



# METAFORUM

NORSK FORENING FOR FAMILIETERAPI

**Fyldig fra Årskonferansen i Trondheim 2018**

Referater, essays, faste spalter og litt av hvert annet

*God sommer!*



# M E T A F O R U M

## NORSK MAGASIN FOR FAMILIETERAPI

### Medlemsblad for Norsk forening for familierapi NFFT.

Utgis normalt fire ganger pr. år (februar, mai, august, november) med deadline den 1. måneden før planlagt utgivelse (for augustnr.: 1. juni). Opplag 1.300

#### REDAKSJONEN:

**Kari Yvonne Kjølås.** Tlf: 32 845773 / Mobil: 900 979 96

Ottar Lingjærdesvei 8, 3403 Lier

Mail: kari.kjolaas@nfft.no / kariyk@online.no

**Hilde Ingebrigtsen** Tlf: 950 67 545 Mail: [hildeingebrigtsen@yahoo.no](mailto:hildeingebrigtsen@yahoo.no)

**Jarle Svardal:** Homansbyen familievernkontor, 0352 Oslo.

Mobil: 98828378 Mail: [jarle.svardal@gmail.com](mailto:jarle.svardal@gmail.com)

#### NFFT: NORSK FORENING FOR FAMILIETERAPI

Adresse: PB 51, 2011 Strømmen. (merk post: NFFT / Metaforum).

**WEBSITE:** [www.nfft.no](http://www.nfft.no)

#### STYRET I NFFT:

**Kristin Sørbrøden Breda** Leder

Seksjon for barne- og ungdomshabilitering Sykehuset Østfold,  
Glengsgt.19, 1706 Sarpsborg. Tlf.:46936842

Mail: [kristinbreda@me.com](mailto:kristinbreda@me.com) / [kristin.breda@nfft.no](mailto:kristin.breda@nfft.no)

**Kristin Helene Dahl.** Styremedl. Nestleder

Familieklinikken, Barne- og ungdomspsyk. seksjon, Sykehuset Telemark  
HF. Ulefossveien 55, 3710 Skien. Tlf.: 40291243

Mail: [kristin.helene.dahl@gmail.com](mailto:kristin.helene.dahl@gmail.com) / [kristin.dahl@nfft.no](mailto:kristin.dahl@nfft.no)

**Lennart Lorås** Styremedl. forskningskontakt.

VID høyskole, Diakonhjemmet, Postboks 184 Vinderen, 0319 Oslo

Tlf. : 22451971 Mobil: 98422113 Mail: [lennart.loraas@nfft.no](mailto:lennart.loraas@nfft.no)

**Camilla Jensen Oanes,** Styremedl. forskningskontakt.

ABUP, Sørlandet Sykehus, 4606 Kristiansand, Tlf.: 95724601.

Mail: [camilla.jensen.oanes@sshf.no](mailto:camilla.jensen.oanes@sshf.no) / [camilla.oanes@nfft.no](mailto:camilla.oanes@nfft.no)

**Jan Stokkebekk** Styremedl. Tlf.: 48200945

Bergen og omland familiekontor, Bjørnsgt. 1, 5115 Ulset

Mail: [jan.stokkebekk@uib.no](mailto:jan.stokkebekk@uib.no) / [jan.stokkebekk@nfft.no](mailto:jan.stokkebekk@nfft.no)

**Lars Ole Gjermundbo** Varamedlem

Avd. for familiebehandling, Modum bad. Tlf.: 90756952

Mail: [lo.gjermundbo@gmail.com](mailto:lo.gjermundbo@gmail.com) [lars.gjermundbo@nfft.no](mailto:lars.gjermundbo@nfft.no)

**Erna Henriette Dahl Tyskø** Varamedlem

Koordinerende enhet – Ørland kommune. Tlf.: 41683175

Mail: [ernahenriette@hotmail.com](mailto:ernahenriette@hotmail.com) / [erna.tysko@nfft.no](mailto:erna.tysko@nfft.no)

**Astrid Flackè** Varamedlem

VID høyskole, Diakonhjemmet, Postboks 184 Vinderen, 0319 Oslo

Tlf.: 48144852 Mail: [astrid.flacke@vid.no](mailto:astrid.flacke@vid.no) / [astrid.flacke@nfft.no](mailto:astrid.flacke@nfft.no)

#### SEKRETARIAT:

**Joe Sowerby** Daglig leder / regnskaps- og medlemsansvarlig

Ungdomspsykiatrisk Klinikk, AHUS, Lørenskog

Tlf.: 416 79 801 Mail: [joe@digitelling.no](mailto:joe@digitelling.no) / [joe.sowerby@nfft.no](mailto:joe.sowerby@nfft.no)



## Medlemskap i NFFT

kr. 850,- pr år.

Inkludert i prisen er

4 nummer av tidsskriftet

**FOKUS PÅ FAMILIEN**

&

4 nr. av medlemsbladet

**METAFORUM**

Samt rabatter på foreningens

og andre arrangementer.

**Bankkonto: 7874 05 96348**



## ANNONSER TIL METAFORUM

& [www.nfft.no](http://www.nfft.no)

Vi tar gjerne imot annonser om det som skjer innen feltet, som kurs, seminarer, ledige stillinger, bokannonser, viktige begivenheter med mer.

**Prisen er:**

¼ side kr. 1.250,-

½ side kr. 2.500,-

1/1 side kr. 5.000,-

Annonser til bladet legges om ønskelig gratis ut på [www.nfft.no](http://www.nfft.no).

**Annonse kun på web Kr. 2.500,-**

Annonser for kurs/seminarer med mer, med avtale om rabatt for NFFT's medlemmer, kan publiseres gratis i bladet og på websiden.

Send teksten på e-post til [kariyk@online.no](mailto:kariyk@online.no)

**Frister og adresser står øverst på denne siden.**

**Bladet Metaforum styres etter fagpressens redaktørplakat.**

Forsidebilde: Fra privat arkiv

**INNHOLDSFORTEGNELSE PÅ NEST SISTE SIDE**

## NYE TIDER – NYE UTFORDRINGER OG MULIGHETER

Vi i Metaforumredaksjonen trapper ned. I desember i fjor sa vi fra oss ansvaret for Førjulsseminarene i Gamle Logen og overlot arrangementet til NFFT-styret. De har, som nevnt i siste nummer, bestemt seg for å opprettholde arrangementet. Nå har vi også bestemt oss for å legge ned den nåværende redaksjonen fra og med årsmøtet i 2019. Vi ønsker at nye krefter skal overta. Jarle Svardal gikk ut av redaksjonen allerede fra årsmøte i år. Han takkes så mye for innsatsen de siste årene og vi vil savne alle hans gode referater, reisebrev og andre oppsummeringer fra inn og utland – og det gode samarbeidet.

Vi meldte fra om endringene allerede i fjor høst og overlot til NFFT-styret å etablere en ny redaksjon. De har dermed startet en diskusjon om bladets fortsatte eksistens.

Spørsmålene er: Skal bladet fortsette i den formen det har nå (papirutgaven) eller skal det kun legges ut på web-siden, eller begge deler, eller ikke noe medlemsblad i det hele tatt?

I styrets Årsrapport for 2017 står det, basert på medlemsundersøkelsen i 2017: *De fleste 256 av 443 ønsker mer satsing elektronisk kommunikasjon/informasjon til medlemmene i fremtiden.* Dette betyr ikke at det er 256 som ønsker Metaforum *kun* som nettbasert, spørsmålet hadde mulighet for 3 svaralternativer, men at medlemmene klart ønsker mer elektronisk informasjon generelt sett. Vi i redaksjonen har lenge ment at bladet burde bli tilgjengelig på medlemssiden vår – i tillegg til papirutgaven. Men hva fremtiden for bladet vil bli er, som dere skjønner, en åpen diskusjon. Vi spanderer derfor 2 sider til «Redaksjonens røst» denne gangen, for at dere (medlemmene i NFFT) skal være orientert.

Vi tar med noen utsagn fra dem som har tatt seg tid til å kommentere i medlemsundersøkelsen, under spørsmål ang. bladet (ca. 200 av 443 svar.). Utsagnene spriker veldig. Her følger to helt motstridende utsagn som eksempel:

- «Tenker at Metaforum burde bli nettbasert og dermed mer "ferskvare".  
Droppe papirutgaven»
- «Metaforum er et viktig bindeledd mellom medlemmer, redaksjonen og styret.  
Fin arena for nye skribenter - i samarbeid med redaksjonen.  
Tilknytning til fagfeltet. Hyggelig å få i posten».

Det er ikke lett å trekke noen konklusjoner basert på dette, og det er heller ikke meningen, men utsagnene sier noe om mangfoldigheten i meningene om dette. Her må det sies at kun 8 av de 200 som har kommentert ønsker at bladet skal utgis *kun* på nett.

To andre lesere skriver:

- «Metaforum har et litt hjemmesnekret preg ... »
- «Nyttig. Liker den litt uhøytidelige formen bladet har ...»

Vedkommende mann eller kvinne (redaksjonen har selvsagt ikke tilgang til navn) har helt rett - bladet er hjemmesnekret. Vi er et medlemsblad – hovedsak basert på frivillig arbeid – snekret på et hjemmekontor. Og ja – vi er litt uhøytidelige i formen. Metaforum er ikke et vitenskapelig tidsskrift, men et magasin for oss som er engasjert i familierapi og systemisk tenkning og praksis.

- «Bra! Gøy! Men lite landsdekkende!» sier en annen av kommentarene.

Ja bladet har - til en viss grad – vært østandstungt, men vi tar gjerne inn mer stoff fra Nord-, Vest-, og Sørlandet, men det betinger at dere sender oss stoff - også fra disse kanter av landet. Vi trykker det meste vi får inn – etter noe bearbeiding i samarbeid med skribenten.

Dette med geografisk tilfang har forresten bedret seg i det siste – og nå når Årskonferansen skal på vandring rundt i landet vil det naturlig føre til en mer jevn fordeling. Se bare i dette nummeret og alt vi har fått inn fra Trondheim. Og på sikt kan kanskje en ny Metaforum-redaksjon legges et annet sted enn Oslo og omegn?

- «Fine artikler, men kunne nyttiggjort seg et mer profesjonelt layout ...»

Ja – det sendes inn mye bra stoff og artikler. Layouten kunne sikkert vært mer profesjonell,



Hilde



Kari Yvonne  
Ansv. redaktør

men det ville koste dyrt. Metaforum skapes gjennom dugnad, bladet har ikke noe eget budsjett og det gjelder å holde kostnadene nede. Bladet er ikke spesielt kostbart å produsere slik det gjøres nå. Når det gjelder layout vil kanskje nye koster ha tilgang til bedre utstyr og større kunnskap om bruk av tilgjengelige redigeringsprogrammer.

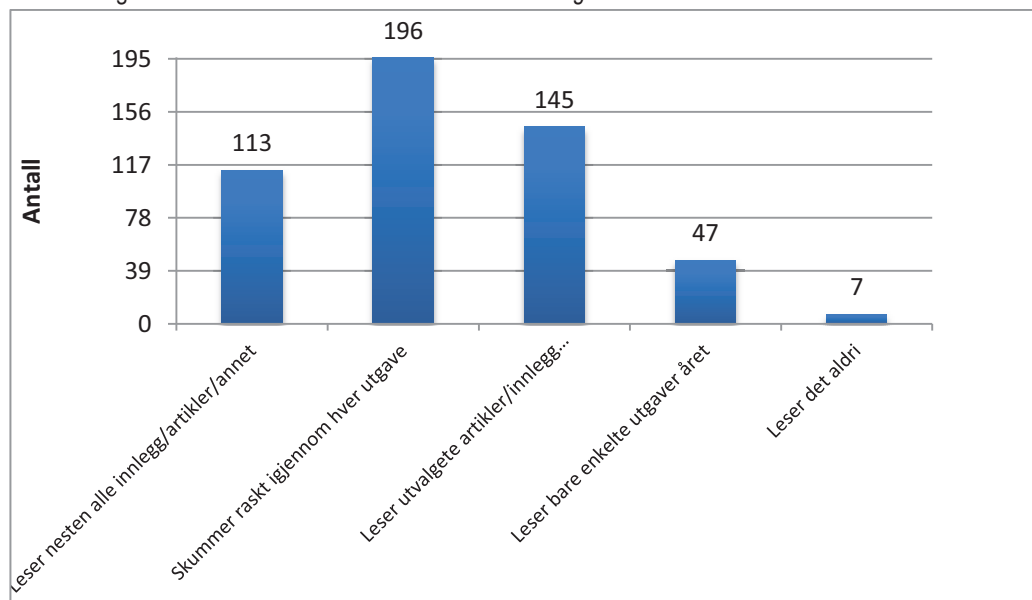
Bladet har et stort tilfang av skrivende etterhvert. Noe vi setter pris på. På samme måten som NFFTs årskonferanse er en øvelsesarena for uerfarne workshopholdere, har redaksjonen ønsket at bladet skulle være treningsarena for nye skribenter - og har hatt som mål å bistå nye formidlere frem til publiserbare resultater. Noe mange har fått erfare. Vi håper dette blir tatt vare på videre.

Redaksjonen tar til slutt med disse positive kommentarene, som er representative for mange av tilbakemeldinger, både i undersøkelsen og fra andre kilder. Vi deler disse med alle våre bidragsyttere.

- «Metaforum er nyttig (lærerikt) og oppløftende/inspirerende, rent faglig.»
- «En glede å lese. Vakkert blad. Hyggelig med dikt, tegninger, fotos, en varm tone i bladet.
- «En kilde til utvidelse av profesjonelt nettverk ...»
- «Uten Metaforum hadde jeg ikke opplevd å ha noen tilknytning eller noen faglig oversikt over hva som skjer i feltet og i foreningen.
- Viktig bindeledd mellom medlemmer og styret. Redaksjonen gjør en kjempe jobb ...»

### At bladet leses er det ingen tvil om:

Fig. Hentet fra medlemsundersøkelsen: I hvilken grad Leser du medlemsbladet Metaforum?



Totalt antall svar: 443

At grafen viser et høyere totalantall beror på at flere har kryssset for 2 alternativer.  
Stolpe 1 - 113 «Leser nesten alle ...» Stolpe 5: Kun 7 svarer «Leser det nesten aldri»

**Denne lederen er ikke ment som et forsvarsskrift** for bladet i sin nåværende form, men ment til orientering. Hva mener så redaksjonen selv? Helst vil vi si: *ja takk begge deler*; at papirutgaven beholdes og at bladet i sin helhet - i tillegg - blir tilgjengelig via medlemssidene, så snart som mulig. Vi ønsker også en ny redaksjon velkommen fom Årskonferansen i 2019 – med ny giv, ny utforming og profil.

**I skrivende stund er bladets fremtid ikke helt avgjort enda.** Diskusjonen går sin gang i styret. Send oss gjerne synspunkter - så samler vi dem til augustnummeret, Metaforum vil uansett dumpe ned i postkassene deres ut 2018.

For øvrig håper vi mange vil ha glede av å lese referater og oppsummeringer fra Årskonferansen i Trondheim – og annet fagstoff - i dette nummeret. Takk til alle bidragsyttere. Dere er viktige medskapere av Metaforum.

**God sommer til dere alle fra oss i Metaforumredaksjonen**

# STYRESIDEN



**Kristin Sørbrøden Breda**  
**Leder for NFFT**

## ORD FRA LEDER:

**Årskonferansen og Generalforsamlingen 2018** må betegnes som vellykket. Tett oppunder 100 medlemmer fant veien til Trondheim disse to dagene i februar. Ganske mange møtte også opp på Generalforsamlingen. Årsberetning, planer, regnskap og protokoll legges ut på nettsiden. Styret var selvfølgelig spent på både oppslutningen og gjennomføringen av arrangementet siden det var første gang utenfor Oslo/Asker. Evalueringene ga overveiende positive tilbakemeldinger. Den lokale komiteen i Trondheim, med Jahn-Fredrik Holthe i spissen, arrangerte også en vellykket og godt besøkt Systemisk kafe med Rolf Sundet onsdag kveld.

**Årskonferansen 7.-8.mars 2019 blir i Bergen** - og styret er i samarbeid med lokale krefter i gang med å planlegge for en flott medlemskonferanse i Bergen!

**Styret** skal i 2018 arbeide med de vanlige arrangementene: Førjulsseminaret og Årskonferansen. Videre øker vi innsatsen rundt arbeidet med Systemiske kafeer. Dette ser dere nå blant annet på hjemmesiden vår hvor vi legger inn informasjon om Systemiske kafeer over hele landet. Medlemmer som arrangerer kan, etter søknad til styret, bruke NFFTs logo og navn i markedsføringen av arrangementene. Se mer info på hjemmesiden.

**Metaforums** redaktør og redaksjon har informert styret om at de takker av om et år. Generalforsamlingen ble informert om dette og om at styret i løpet av 2018 må ta stilling til Metaforums framtid og form. Vi ser at våre søsterforeninger både i Sverige (SFFT) og Danmark (STOK) gir ut sine medlemsblader elektronisk og ikke på papir. Medlemmer som deltok på generalforsamlingen ga forskjellige innspill til dette; fra at det i dagens samfunn er elektronisk plattform som er mest aktuelt til et ønske om å beholde papirversjonen. Styret har nå besluttet at vi skal utrede hva det vil kreve å utgi bladet elektronisk og deretter ta stilling til hva videre. Vi ser av spørreundersøkelsen til medlemmene i fjor at mange mener at bladet kan gis ut elektronisk. Uansett hva slags form som blir valgt vil det kreve en engasjert og ivrig redaktør og en redaksjon å gi ut et blad. Dere hører mer om saken i løpet av året, og vi tar gjerne imot synspunkter fra dere medlemmene på dette.

**Nordisk ledertreff** fant sted i Malmø 1.-2. mars. Jeg traff der ledere/nestledere fra Sverige, Danmark, Finland og Island. Veldig hyggelig og lærerikt. Temaer vi hadde oppe var blant annet medlemsrekruttering, organisering av foreningene ifht sentral organisasjon og lokallag, utgivelser av medlemsbladene, Nordisk familieterapikonferanse, tilbakeblikk og erfaringer fra Island og et første glimt inn i Danmarks planlegging av den neste Nordiske konferanse i 2020. Møtet foregikk på engelsk, praten gikk i ett sett og jeg var ganske full av inntrykk, sliten i hodet og veldig fornøyd når jeg satte meg på toget tilbake til Halden.

**FNs Internasjonale familiedag 15.mai.** Visste dere at FNs generalforsamling i 1993 vedtok 15.mai som årlig familiedag? Vi i styret visste det ikke, jeg fikk vite det av Bragi Skulason, leder i den Islandske foreningen. På FNs hjemmeside står det at «*Den internasjonale familiedagen understreker den viktige rollen familien har i å skape trygge og gode liv. Den internasjonale dagen er en anledning til å sette fokus på, - og lære mer om - de sosiale, økonomiske og befolkningsmessige prosessene som påvirker familien.*» Jeg kan ikke si at jeg har lagt merke til at vi markerer det i Norge. Det syns jeg at vi i NFFT bør gjøre. Så hermed vil jeg oppfordre dere til å ta eierskap til den dagen. Lag lokale markeringer, skriv artikler i aviser og sosiale medier, samarbeid med organisasjoner eller gjør andre aktiviteter dere syns kan passe. Sett fokus på familien – i alle dens former og fasonger – gleder og utfordringer!

Vennlig hilsen Kristin



## “ Når alt stemmer og ingen vet hvorfor ”

**OPPSTART ONSDAG KVELD:**  
Systemisk dialog på Café Ni Muser  
med Rolf Sundet ved Jon Olofsson Finnestrand



## «Stemningsrapport fra NFFTs Årskonferanse i Trondheim 2018»

Kort sammendrag ved Jarle Svardal

Med rester av influensa i kroppen skulle reisen til årskonferansen denne gangen gå til Trondheim. Etter godt over 30 år på Vettre hotell i Asker var tiden inne for å bryte en lang tradisjon. «På tide», mente noen. «Ikke riktig», mente andre. Men uansett, det kan være viktig for NFFT å gjøre seg noen nye erfaringer da foreningen er til for alle landets medlemmer. Neste episode av «Vettre på turné» er bestemt lagt til Bergen.

Årets arrangement var et samarbeid mellom NFFT og Midtnorsk kompetansenettverk for familierapi. Nærmere hundre medlemmer samlet seg på Scandic Lerkendal hotell for to dager med faglig påfyll og sosial omgang. En bra flokk var på plass allerede kvelden før konferansen og fikk med seg Rolf Sundet i dialog med Jon Olofsson Finnestrand på Cafe Ni Muser i Trondheim sentrum.

Åpning av konferansen torsdag morgen sto NFFT sin leder Kristin Breda for. Det påfølgende kulturelle innslaget var ved studentkoret Pirium. Koret ble etablert allerede i 1965 og består av 20 kjekke unge menn. De har tilhold på Samfunnet i Trondheim. Med en stor porsjon humor og mandig stemmeprakt fikk publikum trimmet lattermusklene og «mørnet» seg før det faglige programmet.



Velkommen ved NFFTs leder Kristin S. Breda.

De fleste av bildene til stoffet fra Trondheim er tatt av Jahn-Fredrik Holthe

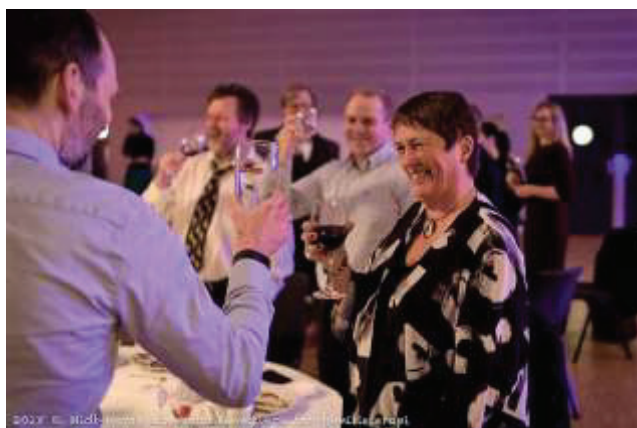


Studentkoret Pirium åpnet konferansen.

**Overskriften for konferansen** omhandlet hva som er virksomt i terapi og med en særlig opptatthet av terapeuten og relasjonen mellom terapeut og klient. Plenumsforedragene ble holdt av Anette Due Madsen fra Center for Familieudvikling i København, Ingrid Handberg Opland fra familievernkontoret i Sør-Trøndelag, samt Bruce Wampold, mest kjent som forsker og forfatter av «The Great Psychotherapy Debate».

**Det faglige programmet** ble avsluttet fredagen med paneldebatt bestående av blant andre de tre foredragsholderne og ledet av Halvor De Flon.

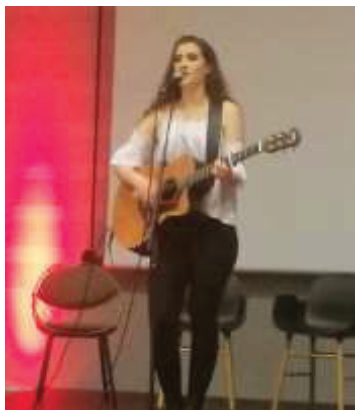
**Det sosiale programmet** inneholdt kjente elementer som «velkomst for nye medlemmer» og «vor drink» for de «gamle» før festmiddagen torsdag kveld. Middagen ble holdt i det samme lokalet som plenumsforedragene foregikk. Maten var smakfull og Arne Kallekleiv hadde regi på kveldens talere og andre innslag under middagen. Bland annet tok Kirsti Haaland på sitt humoristiske vis oss med på den historiske reisen i norsk familierapi og etablering av foreningen på Vetre i 1983.



Kristi R. Haaland i kjent stil holder tale



Arne Kallekleiv er los gjennom middagen



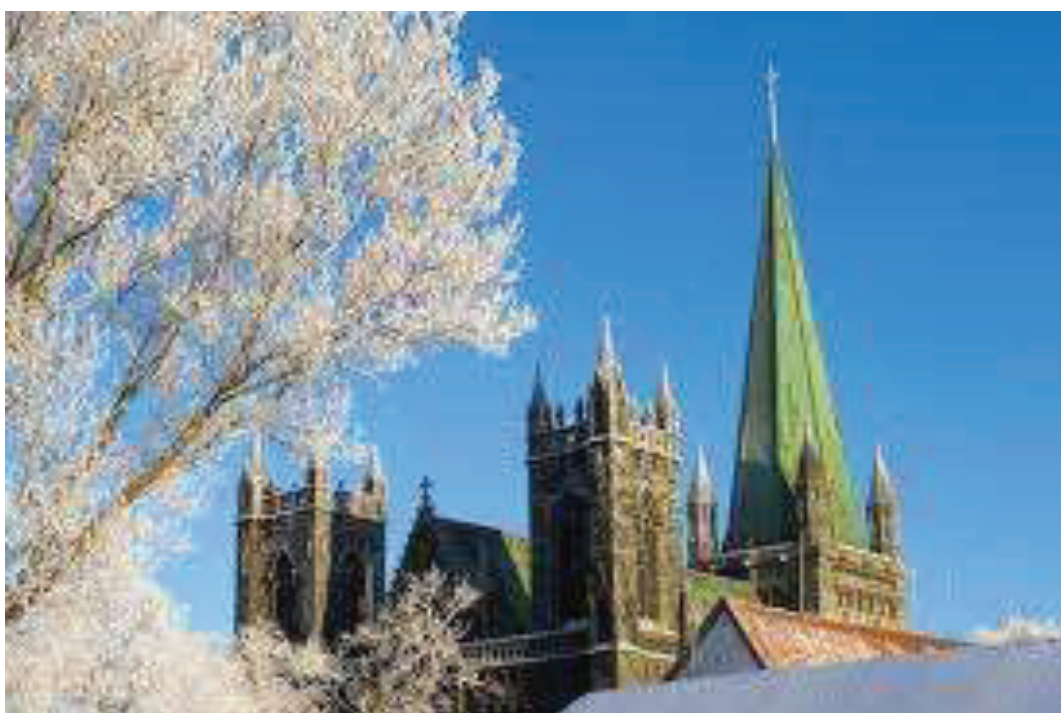
**Kristine Eriksen  
avslutter konferansen.**

Konferansen ble lukket med vakker sang og gitar av Kristine Eriksen, som også synger i Nidarosdomens jentekor.

For noen av oss fortsatte fredagen og helgen i et Trondheim i vinterdrakt. For andre bar det hjemover til seg og sitt, trolig med gode opplevelser innabords både faglig og sosialt.

**Vi sees i Bergen neste år 😊**

*jarle.svardal@gmail.com*



**Den gamle Domen i vinterdrakt**



**Lerkendal Konferansehotell**



**Annette Due Madsen** er psykolog, lærer og familierapeut. Hun stiftet i 2004 *Center for Familieudvikling*, en non-profit NGO i København. Hun har vært inspirator for senteret og var direktør inntil 2015, nå sjefskonsulent. Senteret har ca. 25 ansatte og arbeider med forebyggende familiearbeid, formidler forskningsbasert kunnskap og holdninger til politikere og beslutningstagere, holder parkurs og kurs for skilte med felles foreldreansvar, tilbyr barnegrupper og parterapi, skilsmisserådgivning og terapi til mennesker med stress og depressive utfordringer. Annette har tidligere hatt egen praksis, og hun har vært formidler og undervist i mange år og i mange sammenhenger, blant annet TV og radio. Hun har i de siste 18 år vært brevkasseredaktør hver fredag i den velrenommerte avisen *Kristeligt Dagblad* sammen med sin mann. De har også sammen skrevet bøkene "Sorgens mange ansigter" og "Den sårbare kærlighed". Hun har vært redaktør og hovedforfatter til "Far, mor og skilsmissem" (Dansk psykologisk Forlag), samt bidratt med kapitler til flere antologier. Annette sitter i regjeringens "Børneråd".

## Plenumsforedrag med Annette Due Madsen:

### «Vær til stede – med ydmyghed, kreativ godhed og faglighed»

Oppsummering ved Lars-Ole Gjermundbo

**Annette Due Madsen** - dansk psykolog, lærer og familierapeut – snakket på årskonferansen om ydmykhet, kreativ godhet og faglighet i terapien. Annette har drevet egen praksis i mange år, før hun i 2004 startet *Center for Familieudvikling* i København. Annette fokuserte på de ingredienser i terapien som ikke står i noen formel, men som allikevel er viktige.

- Teorier er viktige og gode hjelperedskaper som må ligge i bunnen for enhver behandling. De siste årene har jeg vært opptatt av kognitiv og emosjonsfokusert familiebehandling. I arbeidet på *Center for Familieudvikling* har vi stort fokus på forebyggende virksomhet, gjennom opplæring og pedagogisk tilnærming, forteller Annette engasjert.

Hun synes det er trist at de først møter par og familier når de er i krise, og hun har ofte tenkt at om de hadde kommet for noen år siden så kunne de arbeidet forebyggende. Veien tilbake blir ofte for lang, fordi par har såret hverandre veldig mye over lang tid før de søker hjelp. Her er en oppsummering av hennes hovedpunkter:

**I Norge har vi et godt utgangspunkt.** Annette er politisk engasjert og jobber for økt forståelse for betydningen av forebygging. Hun er imponert over det arbeidet som familievernkontorene og andre institusjoner driver i Norge. Danmark har ikke noe departement som har fokus på familier og relasjoner. I Norge har vi mange muligheter.

**Betydningen av det terapeutiske møtet.** Den empatiske holdningen og alliansen er avgjørende for god terapi. Vi er i utgangspunktet avhengige av andre mennesker, og vi blir til i møte med andre. Vi må bli elsket av noen skal vi overleve. Terapeuter må dyktiggjøres i å gi andre følelsen av å være verdifulle mennesker, slik at de kan skape sin identitet. Personer og familier kommer med problemer, med sorg og ofte en skam over at de må søke hjelp. De tenker kanskje at alle andre klarer livet så mye bedre enn meg. Disse menneskene fortjener ekte medfølelse.

**Vi gjør ting i familien som ikke virker, men vi fortsetter likevel å gjøre det.** Hadde det vært på en arbeidsplass, så hadde lederen funnet en annen struktur for det som ikke fungerer. Familien er også en liten organisasjon som par skal få til å fungere på veldig mange områder. Dette er det ingen struktur for. Her må det gjøres en innsats med informasjon og opplæring, aller helst et skolefag for å lære hvordan man skal elske hverandre og være sammen. Kjærlig adferd kan trenes på.

### «Barn har det vanskelig når foreldre har det vanskelig. ...»



Lars Ole Gjermundbo introduserer Due Madsen.

**Barn har det vanskelig når foreldre har det vanskelig.** Barna tar ofte ansvar, noe som får konsekvenser for deres konsentrasjon og livskvalitet. Noen tror det er en trøst for barn at det er så mange andre foreldre som har det vanskelig og som skiller seg. Det mener Annette er feil. Hun forteller om et prosjekt på *Center for Familieudvikling* hvor de har hatt grupper med barn som har opplevd skilsmisse; disse barna strever med konsentrasjonsvansker.

**Tro at alle mennesker har utviklingspotensialer.** Terapeutene må ha tro på klientene og tro på at de kan vokse. Vi har ofte fokus på familienes problemer og tar utgangspunkt i det. Men kanskje vi oftere skulle ta utgangspunkt i klientens ressurser? Det viser seg at om man kan optimalisere folks ressurser, så minimeres deres problemer. Det er et poeng å vise par hva de er gode på, å hjelpe dem til å gjøre mer av det. Senteret hun startet har laget et konsept som heter Par-Sjekk (Se url). Par svarer på spørsmål online, før de kommer til en samtale. Ut fra surveyen er det generert en rapport som viser faktorer paret er fornøyd med og som de er gode på, faktorer og forhold som kanskje bør jobbes med, og temaer som er utfordrende og som de bør snakke med noen om. Par-sjekk er et forebyggende redskap som identifiserer parenes eget syn på relasjonen. Forskningen på Par-sjekk har vist at par får en signifikant bedring i parforholdet sitt.

**Rammenes betydning.** Når folk har det tungt og vanskelig er det godt å ha noe vakkert å se på. Det er viktig at rommet vi møter klientene i er fint og at den som sitter i resepsjonen er hyggelig. Klientene er våre gjester.

**Å fange roen.** Stopp foran døren og ta et dypt pust, slik at du får ro i kroppen før du møter klientene. Roen handler mye om affektregulering. Det å bevare roen kan bidra til at klientene kommer med følelser og affekter de selv står i. Roen er en god venn for den autentiske terapeuten.

**Ordnes betydning.** Vi er ordene våre. Fagfolk kan deles inn i tre grupper: de som er faglig dyktige og gode mennesker, de som «bare» er gode mennesker og de som «bare» er faglig dyktige, men ikke har særlig varme hjerter. Den siste gruppen ønsker en ikke å møte. Mennesker husker de ord vi sier, og jo vanskeligere de har det jo viktigere blir ordene våre.

Annette og sønnen Fredrik, som er utviklingshemmet, har opplevd å bli møtt på dårlige måter i helsevesenet, med ord som ikke er gode. Hun har også blitt møtt på en god måte, hvor en overlege som hadde vært på visitt hos sønnen, snur i døren på vei ut og sier til Annette: Jeg glemte helt å spørre hvordan du har det? Hun glemmer aldri det han sa. Det han gjorde står ikke i noen lærebøker, det er kun kreativ godhet som ligger bak dette spørsmålet.

**Vær nysgjerrig.** Mange kommer til terapi med tanker og meninger som de ikke har blitt hørt på. Noe av det viktigste man kan lære par er å være nysgjerrige på hverandre. Dialogen oppstår når man begynner å etterspørre den andres perspektiv.

**Språkets grense.** Det vakreste og det verste kan vi ikke finne ord til. Dette må vi også vite når vi sitter i terapirommet. Noen ganger er det viktigste å bare være sammen uten å si noe. Annette forteller at sønnen Fredrik har lært henne mye om psykologi uten å si et eneste ord; han har lært henne mer enn alle bøker hun har lest om sorg og hjelpekunst.

**Ikke vær redd for de eksistensielle temaene.** Det kan være vanskelig å snakke om eksistensielle temaer i terapien. Vi unngår kanskje å snakke om mening og skyld, og andre områder vi selv ikke vet hvordan vi skal behandle. Annette forteller om en sykehusprest som sa:

Når pasientene sier at de føler skyld, skal du ikke si at de ikke er skyldige, men du skal spørre om hva de tenker om skyld. Det er når ordene får komme ut av kroppen, at man kan få bearbeidet skyldfølelsene på en god måte.

Mange terapeuter tør ikke snakke om dette med tro, fordi de ikke helt vet hvordan de skal takle det. Det handler om å tørre å gå sammen med klientene, også utover ordenes grenser.

**Godhet kan trenes.** Det er en muskel. Vi kan oppmuntre hverandre til å trene denne muskelen. Godhet og faglighet går godt sammen.

Annette avsluttet med diktet «Lærdom» av Alf A. Sæter:

Å elska  
er å vera stille  
nesten heile tida  
og ha varme hender.

Å elska  
er ikkje å vakta,  
men å sjå en annan veg  
til rett tid.

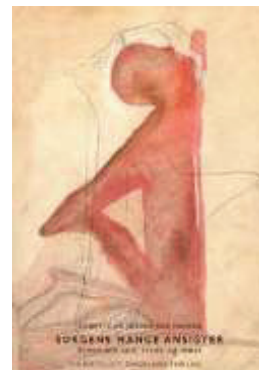
Snakk ikkje om ekstasen  
når du meiner  
kjærleiken.  
Dei bur på kvar sin stad  
og møtest  
sjeldan.

Snakk heller  
om å gå til fots  
gjennom de tusen kvardager  
og aldri halda opp  
med å vera den rette.

Å elska  
er å tenne lys  
og tørke tårer  
natt og dag.



2009



2003

To publikasjoner av Annette og Jørgen Due Madsen

[lars.gjermundbo@nfft.no](mailto:lars.gjermundbo@nfft.no)



To tilhørere: Espen W. Godø og Jon Olofsson Finnestrand, fra styret til Midt-Norsk kompetansenettverk for familierapi,

«Skal vi være til hjelp  
trenger vi å nå inn til  
hverandres verdier»

Årskonferansen 2018

## Plenumsforelesning:

# «Relasjonell samtalepraksis i høykonfliktsaker»

## Ingrid Handberg Opland:

Oppsummering ved Erna Henriette Dahl Tyskø



Ingrid Handberg Opland:

Utdannet familieterapeut, mekler og sexolog. Arbeider ved Familievernkontoret i Sør-Trøndelag.

Opland arbeider blant annet med familier i høykonflikt - i samarbeid med Tingretten - og med familier og enkeltpersoner i akutt krise.

Hun var også medstifter - av og medeier i - Familieinstituttet i Trondheim, som var en viktig institusjon i utviklingen av interesse for systemisk og narrativ tenking/terapi i Midt-Norge, i samarbeid med Tavistock Clinic i London.

Opland er også veileder innen familieterapi og ved sexologisk utdanningen (NACS) - og har lang erfaring i arbeid med ungdom og familier innen barne- og familievern.



Lennart Lorås introduserer Ingrid

PowerPoint-presentasjonen  
legges ut på [www.nfft.no](http://www.nfft.no)

Ingrid Handberg Opland åpnet sitt foredrag med å understreke sammenhengen mellom tema hun skulle forelese om og forelesningen Anette Due Madsen hadde åpnet konferansen med.

### Et samarbeidsprosjekt:

I 2013 etablerte tingretten og familievernkontoret et felles prosjekt som ble kalt «Bedre arbeid i høykonfliktsaker». Prosjektet består i dag av 6 familierapeuter som jobber tett med dommerne i Tingretten. Målet er at prosjektet skal gi et bedre samarbeid mellom foreldrene, til beste for de involverte barna.

Veileder for samarbeidsprosjektet mellom Familievernkontoret og Tingretten har vært Stephen Madigan. Madigan er direktør ved Vancouver School of Narrative Therapy i Canada. Madigan har vært elev både hos Michael White og David Epston og er en anerkjent fagperson i det narrative miljøet. Madigan er opptatt av at narrativ parterapi forholder seg til parforholdets identitet, som noe som er skapt gjennom diskurs, kultur og relasjon. For gruppen som arbeider i prosjektet har dette blitt ett fundament de jobber ut ifra. Han har bistått med veiledning både over Skype og på felles møter mellom Tingretten og Familievernkontoret. Med utgangspunkt i dette arbeidet ble «Trondheims-programmet» evaluert i 2016. Evalueringen viste at programmet hadde blitt godt kjent blant dommere og advokater som jobbet med par i høykonflikt.

Ca. 10% av sakene fra tingretten overføres til familievernkontoret etter oppstarten i 2013. Hovedkjennetegnene i henvisningene fra dommerne er betydelige kommunikasjon og samarbeidsproblemer.

Familievernkontoret sitter med nyttige verktøy i forhold til kommunikasjon for å møte disse parene. Tingretten fikk også saker hvor parene selv ba om utsettelse av den rettslige runden fordi de ønsket å benytte seg av «Trondheimsprogrammet» ved Familievernkontoret og ville se hva disse samtalerne førte til før de tok konflikten til retten. Tingretten etablerte derfor også en gruppe kalt «Barnerettgruppa» som hadde hyppige samarbeidsmøter med familieterapeutene ved Familievernkontoret som jobbet i «Trondheimsprogrammet». Sammen lagde de retningslinjer som ble viktige i arbeidet.

Det er frivillig for parene å bli med på «Trondheimsprosjektet», og ordningen er fastsatt i tingretten. Når parene kommer til Familievernkontoret diskuteres derfor ikke «ordningen». En midlertidig dom fra tingretten har lagt føringen for samvær. Parene samtaler om samarbeid med to terapeuter og får hjelp til å sette dommen ut i livet. Hvordan skal dommen se ut i praksis?

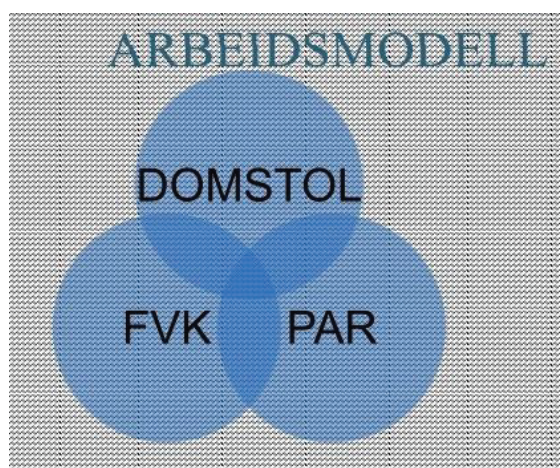
Foreldre har samtykket til at taushetsplikt er opphevet mellom Tingretten og Familievernkontoret. Familievernkontoret får informasjon fra Tingretten om hvor foreldrene er i rettsprosessen, og hva de ønsker hjelp til.

Tilbakemelding til Tingretten handler om hvordan samarbeidet går.

På sikt ser man for seg at «bestillingen» fra Tingretten om hva foreldre trenger hjelp til kan spisses enda mer enn hva som gjøres i dag. Kanskje kan det skrives mer om hva konfliktene dreier seg om?

### En samarbeidsmodell:

Med utgangspunkt i Trondheimsgruppens arbeid ble det utarbeidet en arbeidsmodell for samarbeidet mellom Tingretten, Familievernkontoret og paret:



Modellen er relasjonell og understreker hvor avhengig de tre enhetene er av hverandre for at samarbeidet skal lykkes.

Tor Arne Egeland har, ifølge Ingrid, sagt at:

**«et relasjonelt problem er når relasjonene går i konflikt».** Det er da konflikten begynner å bli individualisert.

Par «Trondheimsprogrammet» møter har vært i konflikt over tid, vært til mekling, kanskje i Tingretten, og konflikten har vært åpent erkjent. Da er det en tilgjengelighet til dialogen om konflikten forklarte hun.

Ingrid viste videre ett filmklipp fra da Michael White gjestet Familieinstituttet i Trondheim på 1990-tallet og dro paralleller til det arbeidet «Trondheimsprogrammet» gjør i forhold til par med høyt konfliktnivå. Filmklippet viste at hensikten hos terapeuten, forteller hun, blir å åpne muligheten for at klienten eller paret kan gjenskape den foretrukne historien om deres felles etiske verdier. De er disse verdiene familieterapeutene ved Familievernkontoret ønsker å nå inn til.

**«Skal vi være til hjelp trenger vi å nå inn til hverandres verdier»**

Verdier som var der før konflikten oppstod kan man gjenskape og føre videre i foreldresamarbeidet og i forholdet til barna.

«Trondheimsprogrammet» setter fokus på fundamentet for parforholdet - parforholdets verdier. Ved bruk av narrative spørsmål jakter man på de verdiene som gjorde at paret ble ett par. Ønsket er at parets tynne historie – konflikthistorien – skal gjøres tykkere slik at paret kan forlate den konfliktfylte historien og gjenoppdage felles verdier som en gang la grunnlaget for deres parforhold. Ved å benytte relasjonelle spørsmål går man fra en relasjonell konflikt til relasjonelle relasjoner.

Samtalene starter med å utforske hvordan paret møttes.

### Eksempler på relasjonelle spørsmål som benyttes i relasjonelle intervju:

- Går fra fokus på relasjonell konflikt til relasjonelle relasjoner
- Kan dere fortelle hvordan dere møttes?
- Kan dere si noe om overgangen fra vennskap til nær relasjon?
- Hvilke relasjonelle etiske prinsipper valgte dere å bygge forholdet på?
- Husker dere episoder som viser at dere behandlet forholdet med tillit, godhet, lojalitet, respekt og kjærlighet?
- Hvorfor opplevde dere at akkurat disse etiske verdiene var så avgjørende i oppbyggingen av parforholdet?
- Kan dere fortelle meg en konkret historie hvor dere tenker at parforholdet opplevde godhet, lojalitet, tillit, respekt og kjærlighet?

- Hvis jeg hadde en samtale med parforholdet, hva tror dere parforholdet ville fortelle meg om hvordan det hadde det den gangen – og som kanskje er annerledes i dag?
- Hvem i gruppen av støttende andre var det som heiet mest på parforholdet deres?

Ingrid lot oss få innblikk i hvilke tanker Maria og Richard, som hadde benyttet seg av «Trondheimsprogrammet», hadde gjort seg underveis i prosjektet, og hvilken forskjell deltagelsen hadde gjort i deres foreldre-samarbeid. Rikard deltok også i panel-debatten på konferansens dag 2 og delte av sine erfaringer. *«Vi legger igjen vår konkrete uenighet her til vi kommer igjen neste gang, sier Maria og Richard. De utdyper dette med at si at de etter samtale på Familievernkontoret nå kan gå å ta en kaffe sammen etterpå.*

For parene som deltar i programmet tilbys det også en ettersamtale. I ettersamtalen kan paret hver for seg sammen med terapeutene reflektere over hvilken betydning programmet har hatt.

Ingrid forteller at terapeutene i «Trondheimsprogrammet» er svært stolte over det de har fått til med programmet.

Hun trekker spesielt frem samarbeidet med Tingretten i form av felles dialog/hospitering. Advokatene har gitt uttrykk for at de ser nytten av den terapeutiske tenkemåten Familievernkontoret står for som er en for-skjell fra den tradisjonelle. Tingretten har nå en tydelig dør å henvise til.

Terapeutene jobber med noe de ser skaper verdier og de bidrar til å sette en dom ut i praksis. Videre bidrar programmet til en større faglig interesse for arbeidet som gjøres ved Familievernkontoret. Arbeidet med prosjektet bidro til at kontoret i Trondheim ble nasjonalt kompetansesenter for høykonfliktsaker, og setter kontoret på kartet for utvikling.

Det er ingen tvil om at Ingrid er svært engasjert og begeistret for det utviklingsarbeidet hun er en del av. Måtte flere par få muligheten til å gjøre sin konflikthistorie tykkere – til beste for deres felles barn.

Erna Henriette Dahl Tyskø  
Leder Koordinerende enhet / familiekoordinator

[erna.tysko@orland.kommune.no](mailto:erna.tysko@orland.kommune.no) / [erna.tysko@nfft.no](mailto:erna.tysko@nfft.no)



## Fra forsamlingen:



## Workshop med Terje Tilden.

# "Giltig kunskap, vad är det?"

Oppsummering ved Jon O. Finnestrand  
*Familieterapeut, familievernkontoret Trondheim.*



Tilden er klinisk sosionom,  
familieterapeut PhD og  
assisterende leder ved  
Forskningsinstituttet, Modum Bad,

**«Jeg ønsker å framsnakke forskning» säger Terje  
Tilden och i 1,5 timme är det precis vad han gör.**

### "Alt er like gyldig"

Tilden sparkar igång med en berättelse från sin tidigare karriär när han jobbade i psykiatri. Hans upplevelse då var att det existerade bestämda sanningar om människors psykiska hälsa och vilket sätt man skulle möta/behandla dessa människor. Tilden kunde inte helt acceptera dessa sanningar och någonting fick honom att börja ifrågasätta och utmana denna kunskap. Han önskade att jobba mer "på linje" med sina klienter och att dom i större grad skulle bli mer delaktiga i val av behandlingsmetoder och i kunskapsutvecklingen. Han minns tydligt en bestämd mening som han fastnade vid som skulle visa sig bli viktig för honom: "alt er like gyldig". Tilden tyckte att det var någonting befriande med den meningen och ett spännande och inviterande sätt att tänka om kunskap på.

### Kunskap är makt

Det slog honom fört senare att hans nya favoritmening "alt er like gyldig" påminde farligt om "alt er likegyldig". För var går gränsen för vad vi ska godta? Vem är det som bestämmer vad vi ska tro på? För vi kan väl inte tro lika mycket på allt? Kan man välja att inte tro på forskning? Tilden påminner oss här om en viss twitrande president och det populära nyordet "fake news". Med makt kommer också möjligheten att påverka kunskap och kunskap är makt.

### Placebo

Tilden poängterar; att vi som terapeuter bör vara klar över faran för att missbruka den makten vi har. Samtidig; Om vi vägrar ge råd när vi blir bett om det, har vi inte precis missbrukat vår makt då? Att försöka kvitta sig med expertrollen kan vara en nobel uppgift men medför detta att vi blir otydliga på den kompetensen vi har så förlorar vi kanske nåt på vägen? Ja, menar Tilden och nämner speciellt placeboeffekten och vill att vi ska ta detta på högsta allvar.

### Kunskapspremisser

Tilden sätter upp nån premisser om kunskap: kunskap är ofullständig och temporär. Samt att disciplinen vi jobba innanför har oprecis kunskap och är i rörelse hela tiden. Det finns också alltid ett subjektivt element: vetenskapsfilosofiskt/teoretiskt/ideologiskt.

### The dodo-bird verdict

När det gäller kunskap om psykoterapiforskning får vi höra om "the dodo-bird verdict". Referensen, hämtat från "Alice i underlandet" resulterar i att alla som deltar i tävlingen vinner och får priser. Alltså, olika psykoterapeutiska metoder fungerar, ungefär lika bra.

Det är således ingen signifikant skillnad på exempelvis terapi i grupp A och grupp B på speciella lidelser. Däremot är det större skillnad på terapeuter innanför grupp A och grupp B. Därför bör forskningen i stället ha sitt fokus på vem som utför terapin, hellre än vilken metod som används.

## Kunskapskällor

När vi kommer till kunskapskällor i terapi visar Tilden fram APAs (American Psychological Association) framställning. Här används treenigheten: bruker-kunskap, erfarenhetsbaserad kunskap, forsknings-baserad kunskap - som tre viktiga källor till kunskap. Tilden betonar att dessa tre ska vara utan hierarki, dvs tre likvärdiga kunskapskällor.

## Träffsäkra terapeuter?

Tilden tycker att det är ett problem med, det han kallar för, gapet mellan kliniskt arbete och forskning. Han menar att det är ofta för svårt att läsa forskningsartiklar, om man inte är forskare själv. Språket är krångligt och kan göra det svårt att begripa innehållet. Samtidigt har det, dom senaste åren, blivit mer forskning närmare praxis. KOR är ett exempel på detta. Tilden nämner några kritiska röster från terapeuter i detta sammanhanget. Nån tycker det är krävande att jobba med scheman som ska fyllas ut i terapin. Andra menar att vi terapeuter är duktiga på att bedöma hur terapiprocessen går och behöver inga scheman till hjälp. Tilden höjer ett varningens finger och visar till forskning som talar sitt tydliga språk: Dom flesta terapeuter anser att dom är bättre än genomsnittet! Precis samma resultat får man om man frågar bilförare, dom flesta anser sig bättre än genomsnittet. Det är alltså en klar tendens till att dom flesta av oss överskattar oss själv och det är bra, menar Tilden. Tro på dig själv! Nackdelen är att vi har svårt att lägga märke till dom klienterna som inte får så bra hjälp.

## Prediktorer

Avslutningsvis delar Tilden med sig av forskning som visar prediktorer för bra utfall i terapi.

- Tidiga tecken till önskad förändring
- Positivt formulerade mål
- Tidig etablering av terapeutisk allians

Publiken satt som tända ljus och lyssnade villigt till Tildens framsnackning av forskning och om vi såg lite vimmelkantiga ut mot slutet lugnade han oss med sitt huvudbudskap:

**Terapi fungerar!**

[jon.finnestrand@hotmail.com](mailto:jon.finnestrand@hotmail.com)



**Nidelven stille ...** Foto Jahn-Fredrik Holthe

## Workshop med Rolf Sundet, Høgskolen i Sør-Øst Norge:

### ”Ingen unntak uten en regel: om familiebasert praksis på det psykiske helsevernets grenser”



### Oppsummering og bilder: Jahn-Fredrik Holthe

Når Rolf inviterte til workshop med en tittel som vrir på et kjent ordtak, er det med en viss spenning vi 20 deltakerne benker oss ned i selveste Nils Arne Eggen rommet på Scandic Lerkendal stadion. Eggen ruver bak oss med utslåtte armer over hele veggen, foran oss ruver Rolf på sin litt mer dempede måte, en sportskommentator ville antakeligvis beskrevet det hele som et spennende oppgjør mellom to kjemper på hver sin banehalvdel. Hvem vinner publikums oppmerksomhet, kan vi forvente raske overganger, smarte finter og treffsikre replikker?

Rolf har oss raskt i sin trygge favn når han ønsker oss velkommen og introduserer workshopen. Vi blir møtt av refleksjoner over et langt levd liv, som menneske, sønn, far, bestefar, psykolog, familierapeut og forsker. I det siste også som politisk aktivist, mer om det senere.

Etter å ha jobbet blant annet 15 år i en ambulant familiesesjon i spesialisthelsetjenesten har han nå etablert seg som professor, forsker og forfatter ved Høgskolen i Sør-Øst Norge. Vi får bli med han gjennom deler av hans lange yrkeskarriere hvor han flittig kobler begreper, praksis og refleksjoner sammen mot en forståelse av familien, velferdsstaten og terapeuten som politisk aktør.

Møte med utallige mennesker og familier gjennom yrkeslivet synes å ha formet hans nåværende

tanker og terapeutiske tilnærminger mer enn teoretiske metoder og retninger. Han argumenterer for at det ikke finnes noen absolutt virksomme metoder, det finnes bare metoder som delvis fungerer. Så hvordan skal vi da møte familien, hvordan skal vi forholde oss til standardiserte pasientforløp som nå er normen i spesialisthelsetjenesten og blir stadig mer fremtredende også i barnevernet og familievernet? Dette er tema Rolf er opptatt av, forsker på og skriver om sammen med andre kollegaer. Med utgangspunkt i helsearbeideren og velferdsstaten prøver han og forstå hvorfor og hvordan terapeuten hverdag er i stor forandring. Selv er han et barn av velferdsstaten, han leker litt med begrepet *velferd* og *ferdes vel*. Vår ferd fra vugge til grav skjer vel, hvor det finnes felles prinsipper for å sikre borgerne i alle situasjoner.

Staten har alltid vært en beskytter som vil våre barn og oss vel, men hva skjer når staten begynner å selektere blant oss? Det skal i prinsippet ikke skje, men han synes å se en holdning hos ledere i spesialisthelsetjenesten hvor et likeverdig tilbud synes å være ensbetydende med at alle skal tilbys det samme, «one size fits all». Han man da skjønne forskjellen på ordene forskjell og ulikhet? Spør Rolf. Rettferdighet innebærer for-skjellighet ut fra behov, politisk viser han til venstre-siden som vil utrydde forskjellene mens høyresiden sier at vi skal akseptere forskjeller. Hva er forskjeller og hvordan forholder vi oss til forskjellene? Hva er virksomt for hvem?

**Da Rolf jobbet i den ambulante familieeksjonen** fikk han anledning til å skrive en doktorgrad hvor han forsket på hva som kjennetegnet god behandling i familieteamet han jobbet i, hvordan de kunne bruke KOR-skjema til evaluering og hvordan de kunne evaluere bruken av KOR. Grunnideen til deres familieteam var å følge familien, godt inspirert av Harlene Anderson og Harry Goolishian. Gjennom å følge familien oppdaget de at det faktisk var til hjelp når de avpasset metoden til familien, hadde tro på familiens historie om viktige hendelser, krenkelser og andre tema de brakte med seg til teamet. Mistankens hermeneutikk, som tilsier at det ligger noe under hele tiden, har liten plass i dette samarbeidet. Det er viktigere å følge og respondere på det som berører familien. De følelsesmessige temaene som en opplever som terapeut i samarbeid med familiene er sannsynligvis noe som lever i familien, hvor deler av terapeutens oppgave blir å fokusere på å få til turtaking og at familiemedlemmene er villige til å snakke om dette. Videre kommer forhandlinger om mål og metode; hva er målet med å komme hit, og vil det komme nye tema når en har nådd målet? Han oppfordrer oss til å bruke forskjellene i familien og hos terapeutene til å skape nye ideer og utforsk disse som mulige retninger.

**Rolf er tydelig på at** det å være en god terapeut ikke nødvendigvis innebærer å kjenne teorier som gjør at en forstår den andre mer enn den andre forstår seg selv. Vi må forstå noe *sammen* i stedet for å forstå personene. Verden er fylt med teorier og verden kan forstås forskjellig ut fra ulike teorier, dog fanges vi fort hvis vi velger *en* teori som forståelsesramme.

Familiebasert praksis kan forstås med utgangspunkt i at våre liv preges og er sammensatt av en rekke erfaringer, som vi så bringer med oss videre gjennom å flette sammen handlingslinjer til en vev av samhandlinger mellom familien og terapeutene, som igjen beveger seg i en retning som gjør at familien opplever å ha det bra sammen.

Videre er Rolf opptatt av at vi må ta stiling til hva vi skal oppnå i terapi. Hvordan bevege oss videre hvor vi opplever å ha det bedre enn akkurat nå, betyr ikke at det er noe galt med det levde livet jeg har, men at vi kan komme til et sted hvor vi må reflektere over hvordan vi skal komme oss videre. Det er viktig å fokusere på å nyansere nyansene fremfor å tenke patologi og sykdom. Vi formes av våre opplevelser, og hvordan kan vi forvalte vårt levde liv og forholde oss til dette over tid. Når vi opplever å sitte fast sammen med familien er du nærmest det problemet familien strever med, og når vi smaker på det den andre har problemer med begynner vi å få empati. Skap struktur sammen med familien, skap mål og mening og reformuler temaer slik at vi kan se på dem på andre måter. Bruk av KOR skjema ble viktig som et samtaleredskap fremfor et måle-verktøy for teamet, de gir ikke svar men heller åpning for spørsmål; det kan benyttes til å endre samtalene og hjelpe oss til å følge tilbakemeldingene fra familien.

**Familieteamet var Rolf og kollegaene sin måte å bidra til velferd** for de familiene som ikke hadde fått virksom hjelp noen andre steder. Spesialisthelsetjenesten er organisert gjennom høy grad av kontroll, dokumentasjon og overvåkning. Journal-systemer styrer oss på hva vi skal dokumentere og hvordan, der utredning, diagnostikk og behandling er førende. Den bio-psyko-medisinske dominansen bekymrer Rolf. New public management er måten å organisere tjenestene på, dette kobles opp mot den medisinske modellen hvor en er avhengig av utredning og diagnostikk. Videre er bruken av randomisert kontrolldesign, altså et eksperiment hvor en sammenligner hva som er hjelpsomt på et utvalgt gruppenivå. Når en viser til at noe er evidensbasert, viser en også til at det er noen som ikke får hjelp, dog er fokuset på de som får hjelp, ikke de som ikke får hjelp. De metodene som nå anbefales i pakkeforløp i psykisk helsevern er dermed metoder som virker delvis, vi ekskluderer de som ikke får hjelp av disse metodene.

Randomiserte design skal peke ut markedsvinnerne, det frie marked blir dermed omformet til en spesiell frihet hvor det bare er de som er funnet verdi (de som er funnet virksomme) som får hjelp. Rolf er dermed av den oppfatning at spesialisthelsetjenesten er i ferd med å bli en spesiell tjeneste, der vi får en ny form for spesialister med spesifikt fokus på diagnosegrupper og spesifikk metode.

Problemet er at den kunnskapen som blir solgt til oss er basert på gruppenivå, vi vet ikke noe om enkeltpersoner og hva som skjer med de som ikke får hjelp av disse metodene. Han aner en kultur i psykisk helsevern hvor vi forklarer bedring med metoden og mangel på bedring med pasienten.

**Det er her den politiske aktivisten Rolf trer tydeligere frem.** Politikk handler om fordeling av ressurser, dette har nå tatt bolig i terapirommet hvor det er klare føringer på hva som skal gis og hvordan det skal gis til pasientene. Passer det ikke med malen, så skal pasienten ut. Der vi som terapeuter inviteres inn i politiske handlinger, må også den enkelte av oss ta politisk stilling. Skal vi målrettet følge statens visjon om universalisme og de føringer de legger for å oppnå dette, må vi bryte med dette og tar dermed også en politisk stilling til pasientbehandlingen. For Rolf handler det om klientlojalitet fremfor lederlojalitet. De personene og familiene som faller mellom to stoler og/eller er såkalte svingdørspasienter krever brudd på føringer og retningslinjer hvis vi skal være i stand til å hjelpe. Vi må tørre å være partipolitisk uavhengige statlig lønnede politiske aktivister i folks hverdagsliv. Vi må trenes til å ta politisk stilling til våre pasienter og deres behov, samt å jobbe for å tilpasse behandlingen til hva folk trenger, ikke hvilke føringer vi må forholde oss til. Dette er prinsipper han har med seg som foreleser til fremtidige helsearbeidere.

Som terapeuter må vi ta stilling til og forholde oss til unntak, regler og brudd. Og det er her vi henter inn workshopens tittel igjen. Unntaket er et avvik fra det som gjelder, *ingen regel uten unntak* er en avviksproduserende regel. *Ingen unntak uten en regel* kan vi tenke at unntaket er et vitnesbyrd om en regel som ikke holder mål. Reglene må dermed brytes for at vi skal kunne være til hjelp.

Rolf understreker også viktigheten av å huske at en teori er nettopp bare en teori. Ideen om og praksisen med å frigjøre noen er i bunn og grunn å slavebinde dem i en relasjon til deg selv som ekspert på å frigjøre andre, hvilket fort kan bli et paradoks i

psykoedukasjon hvis vi sier at du vil bare være en god forelder hvis du kontinuerlig blir opplært av slike som meg. Det er viktig å tenke årsaker, der er faktiske hendelser som virker sammen med andre årsaker og de har en kraft til å endre, men det er ikke slik at har du en årsak så har du også en effekt. Et typisk eksempel her kan være traumer. Det at du er utsatt for traumatiske hendelser betyr ikke at du automatisk får PTSD, traumer må forstås kontekstuell. Jobber vi med familier som faller utenfor må vi være forberedt på å bryte forordninger og finne måter og gjøre det på. Vi må tørre å ta stilling, vi må tåle å ta feil og vi må ha evnen til å korrigere oss når vi har tatt feil.

**Oppsummerende** kommer Rolf med oppfordring om å ikke gi opp. Vi har litt å lære av eksempelvis kreftomsorgen hvor de aldri gir opp å behandle, de leter hele tiden etter noe å sette inn i behandlingen. I psykisk helsevern, barnevern og familievern ser vi store tendenser til det motsatte; når det blir vanskelig tilskriver vi dette klienten og så gir vi oss. Samtidig skal vi også huske at det faktisk er en del som får hjelp fra metodepakkene og pakkeforløpene, men vi må tenke annerledes for den gruppen som faller gjennom og mellom disse pakkene. Det vi ser nå er ikke den enkelte pasients helsevesen, det er gjennomsnittspasientens helsevesen - gjennom alle standardiseringene.

Rolf henter frem en gammel kjenning for oss familierapeuter med Michael White sitt begrep «stillings-taking»; vi må ta politisk stilling til hva vi tror på og hva vi ser fungerer for familiene. Når han tenker tilbake på tiden i eget familieteam hadde de tanken om at hvis de som team var gjennomsnittlig bra med forskjellige familier så hjalp de også alle.

**Vi trenger ikke være verdensmestre** og verdens beste terapeuter. Terapi må være et kollektivt anliggende, i team, senter og avdelinger, og ikke i en form for privatpraksis hvor alle skal være verdens beste. Med disse ordene fra idrettsverden avsluttet Rolf sin workshop. Rett i forkant av dette fortalte han også om sin motvilje til å benytte idrettsmetaforer i terapi og samarbeid med familier, fordi det i idrettens verden bare er en vinner, resten er tapere. Ergo tenker han at det er lite å hente av metaforer fra idretten når en samarbeider med familiene.

Dermed kjennes det også litt flaut at jeg åpnet denne personlige rapporten med referanser til fotballens verden, jeg vet ikke om det holder å vise til

Lerkendal stadion som kontekstuell ramme og skyldte på at det «bare ble sånn», eller at «vi var på hjemmebane og tilpasser oss stedets kulturelle språk og uttrykk». Så du får ha meg unnskyldt Rolf, når jeg i tillegg til en slik innledning også er frekk eller tankeløs nok til å avslutte det hele med sportslige metaforer, du skal vite at det er gjort i beste mening om ikke annet. For det ble ingen jevn kamp om oppmerksomheten i selveste Nils Arne Eggen rommet, det ble en soleklar borteseier til Rolf over Nils Arne. Sjelden har det vært bedre oppsett, gjennomføring og samspill på Lerkendal enn i denne fornøyelige halvannen timen vi fikk sammen

med Rolf Sundet. Intet behov for pauser, alle pasninger og finter satt som de skulle, vi så de små detaljene og de lange linjene. Ingen røde kort, buing fra tribunene eller stygt spill, her var det bare å la seg henføre av en erfaren kapteins evne til å samle laget, motivere og engasjere oss alle i samme retning. Det blir god stemning og lagånd av slikt. Vi kom inn i rommet som deltakere, vi forlot det som aktivister under samme fane; **«ta stilling, gjør unntak, skap nyanser og brudd!»**

[jahn.fredrik.holthe@gmail.com](mailto:jahn.fredrik.holthe@gmail.com)



## Workshop med Rune Zahl-Olsen:

### **«Ender halvparten av alle ekteskap i skilsmisse? Skilsmisser i Norge fra 1886 til 2013 for periode og årskull»**

**Oppsummert av Karin Hoemsnes,**

Pedagog og familierapeut ved Barne- og familietjenesten i Trondheim.

I COOP loungen med utsikt til et snødekt Lerkendal stadion er det et lite antall personer som har ønsket å få mer innblikk i tematikken som berører mange familier, familierapifeltet og vårt samfunn; skilsmisser.

Rune Zahl-Olsen introduserer seg selv som forsker innen par- og familierapi. Når det gjelder tematikken rundt skilsmisser presenterer Rune denne forskningen som en hobby. Bakgrunnen for hans interesse når det gjelder tema skilsmisser, er at han selv opplevde at hans foreldre skilte seg.

Rune presenterer data fra over 2.7 millioner norske ekteskap, med fokus på å undersøke utviklingstrender fra 1880 tallet og frem til 2013, når det gjelder inngåelse av ekteskap og skilsmisser. Denne forskningen er fortsatt pågående, og det er flere aktuelle artikler om tematikken som er på vei til å bli gitt ut, samt det er flere planlagte artikler i ulike tidsskrifter. Funnene i forskningen blir drøftet ut i fra lovendringer, øking av samboerskap, mediefokus og tidligere forskning. For de som ønsker mer inngående kunnskap om denne forskningen, finner du artikkelen i Fokus på familien nr.1-2018.



**Skilsmisser har store konsekvenser** både individuelt og for vårt samfunn. Ca. 30.000 barn opplever samlivsbrudd, i Norge hvert år, noe som utgjør 82 barn hver dag. Selv om fokuset akkurat i denne forskningen ikke er på barnet i skilsmissen, oppfattes det at Rune har mange tanker rundt dette, som bl.a. understrekes ved at han henviser til boken «Barnet i skilsmissen» av Kirsti Ramfjord Haaland. Når det gjelder årsaker til skilsmisser, hva er så disse? Selv om svaret på dette er komplekst pekes det på gjennom forskningen at medias omtale om skilsmisser kan være en bidragende aktør. Aftenposten var den første avisen som skrev om tematikken allerede i 1901, Selv om det da ble beskrevet noe mere moderat enn hva vi kan lese i vår tid. Dagbladet hadde i 2013 følgende overskrift «Skill deg i tide -». Denne overskriften er ikke enestående, da vi stadig vekk får gode råd og tips fra media, til hvordan man skal skille seg og også hvordan man kan unngå det. Andre årsaker til skilsmisse kan være en smitteeffekt for eksempel innenfor en vennekrets, «Hvis andre skiller seg, så kan jeg det også»

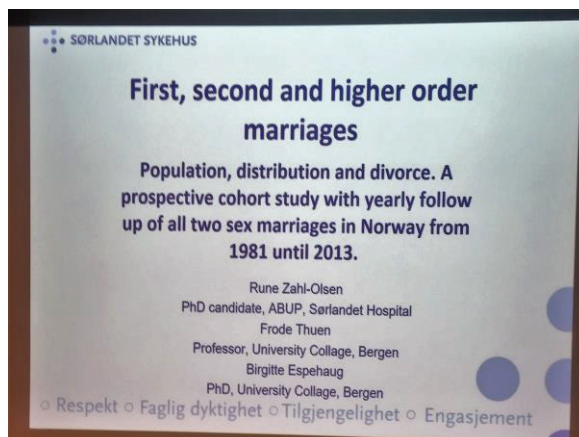
**Studien har sett på de ulike lovendringene** som har kommet til gjennom studies lange periode. Eksempelvis ble det i 1909 lov til å skille seg. Endringer, som i flg. studien, ikke ser ut til å ha hatt noen innvirkning på skilsmissetall. Det som kommer frem er at en økonomisk stabilitet er viktig for å kunne skille seg.

Er det slik at 50 % av alle ekteskap skiller seg, slik spesielt media er gode på å fremstille det? Nei er svaret på dette. Tallet på antall skilsmisser er faktisk lavere, men måten media regner på, er feil, hevder Rune. De deler antall skilte med antall gifte samme år, noe som ikke er de samme personene, og det kan slå meget feil ut. Ikke minst om man sammenligner slike tall fra en kommune, Da hjelper det kanskje ikke å flytte til en annen kommune, hvis «alle» skiller seg der du bor.

#### Avsluttende kommentarer:

I pausen fortsetter de gode diskusjonene med kaffekoppen i hånden. Det er godt å kjenne på det store engasjementet selv om gruppen er liten.

Del to av workshopen blir ikke gjengitt da denne forskningen er pågående.



Tilhørerne dras med i Rune sitt engasjement rundt tema, og workshopen kommer til ordets rette forstand, da det flere ganger er livlige diskusjoner blant deltakerne. Dialogen mellom alle i rommet oppleves å være positiv og Rune inviterer til deltagelse og ønsker innspill til videre arbeid med tema.

Kanskje var det en menig i at denne workshopen ble holdt i COOP loungen? Navnet Coop i en enkel forklaring betyr «samarbeide», og selv om antall deltakere var få, kunne det til tider virke som det var mange flere.

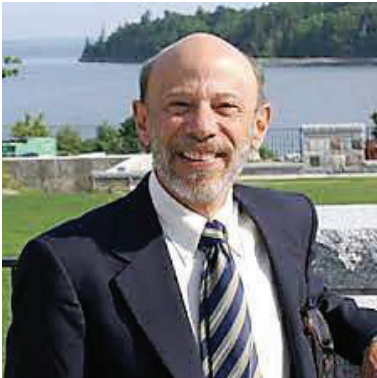
Engasjementet var stort og det var gode dialoger gjennom hele workshopen.

Hvis flere ønsker å følge med på Runes forskning anbefales det å ta en titt på sidene: Par og familie (parogfamilie.no) eller zahl-olsen.com. Der vil det om kort tid bli lagt ut en skilsmissekalkulator hvor man kan kontrollere fakta selv. I tillegg finnes det oppdatert informasjon om forskningen og nyttig info om det som omhandler par og familier.

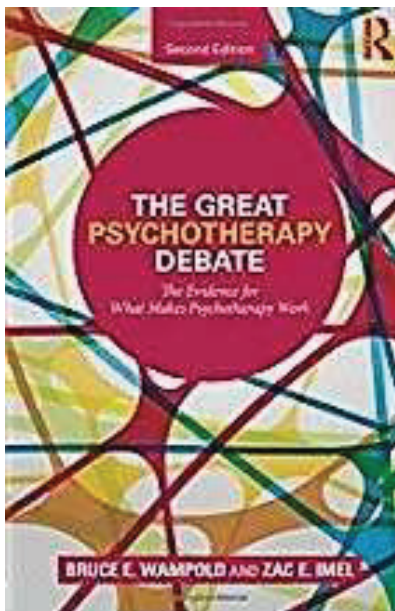
[karinhoe@gmail.com](mailto:karinhoe@gmail.com)



«Et relasjonelt og  
familieterapeutisk fokus på hva  
som virker i terapi»



**Bruce Wampold** er professor i rådgivnings-psykologi ved Universitetet i Wisconsin, USA og direktør for forskningsinstituttet ved Modum Bads psykiatriske senter. Wampold har de senere årene forsket på hva som virker innen psykoterapi, med utgangspunkt i empiriske, historiske og antropologiske perspektiver. Den mest kjente utgivelsen hans i den anledning er *The Great Psychotherapy Debate* (2001; 2015). Wampold har som et resultat av dette utviklet en kontekstuell modell for psykoterapi.



«Relationship, relationship,  
relationship» ...

## Plenumsforelesning med Bruce Wampold: What Makes Psychotherapy Work? ved Lennart Lorås

Bruce Wampold beskrives av mange som verdens fremste forsker på psykoterapi. Styret i Norsk Forening for Familieterapi (NFFT) var derfor både stolte og beæret over at Wampold takket ja til å være plenums-foreleser på Årskonferansen med sitt foredrag: «What makes psychotherapy work». For alle som arbeider i en eller annen form som terapeuter burde dette være et særdeles relevant tema.

### Psykoterapi virker!

For den som av en eller annen grunn skulle være i tvil: Ja, psykoterapi fungerer. Psykoterapi fungerer også svært bra, sammenlignet med ingen behandling eller andre kontrollgrupper. Dette er bevisst gjennom en mengde randomiserte kliniske studier (RCT) og praksis. For eksempel fungerer psykoterapi like bra som medisinsk angst- og depresjonsbehandling. Samtidig gir psyko-terapi godt resultat også ved gjentatte behandlinger, i motsetning til medikamentell behandling. Psykoterapi fungerer til og med langt bedre enn en mengde somatiske operasjoner og medisiner, som f.eks. «by-pass» (1 av 8 pasienter oppnår ønsket effekt), influensavaksine (1 av 12 oppnår ønsket resultat), astma medisin (1 av 13 oppnår ønsket effekt) og lignende. Samtidig har psykoterapi færre bi-effekter - som nedsatt seksuallyst, søvnvansker, vektproblematikk osv.

Til sist; psykoterapi har også lengre varighet. Så for å ha det helt klart: psykoterapi virker! Det er imidlertid mindre kjent hva det er som gjør psykoterapi så effektivt. Med disse ord innledet Wampold sitt foredrag.

### Relasjonens betydning

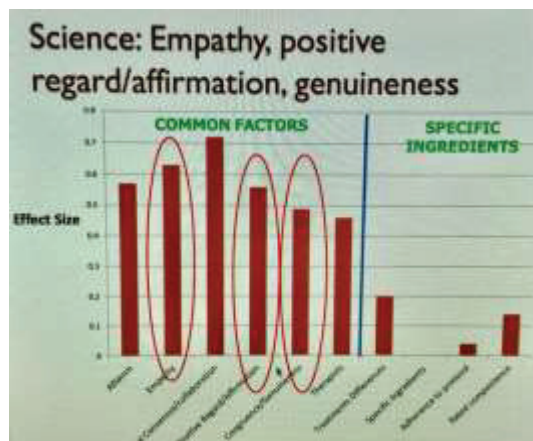
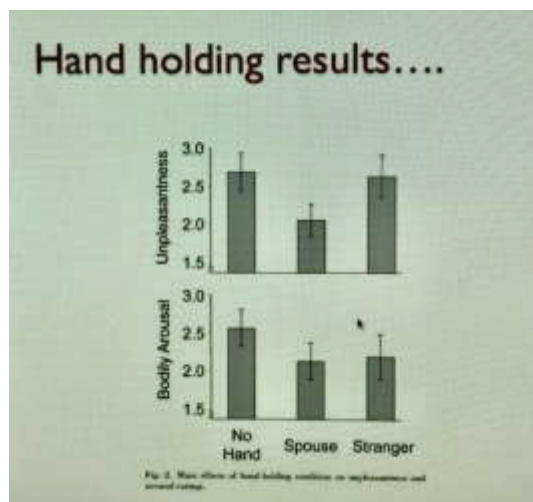
Ca. 1 av 3 blir pr. dags dato bedre av psykoterapeutisk behandling. Selv om tallet kan høres lavt ut er det som tidligere nevnt svært bra sammenlignet med andre behandlingsformer. Men, hva er det som gjør at psykoterapi virker? Wampolds svar på dette er: «relationship, relationship, relationship».

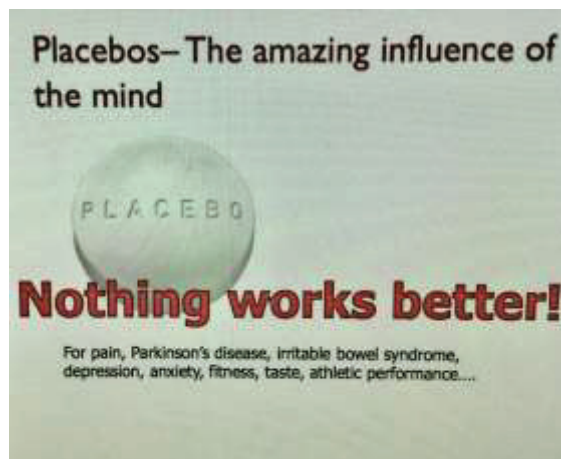
Wampold viser i den anledning til et eksempel for å illustrere relasjonenes betydning. Eksemplet tar utgangspunkt i en krigsveteran som kommer til terapeuten for å få behandling mot sine traumeopplevelser:

«Terapeuten som er opptatt av forskning og aller helst såkalt «gullstandard studier» (RCT) har lest seg opp på denne type problematikk og foreslår eksponeringsterapi. Krigsveteranen sier etter å ha tenkt seg om: «Nei, jeg vil ikke ha en slik behandling». Terapeuten som da ble overrasket prøver å overtale han med argumenter om at forskning viser at dette er det mest virksomme osv. Klienten står fortsatt på sitt. Terapeuten sier da at han må tenke litt over dette og de avtaler et nytt møte. Terapeuten går tilbake til sin veileder og blir rådet til å være mer innstendig og mer overtalende. Når veteranen kommer tilbake har han valgt å ta med seg sin kone. Terapeuten ble overrasket over dette da det ikke var noen mistanke om noe parproblematikk, men hilser på konen, før han igjen forsøker å overbevise klienten om eksponeringsterapien. Klienten sier nok en gang nei. Men, samtidig som han sier nei legger mannens kone sin hånd på hans. Helt rolig og helt forsiktig. Etter noen sekunder sier mannen: ok, la oss prøve det likevel».

Terapeutens opplevelser (fra overnevnte historie) dannet utgangspunkt for et større forskningsprosjekt om relasjonens betydning. I prosjektet målte forskerne kroppslige relasjoner hos pasienter som gjennomgikk «CT-skanning». Den ene gruppen var alene under prosessen, den andre gruppen ble holdt i hånden av en av forskningsmedarbeiderne mens den tredje gruppen ble holdt i hånden av sin ektefelle/samboer. Resultatene viste at det å holde hånden til en ektefelle var betydelig mer dempende på vedkommendes uro/stressreaksjoner. Resultatene viste også at de som undergikk «skanningen» og beskrev sitt ekteskap som godt viste langt mindre uro og stress enn de med et mindre godt ekteskap. Kort fortalt; jo bedre relasjonen var desto mindre uro og stress viste vedkommende som undergikk undersøkelsen.

Relasjonenes betydning er altså stor. Forskning har også vist at ensomhet og manglende støtte fra noen som vil deg vel er risikofaktorer for død. Relasjoner er derfor essensielt og danner grunnlaget for alt virksomt psykotераapeutisk arbeid. I et godt relasjonelt forhold skal derfor klienten føle seg trygg og ivaretatt av noen som ønsker en vel, uansett hvor vanskelig og potensielt skamfullt temaet det skal snakkes om er. Psykoterapi tilbyr derfor et fortrolig ikke-dømmende forhold mellom klient og terapeut. Et fortrolig forhold som ved sine jevnlig møter også vil være «dempende» og hjelpsomt mot potensiell ensomhet og sosial isolasjon. Wampolds beskrivelser om relasjonenes betydning handler i stor grad om å føle seg trygg. Et sitat som kom til meg i den anledning er den avdøde systemiske terapeuten David Campbells ord: «you only listen when you are in a safe situation».

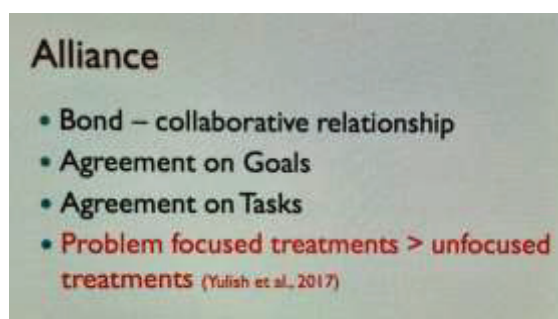




## Forventninger og placebo effekten

Wampold hadde stort fokus på den terapeutiske alliansen i sitt foredrag. Imidlertid er det ikke nok at terapeuten er empatisk, varm og støttende. De forventninger klienten har til behandlingen er også svært viktig. Det er derfor avgjørende at terapeuten på en eller annen måte klarer å «bygge opp» klientens forventninger. Det også viktig at terapeuten gir en troverdig og rasjonell forklaring for arbeidet som skal gjøres slik at både den beskrevne behandlingen og terapeuten virker troverdig. I den anledning viser Wampold til en mengde studier, deriblant en stor depresjonsstudie som sammenlignet kognitiv depresjonsbehandling med ingen behandling og behandling som utelukkende hadde fokus på relasjonen (manglende agenda, ikke evaluering av timen og lignende).

Resultatet viste at den kognitive depresjonsbehandlingen var marginalt bedre enn relasjonsbehandlingen. Forskjellen var faktisk så liten at funnet ikke engang var statistisk signifikant. Forskjellen mellom ingen behandling og kognitiv eller relasjonsbehandling var imidlertid betydelig. Klientenes forventning til behandlingen synes derfor å være avgjørende. Faktisk har forskning på medikamentell depresjonsbehandling vist at 99% av effekten skyldes placebo. Kun for de aller dårligste depresjonspasienter viser medisin seg å ha effekt i det hele tatt. Wampold nevnte i den anledning at til og med Kamillete har en påvist effekt på angst. Imidlertid viser den samme forskningen at desto større forventninger «mottakeren» har til Kamillete som behandling, desto bedre viste den seg å virke.



## Terapi-spesifikke faktorer

Selv om mye av effekten av terapeutisk behandling kan tilskrives den terapeutiske alliansen er det rom for forbedringer. Den stadig misforståtte dikotomien om at relasjonen er det eneste betydningsfulle elementet i terapi er feil. Det er ikke nok at terapeuten er empatisk, varm og støttende for å tilby en optimal behandling. Den terapeutiske alliansen handler om langt mer. For eksempel enighet om mål for behandlingen, enighet om hvordan man skal arbeide sammen for å oppnå målene (noe som nødvendiggjør spesifikke faktorer), enighet om eventuelle oppgaver som skal utføres og at behandlingen er kulturelt tilpasset klientens kontekst. I tillegg har forskning vist at problem-fokusert terapi er mer effektivt enn «ikke-problem»-fokuserte tilnærminger. Dette innebærer at terapeuten bør være tydelig på egen kompetanse og ledelse av terapien, herunder er det avgjørende så tidlig som mulig lage en tydelig agenda og plan for behandlingen. Wampold hevder i den anledning at hvordan klienten responderer på behandlingen etter tre terapi-timer ofte gir en indikasjon på hvorvidt behandlingsforløpet vil være vellykket.

## Avsluttende kommentarer

Wampolds foredrag hadde stort fokus på et område som etter undertegneds mening i en årrekke har blitt viet alt for lite oppmerksomhet i familierapimiljøet, nemlig forskning. De aller første terapeuter arbeider også innen lovregulerte kontekster med betydelige krav til kunnskap og evidensbaserte tilnærminger. Større bevissthet mht. hva forskning identifiserer som betydningsfulle elementer for å optimalisere egen og klinikkens praksis bør derfor være av stor interesse. Vår egen magesfølelse som markør for å vurdere terapeutiske behandlings utfall bør kanskje derfor tas opp til ny vurdering.

[Lennart.lorås@nfft.no](mailto:Lennart.lorås@nfft.no)



## Fra paneldebatten siste dag

- Et utdrag ved Jarle Svoldal



Det faglige programmet ble avsluttet fredagen med paneldebatt. Halvor de Flon ønsket velkommen til en diskusjon om det som var tema under konferansen: «Hva er virksomt i terapi?». To brukere av familievernkontoret i Sør Trøndelag, Richard og Beate, de tre foredragsholderne, samt Randi Bagge inntok podiet.

**Halvor starter med å intervju Richard og Beate om deres erfaringer** i det å ha vært i en prosess ved familievernkontoret med henholdsvis ex-partner og partner. Hvilke forventninger hadde de på forhånd, ville Halvor vite. Richard gir uttrykk for at forventningene var ganske lave hos ham. Han forteller om sin aggresjonsproblematikk, som var noe av utgangspunktet for at han kom til familievernkontoret etter foreldretvist og dom i tingretten. Han tenker at det var bra at det ble lagt føringer av dommeren om å søke hjelp hos familievernet. Richard beskriver hvordan hans innstilling endret seg når han først kom dit og opplevde progresjon når prosessen var i gang.

Beate forteller om en ekteskapelig krise som utgangspunktet for kontakten med familievernkontoret. Forventningene var at terapeuten skulle fikse den krisen eller problemet. «Men dette endret seg underveis da jeg forsto at jeg måtte bidra selv».

På spørsmål om de hadde noen forventninger om hvordan bli møtt av terapeutene gir Richard uttrykk for at det hadde stor betydning at det var en mann og en kvinne. Både at de var to og en av hvert kjønn. Forventningene på forhånd gikk i retning av at det ville være en kvinnelig terapeut som selv hadde barn og som trolig ville støtte mor i samtaler.

Beate sier at hun forventet at den kvinnelige terapeuten skulle ta hennes parti. «Og hun (terapeuten) skulle få han til å forstå hva han måtte gjøre.» Det at de fikk snakket på omgang og hørt på hverandre gjorde at hun ble bedre kjent med sin mann og det gav en god følelse.

Richard synes det er fint at terapeutene har en mening selv også. «At de kommer med ideer om hvordan vi kan håndtere ulike situasjoner og er direkte»

Beate gir uttrykk for at de var så på søken etter hjelp og refererer til det Rolf Sundet kalte for «ja-metoden». De var mottakelig for den hjelpen de ble tilbudt, uansett.

«Tenker dere på noen spesielle øyeblikk som står frem som betydningsfulle eller virksomme?», spør Halvor. Beate forteller om da de skulle skrive opp ti hendelser som var viktige for dem. Hun ble så overrasket over hva som fremkom som viktig for partneren.

Richard husker at terapeutene tegnet opp to hus for å visualisere at sønnen hadde to hjem. Dette gav ham blant annet en forståelse av at han ikke kunne mene så mye om hvordan det skulle være i hjemmet til mor. Tegningene ble utgangspunkt for å få snakket mye om viktige temaer.

### **Halvor refererer til terapeutens væremåte som et tema som har vært oppe i plenumsforedragene.**

Går det an å si noe om det, spør han. Richard opplevde to terapeuter som viste stor forståelse og som reflekterte rundt sine egne liv og erfaringer. De fremsto som ganske vanlige folk. «De forklarte ikke hvordan ting skulle være. De pekte på noen muligheter uten at dette var fasiten».

Om strenghet mener Richard at terapeutene kunne vært strengere. Beate på sin side sier at terapeuten hadde en respektfull måte å være på. «Selv om vi kom med det temaet vi gjorde, så ble vi begge behandla med respekt, de dømte oss ikke og de fikk oss inn på et spor, hvordan vi kunne jobbe videre ut i fra den krisen vi sto i». Beate mener at terapeuten var streng med henne. Der og da syns hun at hun kunne vært mildere, men at hun i ettertid skjønner hvorfor terapeuten var streng. «Hun var tydelig. Og det var jeg glad for, sett i ettertid. Det var en modig terapeut», sier Beate.

Halvor ber de to velge et ord fra den kontakten de har hatt med terapeutene. Beate trekker frem et «håp» som hun hadde med seg ut av terapirommet etter første time. «Det vil bli bedre uansett» tenkte hun og «håpet» var noe hun klamret seg til før neste time. Når terapeuten foreslo den metoden hun gjorde så fikk hun et håp om å bli bedre kjent med sin partner. Hun forteller hvor spent hun var på å høre partnerens synspunkter og bli bedre kjent og at de fikk et annet grunnlag til å gå videre. Det at partneren sa ja til å komme til en ny time gav også håp.

Richard var ikke der at han egentlig hadde noe håp. «Endring» var det største ordet for han. Han forteller om prosessen og etter hvert hvordan han og hans ekspartner kunne diskutere, være uenige og «legge ballen død» i samtalene og etterpå gå ut og ta en kaffe sammen og snakke om helt andre ting.

Richard forteller at terapeutene var tydelige på at de var der for barnet sin del. «At det ikke handler om at vi som foreldre skulle bli gode venner igjen». Fokuset var på hva som er best for sønnen. Richard synes terapeutene var flinke til å hente dem inn igjen når de begynte å trigge hverandre i timene. Han satte også pris på at det ikke bare var noen få timer de fikk tilbud om. De hadde ikke tidspresset med å få løst opp i alle utfordringene. Han trekker også frem det gode i det å ha terapeuter som etter hvert ble godt kjent med dem. Beate uttrykker også takknemlighet for å få den tiden de trenger.

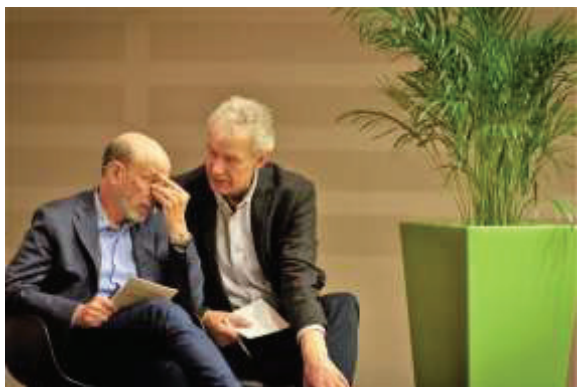
### **I fortsettelsen kommenterer de andre paneldeltagerne på det de har hørt fra Richard og Beate.**

Ingrid Handberg Opland fra familievernkontoret i Trondheim, som har vært terapeut for både Richard og Beate, gir uttrykk for at det er sterkt å sitte og høre dem beskrive hvordan hun selv har vært som terapeut. «Dette er noe som bidrar til å sette fokus på hva som er hjelpsomt for brukerne våre». Opland forteller om Richard og hans ex-partner som hadde fått en dom i tingretten og det å snakke med dem om hvordan de skulle sette dommen ut i praksis. Om husene som Richard kommenterte sier hun noe om det hjelpsomme i eksternalisering, det å få litt avstand til problemet man står i og hvordan løsningene finnes der ute.

Anette Due Madsen merket seg at Richard og Beate hadde glede av at terapeutene delte noen erfaringer. «I gamle dager var det veldig viktig å være nøytral og ikke spille seg selv inn på banen, for da kunne man gå i en annen grøft og snakke alt for mye om seg selv». Eksempler eller gode råd fra en helt vanlig verden kunne hun høre at Richard og Beate har respondert på. Annette reflekterer også over det som ble sagt om «håp». Hun kom i tanker om da hun første gangen kom til instituttet hun var tilknyttet hvor det hang en svær plakert i foajeen der det sto: «Oppgi håpet og få det bedre». I årene som gikk erfarte hun mange ganger hvor viktig denne setningen var. Svært mange håper på noe som er

urealistisk. Både i parrelasjonen eller i relasjon til egne foreldre. De kan gå et helt liv og håpe på noe de ikke får. Eller man kan håpe på å være gode venner når man går fra hverandre. Håpet er viktig men det er også veldig viktig å hjelpe mennesker til å oppgi håp som er urealistiske. Det kan være andre håp som viser seg å være mer realistiske og oppnåelige.

Randi Bagge bemerker at man innenfor en sånn trang kontekst i det å ha fått en dom skal få til en type samtale som åpner for nye muligheter og se ressursene. Hun hører hvordan terapeutene har beveget seg mellom det å snakke om følelser, reflektere sammen og være løsningsorientert. «Det har skjedd en bevegelse mellom disse tre domenene i løpet av hele denne prosessen». «Terapeuten har vist en nysgjerrighet og det å ikke forstå for fort det som dere skulle bringe til torgs».



Terje Tilden oversetter for Bruce Wampold

Bruce Wampold påpeker hvordan vi lett glemmer klienters bidrag til endringer som skjer i terapi. «Dere kom til terapi, begge litt skeptiske. Dere visste ikke hvordan dette skulle bli, hva dere skulle gjøre. Likevel var dere åpne og villige til å gjøre nye ting». Ofte gir vi ikke nok kredit til klientene og bidragene som får terapi til å virke, sier han.

Wampold sier også at terapeuter lett kan glemme, etter time etter time med samtaler, at klienter kan lure på hva de skal gjøre i terapi, hva det er som skal skje. «Vi glemmer å

orientere om hva som skal foregå». «Når forventes det at jeg skal snakke og hva skal jeg snakke om?» Han kommer inn på det som ble sagt om direktehet fra terapeutenes side. «Vi har debatter om hvor direkte det er passende for terapeuter å være». «Det har vært perioder der man ikke skulle være direkte i det hele tatt». «Det dere har lært meg her i dag er at det spørs på situasjonen: hvor du er, om samarbeid, når du spør eller trenger hjelp og ikke vet hva du skal gjøre. Da er det fint å si: vurder dette?» Wampold kaller det «ny læring». Nye måter å tenke på situasjonen, på partneren og lære noe av det. Han sitter med et inntrykk av at Richard og Beate har fått bedre innsikt i sin egen situasjon, hvordan håndtere den, egne bidrag og hvordan gjøre ting annerledes i fremtiden.

Paneldebatten ble avsluttet med spørsmål fra publikum.

[jarle.svardal@gmail.com](mailto:jarle.svardal@gmail.com)

### **DERMED VAR DET SLUTT PÅ NFFTS ÅRSKONFERANSE I TRONDHEIM 2018 og dette var hva vi i Metaforum-redaksjonen har fått inn av refleksjoner og referater.**

**Vi nevner de 3 workshopene vi ikke har fått inn omtale av:**

- *"Når familierapi er pålagt av barnevernet – hvordan skape endring og samarbeid på tvers av personer og instanser ved vold"* – Jens Salamonsen og Anna Margrete Flåm.
- *"No kids in the middle – et gruppetilbud for bedre foreldresamarbeid"*. OBU – Omsorgsstasjonen for barn og unge, Kirkens Bymisjon Trondheim.
- *«Hva er utfordringene i barnelovsmekling»* - Ivar Markussen,

Om noen har stoff fra disse bidragene tar vi det gjerne inn i augustnummeret av bladet. Workshopholderne kan også sende inn selv dersom om de ikke blir presentert på annen måte.  
Takk til alle arrangører, bidragsytere, aktører og skribenter.



# Familieterapi med familien Skywalker

## Et essay av Andreas Breden

**En eldre mann som kaller seg Luke kommer til en avtale.** Han ser litt uflidd ut, og har et innbitt blikk. Det er som om hele rommet blir fylt av en kraft i det han går inn døra. Pennene i koppen på pulten vibrerer, og vannet i glasset lager små ringer. Alt dette stopper i det Luke setter seg i stolen.

Jeg presenterer meg selv, og forteller at vi har cirka en time til rådighet. Min indre dialog undrer seg over om det er dette Rom Harré kaller posisjonering i tid. Jeg spør om hva mannen ønsker å ha snakket om når samtalen er over, og han forteller at han er onkel for en gutt som han er bekymret for og at han ønsker å ha funnet alternativer til løsning etter samtalen.

Nå hadde både Hilary Wongraven og Morten Hammer nikket anerkjennende til åpningsspørsmålet mitt, tenker jeg for meg selv.



[breden.andreas@gmail.com](mailto:breden.andreas@gmail.com)

Luke forteller at nevøen i en periode har hatt kontakt med en eldre mann som har dårlig innflytelse på gutten. Gutten heter egentlig Ben Solo, men har begynt å kalle seg Kylo Ren. Luke vet ikke hvor Ben har tatt navnet fra, men han lurar på om det er knyttet til satanisme eller black metal, siden nevøen har begynt å gå i svarte klær. Ben vil ikke fortelle familien om mannen han har møtt, men kaller han bare Snoke og sier at han er en mann med mye makt og innflytelse.

Luke er en belest mann, og sier at han med makt ikke snakker om Foucaults forståelse av makt, men om makt slik Max Weber og Michael Mann forstod den. Han tror Snoke kanskje er en leder i en stor bedrift eller organisasjon.

Luke sier videre at han ikke har hatt kontakt med søsteren sin på flere år, og vet ikke hvilken kontakt det er mellom nevøen og henne, som er moren til gutten. Ben er over 18 år, og har aldri hatt kontakt med barnevernet etter det Luke kjenner til.

**Jeg kaster en rekke fordommer på bålet,** samtidig som jeg tar meg i å undre meg over om jeg har besøk av en gjest eller kunde, men rister meg ut av den løsningsfokuserende tilnærmingen i et forsøk på å være tilstede i samtalen. For å holde oversikt over relasjonene i samtalen foreslår jeg at vi tegner et genogram sammen, og tanken min flyr tilbake til veiledninger i Hammerfest og Tromsø hvor både Vigdis Eriksen og Petter Næsjø snakket om linjer, firkanter og rundinger. Luke viser motstand mot å tegne genogram, og sier at det ikke er så mye å snakke om, og det aner meg at det er de eldre i familien han ønsker å ekskludere som tema i samtalen. Familielivssyklusteori var ett av begrepene Per Jensen snakket om under utdanningen. Ja-ja, ingen napp der heller, sier jeg stille inni meg.

Luke oppgir likevel navnet Leia på nevøens mor, og sier at faren til nevøen er død. Luke ser trist ut når han sier dette, og han lukker temaet for videre samtale. Vi står dermed igjen med et genogram bestående av en bekymret onkel, hans søster og søsterens gutt. Min indre dialog ber meg stille et spørsmål Tom Andersen ofte stilte om hvem som er mest bekymret for gutten. Luke sier at det nok er han selv som er mest bekymret, men at moren til gutten også er bekymret. Gutten bodde en periode hos Luke, men etter en dramatisk situasjon hvor gutten tolket at onkelen var på tur til å ta livet hans rømte han og ble kjent med Snoke. Dette gjør meg svært nysgjerrig, og jeg danner meg hypotesen om psykose hos gutten, men er klar til å forkaste hypotesen like fort som jeg kan stave Milanoteamet.

Jeg spør om hva som må til for at onkelen ikke skal være bekymret lenger, og han sier at han tror kontakten mellom Ben og Snoke da må ta slutt. - Jeg takker Karl Tømm for oversikten over spørsmål, og undrer meg over om Luke allerede hadde svaret før jeg stilte spørsmålet.

Onkelen har ikke lenger kontakt med nevøen sin, men at han vet om en jente som har et godt øye til nevøen. Luke tror det vil oppleves merkelig om han tar kontakt med denne jenta, som heter Rey, men sier at han har en kompis som heter Chewbacca som også kjenner henne. Han kan kanskje ta kontakt med henne.

Jeg spør om det er flere personer som er bekymret for nevøen, noe Luke bekrefter, og jeg foreslår at disse personene kunne ha møttes i et nettverksmøte. I mitt stille sinn slår tanken meg om det er slik Jaakko Seikkula ser for seg nettverksmøter.

Luke fremstår som en handlingens mann, og kommer raskt opp med to andre kompisar som heter C3PO og R2D2 som også kunne være hjelpsomme å ha med i et slikt møte. Han legger raskt en konkret plan, og snakker om hvordan alt kommer til å bli bedre bare nevøen bryter kontakten med Snoke.

**Samtalen går mot slutten**, og Luke sier at han selv har stått i en lignende situasjon som nevøen, og at han vet hvor vanskelig det kan være å ha problemer med sin egen far. Luke skulle ønske han hadde muligheten til å bli bedre kjent med sin egen far, og han ønsker at Ben skal få muligheten til å ha en trygg voksen person han kan lære gode verdier og holdninger av.

Ordet verdier gir gjenklang, og bildet av den kloke Anette Holmgren som intervjuet meg foran med-studentene mine viser seg som en nydelig video, avbrutt av en energisk Ottar Ness som overtar filmvisningen hvor han forsøker å forklare forskjellen mellom epistemologi og ontologi. Jeg sender en takk til Ottar for å ha revet meg ut av min private filmvisning og tilbake til samtalen med Luke.

Verken Anne Øfsti eller Anne Hedvig Vedeler hadde vært veldig imponerte over mitt forsøk på å være tilstede i samtalen, tenker jeg kjapt. Selv om Luke ikke hadde kontakt med sin egen far i oppveksten, hadde han selv en voksen person å støtte seg til og som han selv ser på som sin egen læremester. Både læremesteren og Ben sin far er døde nå, og Luke mener at han har et stort ansvar for at Ben skal få seg en meningsfull framtid.

Luke blir stille en lang stund, før han takker for hjelpen. Han synes det var godt å få snakket seg gjennom planene, og sier at han vil ta kontakt om han ønsker en ny time. Han reiser seg opp og går beslutsomt mot døra. Pennene begynner å vibrere på nytt, og vannet i glasset lager ringer. Luke snur seg mot meg og sier at faren hans drepte både hans beste venn og hans læremester, før han går ut og lukker døra. Jeg åpner skrivebordsskuffen, tar opp flasken med nødbrennevin og kaster et sarkastisk blick bort på boka Genograms av McGoldrick.



Fra systemisk kafé i Tønsberg høsten 2017

## Dimitrij Kielland Samoilow Intervjuet av Morten Anker.

Ref: Vibeke Lorentzen  
Familieterapeut, Familiehuset Villa Adler, Tønsberg



Bilde fra arkiv

### «Advarer mot god stemning»

Dimitrij Kielland Samoilow er ikke i tvil: Hvis stemningen under terapien blir litt for god, litt for fort, er det fare for at vi glatter over de virkelige problemene.

Den erfarne parterapeuten og psykologspesialisten besøkte i november systemisk kafe på Bydelshuset i Tønsberg. Dimitrij kom fra Tyskland til Norge i 1993. Han er utdannet psykolog fra NTNU og er psykologspesialist med ferdypning i voksenpsykologi og familiepsykologi.

Mest kjent er han kanskje for å praktisere emosjonsfokustert parterapi, EFT. Denne formen for parterapi ble utviklet på 80-tallet av psykologene Susan Johnson og Leslie Greenberg og går i korthet ut på å gjøre parene kjent med mønstrene og følelsene som forsterker konflikter. Det handler om å snakke om de viktige tingene for så å bryte destruktive mønstre.



Bilde 1: Familieterapeut og komité-medlem Geir Auestad åpner kvelden, Morten Anker i midten og Dimitrij til høyre



Bilde 2: Fra forsamlingen

Dimitrij, som selv er sertifisert EFT-terapeut av Susan Johnson, har også skrevet boka «Kunsten å elske». Boka beskriver ni nøkler til det gode samlivet, nøkler som skal hjelpe par å bevare intimiteten og nærheten gjennom mange år. I sin terapi er han opptatt av at stemningen i samtalen ikke må bli så god at de reelle problemene skyves unna. Men lett er det ikke.

- Jeg er nok veldig harmonisøkende, erkjente Dimitrij overfor systemisk kafé-intervjuer Morten Anker. Anker er selv utdannet psykolog fra Universitetet i Oslo, med både doktorgrad, privat

praksis og arbeidsplass ved Familievernkontoret i Vestfold.

- Men jeg vil jo helst ikke være harmonisøkende, da. Det er av de tingene jeg utfordrer meg selv på – at jeg ikke skal gå inn i ting og glatte over. Det er lett å lage en hyggelig stemning litt fort, og det er ikke bestandig så lurt, slo han fast, og serverte like gjerne enda en erkjennelse:

- Jeg har hatt min løsningsfokuserte periode.

- Ja, det blir det jo god stemning av? Kommenterer Morten.

- Det blir veldig god stemning av det. Fort. Det kan føles godt å hoppe over alt ubehaget og hoppe rett på alt det gode og fine. Finne ut hva man skal gjøre, og fikse.

Han forteller at erkjennelsen av at verken tidlig harmoni eller fikse løsninger gir ønsket resultat kom snikende.

- Jeg ble jo av og til veldig irritert på disse parene, da. Når vi hadde snakket om alt det fine og hva de skulle gjøre – og så gjorde de det ikke.

For å illustrere poenget mintes han en av tilbakemeldingene:

- Jeg husker jeg jobbet med et par på en psykiatrisk sengepost. En av sykepleierne på avdelingen møtte paret etterpå og spurte dem: 'Hvordan går det med dere?'

Kona svarte: 'Dimitrij syns det går veldig bra!'

- Men paret syns kanskje ikke det gikk så bra? spør Morten.

- Nei, de var kanskje litt usikre på det. De stolte mer på mine vurderinger enn sine egne.

Jakten på nye metoder endte i Susan Johnsons arbeid og EFT. Det var kanskje ikke kjærlighet ved første blick. Ved andre, derimot.

- Jeg syns jo det høstes fint og logisk ut, og sikkert noe man måtte lære seg, men i starten gjorde jeg det til en suppe. Litt av det og litt av LØFT og litt av andre ting. Sikkert sånn som vi alle gjør. Men så så jeg Sue Johnson i Tromsø, i 2011 eller noe sånt, og det var ganske inspirerende. Jeg begynte på en utdanning, tok et fire dagers grunnkurs, og skjønte da at jeg ikke hadde skjønt noen ting. Det var en interessant oppdagelse.

- Det trigget deg litt at du ikke helt hadde skjønt det?

- Ja. Også fordi vi på sånne grunnkurs får det demonstrert. Terapeuten har et ordentlig par som er villige til å gjøre dette foran publikum, eller mens andre ser på. Og så får man jo sett hvordan det går for seg. Det er veldig, veldig berørende når det skjer – når paret skifter litt kanal mens de sitter og snakker med terapeuten og oppdager noe nytt. Og plutselig kommer de fra all den kranglingen og anklagene til faktisk å

få kontakt igjen og kjenne på hva de betyr for hverandre. Det er utrolig deilig å se på, og man får jo som terapeut lyst til å være med på det. Så da blir man litt forelsket.

- Så da blir man forelsket?

- Ja, da tenkte jeg at dette må jeg lære meg ordentlig. Så har jeg hatt perioder hvor jeg har tenkt at det blir deilig når jeg er ferdig med dette, så kan jeg begynne å gjøre de gamle tingene igjen, men det har jeg aldri klart, da.

- Du ble sugd inn?

- Ja. Det er vanskelig å gjøre noe annet.

- Men du hadde jo et annet spor også – dette med tryggere barndom, i familier hvor det var vold.

- Jeg merket vel at jeg begynte å bli ganske god på det jeg holdt på med og at det var mer krevende å bli veldig god med familier hvor det blir brukt vold. Det er mer rot der. Men det ene utelukker for så vidt ikke det andre, for det er jo de samme konfliktmønstrene som gjerne går igjen. Bare med ulike grenser og med ulike styrker.

Parterapi modellen Dimitrij arbeider etter bringer paret gjennom ulike steg. Han mener det bidrar til å skape system i rotet.

- Det er en parterapi modell som har faser og steg. Ni steg som paret skal gjennom. Du vet med andre ord hva slags prosesser de skal gjennom. I tillegg er det forskning på hva slags type intervensjon som ser ut til å fremme endringsprosessene i de forskjellige fasene av et terapiløp. Det er veldig trygt for en kontroll-freak.

- Du liker den siden av det?

- Ja, da jeg var LØFT-terapeut ble jeg av og til irritert på parene mine. Det var ikke så godt.

- Merket de det?

- Nei, det vet jeg ikke. Men jeg merket det jo. Og EFT er mye mer basert på humanistisk tanke-gods, mye mer basert på empati, på virkelig å forstå folks indre verden og gjøre mening av

den. For meg har det ført til at jeg nå har mye mer varme, mye mer empati og tålmodighet for parene mine. Og det er jo bedre både for dem og for meg å kunne være sammen i ting, og kunne være sammen med dem om å forstå at det kan være vanskelig å endre seg.

- Så EFT hjelper deg også med å være mer tålmodig med dem?

- Ja, jeg føler at jeg har blitt en mer varmere og mer empatisk terapeut.

- Ja, det er jo bra. Det er ganske fint å høre deg si 'Jeg er blitt ganske god i det'. Det er ikke alltid så lett å si, i hvert fall ikke her i Norge. Kan man si det i Tyskland?

- Nei.

- Jeg syns det er fint at man kan si at det er jeg god på og det er jeg dritt på. Og så ser jeg at Sissel Gran, din venn og kollega, sier: 'Dimitrij Kielland Samoilow er en av Norges fremste par-terapeuter'. Og du skal til Sveits for å undervise i 2018, du henger med Susan Johnson, du har par live på Hawaii ... Syns du det er følelsesmessig kleint når jeg sier dette, eller tenker du: 'Ja, faen, det har jeg fått til?'

- Følelsesmessig vil jeg si, for å bruke dine ord: Ja, faen, dette har jeg fått til. Jeg har jobbet veldig mye for å få det til og når man legger ned en stor innsats så skulle det bare mangle at man ikke kan være litt stolt av det.

- Men du har sikkert også gjort mange kjedelige ting for å komme dit – det har ikke bare vært moro alt dette?

- Jeg syns jo terapi er veldig gøy, da – å gå inn i det og forstå hva det er som skjer, hvordan det fungerer, og hva det er som egentlig skaper endring.

- Jo, men jeg tenker for eksempel litt på at problemet med parterapi ikke bare er at parene har problemer, men at de også viser problemene sine i rommet. Det kan jo være ganske slitsomt noen ganger?

- Ja, selvfølgelig. Jeg har kjøpt meg en sånn fitbit som teller hvor lite jeg beveger meg. Den har en pulsmåler og noen ganger har jeg tenkt på om jeg skal sjekke underveis i en parsamtale om pulsen øker på et bestemt sted og om det telles som en treningsøkt. Da har jeg virkelig jobbet.

- Par kan jo krenke hverandre ganske kraftig og noen ganger holder de på så mye at jeg har lurt på om de ser meg i det helle tatt eller om jeg bare skal gå ut. Har du hatt den følelsen noen ganger?

- Den følelsen har jeg hatt, par som plutselig er så fanget i sin egen konflikt at de ignorerer meg. Det har hendt at jeg har flyttet stolen nærmere og nærmere dem og til slutt satt meg mellom dem, og litt sånn: 'Hallo!'

- Jeg opplever at du har et ganske mildt vesen, så hvordan får du en glipe inn når de egentlig ikke vil høre på deg?

- Hvis man klarer å gripe inn tidlig nok, så virker mildhet beroligende på dem.

- Men, når du er forbi 'tidlig nok'?

- Det kommer jo an på. Noen ganger har jo toget gått, da.

- Har du også noen ikke-milde gir?

- Ja, av og til må man gripe inn gjennom å være veldig tydelig.

- Har du vært så tydelig at du har angret etterpå?

- Jeg har jo sagt at 'hvis jeg skal hjelpe dere, så må dere faktisk gi meg litt plass', og 'sånn som dette kan vi faktisk ikke fortsette'. Jeg har til og med nesten sagt at jeg syns de bør gå fra hverandre. Så har jeg sagt at hvis dere skal fortsette å ha terapi må dere tenke dere godt om og vi må ha det på en annen måte ...

Så gikk de selvfølgelig ikke fra hverandre, for det er jo et idiotisk råd å gi et par. De kom tilbake. Det var fortsatt høy temperatur, men jeg hadde fått litt mer lov til å styre dem fordi jeg hadde vært såpass tydelig.

- Det kan være krevende å få den plassen?
- Nå må vi huske at de fleste par som kommer i terapi, kommer fordi de faktisk vil hverandre vel. De vil ha et godt parforhold. Så det er veldig mange som er veldig glade for å bli styrt. Jeg tar ganske mye regi, selv om jeg kanskje har en mild tone.

- Du er effektiv i din mildhet.

- Ja, la oss si det, men av og til kan det også bli komisk. Noen ganger blir paret så vant til at jeg tar en del plass at de kan utbryte: 'Kan jeg si noe nå?'

- Som du sier, kan man bli forelsket i sin modell. Men modellene kommer jo på disse metaundersøkelsene ganske likt ut?

- Det terapiforskning også viser er at det er veldig lurt for terapeuten å være forelsket i en modell. Det par ofte sier når vi begynner å jobbe og faktisk utforsker hva slags mønster de havner i og hva slags følelser som driver dem, er: 'Ahh! Nå snakker vi om det det faktisk gjelder.' Og noen par som har gått i andre terapier, sier: 'Vi har vært i andre samtaler før, og det har vært veldig fint, men jeg føler at nå snakker vi om det det faktisk handler om.'

- Det sier de!

- Det sier de, og det handler jo om modellen. Og det vi faktisk er opptatt av når vi er i et parforhold, er jo at vi kan ha en følelsesmessig trygg kontakt med partneren vår. Det er så veldig beroligende når vi får det til.

- Det blir veldig mye enklere da?

- Ja, samlivet blir enklere. Og så er det også veldig beroligende å vite at det å ha så sterke følelser at man noen ganger kjenner seg helt gal, også er veldig forståelig.

- Vi må få litt kjøtt og blod på dette. Paret kommer inn til deg ... Hvordan er åpningsreplikken din?

- EFT står for emosjonsfokusert terapi og i familieterapifeltet har ikke følelser bestandig vært populært. Men vi prøver jo å endre sam-

spillet mellom paret ved å endre måten de forholder seg til sine følelser på. Så når et par kommer inn, så kan det for eksempel se sånn ut at han ikke har så lyst til å være der og egentlig er glad for at kona snakker mest sånn at han slipper å si så veldig mye, selv om det kommer veldig mye dårlige nyheter om ham.

- Hva kan hun si da, for eksempel?

- Hun sier for eksempel at hun ikke orker dette lenger, at han ikke gidder gjøre noen ting, at han er umulig å få vekk fra datamaskinen, ikke vil snakke. Sånne ting. Og mens vi snakker om det kan det hende at hun etter hvert blir ganske opprørt og kanskje sint og sier at hun ikke tror han har følelser og egentlig bør gå i terapi selv. Så det vi prøver i en slik emosjonsfokusert samtale er å skifte kanal og på en måte senke farten. Jeg kan for eksempel si: 'Du sier mange veldig sterke ting. Du sier at det er umulig å få kontakt med ham, at det er umulig å komme innpå ham. Det er som om du prøver og prøver, men ikke kommer helt nær ham. Du føler hele tiden den avstanden?' Og så vil hun si: 'Ja, det er sånn det er!' Så kan jeg si: 'Det skjønner jeg, det høres jo veldig smertefullt ut. Når du elsker noen og du virkelig har lyst til å være på samme bølge-lengde og du ikke får det til. Og det føles som det er en lang avstand mellom dere som du ikke kan bygge bro over. Det høres veldig vondt ut. Det høres faktisk ganske ensomt ut.' Og så vil hun kunne bekrefte det, og etter hvert vil den jeg snakker med kunne føle noe av dette. Så jeg kan spørre: 'Hvordan er det når vi snakker om dette akkurat nå? Hvordan er det akkurat nå når du ikke vet hvordan du skal nå mannen din? Når du føler det er en avstand hele tiden. Der sitter den mannen som du lengter sånn etter, og du kan ikke komme nær ham. Hvordan er det å snakke om dette? Og da vil hun ofte kunne si 'Jeg blir veldig, veldig trist når jeg snakker om dette. Det føles faktisk utrolig ensomt.'

Det jeg prøver å gjøre er å hjelpe parene å sende andre signaler til hverandre. For dette kommer ofte ut som anklager, angrep og sinne. Og kritikk er et stort faresignal – å få beskjed om at det er noe galt med deg. Så jeg prøver å hjelpe dem til å sende nye signaler til hverandre. Jeg sier for eksempel: 'Kan du se på ham og

kan du la ham se den tristheten du går med og den ensomhetsfølelsen du går meg? Fordi det din partner ser er bare kritikk og anklager. Så kan du hjelpe ham å forstå hva som ligger under kritikken, at det ligger det en stor ensomhet.' Og hvis jeg lykkes, så kan hun se på ham og si noe slik som: 'Ja, det er sant. Jeg blir sint, men egentlig føler jeg meg så ensom og forlatt fordi jeg lengter etter deg.'

- Da mykner hun?

- Da mykner hun. Og ofte må man hjelpe litt til. For det som ofte skjer er at i det øyeblikket hun kan mykne med meg, så kan mykheten forsvinne når hun ser på partneren sin. Da må vi kanskje prøve en gang til. Og det som ofte skjer er at partneren sier: 'Dette er det lenge siden jeg har hørt. For jeg har i grunnen tenkt at du ikke liker meg noe særlig. Så det er litt godt å høre at du faktisk lengter etter meg, for det har jeg ikke visst. Og det er en av grunnene til at jeg går sånn i skjul.'

Og så ser vi sammen på det nye som skjedde, og hjelper dem i terapirommet å oppdage hva slags type mønstre de går inn i og hva slags type sårbare følelser som driver dette. Sånn at de istedenfor å bare sende kritikk kan la hverandre vite noe om det som ligger under, og det

er det som i emosjonsfokusert terapi over tid endrer samspillet, for da gjør de noe annet med følelsene sine. Istedenfor å utagere snakker de om det og gjør seg sårbare for hverandre og tar noen sjanser med hverandre. Det endrer samspillet. Og det vet vi jo på et vis, for det gjør vi jo når vi er forelsket. Da gjør vi oss ofte ganske sårbare, og viser sårbarhet og tillit til hverandre. Det skaper mye nærhet. Men når folk blir fanget i negative samspill våger man ikke det, og da blir nærheten mer og mer borte. Så blir det mer og mer ensomt og da blir det som å skru av de kjæreste følelsene etter hvert også. Kort fortalt er det sånn EFT ser ut i en samtale.

Til slutt spør Morten Anker:

- Hvordan får du mannen med?

- Ofte vil ikke mannen komme i terapi for han har ikke lyst å la et vitne få høre hvor udugelig han er. Men, de fleste menn, og spesielt menn som er litt tradisjonelle, som ikke har så mange ord på det som foregår inni dem, liker jo dette veldig godt: Å få hjelp til å finne noen ord som beskriver det som egentlig foregår. De elsker jo konene sine og har lyst på kontakt. De har også lyst til å bli forstått, til å bli sett, og de har lyst til å ha en plass i parforholdet.

#### DIMITRIJS 9 NØKLER TIL KUNSTEN Å ELSKE:

1. Se forholdet ditt gjennom tilknytningsbriller.
2. Forstå mønsteret som stjeler nærheten.
3. Forstå dine følelser i forholdet.
4. Stå sammen mot kjærlighetstyven.
5. Vær sårbar!
6. Vær tilgjengelig, responsiv og engasjert!
7. Be om det du trenger!
8. Stå sammen – vær et team!
9. Plei kjærligheten!



[vibeke.lorentzen@tonsberg.kommune.no](mailto:vibeke.lorentzen@tonsberg.kommune.no)

## TANKESTREKER — Om karikaturer og glansbilder:

***Det du sier om andre sier mest om deg selv***, sa en klok mann til meg for lenge siden.

Utsagnet har fulgt meg gjennom årene, som en spore til selvrefleksjon og en smule kritisk selvregulering. Jeg kom til å tenke mer på dette igjen, mens jeg har fulgt med på språkbruken i de politiske debattene – både i inn- og utland den siste tiden.

Utsagnet handler om at enhver karakteristikk vi gir av andre inneholder deler av et selvportrett. Det personlige preg. Øyet som ser. Subjektet som gjengir. Også når karakteristikkene av andre er skjult under en mer forfinet språklig drakt og kunstnerisk ferniss.

De mer hverdagslige karakteriseringene vi gjerne strør om oss med, uten å tenke så nøye gjennom konsekvensene, inneholder altså mye avslørende materiale. Sånn sett inneholder det jeg skriver her også et lite selvportrett. Så får man passe seg da så en ikke ender opp som en ufrivillig karikatur selv. Den faren er alltid til stede – og en kan få skrivesperre av mindre. Men jeg får altså ikke det – som dere ser.

Karikaturer ja – det er skumle saker. I sin overtydelighet kan de minne om sannhet – og nesten fremstå som mer gjenkjennelige enn originalen. Jeg tenker ikke bare på de humoristiske fremstillingene i en viss type tegninger, men også i språket. Det satiriske, harselerende, ironiserende, og noen ganger direkte ondskapsfulle, som florerer i ulike media.

Jeg mener ikke at dette alltid er uønsket. Ofte er fremstillingene fornøyelige – i sin overtydelighet, selv når de rammer en selv. En karikatur kan også si mye mer enn en virkelighetstro kopiering. Det farlige med slike fremstillinger er nettopp det at man lett kan tro på dem, særlig i sårbare faser, fordi de bærer i seg elementer av sannhet. Man kjenner dem igjen. Noe er forminsket og noe forstørret - (ofte i omvendt proporsjon med det originalen kunne ønske), men de ligner. Bildet stemmer og stemmer ikke på samme tid. Det kan være forvirrende, og noen ganger direkte knusende. Da kan det være godt å ha den kloke mannens utsagn i mente, men bare snu litt på det: *Det den andre sier om deg – sier mest om den andre.*

Motsetningen til karikaturen er det bildet vi ønsker å vise andre. Det ønskelige portrettet. Disse bildene blir ofte like "usanne" som karikaturen. De står i fare for å ligne glansbilder. Glansbilder har også det i seg at de er både sanne og usanne på samme tid. Men de kan vel ikke være så farlige, tenker du kanskje. Nei kanskje ikke, men jo – det kan bli en belastning for den som skjønnales, av seg selv eller andre, å leve opp til et glansbilde, i det lange løp. Fallhøyden kan bli stor i begge tilfeller.

Selvsagt vil vi helst fremstille oss selv og våre nærmeste i et godt lys. Og selvsagt tåler de fleste oss en god porsjon harselering. Evnen til selvironi er befriende.

De posisjonene jeg tenker på her er ytterpunkter i vår daglige omgang med den/de andre, men vi beveger oss alle inn på denne skalaen stadig vekk. Da kan det være greit å minne seg selv på det innledende utsagnet: *Det du sier om andre sier mest om deg selv.*

– Så noen ganger er det kanskje best å ikke si noe i det hele tatt.

– Så var *det* sagt.



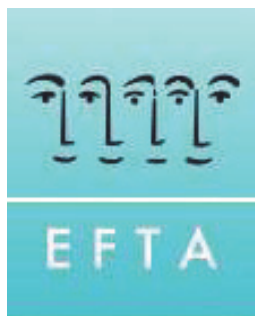
*Kari Yvonne*

## IFTA & EFTA

NFFT får stadig nye og yngre medlemmer og for de av dere som ikke allerede vet om det vil vi gjerne orientere litt om den større organisasjons-«familien» vi er en del av.

I tillegg til at de fleste land har sin egen familierapiforening finnes det både en Internasjonal- og en Europeisk-familierapiforening/-organisasjon.

Den europeiske organisasjonen er EFTA:



(I EFTA -NFTO er Hans Christian Michaelsen valgt inn som representant (board-member) for Norge – NFFT)

Den internasjonale organisasjonen er IFTA:

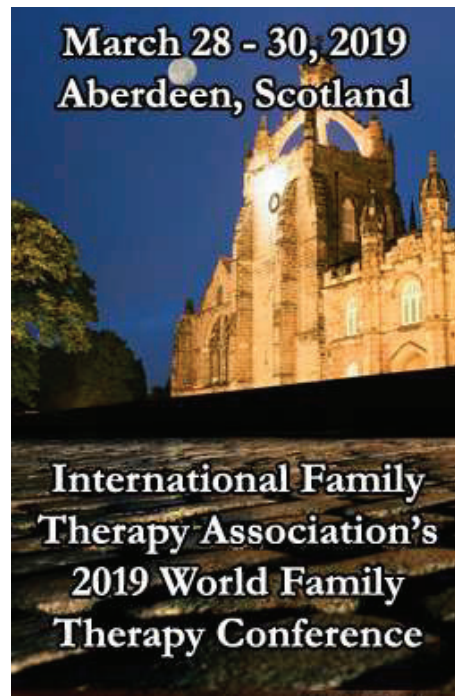


Begge organisasjoner arrangerer en rekke konferanser og seminarer. Samt Europeisk- og Internasjonal familierapikongress.

Noen kommende begivenheter ser dere eksempler på i sidefeltet her.

Les mer om disse organisasjonene og arrangementene via NFFT's hjemmeside – under Lenker.

Der finner dere også lenker til de andre nordiske familierapiforeningene.



Hold dere orientert  
Følg med på [www.nfft.no](http://www.nfft.no)  
og på våre facebooksider





## FAMILJETERAPIKONGRESS STOCKHOLM 4-5 OKTOBER 2018

Reservera dagarna! Vi hälsar alla er välkomna, som vill delta i Svenska familjeterapiföreningens kongress i Stockholm 4-5 oktober 2018.

Vi bjuder in till ett smörgåsbord av olika uttryck inom dagens familjeterapifält. Kom och ta del av, och dela med dig av, aktuell praktik, forskning och strömningar. Förutom nyttigheter kommer vi också bjuda på kalas och mingel, musik och dans. Möten!

### Call for papers/abstracts

Vill du eller din organisation dela med er genom föredrag, workshops, etc, är ni välkomna att redan nu kontakta programgruppen: [2018@ffst.se](mailto:2018@ffst.se)!

#### Abstracts/sammanfattningar

Den som vill bidra med programpunkter skickar in en sammanfattning, som presenteras i programmet och på hemsidan. Det bör innehålla:

- namn och titel på arrangör/föredragshållare
- titel på föredrag/programpunkt
- kort sammanfattning av innehåll, cirka 100 ord.
- Bifoga helst foto av föredragshållare!

Skicka med e-post till [2018@ffst.se](mailto:2018@ffst.se), vi uppskattar bidrag redan nu!

### Arrangörer

Arrangeras av Föreningen för familje- och systemorienterad terapi i Stockholm (FFST) tillsammans med Congresso i Östersund, i samarbete med Svenska föreningen för familjeterapi (SFFT).

## SYSTEMISK QUIZ

1. Hvem var den første som foreleste på juleseminar i Gamle Logen?
2. Hvem skrev boken «En og en er tre - oppdagelsesreiser i parlandskap»?
3. Hvilken retning innen familierapi representerer Salvador Minuchin? (1921-2017)
4. I hvilket land ble Minuchin født?
5. Hvem er dette? →

Svar på nest siste side



Tegning av Magnus Ringborg 2008



## LITT AV HVERT TIL INFORMASJON:

For fortløpende oversikt over hva som skjer av arrangementer og nyheter se [www.nfft.no](http://www.nfft.no) og våre facebooksider.



Budsjett og regnskap, årsberetning og virksomhetsplan legges ut på [www.nfft.no](http://www.nfft.no)

Referat fra generalforsamlingen 2018 kommer.

Neste NFFT-årskonferanse blir i Bergen 7.- 8. mars 2019



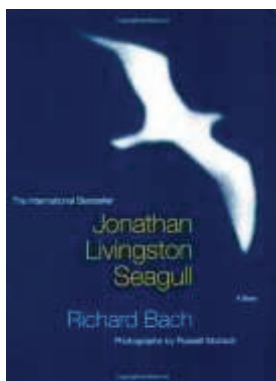
### NB ang. adresseforandringer:

Send endringer i post- og epost-adresse til NFFTs daglige leder Joe Sowerby: [joe.sowerby@nfft.no](mailto:joe.sowerby@nfft.no). Omadressering av post, som bl.a. Metaforum og FOKUS på familien, medfører unødvendige og store omkostninger for foreningen.

Takk for hjelpen. 😊

### AKTUELL FORSKNING INNEN VÅRT FAGFELTET:

Ønsker du å presentere informasjon om forskningsprosjekter, masteroppgaver, p.hd. og lignende på NFFTs hjemmesider? Forskningskontakter er Lennart Lorås - [Lennart.loraas@nfft.no](mailto:Lennart.loraas@nfft.no) og Camilla Jensen Oanes: [camilla.jensen.oanes@nfft.no](mailto:camilla.jensen.oanes@nfft.no)



## LESETIPS:

**Jonathan Livingston Måke** (originaltittel: *Jonathan Livingston Seagull*),  
En roman av den amerikanske forfatteren Richard Bach - (1970)

### Et litt uvanlig lesetips denne gangen.

For dem som ikke kjenner denne vakre fortellingen anbefaler vi et bekjentskap. Kanskje til høytlesning for familien i sommer - eller bare for egen fornøyles skyld.

En bok inspirasjon, om å følge sitt hjerte og sine egne drømmer. Om å bryte begrensninger og se muligheter – og om å kunne fly høyere enn man skulle tro var mulig.



I 1973 ble det også laget spillefilm om historien av filmprodusenten Hall Bartlett, med musikk av Neil Diamond.  
Det er også mulig å finne hele manuset tilgjengelig på nettet.

*Meta. red.*

## Annonse:



## Aktuell film: SOMMERBARN Norgespremiere 04.05.2018

### Når virkelighetsflukt er den eneste veien hjem.

Søsknene Eydis og Kari er bare 5 og 6 år når foreldrenes ekteskap slår sprekker. Moren sender dem til en sommerleir på et fjerntliggende barnehjem med beskjed at de må være modige. Barna tror hele tiden at oppholdet deres vil være kortvarig, men de blir stadig mer usikre og skuffet når moren ikke dukker opp. Med sin sterke vilje og glede over livet overvinner Eydis og broren enhver hindring med fantasi og mot.

### Regi og manus Guðrún Ragnarsdóttir

**Produksjonsland:** Island / Norge.

**Produsent:** Anna María Karlsdóttir, Egil Ødegård, Hrönn Kristinsdóttir

**Skuespillere:** Brynhildur Guðjónsdóttir, Kristjana Thors, Stefán Örn Eggertsson

**Aldersgrense 9 år.**

**Se trailer på filmweb**

# Therapeutic Conversations Norway ~ 2

October 24-26 Trondheim

Norwegian Association for Family Therapy receive a special discount – student price.



## New Developments in Narrative Practice: Children Families and Couples

Canada: Rosa Arteaga, Stephen Madigan, Akeiko Rawn  
Denmark: John Gurnæs, Helene Grau Kristensen, Anne Saxtorph  
Norway: Erling Fidjestøl, Ottar Ness, Harald Øhrn  
USA: Lorraine Hedtke, Todd May, Laurie Markham, David Marsten, David Nylund

**Limited Seating 120 Participants**

**Early bird registration until September 8th**

The conference will take place at Statens Hus, Prinsens gate 1A 7013 Trondheim

For group registrations of 5 or more please contact Ottar Ness at: [ottar.ness@ntnu.no](mailto:ottar.ness@ntnu.no)

Sponsored by the Vancouver School for Narrative Therapy





# Norsk forening for familieterapi

inviterer til

Systemisk kafé på Litteraturhuset i Oslo  
i Kjelleren mandag den 11.juni 2018 kl.19.00  
(dørene åpnes kl.18.30)

## **Tema: Kart over systemiske ferdigheter**

**Lennart Lorås intervjues av leder i NFFT Kristin Breda**



Lennart Lorås, D.Sys. Psych. er klinisk sosionom og familieterapeut med doktorgrad i Systemisk Psykoterapi fra Tavistock Clinic - East London University - UK. Hans forskningsprosjekt omhandlet systemiske terapeuters praksis i arbeid med familier innen barne- og ungdomspsykiatrien. Lennart Lorås arbeider full tid som førsteamanuensis ved Høgskulen på Vestlandet avd. Bergen og i 20% stilling som førsteamanuensis ved VIDs masterutdanning i familieterapi og systemisk praksis i Oslo. Lorås leder en mengde veiledningsgrupper og er en mye brukt foreleser i tema relatert til systemisk terapi og sosialkonstruksjonistiske ideer. De siste årene har en publisert en rekke artikler og er involvert i flere bokprosjekt. Deriblant Håndbok i Familieterapi som forventes utgitt 2019. Lorås er også styremedlem i Norsk Forening for Familieterapi (NFFT).

**Pris: Kr. 100,- for medlemmer av NFFT, Kr. 130,- for ikke-medl.**

**Mat og drikke kan kjøpes i Kafe Oslo i 1.etasje**

**VELKOMMEN!**

## 📖 NYE BØKER:

Redaksjonen kan ikke omtale alle bøkene vi får til gjennomsyn. Den som ønsker å anmelde en av bøkene her får den til odel og eie.



Fagbokforlaget 2017

**Red: Ottar Ness**

**Samlivsbrudd og parproblemer er noe av det mest stressende mennesker kan oppleve.**

**Det er forbundet med angst, depresjon, rusmisbruk, økt blodtrykk og relasjonelle konflikter, og har åpenbare omkostninger også for barn og øvrig familie, og samfunnet generelt. Stadig flere søker parterapi ved for eksempel familievernkontorer eller privatpraktiserende psykologer og parterapeuter når de opplever at forholdet er under press.**

Fagfeltet er i vekst og utvikling, og med denne boka gis det et stort løft. Håndbok i parterapi består av 30 kapitler fordelt på tre deler. Del 1 gir en bred introduksjon, del 2 behandler ulike temaer som ofte kommer opp i parterapiarbeidet, mens del 3 presenterer ulike parterapeutiske tilnærminger og metoder. Kapitlene er gjennomgående illustrert med eksempler fra praksis og avsluttes med spørsmål for videre refleksjon. Boka vil være til nytte i både utdanning og terapeutisk arbeid.

Bidragstjerne: Elsa Almås, Harlene Anderson, Pia Camilla Aursand, Åse Randi Bakklund Hermanrud, Bente Barstad, Karin Barth, Bård Bertelsen, Paolo Bertrando, Trine Eikrem, Camilla Fikse, Anne Marie Fosse Teigen, Sissel Gran, Toril Hepsø, Jahn-Fredrik Holthe, Per Jensen, Ayna B. Johansen, Lena Kristiansen, Ragnvald Kvalsund, Øyvind Kvella, Anne Kyong Sook Øfsti, Sari Lindeman, Lennart Lorås, Stephen Madigan, Agnar Meling, Jon Middelborg, Hilde Opstvedt, Esben Esther Pirelli Benestad, Toril Reitan, Catrin Sagen, Dimitrij K. Samoilow, Olea Smith-Kaland, Rolf Sundet, Frode Thuen, Terje Tilden, Anne Hedvig Vedeler, Jannicke Tindberg og Rune Zahl-Olsen.



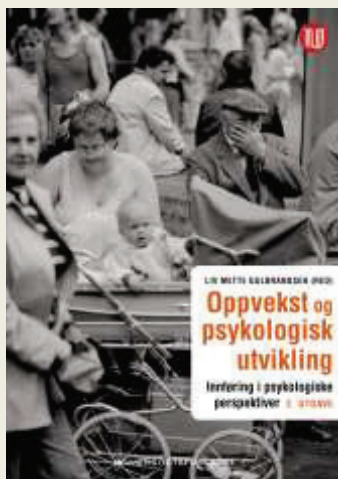
Gyldendal 2017

**Trygge barn**

Kent Hoffman , Glen Cooper , Bert Powell

**Føler du på presset om å være den perfekte forelder? Er du redd for å gjøre feil, og lurer du på om du er god nok?**

I vårt strev etter å gjøre alt riktig risikerer vi å glemme hva barn virkelig trenger for å bli trygge og robuste. Forfatterne hevder i denne boken at trygg tilknytning er den viktigste grunnvullen vi kan gi barna våre, og viser hvordan vi kan utvikle trygg tilknytning gjennom modellen Trygghetssirkelen.



Universitetsforlaget 2017

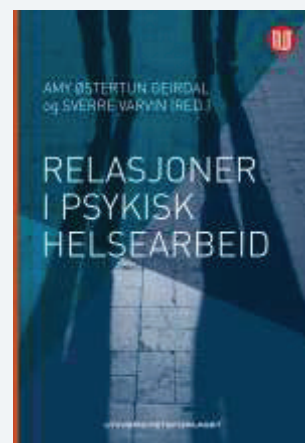
**Innføring i psykologiske perspektiver. 2. utgave**

Liv Mette Gulbrandsen (red.)

**I denne innføringsboken presenterer noen av Norges fremste fagformidlere, forskere og behandlere klassiske og nyere teorier som er relevante for faglig forståelse av barn og unges oppvekst og psykologiske utvikling. Andreutgaven er gjennomgående oppdatert på nyere forskning og teoriutvikling.**

I boka bidrar også Per-Einar Binder, Bjørg Røed Hansen, Karsten Hundeide, Pernille Hviid, Jacob Klitmøller, Willy Tore Mørch, Geir Høstmark Nielsen, Sissel Reichelt, Jan Skjerve, Rolf Sundet og Lars Smith.

Alt på disse sidene er hentet fra forlagenes omtaler. Red.



Universitetsforlaget 2017  
**Relasjoner i psykisk helsearbeid**

Amy Østertun Geirdal (red.),  
Sverre Varvin (red.)

**Forandring og utvikling i psykisk helsearbeid skjer i relasjonen(e) mellom behandler(e) og klient(er), uansett hvilken behandlingsarena det dreier seg om og hvilken metode som brukes.**

Forskergruppen i psykisk helsearbeid ved Høgskolen i Oslo og Akershus har gjennom flere år fokusert på relasjonsarbeidet både i forskning og undervisning og presenterer resultater av dette arbeidet ut fra kliniske, forskningsmessige og litterære perspektiver. Boken er et viktig bidrag til utviklingen av fagfeltet psykisk helsearbeid.



Universitetsforlaget 2017

**Sexologi i praksis. 3. utgave**

Elsa Almås, Esben Esther Pirelli Benestad

**Dette referanseverket foreligger nå i en gjennomrevidert og til dels nyskrevet utgave, oppdatert med ny forskning og nyere forståelser av kjønn.**

Sexologi i praksis gir en grunnleggende og omfattende innføring i faget sexologi. Forfatterne beskriver menneskelig seksualitet og hvordan terapeuter kan arbeide profesjonelt med den. De presenterer en grunnholdning som friskmelder seksualiteten fra forskjellige sykdomstyper.

## Nye Bøker:



Gyldendal 2017

### Den krevende foreldrerollen Familiereitete intervensjoner

Helene Eng, Sigrun K. Ertesvåg,  
Ivar Frønes, John Kjøbli

Relasjonen mellom barnet og de nærmeste omsorgspersonene har stor betydning for barnets utvikling. Nettopp derfor er familien en potent arena for forebyggende psykisk helsearbeid.

Av og til kan foreldrerollen bli utfordrende, men ved å gi familien god støtte kan man få til endringer som er avgjørende for hvordan livet til barnet eller ungdommen blir. Familiestøttende programmer, som de som presenteres i denne boken, har alle vist dokumentert effekt og er tilgjengelige i Norge.



Universitetsforlaget 2017

Anne-Lise Løvlie Schibbye, Elisabeth Løvlie

... Hva sier vi til Fredrik der han sitter alene i sandkassen? Hvordan setter vi grenser i møte med Lisas selvstendighets-kamp? Og hvordan hjelper vi Vilde ut av rommet sitt? Kort sagt, hvordan møte barn på måter som styrker deres selvfølelse, sosiale kompetanse og livsutfoldelse?

Med utgangspunkt i eksempler fra våre daglige liv med barn, viser forfatterne hvordan gode relasjonelle møter skapes og hvor skjebnesvangre de blir. Det er i relasjon til den andre at barnet styrker sin evne til å håndtere egne følelser og være trygg i seg selv. ...



Akademisk forlag 2017 – DK

### Børn og unge psykiatri og samfund Søren Hertz

Hvad er der galt? Er der tale om psykisk sygdom? De spørgsmål stilles ofte, når børn og unge ikke trives.

Børn og unge er ikke problemet. De viser problemet. Heller ikke andre er problemet. Det handler om betydningen af livgivende fællesskaber. Børn og unge inviterer med deres symptomer og særlige vanskeligheder til en proces, der kan bidrage til anderledes ro, trivsel og udvikling.



Universitetsforlaget 2017

### BARN OG MIGRASJON Mobilitet og tilhørighet Hilde Lidén

Denne boka handler om hvordan migrasjon former barns oppvekst og medborgerskap er unik både i norsk og internasjonal sammenheng. Med utgangspunkt i et knippe portretter av barn og deres familier drøfter forfatteren hvordan barn berøres av transnasjonal mobilitet.

**Bli bokanmelder.**  
**Kontakt redaksjonen:**  
[kariyk@online.no](mailto:kariyk@online.no)

## INNHold METAForum 1-2018

|                       |       |
|-----------------------|-------|
| <b>FASTE SPALTER:</b> |       |
| Foreningsinfo         | 2     |
| Redaksjonens røst     | 3     |
| Styrets side:         | 5     |
| Det lyriske hjørnet   | -     |
| Ris og ros            | -     |
| Kryssord / quiz       | 37    |
| Nye bøker             | 41-42 |

## ARTIKLER, REPORTASJER OG REFERATER:

### Fra NFFTs årskonferanse 2018:

|                                     |    |
|-------------------------------------|----|
| <b>Stemningsrapport</b>             |    |
| - Ved Jarle Svandal                 | 6  |
| <b>Annette Due Madsen i plenum</b>  |    |
| - Ved Lars Ole Gjermundbo           | 9  |
| <b>Ingrid Opland i plenum</b>       |    |
| - Ved Erna Henriette Dahl Tyskø     | 12 |
| <b>Workshop med Terje Tilden</b>    |    |
| - Ved Jon O. Finnstrand             | 15 |
| <b>Workshop med Rolf Sundet</b>     |    |
| - Ved Jahn-Fredrik Holthe           | 17 |
| <b>Workshop med Rune Zahl-Olsen</b> |    |
| - Ved Karin Hoemsnes                | 20 |
| <b>Bruce Wampold i plenum</b>       |    |
| - Ved Lennart Lorås                 | 22 |
| <b>Fra paneldebatt i plenum</b>     |    |
| - Ved Jarle Svandal                 | 25 |

### Essay:

|                                             |    |
|---------------------------------------------|----|
| <b>Familieterapi med familien Skywalker</b> |    |
| - ved Andreas Breden                        | 28 |

### Fra systemisk kafé i Tønsberg:

|                                   |    |
|-----------------------------------|----|
| <b>Dimitrij K. Samoilow</b>       |    |
| <b>Intervjues av Morten Anker</b> |    |
| - Ved Vibeke Lorentzen            | 30 |

### Tankestreker

|                 |    |
|-----------------|----|
| Ved Kari Yvonne | 35 |
|-----------------|----|

### Svar på quiz

1. Tom Andersen var den første som foreleste på juleseminar i Gamle Logen – i 1998
2. Philippe Calle skrev boken «En og en er tre» 1992 Univ. forl.
3. Salvador Minuchin (1921-2017) representerte Strukturrell familietterapi
4. Minuchin ble født i Argentina
5. Bildet er av Kirsti R. Haaland (2008)



Avsender:  
**NFFT: Norsk forening  
for familierapi**  
c/o Joe Soweby  
Vesleveien 4, 1484 Hakadal



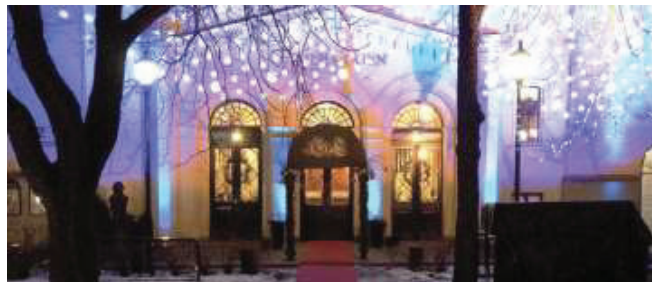
1. annonsering:



## INVITASJON



Norsk forening for familierapi ønsker velkommen  
til det 21. Førljulsseminaret i Gamle Logen –  
i Oslo 6. og 7. desember 2018



I år blir hovedtemaet:

## “RECOVERY OG FAMILIEARBEID

Relasjonelt arbeid i nettverk og nærmiljø i samarbeid med enkeltmennesker og familier”

Vi har foreløpig avtale med følgende som hovedforelesere:

**Ottar Ness**, professor NTNU og professor 2 ved Universitetet i  
Sørøst-Norge og Nord universitet

**Larry Davidson**, professor og direktør - Yale Program for Recovery and  
Community Health og professor 2 ved Universitetet i Sørøst-Norge.

Seminaret er åpent for alle - **Sett av datoene allerede nå!** - Påmelding åpner i august  
For løpende oppdatering følg med på [www.nfft.no](http://www.nfft.no) og våre facebooksider.

Felles middag  
torsdag kveld



Musikalske  
og andre innslag

**Vel møtt i Gamle Logen**