

När systemet löper amok...

BASSAMTAL

med separerade föräldrar med hög konfliktnivå *

Erik Abrahamsson

Växjö Familjeterapikongress 4 september 2015

- *Fokus på Familien, 3- 2013: "När vuxenkonflikterna äter upp allt syre i rummet"*
Abrahamsson E, Maxlahti E.

Gianfranco Cecchin

Så fort som du blir för bekväm med en ide, oavsett vilken det är, i det ögonblicket finns det en risk att bli elitistisk, narcissistisk och fångad i en identitet...

När dina systemiska idéer börjar att kollapsa, är oftast då du börjar säga till folk: du är inte systemisk!

*Den som föraktar ordet, hemfaller åt dess dom.
Och mången talar i obetänksamhet **ord**
som stinga likasom svärd,
men de visas tunga är en läkedom*

Torgny Lindgren, Merabs skönhet : Ordet

Bassamtal med separerade föräldrar med hög konfliktnivå

Sammanhangmarkering:

Eftersom ni är föräldrar till gemensamma barn krävs det ett grundsamarbete mellan er.

Men ni är inte gifta och har ingen rätt att påverka den andres liv.

***Samtidigt** så kommer ni att påverkas av varandra under större delen av ert återstående liv via edra barn och kommande barnbarn.*

Förutsättningar för **Bassamtal**

Var och en av parterna söker och strävar efter att **hitta ett personligt förhållningssätt** för att stå ut med de känslor av orättvisor och kränkningar som finns kvar sedan tidigare, och som lätt kan väckas upp och förstärkas i och med att han/hon kommunicerar med den tidigare partnern.

Att **gemensamt** komma fram till en **strategi** som ger ramar för ett samtal där båda tror att det finns möjligheter att **ta ansvar** för ett eget förhållningssätt som gör att de separerade föräldrarna kan samtala på den **grundnivå** som deras gemensamma **barn har behov av**.

BASSAMTAL för separerade föräldrar (1)

Tydlighet

Sammanhanget

Vår roll

Samtalsform

Individuella samtal – förberedelse BAS-samtal

1. Vad tror du att du skall **göra** för att han/hon skall gå med på en överenskommelse?
2. Hur skall du **bete Dig** för att ni skall få till ett bra samtal, vad är det du inte bör göra?
3. Vad är det som **fungerar** i ert samarbete idag, har fungerat?
4. Vad är **din "vision"**, hur skulle du vilja se ert samarbete nu och i framtiden?
5. Hur tror du att **hans/hennes "vision"** ser ut? Nu och i framtiden?
6. Vad är du beredd att förhandla kring – vad är **din insats** , vad är du beredd att jämka på? (eftersom en överenskommelse innebär att ni samsas, jämkar på era krav)
7. Hur kan **vi hjälpa dig** så att du blir villig att hitta en lösning mellan er

BASSAMTAL för separerade föräldrar (2)

Uppdrag

Individuellt

Fokuserat

Deras ord

BASSAMTAL för separerade föräldrar (3)

Realitetsanpassning - Förhandling

Vad är önskvärt - Vad är möjligt?

BASSAMTAL för separerade föräldrar (4)

Terapeutiskt förhållningsätt:

Barnen i fokus

”Du skriver berättelsen om dina barns skilsmässa just nu!
Vilken berättelse hoppas du att dina barn skall ha om er skilsmässa och vad behöver du undvika att göra för att er separation skall understödja denna berättelse? ”

Lindsey MacInnes, ”Narrative Therapy with Couples and Children through Collaborative Divorce” Vancouver 2014

BASSAMTAL för separerade föräldrar (5)

Terapeutiskt förhållningsätt:

Barnen i fokus

Isomorfi

Isomorfi:

Smittsamt förhållningssätt:

- **fokus** - avgränsning

- vad är **möjligt**

- struktur - **förutsägbarhet**

- nutid - **framtid- barnfokus**

- **handling** är målet

Tydliga och aktiva samtalsledare

Fokuserade

Uppdraget - förhandla

Personliga, Generösa

”mor/farföräldrar”

Hoppingivande

Normalisera,

Ominramning - se intentionen

Undantag

Idéer

Reflekterande - Återberättande

BASSAMTAL för separerade föräldrar (6)

Terapeutiskt förhållningssätt

Barnen i fokus

Isomorfi

Bekräftelse

Att bekräfta:

Det **vi** hör och ser hos var och en

Personligt erkännande:

Multi-directed partiality (Ivan Boszormenyi-Nagy)

Egna erfarenheter:

Autentiskt samtal (Martin Buber)

Varandra

- deras tidigare, gemensamma liv
- idag, trots allt
- framtid, vad jag vill ta del av, hoppas på

Ett kärleksfullt kitt

BASSAMTAL för separerade föräldrar (7)

Terapeutiskt förhållningssätt

Barnen i fokus

Isomorfi

Bekräftelse

Goda viljan - trots allt

”Det som var så skönt det var att de var så positiva. De såg större utveckling i oss än vad vi själva gjorde”

Förälder i uppföljningsstudie av BAS-samtal

BASSAMTAL för separerade föräldrar (8)

Terapeutiskt förhållningsätt

Barnen i fokus

Isomorfi

Bekräftelse

Goda viljan - trots allt

Vad är möjligt - som det nu är

Bassamtal - ej emotionella samtal

Hanterbarhet - målet är handling

BASSAMTAL, överenskommelse:

Säkra ämnen:

- Kläder

-

-

-

-

-

"Utöver":

Förvarning via SMS :

*"Detta har hänt... **Kan vi***

höras?"

SMS-svar:

"Ja, ikväll klockan ..."

När vi pratar men det låser sig * :

"Jag behöver en time-out, när kan vi prata igen"

* Rättvisemonstret tar över

(Jag – Du istället för vad vi tror att **barnen skulle säga** om de fick bestämma)

Sättet att prata:

Pia: Öppen fråga, fråga i förväg, planera

Kalle: Pia få prata till punkt, ej resonera/övertyga

Överenskommelse 061123

Bassamtal : mötas med huvudet, ej magkänslorna

Bara prata om barnen

Inga andra tel samtal än om barnen

Ej blanda in andra saker (se upp med atomzonen) i tel samtal om barnen

Inte ringa när vi druckit

Om det känns fel: säg "pass" + räkna till 10. Försök igen. Går det inte, säg: nu lägger jag på luren

Överenskommelse 070301

När det kör ihop sig:

"Nu har vi hamnat i ... Kan vi ta en time-out. Kan vi bestämma en ny tid då vi fortsätter att prata?"

Det som är **bra** för oss:

Att inte ha en klar lösning

"Jag har en idé, vad tycker du om den?"

"Kan vi fundera lite mer kring vilka alternativ vi tror kan vara bra"

Att ge varandra information

Vi vuxna skall prata med varandra, ej gå via barnen.

"Pappal/Mamma och jag har kommit överens om..."

Voffor gör vi på detta viset...? (1):

Domänbegreppen

Domäner

Reflektionens, Förklaringens:

*Var och en har sin verklighet – sanning
Ej rätt och fel
Att få mandat*

Produktionens, Handlingens:

*”Objektiv verklighet”
”Sanning”, rätt eller fel
Utredning, Lagar.*

Estetiskt-Moraliska:

*Mitt speciella sätt:
- elegans, skönhet, respekt
- moral och etik*

Voffor gör vi på detta viset...? (2):

Domänbegreppen

- Produktions, förklarings och moraliskt - estetiska domänen

Språkssystemiskt förhållningsätt

- **Icke vetande**
- **Diskursiv positionering**
- **Grammar**

Voffor gör vi på detta viset...? (3):

Domänbegreppen

- Produktions, förklarings, moraliskt-estetiska

Språkssystemiskt förhållningssätt

- Icke vetande
- Diskursiv positionering
- Grammar

Narrativt förhållningssätt

- Livsberättelser: gemensamma, barnens, framtida
- Återberättelse
- Externalisering

Nyckelbegrepp BAS-samtal (1)

Jag position

”Du skriver berättelsen om dina barns skilsmässa just nu!
Vilken berättelse hoppas du att dina barn skall ha om er skilsmässa och vad behöver du undvika att göra för att er separation skall understödja denna berättelse? ”

Lindsey MacInnes, ”Narrative Therapy with Couples and Children through Collaborative Divorce” Vancouver 2014

Nyckelbegrepp BAS-samtal (2)

Jag position

”Strecket”

Trygga samtalet

”...i den utsträckning föräldrasamarbetet kräver det”

Utmaningar: *Att tygla vår iver att bli...*

Behandlare

- Vad gör inblandade behandlare egentligen...!
- Jag gillar att vara samtalsterapeut
- Jag vet vilken hjälp ert barn behöver
- När samarbetet börjar fungera :
 - svarar på deras behov av att prata om barnen,
 - skrapar upp sårskorpan

Utredare

- Men, hur är det egentligen, hur kan kollegorna ha kommit fram till detta, är det verkligen en komplett utredning?
- Det är ju uppenbart att ma/pa inte är kapabel, har de inte sett detta?

Advokat

- Så här får det inte gå till, detta är inte rättvist

Stödperson

- Det är för bedrövt, för orättvist, för smärtsamt

Nyckelbegrepp BAS-samtal (3)

Jag position

”Strecket”

Trygga samtalet

”...i den utsträckning föräldrasamarbetet kräver det”

Sammanhangsmarkera kontinuerligt

Bekräfta personen, föräldrakittet

Lathund för BAS-samtal

- Sträva inte efter att lösa gamla konflikter
- Hör och bekräfta känslor, anspelningar på svåra livsöden, utan att fråga mer om dessa
- Att äga samtalsrummet till 95 % är att hjälpa dem att inte misslyckas igen
- Sammanhangsmarkera återkommande: samtalen är för barnens skull, inte för föräldrarna; "vi tror inte på att ni kommer att lyckas lösa er ursprungliga konflikt, ni måste leva med den, **hantera den** så att var och en tar **ansvar** för sitt sätt att möta den andre, för barnens skull"
- Bekräfta deras goda intentioner: att de för barnens skull försöker få till ett föräldrasamarbete med en person de, av olika skäl, skulle vilja undvika att ha någon relation med överhuvudtaget
- Var beredd på den depressiva fasen i samtalet, speciellt hos dig själv
- Humor är verksamt i alla sammanhang
- Värme och kontroll går att kombinera
- Utmana dina ryggmärgsreaktion att bedöma, att moralisera kring vem av föräldrarna som gör och har gjort mest fel