

Vänner och nätverkare



Lena Lundqvist och Carina Håkansson pustar nöjda ut efter Familjevårdsstiftelsens maffiga tillställning i Göteborg i februari.

Svensk Familjeterapi

Nr 1 2010 årgång 21
Issn 100-3421
Utgges av Svenska Föreningen
för Familjeterapi (SFFT)

Redaktör:

Anita Blom af Ekenstam,

Redaktör/layout:

Mårten af Ekenstam

Adress: Ringvägen 47b,
181 33 Lidingö

Telefon: 08-767 31 87

Mail: sftred@telia.com

Annonsspriser

helsida 3 000 kr

halvsida 2 000 kr

kvartssida 1 200 kr

platsannonser 1/4 sida 3 000 kr

Kalendariet är gratis

Nästa nummer kommer ut
i juni

Manusstopp: 15/5

**Föreningens styrelse
2009 — 2010**

Marie Forneman,

ordförande

Ilze Norman, vice

ordförande

Ulf Korman, kassör

Susanne Alm, ledamot

Åsa Kvarnbrink, ledamot

Michael Rundblad, ledamot

Arne Günter, ledamot

Lena Sahlström, ledamot

Marie Dunge, ledamot

Ann Marie Lundblad,

vetenskaplig sekreterare

Föreningens

webbadress:

www.sfft.se

Full fart mot våren!

I detta nummer speglas en del av det som sker i familjeterapi-Sverige. Full aktivitet i lokalföreningarna och hos andra arrangörer!

I början av maj är det åter dags för Psykoterapimässan i nya lokaler på Norra Latin. SFFT finns där och under två dagar bemannar Stockholmsföreningen vår monter, stort TACK för det!

Under fredagen är det styrelsen som står i montern, kom gärna och hälsa på oss. Arrangörerna av mässan tog tidigt kontakt och bad om tips på utländska föreläsare, jag föreslog Minuchin som är i Göteborg samma vecka men han kommer inte till Psykoterapimässan. Däremot har vi minst tio seminarier/workshops med familjeterapianknytning så vi syns ändå bra i det sammanhanget tycker jag. Hoppas ni som föreläser kan skicka in era manus till SFT så att även medlemmar som inte kan gå på mässan får ta del av det som framförs.

Årets familjeterapikongress i Umeå tar alltmör form som ni kan läsa mer om i detta nummer.

Detsamma gäller den Nordiska kongressen som jag tror blir något alldeles extra. Programmets framväxt går att följa på hemsidan och i höst kommer ett gemensamt nordiskt nummer producerat av SFT och tidskriftsgrannarna. Då ska det huvudsakliga innehållet vara klart, förutom "workshopen" där inbjudan går ut lite senare, men börja fundera redan nu ni som vill dela med er!

Det kommer många förfrågningar av allehanda slag till SFFT och alla kan inte styrelsen ta hand om. Då går det ofta väldigt bra att få hjälp av andra medlemmar – jag vill därför ta tillfället i akt att tacka er som hjälper till! Det är ovärderligt!

Och – efter den vintrigaste vintern på länge skymtar vi nu våren men här i Norrland kommer först vårvintern och den tänker jag njuta av nu!

Marie Forneman
Ordförande



Öppna Samtal – Dialogisk Nätverksterapi

Jaakko Seikkula och Tom Erik Arnkil.

Tid: fredag 19 nov 2010

Plats: centralt i Stockholm

Mer information kommer på www.ffst.se



För ett friskare Sverige!

PsykoterapiMässan 6-8 maj 2010

City Conference Centre, Norra Latin, Stockholm



www.psykoterapimassan.se

EFTA PARIS 2010



NEW WAYS FOR SYSTEMIC PRACTICE

PARIS PALAIS DES CONGRES 29, 30 & 31 OCTOBRE 2010

7 th Congress of European Family Therapy, EFTA

60 years of family therapy, 20 years of EFTA, and after ?

<http://www.eftaparis2010.com/>

Medlem i Sveriges Familjeterapi Förening - SFFT blir du automatiskt genom att gå med i en regional förening. Alla föreningarna finns presenterade på SFFT:s hemsida, www.sfft.se, under rubriken regioner. Här följer också en lista på representanter för de olika regionala föreningarna.

Västerbotten: Åsa Kvarnbrink asa.kvarnbrink@telia.com

Jämtland-Härjedalen: www.ffmitt.com Marie Forneman marie.forneman@jll.se
Telefon arb: 063-153921

Dalarna: Jörgen Gunnarson jorgen.gunnarson@ludvika.se
Telefon: 0240-86097

Värmland: Lennart Björk, Ö Torggatan 19, 652 24 Karlstad
Telefon: 0541-88025

Västra Sverige: Ilze Norman ilze.norman@alingsas.se
Telefon: 0322-15401, 0733-963300

Halland: Anita Nilsson anita.nilsson@falkenberg.se

Södra Sverige: Maud Djurfeldt maud.djurfeldt@telia.com

Famös, mellersta och östra Sverige: www.famos.se Roland Betnér info@famos.se
Telefon: 013-263870

Stockholm: Görel Fred gorelfred@hotmail.com

Åland: Crister Eriksson cristere@aland.net

Det är till din regionala förening du vänder dig med namn- och adressändringar.

Smid medan järnet är lagom varmt

En av de mörkaste dagarna på året kom Finn Skårderud till Östersund för att prata om mentalisering. Inbjudan kändes lockande, "Mentalisering som modell för förståelse och behandling. Att växa upp. Att lära sig förstå sig själv och andra i behandlingsarbetet".

Finn Skårderud är psykiatriker, professor och författare till bland annat "Oro" "En resa i moderna självet" och "Känslosamma liv".

Jämtland-Härjedalens ordförande Marie Forneman, kunde trots alla besparingar, stopprogram m.m. hälsa välkommen till en fullsatt salong.

Mentalisering vad är det? Finn konstaterar att man har försökt hitta ett svensk/skandinaviskt namn på detta men inte lyckats, därför har han och hans kollegor bestämt sig för att "älska" ordet mentalisering.

Frontfigurer inom detta ämne och de som Finn Skårderud samarbetar med är Anthony Bateman, Peter Fonagy och Sigmund Karterud.

Mentalisering är att känna vad man känner, det är inte verkligheten vi ser utan det är bilder av verkligheten vi ser, min förståelse – din förståelse.

I mentalisering intar man ett etiskt förhållningssätt: terapi kan skada patienten, man behöver skraddarsy terapin till patientens mentaliseringsförmåga och jobba där patienten befinner sig.

Vi möter varandra i form av beteenden och vi tolkar dessa möten utifrån vad den andra gör, oftast går det av sig själv - det flyter. Exempelvis mellan förälder och barn, eller när jag möter folk på gatan har jag kontakt och vi ser automatiskt till att vi inte krockar med varandra. Kan jag förstå mig och hur kan jag förstå dig?

Viktigaste mentaliserande handlingen är STOPP! Uforska! Det är terapeuten som har ansvar för vad han bidrar med i relationen – speciellt det som är "negativt." I stressade situationer så kan reptilhjärnan slå till, istället för att reflektera och försöka förstå vårt inre och för att förstå den andre.

Vad var det som hände? Stanna upp och utveckla förståelsen. Låta oss försöka fatta vad som hände just den där dagen, vid den tidpunkten – nyfiken utforska för att förstå den andra lite mer.

Symbolisering är ett viktigt begrepp i mentalisering och enligt Finn Skårderud kan man sätta likhetstecken mellan symbolisering och mentalisering. Terapeuten är en modell för att prata om upplevelser; när du berättar det där så får jag en känsla av..., för mig skulle det vara på det här sättet..., jag tror jag skulle reagera så här....

Jag får tankar om... vad tänker du om det...

Mentaliseringsförmåga är att kunna se sig själv utifrån olika kontext; inifrån/utifrån/ensam/tillsammans med andra etc.

"BLIND FOR OTHERS PEOPLES MIND"

Mentalisering är en social kompetens. "Mind-blind" blir vi när vi är i affekt, till exempel i parrelationen eller i relationen mellan föräldern och tonåringen. Mentaliseringsförmågan hos terapeuten påverkar mötet med patienten eller familjen. "Mind-blindness" uppstår när min mentaliseringsförmåga ruckas och jag börjar agera i affekt till exempel när jag blir arg, irriterad eller provocerad av patienten. "Du måste begripa att...."



Finn Skårderud

Anknytning är ett centralt begrepp för mentaliseringsförmågan hos människor, ett tryggt barn kan möta och förstå andra. Hos rumänska barn som blivit adopterade från barnhem och sedan varit mer än ett år i sina familjer har man kunnat se att de har svårigheter i sin mentaliseringsförmåga.

Besläktade begrepp är till exempel empati som är en förutsättning för terapeutens förhållningssätt. Utforska, fråga mer om det patienten säger, vad är det vi förstår och hur kan vi förhålla oss till det. Att ställa frågor om något som vi kanske ändå aldrig kommer att kunna förstå fullt ut. Ett annat besläktat begrepp är insikt, mentalisering genererar nya insikter.

Mindfulness används i terapin av terapeuten för att reflektera över sig själv, vad känner jag när jag sitter här med just den här patienten? Att använda sig själv som modell i samtal med patienten.

Attachment, "it takes two brains to make a mind" "jag ÄR för att du tänker på mig".

Jag sänder ut – du tar emot – bearbetar och bekräftar – sänder tillbaka till mig – jag utvecklas.

"Smid medan järnet är lagom varmt" för hög temperatur i rummet gör att man måste tona ner och för låg temperatur gör att man måste höja – när det är "lagom varmt" kan man jobba med mentalisering och utgå från var patienten befinner sig.

Antimentalisera handlar om att inte vilja reflektera. Det vi känner inom oss upplevs som att så är det – det ÄR inte SOM OM.

Ungdomars tvärsäkerhet är levande exempel på mentaliseringsvikt

En telelogisk position intar den som inte tror på emotionella relationer, om man inte har fysiska bevis på det, ex. "du älskar mig inte längre – jo det gör jag – bevisa det – hur? – köp mig en ring!" Fysiska handlingar är beviset på kärlek. Om det är fysiskt så finns det, inte annars, det ska vara synligt, svart på vitt. Ord i radion försvinner, ord på papper finns kvar. Ting/saker måste omsättas fysiskt.

Grundläggande principer i mentalisering

Icke-vetande

Aktiv – styrande

Tydlig – ärlig

Opened minded – reflektera högt – terapeuten är en pedagogisk modell

Utforskning, nyfikenhet och undrande för att främja utforskandet

"Sätta bergsäkerheten inom parentes"

Kolla av din förståelse

Interventioner – Principer

Hela tiden korta påståenden från terapeuten

Fokus på processen

Fokus på patientens själ (och inte på beteende)

Affektfokuserande

Fokus på relationen till pågående händelser eller aktivitet – psykisk realitet

Fokus på här och nu

Terapeutens osäkerhet / säkerhet, världen är full av osäkerhet – utforska den med patienten.

Att etablera ett mentaliserande fokus

Terapeutens uppgift är inte att bli perfekt på att gissa

Lyssna efter uttalanden som antyder olika mentaliseringsstyrka

Framhäv exempel på god mentalisering där det sker

Ta tag i exempel där mentaliseringen är sviktande/undvikande

Utforska dessa i en aktiv dialog. Det är i dialogen med terapeuten som patienten övar upp sin förmåga till att mentalisera

Grundläggande i mentalisering: STOPP

Stoppa och undersök – spola tillbaka bandet

Gå sakta fram

Tydliggör vem som följer vem

Karlägg hur budskap blir upplevda och förstådda och vilka reaktioner som uppstår

INTERVENTIONER SOM UNDERGRÄVER MENTALISERING

Komma med långa komplicerade interventioner

"Psycho babble" engagera sig i långvariga samtal i pretend mode, (som-om)

Tillskriva patienten mentaliseringsstillstånd baserat på din teoretiska förståelse

Bergsäker förståelse av patienten

Tillåta lång tystnad

Mentaliseringsbegreppet var ett nytt begrepp för mig, jag tycker ändå att jag känner igen mycket av det som Finn Skårderud delgav oss under den här dagen.

Bland annat när Finn Skårderud pratar om temperaturen i rummet och att vi ibland måste höja/sänka temperaturen för att få det lagom varmt, det tycker jag är det som Tom Andersen menar när han säger att det gäller att vara lagom ovanlig. Även det "elliptiska samtalet" som Tom Andersen beskriver tycker jag påminner om mentalisering.

Att jobba här och nu, där familjen befinner sig, att utforska orden/språkets/handlingens domäner har mycket likheter med det Peter Lang, Elspeth McAdam, Harlene Anderson och Michael White beskriver i sina terapeutiska möten.

Finn Skårderud framhåller videon som ett viktigt verktyg för terapeuten, via bilder kan vi utforska och utveckla oss själva i möten med patienten, det tilltalar ju en "gammal Marte Meo terapeut"!

Eva Magnusson

Teamledare

MST-teamet Östersund



ERSTA
SKÖNDAL
HÖGSKOLA

Uppdragsutbildningsenheten anordnar med start ht 2010

Nätverks- och familjearbete/terapi – påbyggnadsutbildning i systemisk psykoterapi

45 högskolepoäng, motsvarande steg 1

Psykoterapiutbildning med ett systemiskt perspektiv som ger metoder och tekniker som är användbara i olika behandlingsarbeten. Efter genomförd utbildning med godkänt resultat har deltagarna kompetens att utföra terapeutiskt arbete under handledning.

Lärare: Astrid Hultkrantz-Jeppsson (kursansvarig), Gunnar Forsberg och Johan Klefbeck. Samtliga lärare är leg. psykoterapeuter och handledarutbildade.

Kostnad: 19 800 kr/termin exkl moms och litteratur

Omfattning: 4 terminer, start 19-20 augusti 2010

Sista ansökningsdag: 21 maj 2010

Mer information på: www.esh.se/uppdagsutbildning,
uppdag@esh.se eller ring 08-555 051 19

REMINDERS OF PERSONAL ENCOUNTER

AV LARS LINDAHL

BOKEN FINNS PÅ:

BOOKS-ON-DEMAND



Hommage for Walter Kempler

Familjeforum Dalarna

Baskunskaper och grundläggande element i

Intensiv Familjeterapi – IFT

Målgrupp: Du som arbetar som familjepedagog/familjebehandlare med föräldra- och familjestödsprogram, familjeutredningar/ familjebehandling inom socialtjänsten, BUP el privata enheter.

Omfattning: 18 dgr (2 dgr/mån under 2 terminer)

Kurstid, ort: sept 2010 – maj 2011 i Falun

Lärare: Johan Sundelin, Lena Segerros

Info: www.familjeforum.se, familjeforum@telia.com, tel 023 – 250 09

Anmälan: skriftligt senast 2010-05-31

I have known Lars for many years as a committed, thoughtful and poetic psychologist and family therapist. He was one of Walter Kemplers first students in Scandinavia and has now written a book which – if it was a painting – would be titled “Hommage for Walt”. And it is also that. An intelligent, serious description of Walt’s work and influence on many levels – personal as well as professional and political.

Walt would have loved and hated this book! He would have loved the fact that someone wrote about him and the next minute he would have started one of his usual puissant discussions over minor details and differences of understanding. But it would also have made him proud – hopefully as proud as he deserved to be!

For those of you who were fortunate enough to meet and encounter Walt it will be full of reminders of his extraordinary talent and skills and his understanding of human behavior, but this book is much more than an analysis of his work and philosophy. It is a travel journal from a man who takes not only his love and admiration for Walt seriously but also describes how deeply it influenced his life and work.

It is also a book about how society and our profession as psychotherapists has developed in ways that are more tainted with superficiality and methods than wisdom and as such it is not a mainstream book on psychotherapy or psychology.

I’m convinced that reading this book will enrich your thinking whether you belong to the aficionados who were fortunate enough to meet the man who introduced family therapy to Europe or just seek inspiration for your own thinking and work.

Jesper Juul



GÖTEBORGS SOCIALPSYKOLOGISKA INSTITUT AB

Familjeterapiutbildning sedan 1977

Grundutbildning – 360 ltr (3 moment), erbjuds separat varje år:

FT1 - introduktionskurs 48 ltr, grundläggande teori och metod.

FT2 - fortsättningskurs 48 ltr, breddning, fördjupning, videoträning.

FT3 - fördjupningskurs 264 ltr, teoriintegration, direkthandledning.

Påbyggnadskurs, Steg 1-komplettering – 152 ltr, 19 dagar, 1 år.

Handledning, teori, familjerekonstruktion, uppsats & examination.

Uppdragsutbildningar – Delar av (eller hela) GSI’s utbildning arrangeras lokalt för organisationer, gärna med deltagande från olika samarbetspartners. Även *orienteringsdagar* eller *repetitionskurser* för arbetsplatser som behöver uppfräschning av gamla kunskaper.

Info – www.gsi.se; sekr@familjeterapeuterna.se; 031-16 73 01.



Internal
Family
SystemsSM



Welcome to Internal Family Systems!

Richard Schwartz PhD

Richard Schwartz PhD is coming to Stockholm from the US to introduce and train people in IFS, a model of psychotherapy that he developed in the 80's and wrote his seminal book "Internal Family Systems Therapy" in '95. Richard created a new paradigm for psychology by combining systems thinking with the multiplicity of the mind (ego states, sub-personalities). His model works well with individuals (low and high functioning), couples and families. To learn more about his model, please visit our new website in Sweden, www.ifs-sweden.se

Richard will be training people in Stockholm in September 2010 for the first of three, five day level 1, IFS trainings. In March 2010 he will be at Stockholm's Systemcafé (11th 7 to 9 pm); lecturing 2 days (13 and 14th) for the annual conference for the Swedish Society of Clinical Hypnosis (even though he does not use hypnosis); a full day lecture (15th) at the Crisis Trauma Center of Sweden and finally, an "Introduction to IFS" 90 minute lecture (15th 6:30 till 8 pm and 150 sek). This lecture is open to the public and sponsored by Stockholm Academy for Psychotherapy. Richard will be more than happy to answer questions at the end of the 90 minute "Intro to IFS" lecture.

For more info, look at "Event" on www.ifs-sweden.se website or call 08-93 81 48 and leave a message for David in English or email Åsa at asa@ifs-sweden.se in Swedish or English.

rötter & vingar

låt historien inspirera framtiden!

Välkommen till g:e
nordiska kongressen i familjeterapi

Visby 17-20 augusti 2011

*sf*ft

Internet:

Familjeterapi gånger två

Två av Sveriges nestorer inom familjeterapi Björn Wrangsjö och Magnus Ringborg utkom i höstas med varsin bok. Båda böckerna blir värdefulla litteraturtillskott för olika former av behandlings- vård- och terapiutbildningar.

Björn Wrangsjö har skrivit en utmärkt bok om familjens livscykel. Han berättar att egentligen var tanken att han och Miriam Runfors, som skrev den av många familjeterapeuter väl använda

boken Familjemönster, skulle ha skrivit om livscykeln tillsammans. Tyvärr gick Miriam bort och nu har Björn tagit sig an detta arbete själv.

Boken Familjens livscykel (Mareld) vänder sig till professionella som arbetar med familjer och nätverk. Även de som träffar individer och är intresserade av att förstå mer av personens sammanhang i familjeperspektiv och ur ett

långtidsperspektiv har stor glädje av att läsa den.

Första delen av boken ger en ingång till en djupare förståelse av livscykeln. Björn Wrangsjö tar kort upp olika familjemodeller, nätverkets betydelse samt en del om de viktiga familjeritualerna.

Intersubjektivitet och anknytning blir en hjälp för oss läsare att också tänka utifrån dessa begrepp när sedan livscykeln beskrivs med större penseldrag.

I denna del finns ett längre avsnitt om familjemyter. Björn Wrangsjö har sammanfattat olika teorier om myter, både ur psykoanalytiskt och familjeterapeutiskt perspektiv.

Första delen avslutas med tankar om hur det är att leva just nu, vad som utmärker vår tid, antalet accepterade samlevnadsformer ökar, individualiteten blir tydligare.

Björn Wrangsjö väljer trots nya samlevnadsformer och stora förändringar att beskriva livscykeln ur ett rätt traditionellt perspektiv. Det vill säga vi får följa en livscykel med parbildningen, barn, skolgången, flytten hemifrån, det tomma boet, åldrandet. Jag är överens med honom att detta gör det lättare att få den överblick man behöver för att se livscykeln förlopp.

Han väljer ett hjälpsamt sätt när han går igenom de olika faserna. Vi får mellan beskrivningarna följa en fiktiv familj från det att paret möts tills de dör. Författaren beskriver faserna med många olika infallsvinklar, vilket gör boken lättläst och intressant.

Svårigheter och möjligheter i familjen i olika faser tas med och gör det lättare att se både delar och helhet.

Alla vanliga avvikelser från tidigare beskrivna cykel kommer som sista avsnitt. Övergångarna mellan stadier och avvikelser från traditionell livscykel är situationer då familjer och individer ofta har behov av att söka professionell hjälp.

I hela boken finns föredömligt många referenser till olika författare om man vill fördjupa sig i något som Björn Wrangsjö tar upp.

Detta är en välskriven, lättläst och kunskapsbemängd bok som absolut bör ingå som lärobok i grundläggande psykoterapiutbildning.



Magnus Ringborgs Förändrande familjesamtal (Mareld) vänder sig i första hand till personal och studerande inom vård, socialtjänst och omsorgsverksamhet som behöver och vill arbeta med familjer. Den är handfast och hjälpsam och innehåller mycket trots det rätt lilla formatet.

Författaren har ett intressant upplägg där han steg för steg går igenom sin samtalsmetod. Boken avslutas med kort beskrivning av systemteori och olika terapeutiska skolor, främst familjeterapeutiska, som han använt sig av. Detta ger läsaren som inte är så bevandrad möjlighet att fördjupa sig just i det hon funnit extra intressant i hans metod.

Magnus Ringborg har i början en bra och tydlig uppdelning i olika typer av familjesamarbete; kontakt, informationsutbyte, planering, psykopedagogik, förändrande familjesamtal, familjeterapi/familjepsykoterapi. Han betonar hur viktigt det är för både familj och behandlare att veta vilken sorts samarbete man träffas under.

Förändrande familjesamtal är en serie samtal som syftar att lösa problem, som man tillsammans med en professionell har definierat. Samtalen kan ske i olika institutionella sammanhang och den professionella kan ha olika slags yrkesbakgrund.

FFS riktar sig inte i första hand till psykoterapeuter, men naturligtvis kan familjeterapeuter ha glädje och nytta av denna bok.

Magnus Ringborg tar på ett informativt och levande sätt upp de olika momenten under samtalets gång och vad som man har hjälp att tänka på. Han kallar samtalsledaren för lots. Det är familjen som ska hitta sätt att ta itu med sina problem. Lotsens uppgift är att hjälpa familjen att hitta sina sätt att lösa problemen. Det gäller att inte vara hjälpsam med idéer och råd utan hjälpsam med att få familjen att se sina egna resurser och möjligheter. Det finns många konkreta bra exempel och förslag hur lotsen kan bemöta familjen när olika typer av svårigheter uppstår i samtalet. Magnus Ringborg visar att barn naturligtvis ska vara med i samtalen, men kommer även med konkreta råd om hur barnen ska bli delaktiga och inte hamna utanför med ett ritblock.

FÖRÄNDRANDE FAMILJESAMTAL



Ett tips är att vara två lotsar i samtalet men tydliga med att en leder och för samtalet genom de olika momenten. Den andre antecknar, gärna på whiteboard, och är uppmärksam på att ingen glöms bort.

Man får tydlig hjälp med hur lotsen ska förhålla sig. "En lots är en nyfiken och pålitlig person som tar allas parti."

Boken avslutas med en checklista för familjesamtal. Här kan man steg för steg följa och pricka av att man fått med alla momenten. Likaså finns en ruta där man bedömer sig själv och även en ruta med

förslag/tankar om hur göra det bättre nästa gång.

Detta är en bok som ger råd om hur familjearbete kan föras framåt. Allt behöver inte vara familjeterapi, tänk så utvecklande det vore om fler vågade använda sig av systemiskt tänkande och familjetänkande i socialvård, primärvård, annan somatisk vård, inom kriminalvård med flera områden. Jag hoppas denna bok når dem som arbetar där.

Boken ger mersmak. Varför inte en bok för familjeterapeuter utifrån Magnus Ringborgs omfattande erfarenheter?

Lena von Krogh



Debra Lampshire

HÄR BOR JAG, SÄGER DEBRA

LAMPSHIRE och visar en skioptikonbild på en institutionsliknande hus med hattklädda människor i förgrunden. Här är mitt sovrum. Debra har en klingande glad röst med en underton av humor. Alla skrattar åt den ålderstigna bildens femtio sängar i rad. Vart är hon på väg? Vad är meningen?

Här är mitt badrum. Vi fick inte så mycket vatten i karen. Bara så det knappt täckte könsdelarna.

Nu ändrar hon röstläget och det drar åt det sorgsna.

Vet ni, säger hon, att när en del människor kliver i badkaret så släpper de samtidigt ut ett par centiliter urin. När den tionde personen kliver i badet har vattnet bytt färg och ofta simmar det omkring såna här... floaters. Hm.

Ingen skrattar längre.

Debra levde 18 år på mentalsjukhus i Nya Zeeland.

Det här handlar om hur det är att sitta på mentalsjukhus. I was a rocker, en som

sitter och gungar fram och tillbaka hela dagarna.

Jag vägrade världen och vilade i galenskapen. I was drowning. Bild på händer som klamrar kring en sten. Clinging to a rock.

Debra mässar, diktar, vilar i orden, skriver känslor på trumhinnorna. Vi dras med i bildfloden den dylanska ordfloden.

I took up the shovel of despair and buried the hope, the future.

Efter arton år av terapi, piller och mockasintillverkning beslutade hon sig för att ta ansvar för sitt liv. Hon var värd ett normalt liv.

När hon ser tillbaka på den tiden förstår hon att hennes schizofreni var ett utslag av stress och eftersom galenskap inte är socialt accepterat gömdes hon undan. Trots medicinerna och terapin reste hon sig och tog kontroll över sig själv och sina röster.

- Rösterna lever av din rädsla, ju räddare du blir desto kraftfullare blir rösterna. När jag förstod att det var

mina tankar och inte egentliga röster jag hörde, blev det enklare att ta kontrollen. Jag utmanade dom. Jag sa: ok, jag hör vad du säger men kan du vara vänlig att städa toaletten åt mig till i morgon. Och kan ni tänka er. Toaletten var inte städad nästa dag! Ha! Dom kunde ju ingenting annat än att hålla på och skrämmas.

I dag arbetar Debra som terapeut och hjälper människor som hör röster. Hon säger till uppdragsgivarna att det är KBT hon håller på med och då blir dom nöjda. "Sen gör jag som jag vill. Jag vet ju att mitt eget tillfrisknande inte är evidens nog för dem."

Debra var den första talaren på vän- och nätverkskonferensen som göteborgska Familjevårdsstiftelsen och Mareld anordnade i början av februari i år. De följande tre dagarna satt hon och nickade med eftertryck när talare efter talare kritiserade slentrianmässigt diagnostiserande och medicinerande. "Har man väl fått en diagnos är det lätt att börja vara exempelvis schizofren." som Debra sade.

Text och foto: Mårten af Ekenstam

Vänner och nätverkare på mingeldagar i Göteborg

Det blev tre späckade dagar i Göteborg i februari. Familjevårdsstiftelsen hade ställt till med ståhej för vänner och nätverkare. Extremt välordnat, matnyttigt, kunskapsutvidgande, vänligt, partajjigt och helt enkelt bra. Vi på SFT försöker ge några glimtar av vad vi var med om.



HELENA MAFFEI CRUZ arbetar som lärare och handledare på FAMILIAE Institute i São Paulo, Brasilien där hon jobbar med de allra fattigaste barnen. Hon är utgivare av "Nova Perspectiva Sistêmica", brasiliansk tidning för systemisk praktik.

Helena talade om vår begränsade förmåga att uppfatta det som händer och att det är möjligt att ändra på "invitationerna". Det är viktigt att ställa sig frågan om vad jag egentligen har brytt mig om i livet. Och hur valde jag det? Vilken del av livet brydde jag mig inte om? Vilka ord ingår i min repertoar? Vilka aspekter av livet tillåter mina ord mig att uppmärksamma och fokusera på? Har jag inte ord för det som händer, kan jag inte heller förstå det och Helena uppmanade oss att vara litet mer närsynta på oss själva och vår fokusering.

Hon uttrycker sin stora tacksamhet till Tom Andersen, han har varit oerhört viktig för henne.

“I CAME FROM New York City, where I work as a private practice psychotherapist, to attend the Family Care Foundation conference in Gothenburg. Conference organizer Carina Håkansson assembled an incredible panel of international speakers from a variety of disciplines and vantage points, and the result was synergistic, intimate, and magical. What was most profound for me was being able to listen to and interact with treatment providers who are offering a wholly alternative way of working with clients diagnosed with severe psychiatric problems. In the United States almost all treatment programs use psychiatric medication as their first, second, and third line of defense, and creative and humanistic methods all too often get minimized or ignored outright, with devastating results. In Gothenburg I heard examples, backed by research and passion and expertise, of the opposite, again and again and again. This, for me, is the ultimate in hope-inspiring. It was a rare conference, and its message needs to spread.”

Daniel Mackler

BRUCE E. WAMPOLD är professor i psykologi vid universitetet i Wisconsin, USA. Bruce har snygga glasögon. Han raljerar om dem och berättar att en åhörare en gång kom fram till honom efter en föreläsning och sa att själva föreläsningen förstod han inte så mycket av men glasögonen var fantastiskt snygga. Han talade om egna upplevelser av terapi och konkluderade att ”terapi är en så privat sak att den inte ska överlåtas åt människor med manualstyrd och evidensbaserad teknik.” Han rev ned applåder. Terapi är kopplat till kultur; shaman eller psykiater, gestaltterapi eller woodoo, resultatet är alltid kopplat till klientens förväntningar och ursprung. Folkpsykologi det vill säga kaffesnack, är bra för människors välbefinnande. De siffror Bruce visade, visade i sin tur på att metoden kan vara vilken som men det är förhållandet mellan terapeut och klient som är det avgörande för att en förändring ska ske. (se SFT 4/09 Scott Miller.)



PER JENSEN, professor på Diakonhjemmet Høgskole i Oslo, Norge

Många studier visar på att terapeuten påverkar terapin i långt högre grad än till exempel metoden. Men hur? Per är förvånad över att det inte finns några studier på hur terapeutens egen livshistoria och erfarenheter påverkar det sätt terapeuten förstår och utövar systemisk familjeterapi.



SØREN HERZ, barn- och ungdomspsykiater, Hillerød i Danmark.

Han deklarerade att han inte är emot diagnoser eller medicinering men sade att det finna stora problem och dilemma här. Eftersom diagnos endast är ett snap-shot av en persons beteende så måste man vara försiktig med vad man som läkare bestämmer. En diagnos är inget som räcker livet ut.

Vi har skapat ett expertsystem och ekonomin och därmed resurserna, styrs i dag av diagnostiseringen. Søren uppmanar oss att se problembeteendet som en invitation till att skapa ett sammanhang för utveckling. Problembeteendet är kommunikation och säger något om hur långt en persons utvecklingen har kommit.

Hjärnforskningen visar på de oanade möjligheter som finns i dag och vi måste bli mer uppmärksamma på alternativ till expertsystemen.

Läs mer i Søren Hertz bok, "Oanade möjligheter" som snart kommer på svenska.





JAAKKO SEIKKULA visade film på en klient som just debuterat i psykos. Det som framgick var att teamet var på plats inom ett par dagar, att alla lyssnade noggrant på klienten, att de enda frågorna till klienten egentligen bara var bekräftande upprepningar av vad han sade. Jakko är intresserad av hur möte uppstår, "present moment", upprepningen av vad klienten säger syftar till att personen ska uppleva att han är bekräftad, att han hörs och inte är ensam. Då kan möte uppstå.



JIM WILSON, systemisk psykoterapeut, England. Jim använder sig av Miles Davis och hans teknik att använda enkla toner. Jim ser sitt professionella jag som en del av en gruppmentalitet, som en medlem i en orkester. Han talar igen om Miles Davis och att han kunde bryta orkesterns samstämmighet med en ensam ton som bröt av och förändrade hela stycket. Där såg han tydliga likheter med god terapi. Jim skissar de två viktiga delarna för terapeuten: klassrummet och lekplatsen. I klassrummet finns all teori, alla böcker och resultatet av forskning. Det är gott. Men terapin ska ske på lekplatsen där all kunskap prövas, anpassas och leks med tillsammans med familjen.



ALAIN TOPOR är psykolog och docent på Institutionen för Socialt Arbete vid Stockholms Universitet och chef på FoU-enheten inom Psykiatri Södra Stockholm.

Alain visade tydligt att han är nedslagen av vad som händer inom vården. En kollektiv depression inför ett medikaliserat tänkande. Han använde ord som "I am depressed", "Is is so sad." "It is injustice." samtidigt som han beskrev vad som, enligt hans studier, fungerar inom vården. Kontentan, sade Alain, är det vi gör tillsammans. Att verka tillsammans gör skillnad och har möjlighet att hela. Enskilda personer inom vården har en stor betydelse eftersom det är i mötet med patienten som en förändring kan uppstå. Därför talade han om vikten av att bryta mot reglerna inom vården. Att ta sig friheter när man märker att något man gör eller säger till en viss patient har en positiv inverkan. Vetenskap består av tre kompletterande delar: forskningen, den professionella erfarenheten och klientens åsikt. Alain anser att i dag är det för stor slagsida mot forskning. Vi måste hjälpas åt att lyfta fram även våra professionella erfarenheter men också ta tillvara klienternas åsikter och uppfattningar.



MARY och **KENNETH GERGEN** är båda professorer i psykologi och arbetar bland annat på Taos-institutet i New Mexico i USA. Socialkonstruktivism är ordet för dagen när Mary och Kenneth gör något som de kallar "Duel Interruptus", ett slags improviserad föreläsning där de använder varandra och personliga erfarenheter som verktyg. En viktig del i deras tänkande och görande är att vi måste samverka. "Jag har ingen betydelse förrän du är med och skapar mig." De avbryter varandra, faller varandra i talet och ber varandra att göra eller säga saker. Det blir en livlig stund med rätt många infall och idéer. Tom Andersen är ofta på tapeten och tankarna går även till Martin Buber och hans "Jag och du". Vi ger varandra mening. Kenneth gör en skiss över samtalets betydelse genom att från mittpunkten - jag - rita en ellips till en punkt utanför - den jag talar med. Ju fler jag samtalar med eller möter, desto fler ellipser. Bilden liknar till slut en fjäril. Ju fler vingar fjärilen får desto bättre flyger den.

“DET ÄR MÅNGA SAKER som gjorde intryck på konferensen men det jag kanske helst vill uppmärksamma är vikten av att stötta, uppmärksamma och genomföra gränsöverskridande samtal. Då menar jag mellan olika kunskapsdomäner exempelvis yrkesgrupper. Det sker alltför mycket polarisering idag vilket inte gynnar framväxten av tvärvetenskaplig kunskap, vilket kan leda till nya utvidgade intressanta upptäckter och vägar att gå inom

psykoterapi, organisationsutveckling eller liknande där relationella processer ligger i fokus. Kunskapsdomäner är idag alltför isolerade och detta är inte konstigt, det är svårt att mötas och möta "andras" verkligheter, vilket därmed också gör det svårt att konstruera något tillsammans i en gemensamt bestämd riktning, därför är det närvarande och öppna samtalet av stor betydelse.”

Christina Mauléon

“JAG UPPLEVDE konferensen som mycket engagerande och inspirerande. Gick därifrån varje dag med en känsla av att kunna tänka klart och bra. Att plocka ut enstaka föreläsningar eller möten är inte så lätt utan för mig handlade det framförallt om helheten. Jag uppfattade föreläsningar som olika improvisationer runt ett tema som handlade om att skapa möten på lika villkor, om att få igång samtal som handlar om liv o verklighet snarare än symptom och diagnoser, om att möta istället för att sortera och kategorisera. Det som föll på plats handlade mycket om vikten av att formulera sig, att prata om det man gör, beskriva det väl. Jag tycker att det funnits en tendens bland humanistiskt orienterade behandlare att bli defensiva och tysta.”

Ingvar Johansson
Socionom/leg. psykoterapeut
Ängelholm

JAG BRUKAR INTE ÅKA SÅ OFTA på kongresser längre och om jag gör det så blir det gärna något helt annat än dom gamla vanliga ansiktena. Jag ville jättegärna åka till Carina eftersom vi hade träffats i Halmstad på den underbara kongressen där som innehöll helt nya människor och det hade känts bra.

Jag kollade knappt programmet i förväg om jag ska vara ärlig. Ville bara till Göteborg.

Mina intryck efter kongressen samlas i ett ord: HOPP.

Det som den lilla mannen, den rara människan, Bruce sa om sin mor fastnade, att de aldrig talade om henne mer. För mig var det tvärt om, pappa dog när jag var 9 och vi talade mycket om detta.

Men dödsfallen verkade ha väckt en slags liknande lidelse om man får vara förmätnen nog att jämföra sig med honom, nämligen vad hjälper folk? När han talade om att det är VI terapeuterna och relationen som är det som är något så VET jag ju att jag hört det förut men det var ändå hoppfullt.

När vi skulle skiljas åt råkade jag hamna next to him i en ring och hann säga vad det betydde till honom. Jag hatade det snåla som kan bli i konkurrerande konsult- och terapi-branschen så det kändes fint att berömma!

Det starkaste intrycket gav ändå Debra från New Zealand. Hon sa ”det du kan tänka dig själv in i kan du tänka dig ut”. Det kommer jag aldrig att glömma. Inte för att jag är specifikt KBT-ivrare utan på grund av två orsaker; dels för att jag anser orden ”hur känns det ” grymt utslitna och över-reklamerade. DET KÄNNER USELT PUNKT. Dels för att hennes mödosamma tankearbete att ta sig ur mentalinstitution, droger, bälten och människors syn på att hon VAR en

kroniker. TÄNKA sig själv ur detta. GÖRA om rösternas mening!? NOBELPRIS och BRAGDGULD och inspiration.

Vi har diskuterat detta på flera handledningsgrupper redan. Till exempel om en obetänksam, gullig men obetänksam, socialsekreterare säger DET ÄR EN TYPISK BORDERLINEMAMMA DET DÅR. Vad betyder en typisk tanke om en typisk diagnos för en människas växande?

Underbart diskussionsunderlag från Nya Z!

Andra intryck. Jim Wilson valde en av mina absoluta favoritfilmer som fond den stolta gruvpappan och hans dansande son BILLY det säger allt! Med humoristiskt anslag hjälpte han i alla fall mig att vara stolt igen över familjeterapiarbetet som jag och Bengt harvar på med OCH hoppet om att de relationellt inriktade utbildningarna har en plats i allt det ”evidensbaserade”.

Per Jensen är, förutom en av mina ”face-books-kompisar” lite av en idol. Hans tema om terapeuters bakgrund och hur de påverkar vad vi gör drabbade mig som ett slag i Halmstad, här i Göteborg var det mer stilla njutning.

Sista ordet från mig angående föreläsare: diagnoser är ett snapshot, adhd idag, något annat imorgon, VILKEN hoppfull mening! NÅGON annan möjlighet i morgon!

Sedan var minglet i stiftelsens nya lokaler och middagen kul på lilla portofino på torsdagen där jag minglade med alla föreläsare och hamnade lite i skvaller med nya Z, sverig, brasiliansk och dansk syn på varför man lämnar vissa KARLAR men DET ÄR EN ANNAN HISTORIA.

Kicki Olsson Ärnfast



Debra Lampshire



XVIII World IFTA Congress

Join us in Panamericano Hotel in Buenos Aires, Argentina
from March 17-20, 2010 for the 18th World Family Therapy Congress

Sponsorship and Exhibition Opportunities

Bridges

EBTA-konferensen 3-5 sep 2010

SIKT organiserar i samarbete med EBTA (European Brief Therapy Association) och SFBTA (Solution Focused Brief Therapy Association) den årligt återkommande korttidsterapi-konferensen med tonvikt på lösningsfokuserat arbete. Nu har turen kommit till Malmö att vara värd.

Obs! Early Bird-pris t o m 1 mars: 3400 kr, normal pris 4000 (ex moms). Webbplatsen är öppen för mottagande av abstracts.

SIKT AB, Harry och Jocelyne Korman
Bergsg 20, 214 22 Malmö

040-579 480
info@ebta2010.nu
www.ebta2010.eu



Korsvägens organisationsgrupp

del av



Inbjuder till
workshop 20-21 maj 2010

Narrativ praktik i organisationer med Maggie Carey

Vi inbjuder till en workshop för chefer, handledare, personalutvecklare, konsulter och andra som vill utveckla sina färdigheter i att skapa rika berättelser i sin organisation. Workshopen leds av en av den narrativa terapins centrala personer Maggie Carey, kollega till Michael White som grundade den narrativa terapin i Adelaide, Australien.

Vi startar torsdag 20/5 2010, kl 14.00-18.00 samt fredag 21/5 2010, kl 09.00-16.00

Kostnad: 2 200 kr (550 kr moms tillkommer)

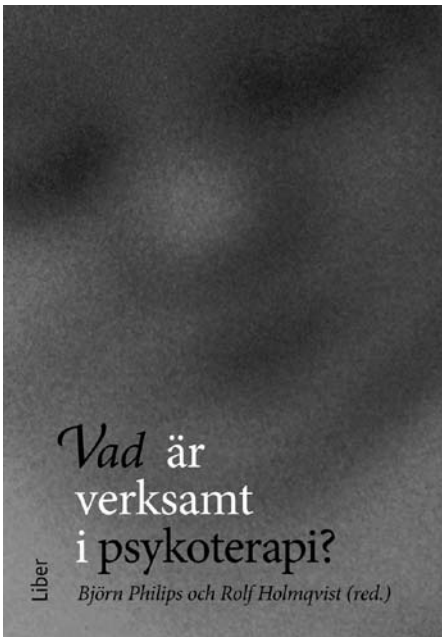
Info: anna.heden@bredband2.com tel 0708-242 807
monica@mollerstrand.se tel 0706-295 958

Marte Meo-gruppen i Väst inbjuder till föreläsningar i Göteborg

Haldor Øvreeide
föreläser om Föräldrafokuserat arbete med barn
4 mars 2010

Maria Aarts
föreläser om Marte Meo
17 maj 2010

Info: Monica Möllerstrand tel 0706-295 958 monica@mollerstrand.se
Åse Ljungquist Svantesson tel 0706-365 849 info@relationochkommunikation.se



**VAD ÄR VERKSAMT I
PSYKOTERAPI?
LIBER AB 2008
REDAKTÖRER: BJÖRN PHILIPS
OCH ROLF HOLMQVIST**

I boken får författare som representerar olika psykoteraeutiska inriktningar beskriva hur forskning visar på hur deras metod har effekt och vilka faktorer det är som ger förbättring.

I kapitlet "Vad i det familjeterapeutiska ger förändringar?" tar Marianne Borgengren, legitimerad psykolog och legitimerad psykoteraeut, och Magnus Wahlström, legitimerad psykolog och familjeterapeut, upp vad forskningen säger om familjeterapi. I begreppet familjeterapi innefattar de familjebehandling,

Det vi gör är bra!

familjearbete, familjeintervention, parterapi, parbehandling, familjerådgivning, nätverksterapi, och nätverksmöten.

Forskning visar att familjeterapi har effekt och lika starkt stöd som andra former av psykoterapi. I vissa fall visar familjeterapi t o m bättre resultat.

Starkast forskningsstöd har familjeterapi vid problem i parrelationer, depression, missbruk, schizofreni, anorexi och beteendestörningar hos barn och tonåringar.

Vilka verksamma faktorer tar författarna upp som unika för familjeterapi: att familjeterapeuter alltid försöker utvidga behandlingssystemet; en utvidgad terapeutisk allians gör att man inte är lika beroende av att få en samarbetsallians med "patienten"; familjeterapeuter arbetar med att direkt förändra det som sker mellan individer; man arbetar med omformuleringar av individuella problem och svårigheter till relationstermer.

Vid samforskningsintervjuer med klienter har följande positiva faktorer lyfts fram: Respektfullt bemötande; Att terapeuten hjälper till att sätta ord på känslor; Att man som klient har inflytande på samtalens utformning; Konkreta tips och råd, även hemläxor; Att vara med

och rita familjeträd och nätverkskartor; Att lyssna på terapeutens reflektioner.

Kapitlet om familjeterapi ger en överblick kring de olika synsätt och behandlingssätt som bedrivs inom facket vilket är intressant att få i en så komprimerad form.

Jag tycker också att kapitlet visar på att vi familjeterapeuter borde bli bättre på att beskriva vad det är vi gör för något, som påpekats på bl a senaste svenska familjeterapikongressen i Tällberg, för att lyfta fram att det vi gör är BRA och har POSITIV effekt för klienterna.

En mycket positiv sak med boken är att det är representanter för de olika metoderna som får skriva om sin metod, det är inte en kritiker som skall försöka smula sönder den "andra sidans" metod. För mig blir detta mer fruktbart.

Boken vänder sig till "såväl psykoteraeuter och blivande psykoteraeuter, som till patienter och andra som är intresserade av hur psykiskt lidande kan avhjälpas" och jag tycker att den är skriven på ett sådant sätt att den angivna målgruppen kan tillgodogöra sig den. Jag hoppas den kommer att användas i de olika psykoteraeututbildningar som bedrivs.

Rolf Ekvall
Familjeterapeut

Familjeterapikongressen hösten 2010

I Familjeterapiföreningen i Västerbotten har energin flödat i planeringsarbetet av kommande kongress i Umeå som har temat "Familjeterapi i ett livsperspektiv". Nu står programmet i stort sett färdigt, med undantag för lediga platser för workshops, seminarier, där vi hoppas att medlemmarna kommer med bidrag.

Imelda McCarthy är vår hedersgäst. Hon kommer att berätta om "Femte provinsen", den irländska metaforen om kungarna som la ner sina vapen för att genom samtal skapa fred. Denna metafor har haft stor betydelse i arbetet med familjer och nätverk, där konflikten skapat en lösning.

Björn Wrangsjö föreläser om "Familjens livscykel". Lars Jacobsson om "Att leva i konflikt – om livsstil och psykisk hälsa hos svenska renskötande samer" och Ann-Marie Lundblad om "Familjeterapi i ett folkhälsooperspektiv". Avslutningsvis knyter Gustav Berglund tillsammans med Erik Abrahamsson och Marianne Borgengren ihop säcken under rubriken "Möten med familjeterapeutiska inspiratörer".

Det hela kommer att ramas in av hälsosam musik. På vårt Välkommen-party kvällen inför kongressen kommer Umesonen och numera den internationellt välkände jazzpianisten Mats Öberg att ge oss en konsert. Vad som mer kommer få vara en hemlighet och får upplevas på plats!

Kongressen utspelas vid Aula Nordica, Umeå Universitet. Kvällsevenemangen kommer att vara nere i centrala staden. Busstransfer finns på plats från centrum till Aula Nordica.

Det allra viktigaste på kongressen är att det blir en fin samlingsplats för alla medlemmar och andra intresserade. Så Välkomna önskar vi i Familjeterapiföreningen i Västerbotten!

Åsa Kvarnbrink

Ordförande Familjeterapiföreningen i Västerbotten

P.S Glöm inte bort att anmäla egna seminarier, workshops eller utställningar, posters senast den 15 mars till undertecknad (www.andebrink.se)! Och framförallt - gör utrymme så att ni kan delta på dessa dagar! D.S.



Familjeterapi i ett livsperspektiv

Aula Nordica Umeå 22-24 september 2010

*Välkomna till Familjeterapikongress 2010
Svenska föreningen för familjeterapi &
Familjeterapiföreningen i Västerbotten*



Medverkande: Imelda McCarthy,
Lars Jacobsson, Ann-Marie Lundblad, Gustaf Berglund,
Marianne Borgengren, Erik Abrahamsson, Björn Wrangsjö
med flera.

Mer info på www.sfft.se



Konsten att vara närvarande

För tre år sedan var det Jaakko Seikkula, John Shotter, Harlene Anderson, Michael White och Tom Andersen som strålade samman under rubriken "Klienternas stämmor blir hörda; dialogisk, narrativ och reflektiv riktning i psykoterapin". Under planeringen för det möte som skulle utgöra en fortsättning och som vi nu kom för att delta i så har två av dem oväntat lämnat oss för gott, först Tom och sedan Michael. Det här mötet blir därför också ett sätt att lyfta fram den betydelse deras arbete haft. Nytilskottet Maggie Carey har jobbat vid sidan av Michael White vid Adelaide Narrative Therapy Centre sedan 1990.

9-11 juni 2011 planeras nästa träff, då som nu vid den gamla kuranläggningen Aulanko vid utkanten av Hämeenlinna (Tavastehus) i Finland, en fantastiskt naturskön plats.

Jag blev hitlockad av rubriken, NOW – The Present Moment. Känner igen den från titeln på en senare av Daniel Sterns böcker, på svenska blev den Ögonblickets psykologi. Dessutom hade jag möjlighet att lyssna på honom i Stockholm 2004 på temat The Present Moment Psychotherapy and Everyday Life. När Daniel Stern pratar om den stund som är ett ögonblick eller "just nu" nämner han att det varar tre till tio sekunder. Sedan kommer ett nytt nu, dessa nu skapas i mötet mellan två personer och kan beskrivas som förtätade ögonblick och som blir en avgörande möjlighet till förändring. Stern pratar också om intersubjektivitet som handlar om vår möjlighet att uppleva att vi vet att den andre vet, och han i sin tur vet att jag vet att han vet. En intoning av varandra som ger en känsla av att inte vara ensam här i världen, det finns någon som delar det jag är med om. Den här kunskapen kommer ursprungligen från studier av den ordlösa kommunikationen mellan spädbarnet och modern. Det uppstår då och då i kommunikationen korta ögonblick av det som tycks vara totalt samförstånd, ett viktigt ögonblick i relationen som för utvecklingen framåt. Stern pratar också om explicit och implicit vetande. Det explicita är det uttalade och det vi kan symbolisera och prata om medan det implicita ligger bortom språket och är sådant vi bara vet, rent kroppsligt inom oss.

Jaakko Seikkula inleder första dagen med att han varit väldigt upptagen med The Present Moment de senaste åren och han vill att vi antar utmaningen de här dagarna att fundera över varför dialog är så svårt, fast det är det första vi lär i livet? Varför fokuserar vi så mycket på att kontrollera med interventioner när det bästa svaret i alla typer av kriser skulle vara att lyssna och vara där?

Jaakko har fokus på dialogen och hur den kan bidra till present moment, att känsla av att dela uppstår och att ny mening skapas. Ett socialt nätverk utgör en dialog med många röster. I ett sådant möte är dialogen polyfonisk, där finns fler röster i rummet och de bildar i Seikkulas modell den horisontella polyfonin, samtidigt pågår också en vertikal polyfoni av alla de inre rösterna som utgörs av alla de personer jag bär inom mig och som aktualiseras av det som sägs av de olika personerna i rummet. Det kräver tid och utrymme att hantera alla samtal som pågår innanför och utanför.

Att vara närvarande ger möjlighet att utveckla nytt språk. Jaakko illustrerar med ett samtal där replikerna är nedskrivna. Personen han möter berättar något och J:s huvudsakliga bidrag är att repetera och sammanfatta och ge tillbaka vad han hört personen säga. Poängen är att störa så lite som möjligt med egna idéer och förhålla sig så att den andre får så stort utrymme som möjligt att berätta sin historia eller kanske snarare upptäcka sin historia med sina egna ord. Repeterandet syftar till att bekräfta vad jag hört men också visa att jag finns kvar, det uppmuntrar den andre till att fortsätta berätta.

"För människan finns inget värre än avsaknad av respons" (Bakhtin)

Vi får tillfälle att höra Maggie Carey, John Shotter och Harlene Anderson fördjupa sig i hur de tänker om de här frågorna. Vi delar in oss i tre grupper och så kör de tre parallella workshops som de sedan repeterar tre gånger under dagarna så att alla grupper får vara med om alla tre. En mycket bra konstruktion, rejäla trettimmarspass som gav ordentligt med tid till eftertanke och dessutom ett gemensamt tema som höll ihop men med deras personliga infallsvinklar i de olika workshopsen. Dessutom var det återsamlingar för reflektion då alla samlades och Jaakko ledde ett samtal med John, Harlene och Maggie.

Maggie Carey representerar det narrativa förhållningssättet som dessutom är rätt lösningsinriktat så det var spännande att få höra hur hon skulle få ihop det med att vara närvarande med den andre i dennes historia. Maggie är en väldigt aktiv person som rör sig oavbrutet i hela rummet, hon gör en väldigt levande presentation av sitt förhållningssätt.

Hon pratar om landskap som en metafor för självet och att de som kommer, kommer med ett problemlandskap. Jobbet är att invitera dem till de andra landskapen som de också har. Det måste finnas paus för att ge tid till att reflektera över den berättade historien.

Landskapet beskriver hon som tredimensionellt och det gäller att skapa överblick. Maggie visar genom att ställa sig på en stol. Där nere gör man livet och där uppifrån kan man titta på det. Hur ser det ut, vart kan jag gå? En handlingsdomän som är praktisk och fylld av händelser och en meningsdomän som är friare och som kan fyllas av metaforer.

Maggie vill uppmuntra människor att ta kliv, att ta sig upp på stolen för att för att se sig omkring. Det är The Present Moment. Ge utrymme för de berättelser som de själva har, som bara de själva kan beskriva. Ge platsen där de kan få överblick, invitera till ett landskap med handling och möjligheter. Att det finns andra historier är ett grundantagande.

Hur hjälper man då människor upp på stolen? Det handlar om att ta sig från det som är bekant till det som är möjligt utan att de vet vad det är. Stegen måste vara rimliga. Det är en social process att lära sig utvecklas (Vygotsky). Maggie har ett begrepp som heter Scaffolding distance, egentligen är det bilden av en byggnadsställning, ett slags tillfälligt stöd under uppbyggnadsprocessen. Det ska utgöra en väl avvägd balans mellan utmaning och stöd.

För att illustrera hur hon samtalar med en ung kille om hans framtid så får vi följa en utskriven dialog. Maggie analyserar vad de säger och hur hon utifrån hans respons bedömer om hon är på rätt nivå eller om hon ska byta. Hon visar det schema hon sorterar utifrån, ULLD=ultra low level distans, LLD= low level distance, och uppåt till high level, very high level distance. Det gäller att utmaningen blir lagom. Hon ställer kontrollfrågor "hur tycker du att samtalet går?" "OK, men det börjar kännas som jag skulle vara någon slags hjälte och det känns inte riktigt sant", "okej, låt oss gå tillbaka till..., skulle det passa bättre?", "jo".

Det här fallet handlar om ett arbete med en ung kille som i början inte har något eget driv så hon måste ha tron på att han kommer att kunna upptäcka sina andra landskap, fast han inte har det till att börja med. Sedan gå sida vid sida i en takt som han är beredd att gå för att fånga trådarna som är kopplade till de möjliga landskapen.

Harlene Anderson tror att anledningen till att dialog kan vara så svårt är att vi tror att vi vet, tror att vi förstår för snabbt och att vi missar pausen som behövs för det inre samtalet. Responsen är viktig, det är signalen att jag finns kvar. Vi kanske behöver ta ett steg tillbaks, vi har pratat om kunskap och språk – kanske drunknat i expertkunskap, tagit den för given. Harlene har funderat mycket kring "den andre personen" och tror vi behöver vara mer uppmärksamma på vad vi inte vet om den andre, vara mer nyfikna. Vi kan bara se det som de visar – du kan få veta mer men det beror på hur du frågar.

Hon beskriver klientens berättelse som en gåva, ger den namnet "storyball". Ta emot den men ta den inte ifrån dem, utforska den tillsammans. Harlene lägger mycket fokus på att vara en god värd, vara gästfri i sitt förhållningssätt. I sin workshop så är hon verkligen sådan som hon pratar om. Finns på plats när vi kommer in i rummet, möter oss alla fyrtio med något litet personligt när vi droppar in, ett leende eller ett välkommen och ögonkontakt. Jag känner mig sedd. Hon frågar oss vad vi vill ha ut av vår stund tillsammans, hon lyssnar nickande till de ämnen som kommer, skriver upp på tavlan – försäkrar sig om att det blir rätt och så är hon väldigt noga med att komma ihåg namnet på den som frågar.

Det kan tyckas helt orimligt med alla frågorna som kommer upp, hur ska hon hinna ta hand om allt? Men det blir inget bekymmer, det mesta blir kommenterat under förmiddagens gång och hennes enkla, vänliga, uppmärksamma sätt skapar en känsla av lugn och tillit i rummet.

Det handlar om att skapa ett sammanhang där människor kan samarbeta, är beredda att öppna upp för varandra. Terapeuten har till uppgift att invitera till samarbete, att vara expert på att skapa förutsättningarna.

Klienten är expert på sitt liv och behöver få möjligheten att berätta om det på sitt sätt. Terapeutens lyssnar med klienten och ställer frågor som uppmuntrar till utveckling av berättelsen. Det behövs paus för att ge den inre dialogen utrymme, terapeuten har också en inre dialog, även i en "not knowing position". Det kan vara professionella kunskaper som aktiveras som man blir upptagen av och som gör att man börjar ställa en viss typ av frågor, något som klienten förmodligen känner och undrar över. Harlene lyfter fram vikten av att dela med sig av sådan tankar, att vara offentlig.

Att inte kontrollera samtalet utan följa betyder också att man måste kunna vara i osäkerhet, inte veta vart det är på väg. Det finns en tyst interaktion som påverkas av de inre dialogerna som pågår mellan terapeut och klient, en aktiv process där båda deltar och kontinuerligt påverkar och påverkas av varandra. Det betyder att terapeuten också utsätter sig för risken att förändras under samtalet.

Tänk på klienter som kommer som människor som vill leva ett gott liv med sunda relationer och prata med dem om deras liv naturligt och på ett vardagligt sätt. Se dem som de unika personer de är och inte genom diagnoser eller andra generella beskrivningar. Det är förhållningssätt som Harlene framhåller.

När det var dags att lyssna till **John Shotter** upptäckte jag och mina kollegor att det fanns ett system för vilken grupp man skulle ansluta till som vi inte begripit. Den praktiska betydelsen var att vi hamnade i gruppen där allt översattes till finska av en tolk. Gott om tid för inre dialog med andra ord.

Jag tänker inte försöka återge vad John pratade om, jag upplevde det mer som att han vävde en väv av trådar från en mängd olika håll. Trådar som Bakhtin, Wittgenstein, T. Andersen, W.James, J.Dewey, G.Bateson, Vygotski och D.Stern för att nämna några. Han var upptagen av det kroppsliga, ick-everbala i mötet. Hur vi bara vet om varandra utan att något sägs. Vi är experter på kommunikation men vi gör det spontant och vet inte hur vi gör. Vi känner i kroppen, förväntan. När någon pratar söker vi efter vart han är på väg. När någon säger något vet du hur du ska fortsätta.

Vi får göra en övning som exempel. Vi är fem personer som ställer oss i en cirkel, ingen instruktion mer än att vi inte ska prata med varandra. En av oss får en bok som det står ett glas vatten på. Förvirringen över att inte veta övergår så småningom i att vi börjar låta boken med glaset cirkulera mellan oss. Vi skapar tillsammans ett system för hur det ska gå till, snarare än att vi följer ett, genom blickar och hur vi rör oss mot varandra och från varandra. Skojar ibland och backar tillbaka precis när den andres förväntan att få boken var på topp. Kroppen förhåller sig och mobiliserar sig inför vad som ska hända utan att jag behöver tänka.

Att vara dialogisk, varför är det viktigt? När man är fler som pratar så lägger var och en till sin del, det som är bekant från ens egen vy. Vi ser olika, några från en helt annan punkt men som ändå kan ha relevans och sedan ytterligare en annan position som tillför ännu en aspekt osv. Fröet gror och växer, En bra dialog föder något som inte funnits förut.

Kort sammanfattat så handlade de här dagarna om mötets betydelse, om att vara öppen för det som händer i mötet och följa med. Att vara beredd men inte förberedd. Att bli bemött och inte behandlad. Det blottar krocken som just nu finns mellan en önskan att hålla relationen i fokus och trycket på att arbeta mer med manualbaserade metoder.

Sedan kan jag inte låta bli att önska att nästa gång här i Aulanko så ska vi närma oss Present Moment ännu mer. Jag längtar efter mer detaljer, mikroanalys av videoinspelade möten, sådant som Marte meos grundare Maria Aarts är en mästare på. Det är lättare att se än att prata om det ordlösa.

Anita Blom af Ekenstam

p.s Mesta humorn var arrangörernas t-shirts som hade trycket "don't ask me, I'm in a not knowing position" d.s

B-FÖRENINGSBREV

RETURADRESS:

SFT

c/o Anita Blom af Ekenstam
Ringvägen 47b
181 33 Lidingö

www.sfft.se

KALENDARIUM

4 MARS

FÖRÄLDRAFOKUSERAT ARBETE MED BARN,
HALDOR ØVREEIDE
MONICA@MOLLERSTRAND.SE

10-11 MARS

FÖRDJUPNING I SIGNS OF SAFETY, ANDREW
TURNELL
WWW.SIKT.NU
KÖPENHAMN

11 MARS

SYSTEMCAFÉ CHARLOTTA LINDAHL INTERVJUAR
RICHARD C. SCHWARTS OM INTERNAL FAMILY
SYSTEMS THERAPY
WWW.FFST.SE
STOCKHOLM

12 MARS

VÅRSEMINARIUM MED INGEGERD WIRTBERG,
VAD ÄR SPECIELLT MED ATT VARA
FAMILJETERAPEUT?
FAMÖS INFO@FAMOS.SE
LINKÖPING

I VÅR KOMMER FKC ATT ERBJUDA EN
4-DAGARS UTBILDNING I LÖSNINGSINRIKTAD
COACHING. WWW.FKC.SE

18-19 MARS

INTRODUKTION SIGNS OF SAFETY, ANDREW
TURNELL
WWW.SIKT.NU
MALMÖ

9 APRIL

DALARNAS FAMILJETERAPIFÖRENING INBJUDER
TILL STUDIEDAG MED BARNLÄKARE LARS H

GUSTAFSSON

VÄXA – INTE LYDA
OM AKTIVT OCH POSITIVT FÖRÄLDRASKAP
FAMILJETERAPIENHETEN@LUDVIKA.SE
BORLÄNGE

22 APRIL

SYSTEMCAFÉ, VÅGE LJUNGGREN INTERVJUAR
AV ANITA BLOM AF EKENSTAM OCH CHICKI
GIDLUND
WWW.FFST.SE
STOCKHOLM

6-7 MAJ

SALVADOR MINUCHIN
INF: PAUL.JSSON@GMAIL.COM 0705-249101,
GÖTEBORG

6-8 MAJ

PSYKOTERAPIMÄSSAN
WWW.PSYKOTERAPIMASSAN.SE
STOCKHOLM

17 MAJ

MARIA AARTS,
MARTE MEO-GRUPPEN I VÄST ARRANGERAR
MONICA@MOLLERSTRAND.SE
GÖTEBORG

19 - 21 MAJ

NORDISK MARTE MEO-KONGRESS
WWW.MARTEMEOFÖRENINGEN.SE
SKÖVDE

20-21 MAJ

NARRATIV PRAKTIK I ORGANISATIONER,
MAGGIE CAREY
MONICA@MOLLERSTRAND.SE

KORG

GÖTEBORG

3-5 SEPTEMBER

BRIDGES – EBTA:S ÅRLIGA
KORTTIDSKONFERENS. I SAMARBETE MELLAN
SIKT OCH EBTA WWW.EBTA2010.EU
MALMÖ

22-24 SEPTEMBER

FAMILJETERAPI I ETT LIVSPERSPEKTIV. KONGRESS
OCH SFFT:S ÅRSMÖTE. I SAMARBETE MELLAN
VÄSTERBOTTENS FAMILJETERAPIFÖRENING &
SFFT
WWW.SFFT.SE/VASTERBOTTEN
UMEÅ

29-31 OKTOBER

EUROPEISK FAMILJETERAPIKONGRESS
WWW.EFTAPARIS2010.COM
PARIS

19 NOVEMBER

ÖPPNA SAMTAL – DIALOGISK NÄTVERKSTERAPI.
HELDAGSSEMINARIUM MED JAAKKO SEIKKULA
OCH TOM ERIK ARNKIL. MER INF KOMMER PÅ
WWW.FFST.SE
STOCKHOLM

2011

17-20 AUGUSTI

RÖTTER & VINGAR
NORDISK FAMILJETERAPIKONGRESS
WWW.NORDISK2011.SFFT.SE
VISBY

ANNONSERA I SFT – SVENSK FAMILJETERAPI. HELSIDA 3 000 KR, HALVSIDA 2 000 KR

KVARTSSIDA 1 200 KR PLATSANNONS KVARTSSIDA 3 000 KR.

NÄSTA NUMMER KOMMER UT I BÖRJAN AV JUNI. MANUSSTOPP 15/5

KONTAKTA REDAKTIONEN 08-767 31 87 ELLER SFTRED@TELIA.COM