forstå hvilket rammeverk vi jobber innenfor i EFT. Noen ganger vil ikke folk lese, da kan jeg vise en DVD. Andre ganger er folk så redde at vi må gå mange runder. Jeg viser tydelig at jeg tror på modellen, så er det deres valg om de vil vokse på denne måten. Som terapeut kan du regulere folks følelser så lenge du respekterer hvor de er.

Marianne Bie takker for dagen, og minner om festmiddag med dans.

Klokka er blitt 18 på ettermiddagen. Noe fortumlet etter alle ord, inntrykk, assosiasjoner og indre dialoger går vi ut med det knappe to timers pause før den deilige middagen serveres. Så spiller orkesteret opp. Sjelden har jeg sett så fullt dansegulv - i timevis! Gjett om vi hygget oss? Kanskje var det et stort behov for fysisk bevegelse etter all hjernetrimmen på et fremmed språk, - og om kvinnene var i flertall, hindret det ingen i å delta i dansen. Og etterpå var det nok noen som gikk ut i den lyse sommernatten.

DAG 3:

HVORDAN BLI EN EFT-TERAPEUT?

Strålende opplagt hilser Sue Johnson oss god morgen, og før vi får sukk for oss er hun i gang, og ramser opp seks punkter som vil utvikle oss som EFT-terapeuter:

- 1) Les "Hold Me Tight" fra 2008.
- 2) Skaff deg arbeidsboken fra 2005 (workbook).
- 3) Skaff deg treningstaper fra www.iceeft.com
- 4) Bli med i en interessegruppe (bruk skype in – det er grupper i mange steder i verden.)
- 5) Studer egne taper.
- 6) Sorg for supervisjon – langdistanse fra Sues Institutt? – på gruppe- eller individplan.

Med et ertende smil sier hun: *Jeg håper dere har forstått at man ikke trenger å være amerikansk, ekstrovert og intens for å praktisere EFT!*

Igen fikk vi utsnitt av treningsvideoer, og kunne se hvor nyttig det var, ikke minst i forhold til å oppfange nonverbal kommunikasjon, bl.a. så vi hvordan en unnvikende (tilbaketrukket) mann scannet sin kones ansikt etter tegn på sinne, uten at han sa noe, og hvordan Sue gikk inn og utforsket kvinnens aggresjon slik at hun fikk en ny forståelse for hvordan hennes interaksjon med mannen skjøv ham vekk.

Sue gikk også dypere inn i hvordan hun arbeider med traumatiserte par. Dette velger jeg ikke å gå videre inn på i denne formidlingen. *Om det er ønskelig at undertegnede skriver mer om det, gi redaksjonen et vink.* Ellers er det min forhåpning at du har fått en smakebit på EFT og Sue Johnsons kunnskaper.

Det er opp til hver og en av dere og til fagteamene, om dere ønsker å gå videre med kompetanseheving på dette området, dersom ikke våre overordnede organer tilrettelegger for en slik fagutvikling og eventuell sertifisering, - slik man har gjort gjennom millionbevilgninger til barnevernet, øremerket områder som MST, PMTO, etc.

Avslutning: Ved åpningen av konferansen gjorde Berger Hareide fra Bufdir, Gottmans ord: *"I could not pick a better guide to couples therapy"* til sine, da han ønsket Sue Johnson velkommen. Dersom statens øverste (byråkratiske) organ virkelig ønsker kompetanseutvikling i EFT som satsningsområde i familievernet, må vi tro at det også er en villighet til å gi rammer og ressurser slik at kontorene kan lage strukturer som ivaretar en slik utvikling? Hvis ikke har vi nok en gang vært på en inspirerende konferanse, og da passer kanskje Peer Gynts ord (3.handling, 1. scene) bedre: *"Ja, tenke det; ønske det: ville det med; - - Men g j ø r e det! Nei; det skjønner jeg ikke!"*

Takk for inspirerende dager i Tromsø, og ivaretagende vertskap ved Åsta Myhre. For øvrig mener undertegnede at det finnes mange ansatte innenfor NFFT med mye erfaring i å arbeide med fokus på følelser, både på individuelt plan og i par- og familierapi. For – som Sue Johnson sa: å se på praksis er det viktigste. Hun ga oss, etter min mening, en ny ramme (gjennom koblingen av tilknytningsteori og nyere hjerneforskning) for å forstå og utvikle oss videre, uten at vi trenger å forkaste det vi kan fra før. Vi skal ikke kopiere Sue Johnsons terapeutiske stil, vi skal hver og en finne vår egen, og takke for bevegende kunnskap. Så må vi bare huske å klargjøre premissene for denne metoden med klientene, slik at *paret* selv velger om de vil gå i gang med en slik prosess. Ellers blir vi normsendere for at fortsatt parforhold er det eneste saliggjørende. Og det er vel ikke vår oppgave?

Hilde Ingebrigtsen, Metaforumredaksjonen og
Homansbyens familievernkontor,
hildeing@yahoo.com

Liten tale (under middagen i Tromsø)

There is one thing I dream to do
before you tell us that we are through these
whole 3 days up north with you.

I guess you came with one great desire
- to put our hearts on fire!

Before we leave and all go home
I do believe I am not alone
to wish to THANK YOU of all our hearts
for showing and sharing the true EFT ART.

You've been so gentle and very kind,
by this you've moved both hearts and minds.
The thoughts you've expressed have been so clear
and this is why we've come so near.

It's not in English of a high class
but it is to say by all of us:

THANK YOU SUE!

Elzbieta Schetne

EFT: Emotional Focused Therapy - i norsk forkledning.

På sporet av følelsene?

Ved *Inger Johanne Storesund*
Familievernkontoret Haugesund

Familievernkontoret i Haugesund har jobbet med *Emotionally Focused Therapy* (EFT) ”på norsk” med psykolog Sissel Gran i snart 2 år. En absolutt høydare i kontorets fagutvikling de siste årene!

Vi startet ut med at Sissel Gran veiledet kontoret på parterapi, og etter hvert har de to andre familievernkontorene i Rogaland, Stavanger og Egersund, vært med i samarbeidet. På fagdage har vi jobbet med tema og gjennomgang av EFT, som vi har forsøkt å tilpasse til norske forhold og vår jobbing med par.

Sissel Gran har ledet oss inn i et landskap med oppmerksomhet på følelser og reaksjoner, som fortvilelse, sinne og skam, for å nevne noen av de vanligste.

Terapeutene på kontoret har i veiledningen presentert par som bl.a. har opplevd utroskap, tap av følelser og seksuelle problemer. Mange ganger har vi hatt parene ”live” i terapirommet - og Sissel Gran har demonstrert hvordan hun ”borrer” etter følelser for å forstå båndene i paret eller redselen for at tilknytningen skal brytes. Etter at Sissel har møtt parene en eller flere ganger, følger vi selv opp modellen i den videre jobbingen med parene.

EFT bygger på en tilknytningsramme som en forklaringsmodell på prosesser som foregår i et par. For eks. ser vi ofte sterk redsel og utrygghet for å miste den andre i et par med utroskap. Vi prøver å se etter kroppslige uttrykk som avslører dype, grunnleggende følelser som ligger under utrygghet som redsel for å bli forlatt. Vår erfaringen med modellen er at det er vanskelig å holde fokus på sterke følelser



Familievernkontoret i Haugesund, Asle Helgeland, Trygve Strømø, Kari Netland Simonsen, Sue Johnson, Sissel Gran, Inger J. Storesund, Lene Schutt-Mæhle. (Tromsø 2010)

og ikke fortape seg i innholdet i det klientene forteller. Det er lett å suges inn i historien og glemme de sterke følelsene, selv om klientene forsøker skjule ansiktet i skam over svik og utroskap.

En annen utfordrende, men gøy, intervensjon er iscenesettelse (enactment) i parene, som kan være at den ene holdes den andres hånd, mens de uttrykker sine følelser eller ber andre om unnskyldning. Dette er en måte ”fange” det som er vanskelig i parforholdet og mykgjøre dem for en forandring i samspillet.

Vi leter ofte etter en unnnvikende person og en pågående person i forholdet, da dette er et kjent mønster etter mange ”hjulspor i grusen” av krangler, misforståelser og frustrasjoner. S. Johnson kaller dette for dansen (2004). Denne dynamikken kommer gjerne etter gjentakende forsøk på kontakt som ikke har blitt forstått - eller avvist. Etter hvert trekker den ene seg bort og slikker sine sår. Den ”unnnvikende” (burned out blamers) stenger ofte av følelsene og vender seg bort fra den andre for å beskytte seg selv. Mens den andre

kan bli en ”pågående part” som prøver å få kontakt. Hvis dette ikke lykkes, gir også denne parten opp og stenger den andre ute. Dette blir ofte en ond sirkel i parforholdet. Da søker vi å finne ut om det fortsatt er et følelsesmessig engasjement (emosjonelt bånd) mellom dem som kan vekkes til live igjen.

Klientene gjenkjenner ofte redselen for å bli avvist og tilbaketrekninger for å skjule sin egen ”akilleshæl” i parforholdet. Særlig menn forteller at de blir såret når de søker kontakt seksuelt og blir avvist gang på gang. Det går i verste fall utover selvfølelsen og fører til redselen for å være mislykket. Fysisk kontakt er ofte en måte å vise kjærlighet, og når dette avvises frustreres den andre og lager et skall av taushet og utilnærmelighet. Vi forsøker å få klientene ut av skallene og hulene sine, og dele de følelser av forvirring, tomhet og tristhet som ofte oppstår ved dårlig kommunikasjon og kulde i forholdet. Ofte kan overliggende følelser (secondary emotions) forkle underliggende følelser som for eks. fiendtlighet når en part føler seg sviktet. Et stenansikt (stillface) som kan undertrykke sterke følelser er det verste parene vet – det ”freaker” dem ut!

Klientene bekrefter altså opplevelsen av følelser og gjenkjenner dem. De forteller at vi sammen kommer raskere til kjernen av problemene gjennom denne modellen. Mange av parene forteller samtidig at de aldri har delt følelsene med den andre eller noen andre personer, da mye er for personlig og forbundet med skam. Den store gevinsten ved dypdykket i følelsesverdenen er at det, i tillegg til økt selvforståelse, fører til større forståelse for den andres styrende følelser i forholdet. Da er det viktig å ta imot den andres følelser og vise at vi er til å stole på. Mange par forteller at de gjennom terapien forstår

hverandre bedre, og at de aldri har kjent hverandre så godt som nå!

Et annet viktig tema har vært å gå tilbake til tilknytningen klientene har fra sin egen oppvekst. Det gir ofte en større forståelse for hvordan de reagerer, fortolker hendelser og hvilken rolle følelser har. Noen har lært hjemme at de må skjule følelser og dekke over, mens andre er oppdratt til å vise glede, varme og engasjement.

Ulikheter i dette, skaper ofte spenning og usikkerhet. Vi har erfart at det er riktig som Sue Johnson uttaler: *det er følelser som forandrer følelser i terapien.*

Oppsummerende kan det sies at oppmerksomheten om følelser og EFT har ført til en stimulerende prosess i miljøet på kontoret, og en spennende personlig utvikling av oss selv som terapeuter.

Terapien bygger på et menneskesyn som harmonerer med ekthet, empati og nærhet til klientene. Dette passer godt med måten vi liker å jobbe på og det har samlet oss om en felles prosess i miljøet. Teorien har fungert godt i parterapi både med homofile og heterofile par.

Et tips er å ta opp terapiene på video og jobbe to og to. Vi hadde nemlig at en tendens til å tro at vi spurte om følelser hele tiden, men når vi så på video oppdaget vi at det var langt mellom ”følelsspørsmålene”!

Noen ganger krydrer vi terapien med *kjærlighetsspråket* fra G. Chapman eller *First Oral History* fra J. Gottmans teori. Det er blitt en sport på kontoret å analysere parforhold i termer fra EFT.

Ekstra gøy var det at terapeutene fikk sjansen til å oppleve Sue Johnson live i Tromsø i juni 2010. Det gav en ekstra teft i sporhundenes videre søken etter følelsene i parforholdene.

Referanser:

Kjærlighetens fem språk. G. Chapman. 1998
Bridging the couple chasm, J. Gottman, J. S. Gottman. 2010
The Practice of Emotionally Focused Therapy, S. Johnson. 2004

INTERVJU: Juniseminaret i Tromsø 2010.

Det var mange nye og unge ansikter å se i Tromsø. Undertegnede havnet ved siden av fem fra familievernkontoret i Haugesund – og nysgjerrig som alltid måtte jeg stille noen spørsmål til den som satt nærmest, Lene Schütt-Mæhle:

- Hvorfor er dere her?

Vi er her for å lære mer om EFT-metoden med par. Vi har de siste par årene hatt veiledning i den av psykolog Sissel Gran. Så det å være her i Tromsø på kurs er veldig inspirerende for oss med påfyll fra selveste Sue Johnson. Vi trenger både teori og praksis for å lære denne metoden godt.

Noe av det viktigste er å rette fokus mot menneskets grunnleggende tilknytningsbehov, og hvordan vi mennesker forsøker å dekke dette behovet i et parforhold. Med et slikt utgangspunkt når en møter par blir det uforståelige og irrasjonelle i parets samspill mye mer håndgripelig.

I tillegg er det jo veldig kjekt å treffe kollegaer fra andre steder i landet! Jeg har selv jobbet i familievernet i ett år nå, og har inntrykk av at familiefeltet er et spennende og levende fagmiljø med mange flotte mennesker.

- Hvor ble det av kjærligheten da – det som sies her kan vel brukes på alle nære relasjoner?

Jeg tenker at EFT tilbyr familieterapeuter en metode som treffer parjobbingen spesielt godt. I tillegg til tilknytningsperspektivet hjelper EFT oss til å ha både et relasjonelt og et intrapsykisk perspektiv i møtet med parene. Vi får stadig tilbakemeldinger fra par om at dette er meningsfylt.

- Hvordan gjør dere det på kontoret – diskuterer dere? Jobber dere flere sammen om parene? Bruker dere samme metode på voksne/barn relasjoner også?

Vi diskuterer, leser, tar opp video, jobber alene og sammen rundt parene. Dette hjelper oss til å holde engasjementet og interessen oppe. Vi jobber også med å integrere EFT på en god måte med den

kunnskapen og erfaringen vi har med oss fra før. Noen av oss har også forsøkt å ta EFT med inn i familiesamtaler og har gjort oss noen gode erfaringer der.

Det har vært veldig nyttig å dele den terapeutiske prosessen inn i faser, slik EFT legger opp til. I fase én er det fokus på å få ned tempoet i parets fremføring av sine problemer og gi rom for følelser. Det gjelder å få en forståelse sammen med paret på hvilke emosjonelt styrte samhandlingsmønstre de er fanget i.

I annen fase blir det viktig å hjelpe til å danne nye mønstre for samhandling. Dette krever en aktiv terapeut, og kan minne om hva Minuchin har lært oss når det gjelder aktiv deltakelse med familien. Gjennom aktiv deltagelse kan terapeuten hjelpe paret med å skape sunnere samhandlingsmønstre som vil bidra til en tryggere tilknytning.

I fase tre hjelper vi paret til å se hva de selv har fått til og hjelper dem å befeste de positive endringene gjennom nye narrativ om parrelasjonen.

- Er det noe spesielt som Sue har sagt her som du husker og fikk deg til å tenke nytt?

Jeg synes hele fremleggingen til Sue har vært enormt spennende og lærerik. Å høre henne, og å se film fra hvordan hun jobber har gjort meg enda mer inspirert til å arbeide videre med EFT. Å tørre å være en aktiv og emosjonsorientert parterapeut er lettere når man har en solid og forskningsbasert metode som fundament!

Pål Abrahamsen

Tankestrek — :

Parterapi – hvorfor det –?

For å holde de to sammen og hjelpe dem til at de ikke skal gå lei? For å hjelpe dem med å holde fast ved tanken – som en gang var så sterk – at det er vi to. Vi har jo lovet hverandre det. *Det?* Ja, å holde sammen, være sammen, være gift, elske bare hverandre. Du vet vel det ...

Oppdage hverandre, om og om igjen. Den samme. Ikke verden, men den samme. Hva med resten av menneskeheten? Vi skal selvsagt dø før vi kommer tilnærmet så langt, men litt på vei kanskje...

En gang forsøkte jeg å finne ut av hvor mange intime kjønns møter jeg hadde hatt. Og jeg spurte andre. I åttiårene var dette ganske greit. En kollega spurte de interesserte deltakerne på et kurs i parterapi som han holdt, om hvor mange de hadde ligget med. En god del svarte ikke, men det var ikke få som rakk opp hånda – da. Mange hadde hatt over 20. Få over hundretallet, men det var i grunnen greit å svare uansett. *Da.*

Denne typen spørsmål har jeg ikke hørt på noe kurs i noen som helst anledning nylig, *nå*. Slikt snakker man for tiden ikke om offentlig. Heller ikke privat uten alkohol. Vi er visst blitt mer tilbakeholdende...

Kanskje ikke så rart, det. Når Staten pøser på med parkurs, ideologien er at man skal holde sammen, i det minste får man rabatt på kurset da. Sammen med fellen, ekte eller ikke, i fellen skal vi være og sammen med fellen skal vi være. Det har Staten bestemt.

Staten bestemmer mye nå for tiden. Vil du ikke, så skal du. Og du må rapportere. Holder du parkurs, må du rapportere. Er du deltaker på parkurs, må du rapportere. Er det grunn til å tro at outcome blir bedre enn før etter å ha gjennomgått kurset? Ja, men hva er outcome? Kanskje prosenten av par som holder sammen etter 5 år blir høyere. Så er vel parterapikurset vellykket da?

Det er antakelig ikke mulig å luke ut verdier, idealer, normer. Det er kanskje ikke ønskelig heller. Samfunnet bevarer sine verdier. Det meste er konservativt. Retten dømmer alltid etter det som har vært sedvane, juristene blar i gamle høyesterettsdommer for å se hva man har gjort før. Hold på tradisjonene.

Jeg har alltid hevdet at familieterapi er noe helt annet enn parterapi. "Familier" er folk som ikke kan gå fra hverandre. De er bundet av blodets bånd, de er i ulike generasjoner, de er mora til noen etter sønnen til noen osv. Forpliktende titler som det nesten ikke er mulig å gjøre opprør mot. I motsetning til "ekte-feller" som ofte er uekte, som er i en frivillig inngått allianse som verken har evigvarende konsekvenser på det økonomiske, mellom-menneskelige eller kulturelle plan. Det er bare en allianse som kan brytes - om man vil. Så ikke med mor-datter, far-sønn, selv om man forsøker.

Det å være parterapeut må ta dette som utgangspunkt, ellers narrer vi oss selv. Parterapeuter er ikke overjordiske, de forvalter ikke skaperverket eller samfunnsordenen. Vi kan i høyden hjelpe parenes deltakere til å komme ut av onde sirkler, få til bedre kommunikasjon, til og med elske hverandre igjen som de en gang gjorde. Eller kanskje mye mer. Men over alliansen står skrevet: *Husk, dette er ikke evigvarende.* Bruddet - døden eller skilsmissen - ligger på lur. Alltid.

Enda mer enn i "vanlig" terapi må vi passe på dette når par kommer til oss sammen. De vil i ytterste konsekvens gjerne få svar på spørsmålet om dette forholdet "holder". Et svar på det kan selvsagt ikke parterapeuten gi. Det meste terapeuten kan gi er å hjelpe dem til å svare selv. Naturligvis. Dette vet vi jo alle. Det gjelder bare å huske det hele tiden, slik at vi ikke skulle finne på å tro – ikke for et kort øyeblikk en gang – at vi er guder.

Pål Abrahamsen

Hverdagspoetisk praksis

- rejsebrev fra et besøg hos Robust i Oslo

Af *Anette Holmgren*

Begreberne er filosofiens sprog; kunsten er sansningens sprog

– *hvor de to mødes sker forandringen.*

G. Deleuze



Det er nu 8 dage siden jeg kom hjem fra et 2-dags besøg i Oslo. I to dage mødtes jeg med 50 entusiastiske praktikere, alle med forkærlighed og interesse for narrativ praksis.

Omdrejningspunktet var samtaler med unge. Jeg var inviteret til at undervise. Det var Robust som havde inviteret. Robust, en hjertevarm og energisk organisme (og derfor robust), placeret i Oslo, midt i Grønlands centrum, hvor mangfoldigheden er så stor, at jeg føler mig hensat til London eller New York, når jeg går rundt i gaderne. Huset emmer af hjemlighed. Nederst det store køkken, hvor man fornemmer at ideer og tanker om faglige principper, omsorg for mennesker og frihed er bærende elementer. På første sal præges venterummet af fire store sækkestole. Indretningen er ikke rettet mod folk med ondt i ryggen eller stive ben, men til musikelskende, sækkestolsslængende unge – der gerne venter på det bliver deres tur.

Jeg bliver ført op til undervisningslokalet øverst oppe. Et hyggeligt loftsrum. ”Vi deler det med naboen” siger Brit, der har fulgt mig op. ”Er her ikke skønt”. Jeg bøjer mig under skråvæggene og ser på de mange stole, der er stillet op, og på kontrabassen, som fylder det meste af undervisningspladsen, og tænker på de mange store auditorier jeg igennem tiden har undervist i. Undervisningsopgaven opleves meget anderledes, når intimiteten er givet på forhånd. Jeg slapper af.

Loftet fyldes snart af glade mennesker. Forventningsfuld summen. Kendte ansigter dukker op. Det havde jeg ikke forudset. Pludselig føler jeg mig ikke længere alene. Jeg kender nogen. De har hørt mig tale før og ved, hvad jeg står for. Alligevel kommer de her. Jeg tænker på forelæsere, jeg selv har hørt igen og igen, og mærker glæden ved at kunne bidrage til at skabe samlingspunkter omkring betydningsfulde ideer og praksisser. Samlingspunkter uden hvilke, vi alle bliver som små øer uden tilholdssted.

Et lille stik af sorg rammer mig. Hvor er mit eget tilholdssted? Michael White er her ikke mere. Hvor var det trygt at vide, at man hvert år kunne rejse til en konference og tilbringe

øjeblikke i hans selskab, og al mening villesamle sig, i det eneste sikre: ”Dette tror jeg på”; ”dette ønsker jeg at gøre”; ”dette er den rette vej for mig”.

Michael White er her ikke mere, du må selv. Realiteterne har stået klart for mig længe. Vi må selv. Vi må samle op så godt vi kan, derfra hvor ideerne var nået til i april 2008. Heldigvis er vi mange, der ønsker dette. Mange som ønsker, at narrativ praksis fortsat skal være en levende og udviklende praksis. En praksis som forholder sig til den virkelighed, den opererer i, og som fortsat ser det som sin opgave at være et terapeutisk respons til moderne magt. Det er vores arv. Dette og ikke andet.

Pludselig træder fire mennesker ind på scenen. Kontrabassen løftes, guitaristen har brug for min stol og sangerne smiler forventningsfulde. Folkesangen om ”mor” rammer mig med sin humor og sødme, ligesom bassen rammer dybere strenge i bevidstheden, der dog hurtigt bliver skubbet væk. ”Jeg interesserer mig overhovedet ikke for folkemusik!” siger Brit langt senere, da vi spiser aftensmad på Asylet. Oslos første børneasyl og nu en nærliggende restaurant.

Jeg responderer med et latterbrøl, fordi jeg i samme sekund mærker min egen morals grænse. "Narrativ praksis handler om at gøre den anden interesseret i sit eget liv". Hvor sker det let, at sådanne ideer fra praksissen spredes ud over livet og bliver til moraler, vi møder hinanden med. Og hvor er det befriende, når disse bliver brudt af et menneske, der overhovedet ikke interesserer sig for folkeviser.

Dagen går over stok og sten. Den narrative metafor, fortællinger der domesticerer det uvante; hvordan problemer er problemer i kulturen, og at det, som er problematisk, skifter. "Hvor er det godt, du kan sætte grænser," sagde en socialarbejder til en af de unge, jeg taler med. Hvorefter hun fulgte op med: "Det er du måske lidt for god til". Normalitetens stier er snævre og kravene til ungdommen stor. I skal kunne sætte grænser, men samtidig være åbne og turde nyt. "Vi må gå til livet med samme alvor, som barnet har når det leger". Nietzsche citatet rammer dagen ind. Narrativ praksis er en leg vi leger. Vi må gå til den med samme alvor som barnet. En dag vil vi lege en anden leg, med samme alvor.

Højdepunktet kommer om eftermiddagen, da vi får besøg af to unge. De havde sagt ja til at tale med mig foran forsamlingen. De kommer lidt før planlagt og sidder med på en halv times undervisning. Det er svært for mig at koncentrere mig. Hvor ser de betagende ud. Nysgerrige og generte. "Vi vil rigtig gerne være med, men vi ønsker ikke at tale om vores familier" siger de til mig, da jeg hilser på dem i pausen. Jeg håber på, de vil være med til at tale om deres venskab og om de skridt, der er blevet mulige for dem i forbindelse med deres tilknytning til Robust.

Samtalen går i gang. Vidnerne er klar. Tre mænd har meldt sig. "Har du tænkt på, at det er tre mænd, der har meldt sig og de er to piger" hvisker en deltager til mig. "Åh, nej. Det har jeg slet ikke tænkt på." Min evigt manglende evne til at tænke i køn rammer mig. Jeg skubber det væk.

Samtalen går i gang. Ord og sætninger kommer på tavlen. Betydningen af venskab. Betydningen af at have en anden som altid ved, hvordan man har det. Samtale om, hvordan livet handler om at leve med de vilkår, der er én givet – hvilket er noget ganske andet end at acceptere disse vilkår. Alle deltagerne lærer noget den eftermiddag. Et vidne skulle direkte hjem og tale med sin egen datter. Det betød ingenting, han var en mand.

Tavlen blev dokumentationsplatformen, der fastholdt ordene efterhånden, som de blev sagt. "Når man læser det, synes man, at man har sagt noget klogt" sagde den ene pige efterfølgende.

Jeg har denne vinter været særligt interesseret i at undersøge menneskers livsprincipper, som de viser sig i det levede liv. Når man formulerer principper i samtaler, udvides ikke bare den enkeltes, men hele kulturens, reservoir af tilgængelige fortællinger. Den sociale verden vokser. Den eftermiddag i Oslo blev et antal nye fortællinger tilgængelige for alle os, der var publikum til samtalen. Vores liv blev beriget. Vores verden voksede.

Narrativ praksis forbinder sig til beskrivelser af livet. Til navngivningen. Livet skabes, når vi samler det i fortællinger, der indeholder en begyndelse, en handling og en afslutning, siger Siri Hustvedt i bogen: *En amerikaners lidelser*. Ordene og begreberne er ikke bare retorik. Ikke bare refleksioner. De er skabere af den virkelighed og den sanselighed, de beskriver. Virkelige erkendelser er sjældent tørt stof, de ledsages af følelser, siger Hustvedt videre. Filosofen Deleuze taler om sansningernes følgeskab med begreberne. Om hvordan kunstens er sansningens form, og begreberne er filosofiens form, og det er i mødet med de to at forandring skabes.

Kan vi da tilføre begreberne kunstens form og derved skabe sanselighed, der rækker ud over, hvad var muligt i samtalens form. Følgende er

pigerne ord, som de blev skrevet på tavlen og
efterfølgende sat i digtes form.

Vi kalder det poetisering.

Holde ut livet og den du er.

Jeg troede de kunne have lyst
-for de er lysne på at finde ud af deres liv
Nysgerrige og åbne for
hvad som måtte komme

Tænke på hvad andre har brug for
Tænke på hvad jeg selv har brug for
Andre kan godt klare sig!
Ikke acceptere – leve med det
Man må jo det
Forsøge at koncentrere sig om andre ting.

Ønske oversigt over livet
Både være svag og stærk
Det handler om at forsøge at holde
ut livet og den du er.
Ta' en dag af gange
Ikke bare stresse over fremtiden
Ta' dagen som den kommer

Man må tænke på fremtiden i passende doser,
for ikke at bruge hele livet på at tænke
på drømme – og så aldrig komme derhen.

Vi kender hinanden så godt
Vi er lig hinanden
Kobler på hinanden.
Blande latter og sjov
med alvor og gråd.

Jeg har en person i dagliglivet,
som altid er optaget af, hvad der sker i hovedet mit.

Vi kan være os selv
Ikke dømme hverandre.
Snakke om hvordan man har det,
uden det bliver set på som klage.

At have det morsomt letter på alt
-og gør det morsommere
Humor gør livet lettere.
Men man skal ikke være naiv,
man skal fortsat have kontakt med virkeligheden.

Vi blev alle rigere den eftermiddag. Rligere fordi vi fik med os skatte om livet. Alle, hvis job består af samtaler med andre, går rundt med en hemmelig glæde, der knytter sig til deres arbejde. De ved, at de hver dag beriges med fortællinger om livet. De samler kunst. Livskunst. Vi, der har samtaler med andre, er samfundets egentlige kunstsamlere.

Mit afsluttende ord fra denne rejseberetning skal, ud over en stor tak for dage i hjertevarmt selskab, være, at vi ikke må udelukke andre fra vores kunstsamling. Vi må ikke kun samle til eget brug. Vi må dele ud. Vi må udstille. Den etiske forpligtigelse overfor de skatte – ord og fortællinger, vi modtager, er at bruge dem til at berige kulturen. Kun herigennem kan kulturen se sig selv. Samfundsforskeren Nils Christie siger det således:

”Jeg forstår godt at i et samfunn hvor vi kjenner hverandre mindre og mindre – som totale mennesker – der oppstår det behov for noen som forteller oss hvordan de andre er. Men dette er jo samtidig en situasjon som krever den ytterste årvåkenhet. Fortellingen om hvordan de andre er, må blive en hel fortelling. Hvis psykiatere og psykologer skal hjelpe oss, må det bli som fortellere av historier om mennesker. Ellers blir de bare funksjonærer, hjelpere for rettspersonellet ved å sette enkle ord på kompliserte liv.”
(Christie, 2009, *Små ord for store spørsmål*, s.44)

At fortælle fortællingerne er hjælpe-professionens politiske respons og etiske forpligtigelse. Dermed bliver poesi til hverdags-revolutionær praksis.

*

Anette Holmgren er direktør i DISPUK

Forfatter til boken: *Terapifortællinger*, 2008 Dansk Psykologisk Forlag, og redaktør for boken: *Fra Terapi til pædagogik – en brugsbog i narrativ praksis*, som kommer i aug.2010. Reitzels Forlag

anetteholmgren@dispuk.dk / www.dispuk.dk

*

Systemisk kafé på Litteraturhuset i Oslo i Amalie Skram salen 16.sept. kl.18.00-22.00

med Barry Duncan



Intervjuer: Dimitrij Samoilow

Barry Duncan, prisbelønnet og internasjonalt anerkjent psykolog, terapeut, foredragsholder og forsker, er forfatter og medforfatter av over hundre publikasjoner, inkludert fjorten bøker. Av disse kan nevnes *The Heart and soul of Change*, *The Heroic Client* og *Brief Interventions For School Problems*. Hans siste utgivelse er fagboken *On Becoming a Better Therapist*, samt selvhjelpsboken *What's Right With You*. Pga selvhjelpsboken har han vært gjest hos Oprah Winfrey og deltatt i flere andre nasjonale tv-program i USA. I Norge er han også kjent som en av bakkennene av Klient og resultatstyrt praksis (KOR). Duncan har gjennom flere år hatt omfattende kontakt med norske fagmiljøer gjennom undervisning, veiledning og forskning. Han har sammen med psykolog Morten Anker nylig publisert artikkelen *Using Client Feedback to Improve Couple Therapy Outcomes: A Randomized Clinical Trial in Naturalistic Settings* (Journal of Consulting and Clinical Psychology).

For kontakt og videre lesning: -

barrylduncan@comcast.net
www.heartandsoulofchange.com
www.whatsrightwithyou.com

Pris: Kr 75,- for medlemmer av NFFT
Kr 100,- for ikkemedl.

Mat og drikke kan kjøpes på Litteraturhusets kafé.



Se også www.nfft.no

Bergenseminaret - mai 2010

Ved Jannicke Walther Tindberg

Å Vestland, Vestland ... når eg ser deg slik ...



Björgvin familievernkontor feiret sitt 50 års jubileum ved å invitere til to dagers seminar med John Gottman og Julie Schwartz Gottman.

BRIDGING THE COUPLE CHASM

"In this seminar, Drs. John and Julie Gottman provide us with a research-based roadmap for helping couples to compassionately manage their conflicts, deepen their friendship and intimacy, and share their life purpose and dreams."

Over hundre forventningsfulle deltagere ønsket å delta på seminaret ved Solstrand Hotel & Bad. Stedet ligger vakkert til ved Bjørnefjorden, ca tre mil utenfor Bergen. Hotellet har vært drevet av Familien Schau-Larsen siden 1929. Solstrand ble en opplevelse av gjestfrihet og harmoni, og prikken over i-en var et nydelig utendørs svømmebasseng med utsikt over havet.

Den amerikanske psykologen John Gottman og hans forskningsteam, tilknyttet University of Washington, har i over 35 år studert par - i naturlige situasjoner. Heterofile og homofile par, unge, voksne og eldre par - med og uten barn. Totalt har over 3000 par deltatt i disse studiene, og noen av parene har Gottmann fulgt i over 20 år.

Målet for denne banebrytende forskningen har vært å finne ut hva som bidrar til at noen par holder sammen over mange år, mens andre går fra hverandre.

Forskningen danner i dag grunnlaget for hans teorier og metode innen parterapi.

Strukturen på parterapien kan beskrives som et forgrenet tre, der en kan henge forskjellige typer intervensjoner som den enkelte terapi vil kunne kreve.

Undertegnedes umiddelbare opplevelse var at terapien virket manualbasert, men dette tilbakevises av Gottmann. Han understreker at det kreves fleksibilitet av terapeuten, slik at det er klientens aktuelle situasjon som danner utgangspunkt for det som skjer i terapien.



Herr og fru Gottman i Bergen



og med datter på ferjen til Lysøen

Dr. Gottmann driver, sammen med sin kone Dr. Julie Schwarts Gottmann, The Gottmann institute, hvor de underviser klinikere i sin parterapimetode og holder helgekurs for par.

Under utviklingen av modellen samlet de en gruppe klinikere med ulike teoretiske tilnærminger. Ideer ble hentet fra systemteori, atferdsteori, objektrelasjonsteori og feministisk teori. I samarbeid bygde de opp metoden ut fra data fra forskningsfunn og terapiteori, med vekt på å ikke være dogmatiske.



En annen viktig og uvurderlig kilde til inspirasjon var Sue Johnsons emosjonsfokuserte terapi (EFT). Gottmanns tenkning er i tråd med Johnsons og det tilknytningsteoretiske grunnlaget. Han formidler at de deler EFTs fokus på emosjoner, som han beskriver som veiledende og hjelpsomme i sitt arbeid.

Imidlertid hevder Gottmann at Jaak Panksepps syv "emotional command systems" er vesentlige for å skape en komplett teori for emosjoners rolle i parforholdet.

Tilknytningsteoriens begrensninger, i følge Gottmann, er at kun to av Panksepps syv "emosjonelle kommando systemer" er sentrale; the sentry (vaktposten) og the Nestbuilder (redebyggeren).

Gottmann formidler videre at han i sine studier fant en bredde av forskjellige relasjoner, fra de som fungerte optimalt til nærmest "patologiske" parforhold.

Han forteller at han, via sin metode og intervensjoner, har til hensikt å hjelpe paret

til et "godt nok parforhold". Et forhold som kan fungere bra og som kan gi gode utviklingsmuligheter for både voksne og barn.

Terapiens tre kjerneområder fokuserer på konflikthåndtering, styrking av vennskap og å skape en felles meningsforståelse.

Sammen med terapeuten arbeider paret for å utarbeide konstruktive metoder for konflikthåndtering, og for å skape intimitet og forståelse av konflikten.

Et annet viktig område er å bygge opp og ivareta vennskapet, intimiteten og positive affektsystemer. Eksempler på dette er lek, humor, lidenskap, seksuell intimitet og romantikk. Det tredje målet er å hjelpe paret til å bygge opp og ivareta et system for felles meningsforståelse. Konkretisere felles mål, fortellinger, ønsker, symboler, kultur og arv, og komme frem til hvilke av disse elementene de har felles.

Refleksjoner fra salen var at dette var en omfattende, grundig og nyttig metode, og at klienter som ikke nødvendigvis faller til ro ved "hva tenker du selv", men søker faglige råd og godt dokumenterte svar, vil ha stor nytte av tilnærmingen.

Oppholdet ved Solstrand var også en opplevelse utenfor seminarrommet.

Vi hadde en fantastisk båt tur ut til fiolinisten Ole Bulls villa på Lysøen. Olea Smith-Kalander, Bjørgvin familiekontor, oldebarnet til Ole Bull, var vertinne på turen. På båten ut til "øen" tok Olea oss tilbake i tid til sin egen barndom og til Ole Bulls storhetstid. Hun fortalte at hennes



oldefar bygget denne særpregete villaen, med musikkhall, i 1872. Han ønsket stedet som sommerbolig og møtested for familie og kunstner venner. I dag er Lysøen fredet som nasjonalt minnesmerke. Det var et rørende øyeblikk da

Olea viste oss sengen hun selv hadde sovet i som lita jente, og gesimsen utenfor vinduet, hvor barna lekte gjemsel.

Et annet høydepunkt var en eksklusiv, privat konsert med Arve Tellefsen, akkompagnert av den unge pianisten



Christian Grøvlen. Arve Tellefsen krydret det musikalske med humoristiske og spennende anekdoter om Ole Bull.

*Å Vestland, Vestland når eg ser deg slik
Med fagre fjell og fjord og tronge vik.
Det stig i all sin venleik stort og vilt
Og atter møter meg so mjukt og mildt.*

Seminaret var en Bergensjubilant verdig. Takk og gratulerer med dagen!

jannicke.walther.tindberg@nfft.no



Til høyre: Referent Jannicke W. Tindberg (NFFTstyret) med fotografen for anledningen: Grete Lilledalen .

*

Innkalling generalforsamling

Thon hotell Vettre, Asker.
3 februar 2011

Saker til generalforsamlingen må være styret i hende innen utgangen av oktober 2010

For saksliste og dokumenter til årsmøte / generalforsamling
Se www.nfft.no



H	A	I	T	I	U	T	A	L	L
A	L	L	V	I	T	E	N	D	E
G	L	I	D	E	L	Å	S	E	N
E	A	D	N	I	Ø		T	O	G
A	N	E	T	T	E	F	E	R	D
R	E	M	E	R	O	N	N	E	E
B	L	A	K	E	R	L	D	E	L
E	G	K	O	N	V	O	I	N	Ø
I	J	E	S	D	I	G	G	E	P
D	Ø	R	S	E	L	G	E	R	p a

Løsning 2-2010

1	2	3	4	5	6	7	8	9		10	11
12							13		14		
15		16		17							
	18		19		20						
	21			22		23		24		25	
26	27						28			29	
30			31			32				33	
34				35					36		37
38	39				40	41		pa	42		
43				44		45	46	47			
48											

✂ Løsning på kryssord 3-2010 sendes:

NFFT/ METAFORUM
Markveien 23. 0554 Oslo
innen 15. oktober 2010

Jeg har løst kryssord 3-2010

Navn: _____

Adr: _____

E-post: _____

SEND INN LØSNING !
Premie: kr. 250.- i avslag på
årskonferanse på Vettre

Vannrett:

- 1 Er mange terapiformer nå for tiden
- 12 Norsk by
- 13 Fyren
- 15 Kopper
- 16 Svensk avis
- 17 Norsk (tysk) navn på 17 loddrett
- 18 Etternavnet til Mercedes (for de bilgale)
- 20 Michelangelo-statue i Peterskirken
- 21 Målenhet
- 22 Antidepressivum
- 26 Tidlig familieterapeut
- 29 Fase
- 30 Fengselsanstalt
- 31 Det er (engelsk/latinsk fork)
- 32 Rydder senga
- 33 Plass i rekka
- 34 ---- mag, utgått akademisk tittel
- 35 Er Sue Johnson
- 38 Legemiddel mot smerter
- 41 Bindeord
- 42 --- elskede, står inne i ringen
- 43 Tilbakehandling
- 44 Tidlig båtfører
- 45 Avtrede i usiviliserte strøk
- 48 Det forstyrrende innslaget

Loddrett:

- 1 Forlatt Inka-by i Peru (to ord)
- 2 Øy i Karibien
- 3 Land for neste IFTA-kongress
- 4 Helseforetak i Helse Nord
- 5 Etter Kristus (engelsk fork)
- 6 Doven
- 7 Kile
- 8 Bak i båten
- 9 Sier vi til hunden
- 10 Ubesudlet
- 11 Gjør magikeren
- 14 Het Thailand før
- 17 Polsk by (på polsk)
- 19 Trollmennene
- 20 Mat
- 23 På de flestes datamaskin (?)
- 24 Luft på engelsk
- 25 Ikke lov å handle verdipapirer på denne side
- 27 Omtrent som (to ord)|
- 28 Premier ----- (for de fotballfrelste)
- 36 Da
- 37 Påtatt språkføring
- 39 Vokaler
- 40 Litt
- 45 Før middag (fork)
- 47 Del av Bibelen (omv)



Fra workshop Vettre 2010:

"Narrativ terapi og filosofi"

- om å skape intensitet, vitalitet og bevegelse

med Anette og Allan Holmgren.



Anette og Allan i plenum. Vettre

Gjengitt av *Inger Elisabeth Mellbye*

Tema for konferansen på Vettre var i år UBUNTU som for meg viser til hvordan vi skapes gjennom påvirkning fra andre og at vi derfor har forpliktelser overfor våre medmennesker. En av workshopene på seminaret var Allan og Anette Homlgrens om narrativ terapi og filosofi. Allan ønsket seg et referat som var som et dikt og om dette ikke er ren lyrikk vil det følgende være min opplevelse og min reise - med bakgrunn i og etter inspirasjon av Allan og Anette Holmgren sin workshop.

«Du skal gjøre mot andre som du vil andre skal gjøre mot deg» er en leveregel vi finner både i Bibelen (Matteus 5.11) og i Kants kategoriske imperativ. Vi skapes som individer i en historisk, kulturell og sosial sammenheng gjennom samhandling med hverandre; "I am what I am because you are". I den felles kultur skapes det normer, vi bedømmes normativt.

– *Vi kan være oss selv, bare vi er det på den måten de andre er seg selv*, for å si det med Kristine Koht som åpnet Vettre-konferansen. Michael White, som for meg er den narrative terapiens far, utviklet sin narrative praksis som et svar på moderne makt. Er det når vi blir for dominert av kulturen, når normene er for forskjellig fra vårt indre anliggende, at våre problem oppstår og vi må søke hjelp for å kunne handle i eget liv?

Allan Holmgren presenterte DISPUK som har gått ut fra en systemisk orientering og beveget seg til å ha en klangprofil som er narrativ med et tydelig metaperspektiv. Ut fra dette ståstedet inviterte de til en presentasjon og tenkning om narrativ terapi og filosofi.

Jeg var spent på Allan og Anette Holmgren sin kobling fra filosofi til narrativ terapi og

intensitet, vitalitet og bevegelse. Implisitt i bevegelse er det endring; overgang til nye posisjoner, overgangen fra intensjonsplan til handling – nye posisjoner gir nye utsiktspunkt for historiegjøring av våre erfaringer. Når mennesker er i terapi er det fordi de ikke har vært i stand til å finne begreper som muliggjør alternativ handling. På samme måten som det er filosofiens oppgave å skape begreper, blir det også terapiens oppgave å finne begreper for tilstand, erfaring, følelse og fenomener.

Begreper er orienteringspunkter – noe vi griper verden med. Gjennom våre begreper historiegjør vi våre erfaringer. Terapi handler om å gi seg selv form. *Det handler ikke om å finne seg selv, men om å forme seg selv*, som Foucault skriver. Anette sier det på denne måten: "Det handler ikke om å bli den du er, men å være den du blir". Men det er avgjørende at det som skjer i terapien er skapning av nye begreper, ikke reproduksjon av gamle. Ut fra Deleuze vil det alltid være reproduksjon der det er refleksjon. Man vil derfor i terapien være ute etter kreasjon framfor refleksjon. Når vi, dvs terapeuten, skal skape/være medskapere i det samarbeidsprosjekt terapi er, så kan vi hente tilfang til vår tanke, få inspirasjon fra f. eks.

kunst, musikk og litteratur. For å møte mennesker må terapeuten ha et repertoar å spille på for å kunne være en deltaker, ha innlevelse i den andres tilsynelatende forståelse av verden, slik at problemet kan beskrives i språket.

Allan tilskriver gode samtaler og møter i terapien de samme kjennetegn som god kunst og litteratur; der det er åpninger i språket for flere forståelser, nye innfallsvinkler, rikere beskrivelser. Han viser en begeistring over det poetiske ved utsagn i terapirommet og viser til den kinesiske kvinnen som sa: "Mitt største problem er min mann". I formuleringen av den setningen og i beskrivelsen av mannen finner han en hel verden. "Han har en psykolog sykdom" - Kraftfulle setninger er poesi, sier Allan. Det er "et ocean av mening i en enkel setning". Lignende har Wittgenstein og andre språkfilosofer også uttalt.

Vi lever våre liv i samhandling gjennom språket, problemer skapes og løses - og smerte leges, gjennom det samme språket. Allan forteller at han blant annet setter stor pris på poeten T.S. Eliot som har brukt vanskelige menneskelige spørsmål /problemstillinger som utgangspunkt for sin diktning. Jeg siterer fra et av Eliots dikt hentet fra "Gamle Possum's Bog om praktiske Katte".

*"Ord rører seg, musikk rører seg
bare i tid. Men det som bare lever
dør bare. Ord etter at de er talt
når inn i stillheten.
Bare gjennom formen, mønsteret
kan ord eller musikk nå fram
til denne ro, slik en kinesisk vase ennå
evig rører seg innenfor sin ro."*

La oss vende tilbake til terapiens oppgave som formskapende. Det er vår oppgave å forme oss selv og våre egne begrep. For igjen å sitere Foucault: "Omsorg for seg selv er omsorg for formen".

Jeg som deltar, tenker at narrativ metodes bakgrunnsteppe er Foucault sin filosofi. Han

ville vise hvordan diskurser danner maktstrukturer og hvordan den dominerende diskurs opprettholder sin makt.

- Enhver kultur og enhver metode representerer for meg makt i en eller annen form, den viser seg - eller skjuler seg på forskjellig måte både i terapirommet og i samfunnet.

Så snart vi fremhever et begrep starter vi en diskurs om dette begrepet. Om vi for eksempel ser på kontekstbegrepet viser det seg at selve begrepet kan forføre en til å tro at det bare er *en* kontekst, men dette vil aldri være tilfellet. Det er like mange kontekster som det er fortolkninger. Det er en selv som er konteksten, på samme måte som det er en selv som gir form til seg selv og andre gjennom de begrepene en bruker og skaper. "Livet skal overleve hverdagen".

- Vi må ha rom for å kunne heve oss over det å agere, vi må kunne reagere; vi må være agenter, handlende og skapende i eget liv, som Allan fremhevet på åpningen av konferansen.

Vi - som terapeuter - må være åpne for kulturen. Folk oppsøker terapeuten pga sine vanskeligheter med å være i den dominerende kulturen. Anette tok oss med til Louisiana, Museum for Moderne Kunst - som ligger utenfor København, for å vise oss hvordan kunsten gjorde hennes eget terapeutiske problem synlig. På Louisiana så hun Lucian Freuds kunst (psykoterapeutens barnebarn). Han malte nakne mennesker og han har uttalt at han maler til sjelen kommer fram. Det som da kommer fram er ikke nødvendigvis skjønnhet og harmoni, som han selv har sagt: "Painting is not about beautifying, but intencifying". Dette sitatet gav Anette, sammen med Freuds maleri, en ny innsikt i hennes terapeutiske praksis: "Jeg prøvde å gjøre terapien beautifying dvs. avslutte terapien med noe godt. Det å runde av på en smukk måte - vil være på bekostning av intensitet". Hun hadde vært redd for at noen skulle gå "bange ud af døren". Men med sitatet til Freud ble det

tydelig at det ikke behøver være vakkert bare det er intenst.

Jeg tenker at intensitet innebærer at samtalen, prosessen, terapien skal være kraftfull, dvs. en forsterkning gjennom dynamikken i terapien. Intensitet innebærer noe ekstremt som i denne sammenheng er knyttet til livet. Det ekstreme står i forhold til ord og handlinger slik de er individuelt uttrykt eller opplevd, og behøver da ikke være "ekstreme" sett ut fra andre subjekters synsvinkel. Terapi handler på samme måte som malekunsten ikke om «beautifying», men om «intencifying».

Kunstneren Jean Tinguely ble nevnt av foreleserne. Han dro rundt på fyllplasser for å samle materiale til sin kunst, til sin livsutfoldelse, og laget blant annet installasjoner og skulpturer av gammelt skrapjern og annet han fant. En kunstutstillingen på Høvik-odden for et par år siden viste hans arbeider. Sammensetninger av metallmateriale - og bevegelse, var felles for de fleste, en overføring av kraft gjennom drivremmer og hjul, samarbeid mellom store og små deler - og lyd, så absolutt lyd, metall som vibrerte, skrapet eller dunket - bevegelse og skaperkraft i intenst uttrykk. Tinguely sitt kunsuttrykk setter jeg i sammenheng med min opplevelse både av terapi og denne workshopen.

Et godt dikt er et dikt du kan vende tilbake til og se noe nytt fordi intensiteten fortsetter referenten; *du må ha en avstand for å se mangfoldet, for å se noe nytt når du ser en gang til.* Jeg tenker videre; *at vi gir mening å være tilstede.* Det er ikke helt avsluttet, men åpner opp. - *Terapi kan møtes på samme måte som jeg møter kunst, tenker til våre liv gjennom de historier vi lager om våre erfaringer. Gjenfortelling av historien kan eller vil medføre en ny forståelse av vår opplevelse, vår erfaring.*

Jeg tenker at ved at Michael White beveget seg på "overflaten" i samtalen med klienten, mens det var klienten selv som fant fram de alternative historiene som kunne ha helende virkning. At det generertes en endringskraft ved at erfaringene ble rikere beskrevet.

Jeg får også en tanke om at det er en forskjell her, ved at paret Holmgren fokuserer mer på at det vesentlige befinner seg i kjernen. Slik kan det kan se ut som deres vinkling til narrative terapien har et noe annet grunnlag enn hos Michael White. Dette vil jeg utforske nærmere, så kanskje kan en tur til seminar på DISPUK bli neste års reisemål.

Jeg takker for Annette og Allan sitt engasjement og at jeg fikk gleden av å delta - det var for meg en givende opplevelse i nærvær av deres fyrverkeri av et engasjement - det var intenst.

inger.elisabeth.mellbye@bufetat.no

*



Jean Tinguely - Baluba III
motor driven mixed media, 1961

Workshop, Vetre 2010

med psykolog **Egil Øritsland**

Familieenheten, BUPA, Sykehuset Buskerud, Vestre Viken HF

”Sammen mot konflikten”

- Terapeuten som veiviser i ukjent terreng i dårlig sikt.



Egil Øritsland

Erfaringer fra forsøk på å være til hjelp når barn henvises BUP fordi foreldrene ser hverandre som problemet.

Et tilbakeblikk ved Kari Yvonne Kjølås

Spørsmål som vil bli tatt opp, sier disposisjonen, er:

- Bakgrunn for interessen for temaet
- Forståelse av konflikt som utgangspunkt for å finne måter å skape endring på
- Viktige samarbeidsarenaer utenfor terapirommet
- Organisering og strukturering av hjelpeforsøkene
- Terapeutferdigheter
- Erfaringer med å prøve
- Hva koster det å prøve
- Hva burde denne workshopen ha som tittel om den skulle gjøres på nytt?

Oi, det var ikke småtteri vi skal gjennom, tenker jeg, og vi skal løses gjennom det meste. Det siste punktet er jeg spent på. En original vri.

Vi tenker oss. Det er ikke få tilstede. Egils lune form favner oss. Her er det trygt å være.

Som tittelen tilsier handler dette om *terapeuten som veiviser i ukjent terreng*. Her er det mest Egil som viser vei – i sitt terreng – og tar oss med gjennom sine fortellinger om terapi. Vi lytter. Følger med i ”tiden”.

Terapeuten kan betraktes som en prioriteringsveileder, sier Egil. Både i forhold til hvem som skal få hjelp og hva de skal få hjelp til. Den som vurderer, omsorgsevne, grad av konfliktnivå og forhold som kan være til hinder for å kunne nyttiggjøre seg behandling. Likevel er det en dobbelthet i dette i og med at det er sentralt bestemt at *alle skal ha et tilbud*. Egil inviterer til et samarbeid om hvordan vi skal møte denne utfordringen.

- *Det er jo et skritt videre bare det at folk møter opp* sier Egil - velvillig Det første møtet krever forberedelse – både av pasient og terapeut. Noe er i gang.

Noe om familieenheten:

De fleste helseforetak i Norge har etter hvert opprettet et slikt tilbud, som er et utvidet tilbud til familier - i tilknytning til det polikliniske tilbudet ved BUPA. Et sted der hele familier blir henvist og er sammen med terapeutene hele dager av gangen – noen ganger overnatter de også.

Egil er leder for denne enheten ved BUPA i Drammen, som har 5 stillinger, fleksibelt og tverrfaglig sammensatt.

De er opptatt av brukermedvirkning og tilpasning til pasientenes kontekst og behov. Behandlingen kan forgå både i og utenfor sykehusets lokalteter, og på familiens hjemmebane.

De mest komplekse sakene blir sent familieenheten, sier Egil.. Konflikter og motsetninger er ofte store og følelsene sterke i disse sakene. Det kan være spørsmål om en familie skal holde sammen

eller om det går mot brudd. Høy grad av mistenkeliggjøring av hverandre som foreldre. Frykt for konsekvensene for barna. Det kan også være beskyldinger og manipulering i forhold til barna. I noen saker vegrer barna seg mot samvær. I enkelte saker er det også fremsatt mistanke om overgrep. Vurderinger i forhold til å ta saken til rettsvesenet ved større tvister er også aktuell problematikk.

Sakene og implikasjonene er alvorlige. Det handler om sentrale verdier, vurderinger og valg – eller mangel på valgmuligheter. Når omsorgsevne og retten til samvær med egne barn skal vurderes, er vi sårbare.

Terapeutens posisjon og rollebevissthet er viktig. I disse alvorlige og utfordrende sakene er det lett å forstå at terapeuten kan føle seg som vandrer i ukjent og ganske utrygt terreng, kastet inn i konflikter en ikke har oversikt over. Følelsen av ikke å ha kontroll kan bli overveldende. *Hvordan skal dette gå?*

Terapeuten kan også lett komme til å føle seg som en del av konflikten. Utfordringen blir å *ta sjansen* på å være del av det som skjer - uten å miste fotfestet.

Terapeutene må også være seg bevisst hvilken rolle de til enhver tid inntar i forhold til det enkelte familiemedlemmet og til de samhandlende ulike instansene utenfor, som skole, rettsvesen og barnevern osv. Et mål er å gjøre forholdene så trygge som mulig for alle.

Dette ble eksemplifisert gjennom historier som ikke skal refereres her.

Tilnærmingene som vises er fleksible – og viser erfarne navigatører som finner veier i det ukjente. Det daglige samværet med vanlige gjøremål, hverdagslige samtaler, ulike spill (som livets tre, livets elv ol) og andre aktiviteter i og utenfor huset, gir en annen type mulighet til samtale, observasjon og informasjon, enn ved tradisjonell poliklinisk kontakt.

Et eksempel er hentet fra et besøk på et gravsted. Terapeuten er med et barn for å

besøke pappas grav. Barnet har med seg en engel og en rose. Samtalen ved graven tar utgangspunkt i disse symbolene.

Hva vil du at engelen skal si til pappa?

De terapeutiske samtalene kan foregå med partene sammen og hver for seg - og på mange arenaer. Det søkes etter nye ideer og måter for å forholde seg til nye utfordringer. Veien videre er også ukjent for familiene.

”Hvordan være der for ungene selv om relasjoner endrer seg?” er blant spørsmål som blir sentrale. Fastlåste og gjentakende mønstre fokuseres og bevisstgjøres.

Avtaler og endringer forhandles helt ned på detaljplanet – der det sjekkes ut at det som drøftes er riktig oppfattet og forstått, før nye samværsformer prøves ut. Det kan bli mye telefonterapi når nye mønstre skal omsettes i hverdagen, kan Egil fortelle.

Vi tas med gjennom det meste fra den opprinnelige disposisjonen, om ikke helt i tur og orden. Men det siste spørsmålet, om hva vi ville sette som alternativ tittel på workshopen etter at den var over, ble (så vidt jeg fikk med meg) ikke besvart.

Hva ville jeg selv foreslått?

”Sammen mot konflikten – terapeuten som veiviser i ukjent terreng i dårlig sikt.” Altså å beholde den tittelen som var satt. Den synes dekkende både for det arbeidet som gjøres og den holdningen denne enheten søker å leve opp til.

Som Egil sier innledningsvis: *Terapeuten kan betraktes som en prioriteringsveileder*, og prioriteringer handler jo ikke bare om hvem som skal få behandling når og hvor, men hvordan man behandler dem man får – og hvordan man hjelper folk til å prioritere, velge, og å leve med valgene - i egne liv.

*

Undertegnede står for utvalg av fokus i dette lille tilbakeblikket på en innholdsrik workshop.

Om leseren ønsker å vite mer om familieenheten i Drammen og tanker rundt arbeidet der vises det til Egil Øritslands artikkel i FOKUS nr. 3 – 2003.

kariyk@online.no

”Dukker som verktøy i terapeutisk samtale med foreldre og barn”

Basert på masteroppgave 2009 av Kirsti Maanum

av Hilde Ingebrigtsen, Bufetat RØ, Aker Familiekontor

Et langbord fylt opp av stoffbiter, ullhår, lim, knapper, maling og pensler, isoporkuler, stokker til å feste dukkehodene på, og ferdige dukker møter oss idet vi kommer inn til workshopen. Vi skal inn i barnets verden, leke oss og lage dukker, og høre Kirsti Maanum formidle fra sin masteroppgave sammen med sin veileder Vera Fredriksen. Kirsti opplever at gjennom å lage egne dukker, vil vi – i likhet med familien hun viser oss på DVD – få en annen opplevelse av hvordan dukkene kan brukes som verktøy i samtale med foreldre og barn.

Kirsti Maanum har vært dukkespiller i snart 30 år. Hun er fasinert av figurenes evne til å komme i kontakt med publikum, og hun opplever at det er et gjensidig møte mellom henne, figurene og individene blant publikum. Erfaringene som dukkespiller var bakteppet for 3 års forskning og praksis på et familievernkontor, hvor hun ønsket å undersøke om det sirkulære gjensidige møtet hun opplever i scene-rommet, kunne la seg overføre til terapi-rommet ved å bruke dukker som verktøy. I masteroppgaven beskrives en familie på fem i samtale, spill og samspill med egenproduserte stangdukker. Vi får se noen små filmsnutter (dessverre var det visse tekniske vansker, tross god hjelp fra NFFT og Vetre) – som viser litt av dialogen mellom dukkene og deres førere, samtidig som vi på workshopen er engasjert i å male og utvikle våre egne stangdukker.

I terapirommet var det alltid to terapeuter (Kirsti og hennes veileder Vera), som også utgjorde et reflekterende team, hvor momo-dukken (Kirstis) har en sentral rolle. Kirsti sier at dette er aksjonsforskning, idet de var opptatt av å forske med og ikke på, ved å være aktive medaktører.

– *Aksjonsforskning fungerer i det uferdige, sier Kirsti, hvor mennesker aktivt søker etter de beste handlingsvalgene.*

Kirstis masteroppgave belyser at det kan sees på som parallelle prosesser i scene-

rom og terapirom, fordi utgangspunktet i begge kontekster er barnets uttrykksmåte og kommunikasjonskanal.

Den familien vi møter på tapen ble på forhånd spurt om de ønsket denne muligheten, og valgte å si ja til dette utradisjonelle tilbudet, hvor dukkene kommuniserte med hverandre. I masteroppgaven, om resultatenes anvendbarhet, sier Kirsti bl.a. *”Har man samlet inn kunnskap som kun gjelder i en bestemt sammenheng, kan den ikke overføres, derfor må forskningen gjennomføres på en slik måte at lokale særtrekk ikke vil påvirke resultatet. Kunnskap er mer universell desto mer frigjort den er fra sammenhengen... Jeg er oppmerksom på at egen erfaring med å bruke dukker eller figurer ut ifra profesjon, kanskje kan sees på som et lokalt særtrekk hvor resultatet på forskningen kan påvirkes. Samtidig vil jeg påpeke at det å bruke dukker i terapi absolutt kan la seg utfolde og brukes på mange flere måter.. Den enkelte terapeut har et mangfoldig valg av muligheter, også sett i sammenheng med det kontekstspesifikke.”* Hun har blant annet fått forslag om å bruke dukker sammen med par, på kurs med par og i barnegrupper. Mor som vi ser i filmsnutten, forteller at sønnen ikke har snakket så mye på en gang – noen gang før i livet, og at foreldrene fikk viktig informasjon om ham gjennom dukkespillet.

Vi på workshopen har det gøy med dukkelagingen og etter kort tid begynner også våre dukker å snakke litt med hverandre.

Veiledning omkring selve dukkelagingen og instruksjon omkring hvordan dukkene kan brukes kan komme til å ta mye tid sammen med en familie, og regien omkring dette kan kanskje bli styrende for samspillet? Men igjen, - kanskje kan nettopp strukturen ufarliggjøre vanskelige temaer og skaper trygghet, fordi det er dukkene som snakker? I grupper for barn

etter skilsmisse, og som dukketeater rundt temaer barn strever med kan det åpne opp for barns erfaringer fra en ny synsvinkel.

I alle fall var det spennende å oppleve Kirsti Maanums entusiasme. For egen del satte det i gang tanker om forskjellene på *terapi* og det arbeid vi gjør som har *terapeutisk effekt*, og at det er viktig å være bevisst om forskjellene og de ulike rollene vi har i de ulike settingene.

hildeing@yahoo.com



Til h: Skribent for Metaforum Hilde Ingebrigtsen
sammen med deltakerne på work-shopen

**International Family Therapy Association
Announces the**

**19th World Family Therapy Congress
March 30 - April 2, 2011**

**Call for Proposals Open Now
Up to Sept. 30**

NH Leeuwenhorst Conference Centre, Nordwijkhout, Netherlands

www.ifta-congress.org



”Fortsatt foreldre”

– Godt nok samarbeid etter samlivsbrudd

Med Gunvor Ek og Egil Halleland

Blant de åtte spennende workshopene på årets Vettrekonferanse var også Modum Bads nye *Senter for familie og oppvekst* representert med kurs- og konferanseprogrammet *FORTSATT FORELDRE – godt nok samarbeid etter samlivsbrudd*.

Noen få, men svært engasjerte deltakere, hadde funnet veien til workshopen, som også kunne friste med urpremiere på en ny illustrasjonsfilm til programmets fem hovedtemaer:

- Bruddprosessen,
- Samspill, konflikt og kommunikasjon,
- Å se barnas livssituasjon,
- Foreldresamarbeid
- Veien videre.

På workshopen fikk deltakerne innblikk i hvordan man kan gjennomføre kurs for enkeltforeldre. Selv om det er ønskelig at begge foreldre går på kurs, deltar de ikke på samme kurs. På kurs møter de andre foreldre i en sammenlignbar situasjon, og de kan utveksle erfaringer og synspunkter, samtidig som mange vil kjenne seg igjen i de presentasjonene kurslederne har innen hvert hovedtema. Ved at ikke begge deltar på samme kurs, kan hver enkelt i større grad konsentrere seg om sin egen innsats i forhold til samarbeidet, uten å bli bebreidet eller hengt ut av en tidligere partner. Fokus i kurset er i stor grad rettet mot egen

innsats; hva kan man selv bidra med for at samarbeidet skal fungere til beste for barna.

Deltakerne på workshopen ble også orientert om at det den 8. november i år inviteres til en stor opplæringskonferanse på Gardermoen, der det ferdig reviderte materialet vil bli presentert. Flere av bidragsyterne til utviklingen av *Fortsatt Foreldre* programmet, jurist og psykolog Grete Nordhelle, professor Odd Arne Tjersland, professor Frode Thuen, psykologspesialist Kirsti Haaland og psykologspesialist Katrin Koch, vil være forelesere ved konferansen, og de som deltar vil få anledning til å kjøpe materialet. Det blir en spennende dag med fokus på hva som er både nødvendig og bra for barn etter samlivsbrudd. Så hold av dagen, og følg med på hjemmesidene til Modum Bads Senter for familie og samliv!

Etter tre timer som gikk mye raskere enn det workshopholderne Gunvor Ek og Egil Halleland hadde forestilt seg, hadde de engasjerte tilhørerne både fått innblikk i materialet, metodikk og anvendelsesmuligheter, og bidratt med konstruktive tilbakemeldinger som blir tatt med videre i revisjon og ferdigstilling av *Fortsatt Foreldre* programmet.

Bente Barstad bente.barstad@nfft.no

BOKOMTALE:

”Kjærlighetskoden

Om å ta vare på det parforholdet du har”

av Lena Kristin Hole

”Alle par har noe de strever med bestandig. Det er bare å venne seg til den tanken, før du begynner å lese boken”, sier Lena Kristin Hole i innledningen. Fra sin rikholdige erfaring med par og sin psykologiske kunnskap og kompetanse formidler hun med varme og forståelse i et lettfattelig språk slik at de aller fleste som lever i parforhold kan kjenne seg igjen. Lena gjør dette uten moralisme, hun gir kunnskap alle kan ha nytte av å lese og reflektere over, dersom de ønsker å ta vare på sitt parforhold.

Kapitlene har navn som: Inne i anklagehjulet. Språket som vekker tillit. Vende- punktet for tillit. Tid for medfølelse. Hvis du leter etter feil. Unnskyldning god nok. Aksept eller endring. Resignasjon som redning. Være oppmerksom på båndet og Den hjertesmarte vei. Dessuten finnes det øvelser og små oversikter og også anbefalinger for utdypende lesning. Under hver av disse overskriftene skjuler det seg underkapitler, hvor for eksempel kunnskap om nyere hjerneforskning og tilknytnings- terori belyser mulige konsekvenser for våre samspill, samhandlinger - og helse:

”Akkurat som vi lynraskt oppfatter noe som er viktig i omgivelsene rundt oss ved hjelp av følelsene, kan vi også meget hurtig fange opp følelser hos andre, særlig i kroppsspråket, i toneleie og i ansikts- uttrykk”. ”Måten ting blir sagt på teller mer enn innholdet. Det kan lett fyre oss opp om vi oppfatter partneren som uvennlig innstilt til oss”. ”Paradoksalt nok blir mange så stresset av å skulle klare oppgaven å være en god partner, at de glemmer å ha hjertet med seg. De rasjonelle delene av hjernen har skylden, ved at den ikke videresender store deler av saksbehandlingen til hjertet.”



Kagge Forlag AS 2010

ISBN:978-82-489-0918-7

Lena gjør det helt klart at dette er en bok for den som vil og velger å ta ansvar for å bedre forholdet.

Det er ikke en bok for den som allerede er på vei ut. Undertegnede tror allikevel at de fleste kan bli inspirert og ha noe å lære av å lese ”Kjærlighetskoden”, også om du vil ha et parforhold som varer – neste gang.

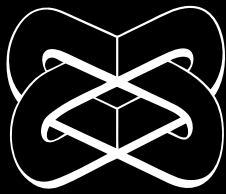
Noen vil kanskje provoseres av Lenas bruk av ”hjermetmetaforen”, hennes stadige tilbakevending til å ha hjertet med i samspillet, ikke bare hjernen. Jeg syns det er strålende. Kjærlighet slik den formidles i musikk og litteratur, handler nettopp om ”hjerter og smerte”. Alle vet hva det handler om. Faglitteraturen kobler sjelden hjertet inn når det snakkes om parforhold. Lena gjør det. For undertegnede gir boken også et godt bilde av de allmenne problemstillingene par bringer inn i terapirommet på et familievernkontor.

Jeg begeistres av Lena Kristin Holes bok, og sammenligner den litt med en god kokebok. Lena gir forslag til ”oppskrifter”, eller kanskje heller; hun redegjør for bruk av ingredienser og hvilke smaker du kan tilsette for å skape et bedre ”måltid” for deg og din partner.

Dette er en bok som undertegnede varmt anbefaler til alle som lever i parforhold, - enten man er klient eller terapeut.

Les den, - og utvid ditt narrativ om deg selv og din partner!

Hilde Ingebrigtsen
hildeing@yahoo.com



DISPUK

Narrative og poststrukturalistiske perspektiver

DISPUK I NORGE

INTRODUKSJON TIL NARRATIV COACHING

For ledere, konsulenter, terapeuter, organisasjonspsykologer, coacher, HR-medarbeidere mfl.

Undervisere: Liv Baggeråns og Kåre Nygård • 3 dager

Les mere på www.dispuk.no • Kurs 901-11

UTDANNING I NARRATIV COACHING DEL 1

Coaching på kanten av konvensjonene

Undervisere: Liv Baggeråns og Kåre Nygård • 3 + 3 + 1,5 dager

Start: september 2011 i Oslo

Les mere på www.dispuk.no • Kurs 905-11

DISPUK I DANMARK

ALLE KAN TALE OM TRAUMER: TRAUMEBEHANDLING I NARRATIV TERAPI MED ANETTE & ALLAN HOLMGREN

Den 1.-2. september 2011 • Oslo

Kursusnr. 826-11

BØRN, UNGE OG VOKSNE PÅ KANTEN

Narrativ pædagogik og metode i behandlingsarbejdet
Med Troels Hammer • 3 dage • Primo 2011 i Snekkersten
Kursusnr. 816-11

SKANDINAVISK LEDER- & KONSULENT- UDDANNELSE PÅ KRETA 2011

2-årigt uddannelsesforløb (i alt 4 uger). Narrative & post-strukturalistiske perspektiver på ledelse, organisations- og personaletransformation.

Kursusnr. 782-11 (Kreta)

SKANDINAVISK TRÆNINGSPROGRAM I NARRATIV TERAPI

3 x 1 uge med Anette Holmgren, Sarah Walthers og Allan Holmgren i 2011.

Kursusnr. 784-11

Læs mere på www.dispuk.dk

NARRATIV PARTERAPI

Samtaler om parfortællinger, værdier, køn, seksualitet og forældreskab • Med Anne Saxtorph
Den 24. - 25. november 2010 i DISPUK, Snekkersten
Kursusnr. 846-10

BØRN OG UNGE, OM AT STYRKE DERES SELV, IDENTITET OG RELATIONER MED ALLAN HOLMGREN

Den 28. - 29. oktober 2010 • Snekkersten

Kursusnr. 872-10

BECOMING THE PERSON YOU WANT TO BE

Workshop with Kimberly & Barnett Pearce
Den 4.-5. november 2010 • Snekkersten
Kursusnr. 878-10

MASTERCLASS I NARRATIV TERAPI

Kreativt frirum for alle med hjerte for narrativ praksis
Ialt 10 dage med cand.psych. Anette Holmgren
Start primo 2011 • Snekkersten
Kursusnr. 752-11

Læs mere på www.dispuk.dk

Samtaler, terapi, coaching, workshops, kurser og efteruddannelser
www.dispuk.dk

Modum Bads Senter for familie og samliv inviterer til:

Fagkonferanse

i kurs- og kompetanseprogrammet **FORTSATT
FORELDRE**

Hvordan støtte foreldre slik at de kan få til et godt nok samarbeid etter samlivsbrudd?

Tid og sted:

Radisson Blu, Gardermoen, mandag 8. november kl. 09.00 - kl. 18.00. Registrering fra 09.00, konferansestart 09.30.

Målgruppe:

Fagpersoner som møter foreldre etter samlivsbrudd

Pris: Konferanseavgift kr. 1800,- inkl lunsj.

For medlemmer av NFFT kr. 1600,-

Påmelding: www.modum-bad.no/kurs_og_seminarer
eller tlf.: 32 74 94 00

Velkommen til en spennende og lærerik konferanse

MODUMBAD 
- en kilde til liv

 Barne-, ungdoms-
og familiedirektoratet

**8. november
2010**



Professor
ODD ARNE TJERSLAND
Å SE BARNAS LIVSSITUASJON - barns vanligste reaksjoner på bruddet, og ulike strategier for å mestre sin opplevelse. Hva kan de voksne gjøre for å ta best mulig vare på barna i denne situasjonen?



Professor
FRODE THUEN
BRUDDPROSESSEN - vanlige reaksjoner hos den som forlater, og den som blir forlatt. Hva vet vi i dag om hva som påvirker reaksjonene hos voksne og barn?



Advokat og psykolog
GRETHE NORDHELLE
SAMSPILL, KONFLIKT OG KOMMUNIKASJON - Ulike samspillsformer, ikke-provoserende kommunikasjon og hva er godt nok samarbeid?



Psykolog
KATRIN KOCH
FORELDRESAMARBEID - hvilke kvaliteter bør et godt nok foreldresamarbeid inneholde, og hvordan kan fagpersoner hjelpe dem med å få det til?



Psykolog
KIRSTI R. HAALAND
VEIEN VIDERE - hvordan legge bruddet bak seg for å gå videre i livet? Ny partner, ny familie og barnas opplevelse av en ny livssituasjon.

rötter &
vingar

låt historien inspirera framtiden!

Välkommen till 9:e
nordiska kongressen i familjeterapi

Visby 17-20 augusti 2011

sfft

Internet: nordisk2011.sfft.se



Informanter søkes til forskningsprosjekt:

Anne Helgeland, stipendiat ved Universitetet i Agder, familierapeut ved Avdeling for barn og Unges psykiske helse (ABup), Familie- og ungdomsteam, Sørlandet sykehus, Kristiansand.

Jeg ønsker å sette søkelys på familierapeutens opplevelse av etiske utfordringer i familierapi der barn deltar.

Forskning viser at familierapi virker uavhengig av terapeutisk ideologi/metode og problematikk. Barns plass i familierapi er et tema som i alle år har vært drøftet og diskutert i fagfeltet. Det er ulike begrunnelser både for å ha barna med i samtaler, og for å ikke ha barna med. Samtidig blir det stilt spørsmål ved om barn blir godt nok ivaretatt når de deltar i familiesamtaler.

Familierapeuten opplever mange dilemmaer og etiske utfordringer ved å ha barna med. Dette kan være medvirkende til at barn ikke blir tatt med i familiesamtaler. Jeg er nysgjerrig på familierapeutens refleksjoner over egne holdninger og handlinger knyttet til barns deltakelse i familierapi.

Jeg ønsker å intervju familierapeuter ansatt i Barne- og ungdomspsykiatrien og ved familiekontor. I tillegg ønsker jeg video opptak av familiesamtaler med en familie med minst et barn i alder 6 – 16 år. Video opptaket av familiesamtalen skal brukes som utgangspunkt for refleksjon og samtale mellom familierapeuten og meg som forsker. Dersom du tenker at det blir for vanskelig med videoopptak, ta likevel kontakt, idet intervju også er interessant.

Dersom du er villig til å delta, ta kontakt med Anne Helgeland
Anne.helgeland@sshf.no Tlf: 41417218

Systemisk kafé
på Litteraturhuset i Oslo
i Wergeland salen
1.nov. kl. 18-22

med Arlene Vetere
og Jim Sheehan
som intervjues av
Hilary Wongraven

Arlene Vetere er leder for den internasjonale familierapiforeningen EFTA og sitter i styret for den engelske familierapiforeningen AFT.

Som professor for doktorgradsutdanning i klinisk psykologi ved Universitet i Surrey er hun også en anerkjent forfatter, kliniker og veileder.

Jim Sheehan er Professor i familierapi og leder både klinikken og familierapiutdanningen ved Mater Misericordiae Universitetssykehuset i Dublin.

Begge er velkjente og verdsatte forelesere og veiledere for mange fagpersoner i Norge.

Pris: Kr. 75,- for medlemmer av NFFT
Kr. 100,- for ikkemedl.

Mat og drikke kan kjøpes på
Litteraturhusets kafé.

***Benytt denne unike anledningen
til å bli kjent med, og ytterligere
inspirert av, to fremstående,
internasjonale fagpersoner.***



Se også www.nfft.no

NFFT / Metaforum
Norsk forening for familierapi
inviterer til
FØRJULSEMINAR
 i Gamle Logen i Oslo
2. og 3. desember 2010

Vår mangfoldige hjerne

*nevrologi, traumer og terapi,
 kunnskap, tenkning og fenomener ...*
 med

Dag 1: psykologspesialist

Judith van der Weele



**Den traumatiserte hjernen
 - Implikasjoner for behandling**

&

Dag 2: nevrolog, professor dr. med.

Espen Dietrichs



Hjerne, kunst og kreativitet

VELKOMMEN!



Mer info og påmelding på www.nfft.no

Invitasjonsbrosjyre er vedlagt
 dette nummeret av Metaforum.

Forespørsler rettes til nfft@nfft.no
 eller til Metaforum ved Kari Yvonne Kjølås:
kariyk@online.no

INNHold Metaforum 3-2010

FASTE SPALTER:

Infoside	2
Redaksjonens røst	3
Lederen har ordet	4
Tankestrek: Parterapi – hvorfor det?	
v/ Pål Abrahamsen	22
Kryssord	30

REPORTASJER og REFERATER:

Reportasje fra IFTA, Argentina	
v/ Alicja Olkowska og Jarle Svardal	5
Hold Me Tight. Sue Johnson i Tromsø	
v/ Hilde Ingebrigtsen	11
EFT På sporet av følelsene	
v/ Inger Johanne Storesund	19
Intervju i Tromsø	
Lene Schütt-Mæhle (v/Pål Abrahamsen)	21
Reisebrev: Hverdagspoetisk praksis	23
v/ Anette Holmgren	

Fra Bergensseminaret 2010	
v/ Jannicke W. Tindberg	27

Fra workshoper Vetre 2010:	
Narrativ terapi og filosofi	
med Anette og Allan Holmgren	
v/ Inger Elisabeth Mellbye	31
Sammen mot Konflikten med Egil Øritsland	
v/ Kari Yvonne Kjølås	34
Dukker som terapeutisk verktøy	
Med Kirsti Maanum og Vera Fredriksen.	
v/ Hilde Ingebrigtsen.	36
Fortsatt foreldre med Gunvor og Egil Halleland	
v/ Bente Barstad	38

BOKOMTALE:

Kjærlighetskoden Lena Kristin Hole	
v/ Hilde Ingebrigtsen.	39

NB!

Neste nummer av Metaforum utgis som *Nordisk Forum* og kommer i oktober (fellesblad for de nordiske familierapiforeningene). Bladet erstatter altså Metaforums novembernummer (4-2010). Neste ordinære Metaforum kommer i januar 2011. invitasjon og info om Årskonferansen på Vetre 2.- 4. februar kommer som egen sending i november 2010.



Se www.nfft.no

Returadr:
Norsk Forening
for familieterapi
Markveien 23,
0554 Oslo



Norsk Forening for Familieterapi

inviterer til

Årskonferanse og generalforsamling 2011

TID: Onsdag 2. februar – 4. februar 2011

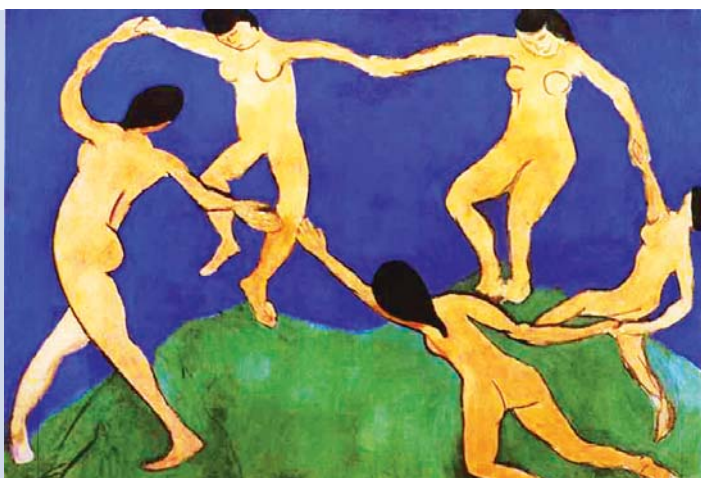
STED: Thon Vettre Hotell, 1392 Vettre (Asker)

Årets tema:

Systemisk helse "Bridge over troubled water"

Med blant annet:

*Psykiater og skuespiller
Per Gørve, barne-
og ungdomspsykiater
Søren Hertz*



Systemiske kafeer:

vil også i 2011 være en del av konferansen. Som alltid vil det være underholdning og kulturelle innslag. Har du noe å bidra med hører vi gjerne fra deg.

Seminarer og workshops torsdag:

Det blir ikke noen virkelig NFFT-konferanse uten workshopbidrag fra nettopp dere. Konferansen skal være et forum der vi deler vårt "verksteds-arbeid" med hverandre, både ferske og erfarne, både teori og praksis. For hver workshop er konferanseavgiften gratis for 1 workshopholder.

Meld inn din workshop til:

**jarle 001@msn.com INNEN
1. OKTOBER 2010.**

Send inn en beskrivelse (abstract) på ca. 150 ord, samt hva som for deg vil være en passende tidsramme og form på presentasjonen. Med utgangspunkt i innkomne ønsker starter vi en planleggingsprosess med deg/dere.

Vær velkommen med ditt bidrag!

Generalforsamling:

Saker som ønskes behandlet på NFFTs generalforsamling 2011 må være styret i hende innen 1. oktober 2010.

*Endelig invitasjon og program for konferansen 2011, vil bli sendt medlemmene i egen sending i november 2010. Medlemmene oppfordres til å følge med på **www.nfft.no***