

”Jag tänker att de stimuli jag får påförda som terapeut påverkar mig i alla situationer där jag verkar; både i mitt arbete som terapeut och som privatperson. När jobbet kommer tillräckligt nära min egen verklighet tillräckligt ofta, när det påverkar det jag gör utanför jobbet för mycket, då har jag mött min vägg. Var just min vägg finns beror på vem jag är som person.“

Per Isdal, Alternativ til vold, Oslo

Svensk Familjeterapi

Nr 3 2014, årgång 25
Issn 100-3421
Utges av Svenska Föreningen
för Familjeterapi (SFFT)

Redaktör:

Anita Blom af Ekenstam,

Redaktör/layout:

Mårten af Ekenstam

Adress: Ringvägen 47b,

181 51 Lidingö

Mail: sftred@telia.com

Nästa nummer

kommer ut i december

Manusstopp: 15/11

SFFT:s styrelse

2013—14

Marie Forneman,

ordförande

Arne Gynther,

vice ordförande

Ulf Korman,

kassör

Åsa Kvarnbrink,

sekreterare

Helena Engelbrekt,

ledamot

Britt—Marie

Andersson, ledamot

Lena Sahlström,

ledamot

Cecilia Scott—Wiklöf,

ledamot

Charlotte Westerberg,

ledamot

Gunnel Nirving,

ledamot

Karin Nilsson,

vetenskaplig sekreterare

Föreningens

webbadress:

www.sfft.se

Vi finns på Facebook:

sfft — Svenska föreningen för
familjeterapi

Sista ordet

På Arlanda, på väg hem från Nordiska kongressen i Åbo – svårt att summera, vad sitter kvar av allt jag hört? (något som verkar sitta kvar är utslag som jag fick i bas-sängen!). Många möten med både kända och okända, fina och intressanta presentationer. Det blir också tydligt hur budskapet nästan kan försvinna när talaren inte kan använda sitt eget språk och dessutom läser ur ett manuskript på engelska — språkets betydelse ur den aspekten blir så uppenbar!

Därutöver bjöds vi på god mat och fina musikaliska inslag, bland annat en 6- barns-familj som musicerade tillsammans på ett härligt sätt, mycket passande på en familjeterapikongress! Nästa Nordiska kongress blir i Reykjavik i juni 2017!

Vi är inne i hösten när detta läses och vårt eget arrangemang, Vetenskapligt symposium i Linköping närmar sig. Det blir uppenbart för mig att det är sista gången jag skriver ”ordförandespalt” för på årsmötet som hålls i anslutning till symposiet, avgår jag från ordförandeposten som jag innehaft i sex år. Det kommer att kännas ovanligt men skönt samtidigt! Min devis nu för tiden har blivit ”var sak har sin tid” och nu är det dax för en ny ordförande! Det kommer att bli flera personbyten i styrelsen kommande verksamhetsår, min tro är att det blir ett fortsatt gott styrelsearbete!

När jag ser tillbaka på de sex år jag varit ordförande så har det varit innehållsrika år – i början med urusel ekonomi, mycket osäkerhet och begränsningar utifrån det. Efter vår Nordiska 2011 har vi en god ekonomi men försöker ändå att ha koll på pengarna utan att snåla. Styrelsen har haft allehanda frågor att ta ställning till, yttra sig över eller delta i, hjälpsamheten är stor i styrelsen men även ute bland medlemmarna. När något förväntas av SFFT kan vi inte alltid närvara eller så har någon utanför styrelsen bäst kunskap, uppgifterna löser sig i princip alltid!

Vi har intensifierat antalet styrelsemöten via Skype, vi finns på facebook och är aktivare på hemsidan. En del kan naturligtvis bli ännu bättre men vi får inte glömma att allt görs ideellt! Lagoma förväntningar på oss men gärna tips och idéer hur vi kan göra förbättringar!

Med det vill jag tacka för mig i detta forum, jag har uppskattat den kontakt som jag haft med er medlemmar utifrån ordförandeposten! Jag har ett år kvar som styrelsemedlem och blir naturligtvis kvar i föreningen därefter! Vi ses!

Marie Forneman
Ordförande

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 kontaktpersoner för de olika regionala föreningarna.

Västerbotten: Åsa Kvarnbrink asa@andebrink.se

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 networker@live.se

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

Halland: Anita Nilsson anita.nilsson@falkenberg.se

Södra Sverige: Ulf Korman ulfkorman@comhem.se

FTF-Sydost: Eva Sjökvist eva.sjokvist@vaxjo.se

Famös, mellersta och östra Sverige: www.famos.se Håkan Pettersson
khpettersson@gmail.com

Stockholm: Lena Sahlström lena.sahlstrom@sfft.se

Åland: Crister Eriksson cristere@aland.net

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

Meeting in the Middle

Family Therapy: Pathways Towards Reconciliation



REYKJAVÍK
ICELAND
31.05 - 03.06 2017

sfft

Svenska föreningen för familjeterapi

kallar till

ÅRSMÖTE

22 oktober klockan 16.45

Mötet hålls i anslutning till det vetenskapliga symposiet i Linköping
Östergötlands museum, Raul Wallenbergs plats

Korttidsreferat

Sokos Caribbean Hotel var platsen för den 10:e nordiska konferensen i familjeterapi. Hotellet ligger på 25 minuters gångavstånd från den vackra staden Åbo i Finland. Där var vi, 340 deltagare från de nordiska länderna, som delade matsal och lokaliteter med mångdubbelt fler barnfamiljer som var sugna på Tove Janssons Muminland en dryg mil härifrån. Hotellet är en dröm för en 80-talsnostalgiker. Det typiska biljardbordet är uppställt i foajén och genom fönstren kan man se barnens dröm: ett komplett vattenland med något blekta palmer som tronar i bassängerna.

Redaktören för denna tidning ber om en resumé och vi enas om att det får bli en så kallad ”korttidsresumé” då tidningens deadline är mycket nära förestående.

Konferensens tema var ”Familjeterapi i framtiden”. Följaktligen handlade flera

hur vi vill förhålla oss till nätet – ska vi ge konsultation via mail och skype? Vad vinner vi? Vad förlorar vi?

Claes Göran Svedin, professor från Linköpings universitet, redovisade forskning kring barn och unga som blir sexuellt utnyttjade via nätet. Ett av resultaten gav svaret att de kommer från alla slags socioekonomiska bakgrunder men att deras gemensamma nämnare är att de känner sig dåligt ”uppkopplade” på sina föräldrar. Han menar också att många unga använder nätet för att utforska sin sexualitet (98 % av alla pojkar över 15 tittar på porr) och att det är extra svårt att behandla någon som råkat illa ut efter att ha varit sexuellt nyfiken – de tycker att de har sig själv att skylla. Föräldrar frågar sina barn hur mycket de sitter framför datorn – och här finns konflikterna, men de frågar mindre efter vad de tittar på när de sitter framför

Anita Blom af Ekenstam och Karin Svart Eriksson påminde oss ännu en gång om att ta barnets perspektiv då de berättade om sitt föräldrarbete i Täby starkt influerade av Jesper Juul. Det handlar inte bara om kvalitetstid menar det. En förälder är där för att vara en modell för sitt barn och det tar tid. Vi måste också inse att bygga med klossar är en lika viktig aktivitet som att läsa tidningen – om jag ska bestämma att det är tid att gå till förskolan nu så ska jag göra det med respekt för barnets aktivitet, inte bara min egen.

Bara svenskar? Nej då – Susanne Bargman från Danmark talade om vikten att låta sig utvärderas av sina klienter för att bli bättre. Vad skiljer en bra terapeut från en mindre bra? De tränar! 10 000 timmars träning krävs för att kunna komma i närheten av att kalla sig bra sa Susanne, och den som är bra har också en ständig nyfikenhet på hur den kan bli bättre (pust!)

Rikki Wezelenburg från Danmark talade om den byråkratiserade välfärden. 78 procent av veckans tid ägnar den ”normala” socialsekreteraren eller BUP – anställda åt administrativt arbete. Detta ger följaktligen 22 procent över till direkt tid med klienter. Ska vi ha det så här frågar Rikki? Hon förespråkar olydnad – bara då kan det förändras. Hon påminner oss också om att det finns flera språk att uttrycka lidande på: Det diagnostiska språket, det existentiella språket, det religiösa språket och det politiska språket. Inte kan vi gå med på att det enbart är det diagnostiska språket som får plats!

Och så Vigdis Torsteinsdotter som höll en inte helt lätt föreläsning om epistemologi (det där om hur vi lär oss det vi kan) som väl inte var den lättaste. Men heder åt henne som säger att dit måste vi tillbaka. Vi ska banne mig prata om grundsyn och grundantaganden sa hon – eller kanske riktigt så uttryckte hon det inte, men jag uppfattade att det var vad hon menade.

Många goda möten med trevliga kollegor blev det vid sidan av plenum och workshops. Nästa gång står Island värld med ett tema om försoning.

Görel Fred



Foto: Gustaf Berglund

Fanny Marell och Lisa Koser

teman om hur familjeterapin ska förhålla sig till det evidensbaserade. Själv var jag på en spännande föreläsning och en workshop som på olika sätt behandlade relationsfrågor och nätet. Fanny Marell och Lisa Koser berättade om sin uppsats där de gått igenom hur familjeterapeuter beskriver vad familjeterapi är för något på sina hemsidor och vad ”vanliga människor” ger varandra för råd på olika sajter. Deras slutsats var att familjeterapeuters hemsidor påfallande ofta skrivs utifrån ett expertperspektiv och de ”vanliga” efterfrågar ett mer jämlikt bollplank. De ställde också frågan kring

datorn. Ingen lätt fråga sa Svedin – man kan ha en rättmätig diskussion om var barn och ungas integritetsgräns går.

Karin Oldegård Ljunggren pratade om det systemiska ledarskapet och förde fram den spännande tanken om att det är bara att hacka i sig att organisationen alltid är i förändring. Att förvalta handlar det inte om. Personalstyrkan är mycket mer rörlig än förr och intentioner från politiker skiftar ofta. Det handlar om att förstå att man är satt att uppfylla de mål som finns just nu med de medarbetare man har och för det använde Karin en spännande modell.

Kan familjeterapin i Norden ha någon framtid?

Man kan undra, när den nordiska familjeterapikongressen, som just har temat "Family Therapy and the Future" inte samlar mer än knappt trehundrafemtio deltagare, varav hälften från värdlandet Finland. Håller familjeterapin på att tappa mark, en gång för alla?

Det är inget fel på programmet på kongressen. Alla plena och subplena hålls på engelska, vilket ska göra dem tillgängliga för alla – även om begripligheten ibland blir lidande, vi nordbor är inte alltid så bra på att uttrycka oss på engelska som vi vill tro. Många kloka ord sägs, ord som man skulle önska finge nå fler öron.

Men förmodligen går de utbildningspengar som fortfarande finns kvar i verksamheterna till andra saker nuförtiden. Om det nu finns några utbildningspengar kvar överhuvudtaget. Skattesänkningar på etthundrafyrtio miljarder måste ju märkas någonstans i de offentliga verksamheterna.

Evidensläget för familjeterapin är inte alls så klent, som man kan få för sig i den svenska ankdammen. Även om Tor Johan Ekeland i sin eminenta föreläsning påpekar att den neoliberala revolution som ägt rum i västvärlden de senaste decennierna har skapat helt andra förutsättningar för det terapeutiska arbetet. "There is no such thing as a society", hävdade Margaret Thatcher, och i New Public Management finns bara individer, inte sociala sammanhang. Men Ekeland visar också, att den administrativa detaljstyrningen, där på förhand bestämda åtgärder genererar verksamheterna ersättning enligt en fastställd prislista, är på väg ut från åtminstone det medicinska fältet.

Även Jacob Mosgaard talar om hur den nya individualismen omskapar mänskliga relationer. Att ständigt vara uppkopplad och att ha sina vänner på Facebook har fört människorna in i en ny värld, som är både större och mindre. Om vi kommit in i en ultrademokratisk värld av fri information eller om det är en värld av övervakning med obegränsade möjligheter att kartlägga oss, det är inte Mosgaard säker på.



Foto: Gustaf Berglund

Eydis Kristin Sveinbjarnadottir

Finland har en lång familjeterapeutisk tradition inom vuxenpsykiatrin. Den amerikanske vetenskapsjournalisten Robert Whitaker, Sverigeaktuell med sin bok Pillerparadoxen, framträder tillsammans med Jaakko Seikkula på kongressen. De talar om det i verkligheten urusla evidensläget för de långtidsmedicineringar med psykofarmaka, som förekommer i västvärlden. Seikkulas forskning, som nu replikerats även på andra håll i världen, visar att de psykospatienter som medicinerats minimalt eller inte alls men som fått ett familje- och nätverksterapeutiskt omhändertagande har en klart bättre funktionsnivå vid långtidsuppföljning. Och ju längre tid uppföljningen omfattar, desto tydligare är skillnaden gentemot den medicinerade gruppen.

Ibland kan stora förändringar iscensättas med små medel. Eydis Kristin Sveinbjarnadottir från Island har doktorerat på hur en psykiatrisk verksamhet förändrat förhållningssättet till patienternas familjer. Sjuksköterskorna på kliniken har haft korta samtal (15 minuter – mer är inte tänkbart på en akutavdelning) med familjerna, ofta med ett psykopedagogiskt tema. Man har använt sig av Calgary Family Assessment Model (CFAM) och Calgary Family Intervention Model (CFIM) i isländsk översättning. Även i den is-

ländska primärvården har dessa instrument kommit till användning, som Erla Kolbrun Svavarsdottir berättar om i sin föreläsning. Sjuksköterskornas korta familjesamtal har visat sig ha en gynnsam inverkan på sjukdomsförloppet, inte bara på akutpsykiatrins psykospatienter, utan också på primärvårdens patienter med kroniska sjukdomar som diabetes, astma och hypertoni.

Framtiden är inget problem, det är nuet som är utmaningen, påstår Bill Petitt i sin plenarföreläsning. Vi kan inte, som von Bertalanffy med den generella systemteorin, hoppas på att få en teori som förklarar allt och kan användas av alla. Organism, mind (Petitt frågar sig varför svenskan saknar ett ord för mind) och världen, allt hänger samman. En integrativ behandling måste ta hänsyn till detta, och låta varje system utforma sin egen teori.

Om evidensläget för att den ena behandlingsmetoden skulle vara effektivare än den andra är svagt, så påpekar Susanne Bargmann att den ena terapeuten kan vara betydligt mer effektiv än den andra. Det handlar om hur vi lyckas formera allians med våra patienter eller familjer. Detta är inte något vi kan utan vidare, utan som vi måste öva upp. Hon refererar till K Anders Eriksson, som hävdar att det tar ungefär 10000 övningsstimmar att uppnå mästerskap,



Susanne Bargmann Foto: Gustaf Berglund

vilket hantverk det än gäller. Vi behöver träna, ta in återkoppling från våra klienter, läsa fackartiklar, skriva egna terapianteckningar och upprepade gånger läsa dessa och reflektera över dem.

Och Vigdis Wie Torsteinsson fyller på i sin avslutande föreläsning om vikten av att läsa forskningsartiklar, och låta dem inverka på det praktiska familjeterapeutiska arbetet. Hon ser ingen motsättning mellan att vara påläst på forskningsresultat och dela med sig av dem och att inta en socialkonstruktionistisk icke-vetande position. De exempel hon berättar om kommer från flerfamiljegrupper för ätstörningar, något som i hög grad inspirerat henne.

På 90-talet var mångfalden större på både de svenska och de nordiska familjeterapikongresserna. Det var inte bara det att familjeterapin var gångbar inom en rad olika verksamhetsfält – socialtjänst, barnpsykiatri, vuxenpsykiatri, familjerådgivning för att nämna några. Det var också det att den systemiska terapins olika inriktningar kunde samlas under ett och samma paraply, och man kunde sitta tillsammans på ett och samma seminarium eller vid ett och samma fikabord utan att nödvändigtvis behöva vara överens om allting.

Numera har de lösningsfokuserade terapeuterna egna kongresser, liksom de som arbetar med nätverksterapi. Och vart de narrativa terapeuterna tagit vägen vet jag inte riktigt. Förhoppningsvis

kommer det fler svenska familjeterapeuter till det vetenskapliga symposiet i Linköping i oktober än till den nordiska kongressen. Men hur i all sin dar ska de få del av de nordiska kollegornas erfarenheter och synpunkter?

En del kanske får svårt att välja även i oktober. Psykoterapimässan äger rum

I slutet maj 2017 blir det en ny nordisk familjeterapikongress, denna gång i Reykjavik. Tänk om nätverksterapeuter, lösningsfokuserade och narrativa terapeuter kunde lägga sina kongresser där samtidigt, helst på samma hotell. Vad spännande och lärorikt det skulle bli!

I sådant fall skulle i vart fall inte jag



Foto: Gustaf Berglund

Jacob Mosgaard

samma vecka. En mässa där förresten familjeterapin egentligen borde ha en stor plats.

Men tillbaka till de nordiska kongresserna. Jag skulle önska att de här mötena vart tredje år på nytt skulle börja präglas av mångfald och dialog.

ha några som helst tvivel på den nordiska familjeterapins framtid.

Gustaf Berglund

Att försonas med sin barndom – och kanske sina föräldrar

workshop med Görel Fred

Görel inleder sin workshop med lite funderingar kring vad försoning är och några olika språkliga kopplingar till begreppet. Det kan handla om att lägga ned striden, om att återförenas och om att skapa lugn.

Men måste man alltid försonas och kan man alltid göra det? Görels erfarenhet utifrån lyssnarreaktioner när hon pratat i radions Kropp & Själ om detta, är att det kan vara ytterst provocerande att tänka att man kan välja att inte vilja försonas med sina föräldrar.

”Förlåtelse kan under vissa omständigheter vara destruktivt för den förlåtandes självrespekt” (Joram Graf Haber)

Samarbetet med Ulrika Hjalmarson Neideman i P1:s Kropp & själ ledde till att Görel föreslog att de skulle skriva en bok tillsammans. Så blev det, ”Försonas med din barndom och kanske med dina föräldrar” kommer ut senare i september.

Görel utgår från att det finns två vägar till försoning. En yttre väg, vi gör det tillsammans, ett samskapande. Den andra vägen till försoning är den vi kan göra inom oss själva, det kan vi göra helt oberoende av att ha den andre med.

Det krävs att vi kan vara i vårt vuxen-jag och att vi har förmåga att gå i metaposition för att kunna göra det val som det innebär att försonas. Görel tar hjälp av Eric Bernes Transaktions Analys-modell (TA) för att illustrera hur hon tänker. Barn- och föräldrarösterna inom oss hävdar sina skäl till hur det

är och varför det är som det är, sedan behöver jag lyfta mig över de rösterna och hitta mitt vuxna svar på det. Det är nödvändigt att först se och gå med på att jag inte fick vad jag behövde då när jag var liten, att själv vara vittnet till det mitt liv, innan jag kan gå vidare. Vägen till försoningen går alltid genom sorgen enligt Görel, sorgen över en förälder som inte förmådde ge det jag upplevde att jag hade behövt.

Görel pratar om tre strategier vi som barn kan välja för att förhålla oss till den förälder som vi inte upplever har kunnat möta våra grundläggande behov.

Att acceptera att man inte kan få det man behöver men ändå tacka ja till de positiva stunder man kan få, sidor av föräldern som man trots allt inte vill vara utan

Att acceptera att man inte kan få det man behöver och tacka nej till det lilla man skulle kunna få. Hoppet är lättväckt men det gäller att skydda sig

Att man hittar en försoning och att skapa en annan relation tillsammans.

En väg som de flesta skulle önska var möjligt.

Som vuxen är det för sent att få en bättre barndom - men det är inte för sent att få ett bättre liv.

Relationen mellan föräldrar och vuxna barn kan aldrig bli helt jämlik säger Görel. Som förälder är man alltid lite mer ansvarig för relationen och ansvarig för att vara den som lyssnar på sitt barns berättelse av hur det var och låter det stå oemotsagt. Det känns som en viktig tanke att ta med, att fundera över hur jag som förälder förmår lyssna på mina barn utan att vilja rätta till och omedelbart förklara.

Görel väljer sin egen personliga familjeberättelse för att belysa det hon pratar om och det märks i rummet hur svårt det är att låta den personliga erfarenheten få stå oemotsagd, det finns en stark lust att få hjälpa till, det måste väl ändå gå att förändra. En stark terapeutdröm men nu är det ju inte terapi det handlar om, det är livet som pågår. Jag ser fram mot att läsa boken.

Anita Blom af Ekenstam

Rättelse för fel i förra numret av SFT

I artikeln om Robert Whitaker i förra numret skall rätt professor emeritus vara Allen Frances.

/...Fd chefredaktören för DSM III och IV, professor emeritus Allen Frances, har gått ut offentligt och ifrågasatt DSM -5 (Frances, 2013). Framför allt

menar han att man lägger till fler och fler diagnoser samtidigt som man har sänkt kraven för de diagnoser som redan finns vilket leder till en extremt kraftig ökning av människor med diagnostiserade psykiatriska sjukdomar.

/...



Familjeterapiföreningen i mellersta och östra Sverige

och

Svenska Föreningen för Familjeterapi bjuder in till

Vetenskapligt symposium 22–23 oktober 2014 i Linköping

Föreläsningssal: Wallenbergssalen, Östergötlands museum, Linköping

<http://ostergotlandsmuseum.se/pages/25>

Program:

Onsdag 22 oktober (start klockan 13.00)

Kognitiv Integrerad Behandling vid Barnmisshandel – Metod och forskningsresultat

Carl-Göran Svedin, Anna Nelson och Lotta Lindgren

En ny generation regnbågsfamiljer – homosexuellas föräldraskap i en tid av rättsligt erkännande, Anna Malmquist

Paneldiskussion; Barnpsykiatern och den förändrade yrkesrollen under 2000-talet

Lena Svedin samtalar med Marike Peebo, Björn Lundin, Tove Marthin och Torgny Gustavsson

SFFT:s Årsmöte

Torsdag 23 oktober (avslut klockan 15.00)

Fält och Forskning – klinisk forskning en utmaning för Familjeterapeuter

Ingegerd Wirtberg

Psykoterapi vid ungdomsdepression, KBT/IPT/ABFT

Per Gustafsson och Rolf Holmquist

Barnmisshandel en del av våldet i nära relationer – familjeterapeutisk utmaning

Eva Maria Annerbäck

Det samhällsliga föräldraskapet, Madeleine Cocozza

Familjeterapi, barnpsykiatri, medicinering – går det ihop? Ulf Korman

Familjeforskningen nu och då, Marianne Cederblad

Kostnad: välj av följande alternativ

Konferens 750 kr inkl. kaffe dag 1, lunch och kaffe dag 2

Konferens + middag + dryckespaket (ett glas vin till förrätt och två glas vin till huvudrätt samt kaffe) 1 470 kr

Konferens + middag 1 230 kr

Middag + dryckespaket 720 kr

Middag 480 kr

Anmälan: senast 2014-08-20 genom att sätta in avgiften på plusgiro 704568-5

Glöm inte! Skriv namn, telefonnummer samt det alternativ du väljer

Om du önskar specialkost meddela madeleine.cocozza@liu.se

Vid frågor, mejla madeleine.cocozza@liu.se

Mer information på www.sfft.se

At se noe sammen – og gjøre noe med det

Ett besök hos Martin Soltvedt sommaren 2014

Det är en varm junidag och jag och min dotter och översättarkollega Cecilia Brodin, har kommit till Norge för att delta i Taos-konferensen Beyond the Therapeutic State. Nu har vi tagit bussen från Drammen till Lier genom ett dramatiskt åskväder, och pustar ut en stund hemma hos Martin Soltvedt och Berit Dahl Soltvedt. Berit har kvällen innan varit på Litteraturhuset i Oslo och presenterat sin nya bok, *Vi må ta fatt Nå – om jordas framtid, fantasien og livskunsten*, ett fascinerande brandtal för ekologi och kreativitet. Vi samtalar en stund om nödvändigheten att tänka nytt ”fra global til lokal” och samtidigt ta vara på gamla insikter om odling och teknik.

Sedan går vi över till att tala om BOF, Barnorienterad familjeterapi, det förhållningssätt som Martin, psykolog och barnpsykiaterapeut, numera pensionerad, utvecklat. Där går terapeut, barn och föräldrar in i en gemensam lek i sandlådan. Leken videofilmas och diskuteras sedan med föräldrarna. Arbetssättet ger barnet mycket fler uttrycksomöjligheter än när alla sitter på var sin stol och pratar. Oftast använder man små träfigurer i leken. För äldre barn och vuxna, där sandlådan kan kännas ”alltför ovanlig”, för att använda Tom Andersens uttryck, används figurerna i stället på ett bord, där man tejpar upp områden för att gestalta det som samtalet rör sig om.

Barbro Sjölin-Nilsson håller i kurser och utbildning i BOF och Tejping i Sverige. Martin betonar att utvecklandet av Tejping helt är Barbros verk. Nja, säger jag, och undrar om det inte var något som utvecklats av Martin och Barbro gemensamt? Båda arbetssätten har nu även presenterats på tyska genom Bernd Reiners, psykolog och familjeterapeut, som i Sverige samarbetat med Barbro Sjölin-Nilsson. Martin är glad och verkar nästan lite förundrad över att hans arbete spridits till Tyskland. Samtidigt

är han fundersam på det lite högtidliga språket, där föräldrarna i exemplen presenteras med Herr och Frau. Jag berättar att jag bett en tyskspråkig väninna läsa boken och hon var förtjust och förvånad över den generösa och varma tonen. Martin och jag enades om att det helt enkelt var två olika språk. Själv skryter jag med att två av mina barnbarn, Cecilias döttrar, har målat de BOF-igurer som är mycket omtyckta i min grupphandledning.

Efteråt erinrar jag mig den artikel som Barbro Sjölin-Nilsson och jag skrev i Norska familjeterapiföreningens tidskrift *Metaforum* 2008. Där berättar vi om Lier-dagarna 2007 som samlade ett sextiotal professionella som använt BOF i sitt arbete, och skriver inledningsvis:

Man behöver inte vistas länge som handledare i någon av de verksamheter som samhället utvecklat för att stödja barn och familjer för att höra suckar från dem som arbetar där: ”Jag tycker det är svårt att ha med barn i samtalet.” ”Jag är dålig på att få barn att prata.” ”Vi har för lite utbildning i att prata med barn”. Sällan hör man någon säga ”Vuxna är så knepiga att ha med i samtal” ”Det är så svårt att få de vuxna motiverade att delta i samtalet” ”Jag har svårt att sänka mig ner till de vuxnas nivå”. Ändå, om man skulle rada upp ett antal frågeställningar som ofta förekommer i handledning, skulle det vara minst lika sant.

De verksamheter som ger utrymme för lek är också verksamheter som gynnar jämställdhet. I den seminarierapport som gavs ut med föredragen från samma tillfälle skriver Anders Wesslund, psykolog i Skellefteå:

”Leken upphör i samma ögonblick som ömsesidigheten bryts. Lekfullhet förutsätter jämställdhet och försvinner där makt utövas. Det terapeutiska projektet behöver sträva mot jämställdhet

– mellan likvärdiga parter – om ett mellan- eller lekområde ska uppstå.

Åter till samtalet i Lier: Martin frågar vad jag håller på med nuförtiden och jag berättar om att jag försöker skriva om människan som gemenskapsvarelse och ha med både Kenneth Gergens tankar om ”relational being” och lokalhistoriska berättelser, där själva språket präglas av det livsnödvändiga samarbetet. Och att samhandlingen i BOF-leken också hör hemma i samma tankevärld.

När vi ska till att gå blir Martin ivrig och börjar prata om det centrala i BOF-tanken, och säger med värme i rösten att det helt enkelt gäller, ”At se noe sammen og at gjøre noe med det”.

Kerstin Hopstadius,
psykolog och familjeterapeut
Leksand

Referenser:

Gergen, K.J. (2009). *Relational being: beyond self and community*. Oxford: Oxford University Press.

Hopstadius, K. & Sjölin-Nilsson, B. (2008) BOF – Barnorienterad familjeterapi. Lekfulla möten med barnet i fokus. *Metaforum* nr 2 s. 50-54.

Nilsson, J. & Sjölin-Nilsson, B. (2008) Tejping – barnets egen berättelse. Ett lekfullt sätt att arbeta med yttre och inre relationer. *Metaforum* nr 3. S. 40–43.

Reiners, B. (2013) *Kinderorientierte Familientherapie*. Göttingen: Vandenhoeck & Ruprecht.

Soltvedt, M. (2005). *BOF – Barnorienterad familjeterapi*. Stockholm: Mareld.

Wesslund, A. (2008) På hal is – tio år med BOF inom BUP:s öppenvård. I Berit Dahl Soltvedt (Red.) *BOF: nye veier i arbeidet med barn. Beretninger på papir og DVD*. Seminarierapport.

Berättelser om X och andra

En man i 30-årsåldern går på en dammande landsväg. Det är morgon. Gulaktigt motljus. Mannens ansikte i närbild, kameran rör sig bakåt. Efter ett tag börjar en röst berätta:

”Nåväl. Så här är det: en man, vi kan kalla honom X, anländer mitt i natten till någon stad på landsbygden. Vi vet praktiskt taget inget om X. Vi kan tänka oss att han är tekniker, kommuninspektör eller lantmätare. Något sådant. Det spelar för övrigt ingen större roll. Det enda som har betydelse nu är att hans arbete gör att han måste befinna sig på ett visst ställe i utkanten av en by klockan sju på morgonen. X är mitt ute på landet. Det finns ingen skyltning dit han ska. X tänker: 'Jag har tagit fel.' Det finns inte en människa att fråga om vägen. Långt borta syns något som förefaller vara en traktor. X bestämmer sig för att vänta på traktorn och fråga när den närmast sig. Innan traktorn kommit fram till X utspelar sig episoden.”

Episoden med traktorn, 5 minuter lång, filmad i en enda statisk tagning från långt håll, innehåller det här: X bevitnar hur två män försöker mörda traktorföraren. Av en slump blir X själv mördare. Han tar en väska som traktorföraren gömt undan och som mannen möjligen varit ute efter. Han vet inte om de sett honom. Han vet inte vad alltihop handlar om. Han vet bara att han måste komma undan. Alltihop beledsagas av en berättarröst som ibland beskriver det vi ser, ibland det vi strax kommer att få se, ibland tolkar vad personerna känner eller tänker.

Så börjar *Historias extraordinarias* (Märkliga berättelser) av den argentinske regissören Mariano Llinás. I 18 kapitel berättas tre historier som omväxlar med men aldrig korsar varann.

Efter traktorepisoden gömmer sig X undan på ett hotellrum. Med ledning av tidningsartiklar och innehållet i det han tog med sig – väskan innehöll en brottsutredning – försöker han under veckor och månader skapa en bild av vad som hänt, och varför.

Huvudpersonen i nästa berättelse kallas Z. Han kommer till en charmlös småstad som tillfällig chef för en lokal byråkratisk jordbruksmyndighet ("La Fundación"). Z råkar hitta foton, dokument och handlingar som tillhört hans företrädare, en viss Cuevas, som nyligen dog i en hjärtattack. Cuevas, som arbetskamraterna uppfattat som helt ensam, förefaller ha levt ett dubbelliv, med multipla identiteter och exotiska och glamorösa inslag. Han har som det ser ut efterlämnat en förmögenhet på ett bankkonto. Z har möjligen förhoppningar om att kunna komma över pengarna.

I den tredje berättelsen får H på ett egendomligt sätt ett hemligt uppdrag, att fotografera bevis på ett övergivet kanalprojekt kring en flod på pampas. Men det stöter på problem. En annan person, César, har lejts för att röja bevisen (monoliter med projektets logo) ur världen.

Berättarrösten löper genom hela filmen, som är 4 timmar lång, har sparsam dialog och till stor del visar skeenden som är helt odramatiska. X tillbringar sina dagar på hotellrummet. Z åker runt i en gammal Volvo 142 på landsbygden i provinsen Buenos Aires, i Cuevas' spår. H tar sig fram på floden som lugnt flyter genom slätten, först ensam, sedan tillsammans med César. Berättelserna flödar över av utvecklingar och sidospår. Någon egentlig intrig finns inte, ingen personutveckling. Inte någon genomgående stil. Här blandas drama, äventyrsfilm, romantisk komedi, dokumentär, krigsfilm, stillbildsmontage, minimalism, road movie, cinéma vérité. Ändå, hur konstigt det nu kan verka, *Historias extraordinarias* är en underhållande oavbrutet fascinerande filmupplevelse. Oavsett eventuell cineastisk bildning eller bekantskap med Kafka och Borges.

Filmen utspelar sig i provinsen Buenos Aires. Pampas, med sina ändlösa slätter, korsade av landsvägar, stilla floder. Små städer, sömniga byar, övergivna hus. Hur kan man skildra ett sådant landskap utan att hamna i ren tristess? Llinás refererar till miljöskild-

ringen hos författare som R L Stevenson (Skattkamarön) och Conan Doyle (Sherlock Holmes-böckerna). *Historias extraordinarias* har drag av 1800-talets äventyrsromaner — undångömda förmögenheter, konspirationer, upphittade anteckningsböcker fyllda med hemliga koder — men utan nostalgi, inte som pastisch. Mitt i det vardagliga kan något annat, hemlighetsfullt finnas bakom nästa dörr, i nästa by, bortom nästa krök i floden. Landskapet får en mytisk dimension, osannolika saker inträffar. Som när Z i en lada på pampas möter ett döende lejon.

Historias extraordinarias är en berättelse om berättelser, om berättande. Det personerna säger är nästan alltid trivialt, psykologin visar sig i deras handlingar, som inte är logiska eller förutsägbara. Utifrån vad han läser i tidningar bygger X en teori om att en försvunnen kvinna, Lola Gallo, skulle ha en nyckelroll i det kriminalscenariot han kommit att dras in i (eller fantiserar). ”Men det förhåller sig inte så” kommenterar berättarrösten. ”X har fel i varje detalj, från början. Han kommer aldrig att veta det, men hela, absolut hela hans teori är fel.” Och mitt i historien om X får vi, i en av filmens många utvecklingar, en helt annan historia. Med en helt annan förklaring till Lola Gallos försvinnande – mer ordinär än X' teori men, fast på ett annat sätt, inte mindre dramatisk.

2010 vann den argentinska filmen *El secreto de sus ojos* (*Hemligheten i deras ögon*) Oscar som bästa icke engelskspråkiga film. Det är en film med spänning och humor, patos och elegans. En historia om ett mord, om diktaturens Argentina, om kärlek, men framförallt en historia om hur passion och besatthet styr våra liv, mycket mer än vi föreställer oss.

Välgjord, med ett traditionellt, gångbart filmspråk. De överraskningar och insikter filmen bjuder på ligger med god marginal innanför de ramar genren och Hollywoodberättande anger. En bra story, bra spel, väl fångade miljöer. Och en fantastisk sekvens, en fem mi-



Märkliga berättelser

nuter lång tagning (inte ett klipp! hur har DEN tagningen gjorts!?) där vi först ser en elljusupplyst fotbollsstadion på avstånd, sedan närmar oss, kommer in över arenan, över planen, följer spelet som kulminerar i ett ribbskott just innan kameran glider in över publiken på läktaren, genom folkmassan, fram till en närbild på en av huvudpersonerna – som får syn på den misstänkte mördaren som flyr genom publikhavet, och den rörliga kameran fortsätter följa jakten i betonggångarna inne i stadion, fram till dess den misstänkte, förföljd av poliser rusar ut genom spelargången, ut på planen och kolliderar med en av spelarna. Puh! Bara den sekvensen gör filmen värd att se.

Den budget som krävs för att göra en sådan scen, och en film som Hemligheten i deras ögon, gör att många intressen kräver att tillgodoses i den slutliga utformningen av produkten. Det kan bli snyggt och häftigt. Men systemanpassad prestation och resultatorientering har ett pris också. Något år tidigare hade Historias extraordinarias visats på festivaler i Buenos Aires, USA, Kanada, Italien och Frankrike. Ett ganska litet antal visningar, men filmens kvaliteter gav genklang hos filmkritiker runtom i världen. Filmen kostade ungefär en kvarts miljon kronor, i sammanhanget nästan ingenting. En fem-

tionedel av budgeten för Hemligheten i deras ögon. Ett år i sträck gick Historias extraordinarias på ett cinematek i Buenos Aires. Sedan ingen biografdistribution. DVD-utgåva finns inte. Men man kan se filmen på Youtube, uppdelad på tre avsnitt (tyvärr otextad). Trots berättarröstens roll är det en film man kan ha utbyte av även utan att förstå det som sägs. Man bör känna till huvuddragen i händelseförloppet, men det viktigaste förmedlas genom bilderna. På Youtube finns också ett kortare avsnitt ur berättelsen om Z med engelsk text, ett avsnitt som handlar om två systrar han träffar på en gård där han återhämtar sig efter att ha undkommit en brand. Det mesta som sägs anar man sig till av det man ser. Avsnittet om Z och de två systrarna, liksom ett par andra handlingstrådar i filmen, handlar om aldrig realiserade möjligheter. Både X och Z möter kvinnor de attraheras av, men deras upptagenhet av sina fiktiva världar kommer emellan. Det som kunde ha blivit är ännu en dimension bortom den synliga, faktiska verkligheten.

Hemligheten i deras ögon finns på Netflix.

I en intervju har Mariano Llinás sagt att voice over ”befriar bilden från tvångret att berätta”. I en ordinärt berättad film är bilden underkastad funktionen

att berätta. Med voice over kan bilden få visa verkligheten och personernas liv, oberoende av berättelsen. Det ger filmen en unik känsla av osorterad och otvungen närvaro. Det kan ibland bli kaotiskt intensivt och ibland visa vad vi ganska ofta gör i våra liv – ingenting särskilt.

Personerna i filmen är mest anonyma, vanliga människor. De exceptionella situationer de hamnar i mynnar oftast ut i inget särskilt. Men under tiden finns stunder, bilder, händelser som har en gåtfull lyster, som antyder möjliga utvecklingsvägar, men som liksom löses upp i sin vardagliga avsaknad av djupare innebörd. Som bara är, vilket inte är så lite. Llinás har sagt att en sak han ville var att ”celebrera livet”. Precis under ytan finns vetskapen att alltihop när som helst kan gå förlorat.

För Z leder skattsökandet till Afrika. H hamnar med en outhärdlig pratkvavn och historieberättare som förutom att rädda livet på H också ser till att de tillsammans hamnar i fångelse. Och vi får ett ”möjligt slut på berättelsen om X”: en nattligt ödslig caféavdelning på en bensinstation, bara X och servitrisen. De pratar, ser ut att trivas tillsammans. Och möts i en kyss.

Göran Nordström

Lyssna och reflektera med kunden



DAHL, K. & JUHL, A.G. 2013 DEN PROFESSIONELLA PROCESS- KONSULTEN STUDENTLITTERATUR

Om en accepterad och integrerad förändringsprocess som även leder till fortsatt utveckling ska vara möjlig i en organisation, krävs att organisationens medlemmar tar ansvar både för behovet av förändring och förändringsprocessen i sig. Processkonsultation är ett sätt att arbeta där konsultens insats består i att hjälpa klienten att uppfatta, förstå och hantera det som sker i den egna organisationen och utifrån detta genomföra de förändringar som anses nödvändiga. Processkonsultens roll är att underlätta förändringsprocessen genom att bidra med hela sin professionella kunskap och erfarenhet.

Psykologerna Kristian Dahl och Andreas Granhof Juhl, båda med specialområde arbetspsykologi, ger i sin bok *Den professionella processkonsulten* en gedigen genomgång av området processkonsultation där både verktyg och teorin bakom verktygen beskrivs. Boken är översatt från danska och faktagran-

skad av Kerstin Hopstadius, psykolog, psykoterapeut och specialist i klinisk psykologi.

Boken inleds med ett kapitel där det konsultativa rummet presenteras. Därefter följer ett kapitel om den goda starten. I resterande kapitel beskrivs olika positioner, teoretiska perspektiv som man som konsult kan välja att arbeta utifrån beroende på frågeställning och problematik i det aktuella uppdraget.

Det konsultativa rummet beskrivs i tre dimensioner. Den första dimensionen rör konsultens val av position eller teoretisk utgångspunkt. Den andra positionen gäller avgränsningen av det system man arbetar med och den tredje dimensionen gäller tidsaspekten i arbetet. Här beskrivs det som kan uppfattas som ett av bokens viktigaste budskap nämligen att val av metod och arbetssätt ska ske efter noggrant övervägande, utifrån kundens behov och i samspel med kunden. Detta till skillnad från att man som konsult slentrianmässigt använder sig av sin "favoritteori" eller en metod man känner sig hemma med.

I det andra kapitlet presenteras den betydelsefulla startfasen i ett uppdrag. Här beskrivs hur en första kontakt med kunden kan se ut, vad man ska tänka på i uppstarten och hur ett förmöte tillsammans med kunden kan utformas. Författarna presenterar en rad frågeställningar att ställa sig som konsult och att ställa till kunden, utifrån olika perspektiv. De pekar även på vikten av att skapa en god relation till kunden. Kapitlet innehåller en utförlig skrivning om dialogen kring konsultens förslag till kunden och hur olika dilemman i samband med detta kan hanteras. Författarna tar även upp hur utvärdering av uppdraget kan planeras. Ett annat intressant avsnitt handlar om vem som är kunden i uppdraget. Jag hade gärna läst mer om det skrivna kontraktet.

Efter de inledande kapitlen presenteras en omfattande och matnyttig genom-

gång av sex olika teoretiska perspektiv; OD-positionen, den strategiska positionen, den systemiska positionen, den värdesättande positionen, den lösningsfokuserade positionen och den narrativa positionen.

Det jag trots allt saknar i beskrivningen är mer av lyssnande och reflektion. När kunden kommer med sitt problem är det inte ovanligt att det finns känslomässiga hinder hos honom i form av skam, stolthet, rädsla etc som gör att man kan få hålla tillbaka sina frågor tills en mer hållbar samarbetsrelation vuxit fram. Att lyssna och reflektera tillsammans med kunden bidrar till en förståelse av situationen på en djupare nivå. Men även att lyssna inåt, vad väcks i mig, konsulten, när jag hör detta. Möjligen hade kapitlet om *Den goda starten* tjänat på en något mer stringent text. Mängden exempel och förslag på frågor att ställa, kan emellanåt kännas väl riklig med risk för att "guldkornen" försvinner i mängden.

Sammantaget är det här en bok som bör vara en god hjälp på vägen för den som vill ge sig in i processkonsultationens värld. Boken är innehållsrik, både när det gäller praktiska tips och en fylld genomgång av användbara teorier. Risken finns ju, som tidigare nämnt, att man som konsult väljer att använda sin favoritmodell/favoritteori och därmed riskerar att begränsa sitt seende. Den risken finns förstås även om man tagit del av den här boken, men man skulle nog inte göra det helt oreflekterat. Komplettera den här boken med en kompetent handledare och en grupp intresserade kollegor att diskutera med, så har du en bra grund i arbetet som konsult i organisation.

Britt-Marie Kjellgren
Leg psykolog, specialist inom arbetslivets psykologi

Att arbeta med våld



ARBETA MED VÅLD HANS ÅBERG STUDENTLITTERATUR 2014

Det finns forskare som hävdar att människan inte är en i grunden våldsam varelse. Som stöd för det påståendet plockar de fram benrester från människans begynnelse. Där finns inga märken av våld som är så vanliga i modernare skelettdelar. Det var först när människan blev bofast; hemmansägare, som kamper uppstod om ägande och gränser.

Hur som helst med det, i dag är våldet nära i varje stund som underhållning, hot, nyheter och som orsak till terapi. Om vi sedan egentligen vill vara våldsamma eller om det är givet av vår tid, vår omvärld, våra relationer är omöjligt att bestämma. Våld är våld och finns.

Hans Åberg har arbetat med våld i många år och startat Mansmottagningen i Uppsala. Han är psykolog och psykoterapeut och har nu skrivit en bok om att arbeta med våld. Det är en tung bok i flera bemärkelser och därmed komplex både vad gäller orsaker till och behandling av våldet. Han är snar att klargöra att det inte är personen som ska behandlas; det är våldshandlingen. Skuld- och skambeläggning är kontraproduktivt och förövaren ska behandlas med respekt och vänlighet precis tvärt emot den gamla föreställningen om att våldsmän ska straffas hårt och skamstämplas, isoleras och ignoreras.

Hans Åberg hävdar att motsatsen ska gälla. Våldsbehandlingen ska arbeta skamreducerande, i stället för att osynliggöra våldet ska det oupphörligen talas om och gås igenom, göras verkligt. Våldet skall göras verkligt och ges ett sammanhang och alternativ. I stället

för att kriminalisera förövaren skall handlingen kriminaliseras och ge utövaren en möjlighet att bearbeta den. I stället för diagnos skall behandlaren se de friska och förändringsbara sidorna.

Det feministiska inslaget är starkt i Hans Åbergs bok: ”mäns våld mot kvinnor, barn och andra män är ett av de allvarligast uttrycken för bristande jämställdhet.”

I behandlingsdelen framhåller Hans Åberg den norska Alternativ Til Vold, ATV som används i flera svenska kommuner.

En stöttepelare i ATV:s metodik är VASKA som uttyds Våld, Ansvar, Sammanhang, Konsekvens och Alternativ. I boken redogör han i detalj för metoden och behandlingsstegen på ett pedagogiskt sätt och det finns inte mycket att invända i synen på att det går att behandla våldsamma människor och få en positiv utgång.

Ett citat ur boken: ”Utövaren har sökt skapa makt över den andre, förändringen bygger på att utövaren får makt över sig själv. Frånvaro av våld fordrar att man kan hantera de egna problemen.”

Mårten af Ekenstam

Tejping

en lekfull metod för att arbeta med inre och yttre relationer

Grundkurs i Uppsala 17 - 18 oktober 2014

Kursen vänder sig till behandlare och utredare inom socialtjänst, familjerätt, barn- och vuxenpsykiatri, skola, habilitering och institutionsbehandling, som vill lära sig att komplettera samtalet med visuella och gestaltande inslag.

Tejping kan användas med barn, ungdomar och vuxna, vid såväl inre som yttre problem. Gestaltandet med små träfigurer på en scen kompletterar samtalet och underlättar för klienten att ge en berättelse eller beskrivning av hur situationen eller problemet ser ut, att bearbeta trauman eller att experimentera med vägar att nå uppställda mål.

Kursledare är **Jan Nilsson** och **Barbro Sjölin-Nilsson**, leg psykologer och leg psykoterapeuter, som arbetar med Tejping inom vuxen- och barnpsykiatri och socialtjänst samt i handledning.

Tid: fredag 17 - lördag 18 oktober 2014 kl. 9 - 16. **Plats:** Uppsala.

Kostnad: 4 000 kr + moms.

Anmälan till nilsjo.psyk@telia.com Läs mer om Tejping på www.bof-tejping.com

Smittad av våld

Om hur vi kan bli sjuka av att vara terapeuter och hur vi kan bevara våra själar i ett krävande arbete



Per Isdal

När Per Isdal inleder den norska årskongressen i familjeterapi med sin djupt personliga berättelse om det riskfyllda i att arbeta som terapeut är igenkänningsfaktorn bland åhörarna hög. I mötet med andras lidande är vägen från hjälpare till sekundärt traumatiserad inte så lång.

— Det är galet att man säger till folk att inte ta med jobbet hem, säger Per Isdal. Det är både fel och oklokt. Vi borde istället ha fått lära oss hur vi skulle ta med oss jobbet hem, på ett sätt så att det inte påverkade oss och våra relationer för mycket.

Per Isdal är välkänd i Norge såväl som i Sverige. 1987 grundade han stiftelsen Alternativ til våld med elva kontor i Norge. Stiftelsen finns nu även i de övriga nordiska länderna. I Sverige arbetar man med metodiken i flera kommuner. Man erbjuder bland annat utbildning i att leda icke-våldsgupper för män. Per Isdal är också författare till boken *Meningen med våld och frekvent anlitad som föreläsare*.

Till den norska kongressen i familjeterapi kommer Per Isdal för att tala om terapeutens roll i mötet med våldsamma klienter. Det handlar om vad det dagliga

mötet med berättelser av fruktansvärt slag gör med människan i terapeuten.

— Utvecklingen i samhället och våldet våra patienter berättar om, både som utövare och utsatta är en del av familjeterapeuters arbete i dag, säger han.

Han tillägger att terapeuter i Norge arbetar inom det område som är farligast om man tittar på sjukstatistiken.

— Tidigare har man inte förstått det, kanske för att det är en kvinnodominerad bransch. Men jag tror inte att det är det det handlar om, utan om att det är ett riskfyllt yrke att jobba med människor och människors lidande. Sekundär traumatisering och compassion fatigue (involveringsutmattning) är naturliga följder om man inte får rätt omsorg som terapeut. Människor tål inte våld.

VÅLD SOM TRÄNGER SIG PÅ

Per Isdal berättar om sin bakgrund och arbetet med våldsamma patienter. Under en period hade han 25 samtal i veckan med män som misshandlat kvinnor samtidigt som han som bisyssla var terapeut för våldtäktsmän och män som förgripit sig sexuellt på barn. Mitt i allt detta hände något med honom själv. Han började fundera på om det var hans arbete som påverkade honom.

— Jag fick mardrömmar, flashbacks och koncentrationssvårigheter. Jag blev irriterad. Till och från tappade jag hoppet och funderade över om mitt arbete var meningslöst. Min självbild påverkades – jag funderade över om det var jag som var negativ som person eller om det kanske berodde på jobbet.

Per Isdal ger exempel på hur han kunde sitta på tunnelbanan och tänka på sina klienter. Han blev irriterad på hur terapierna trängde sig på i hans vardag. Samtidigt fick det inte påverka hans arbete där han skulle vara en lika engagerad och klarsynt terapeut som vanligt. Men så kom insikten: Han hade blivit en annan människa också privat. Argare. Allvarligare. Engagemanget på det privata planet när det gällde omvärldsfrågor hade i princip upphört, det fanns ingen ork kvar. Energin som återstod

räckte till att följa såpoperor på tv och läsa lättsam litteratur istället för sådant han tidigare hade tyckt om.

— Jag gick från att vara en social och extrovert person till att bara vilja vara ifred. Ibland lät jag bli att svara i telefon för att jag inte orkade prata med folk på min fritid. I sociala sammanhang kunde jag känna mig utanför; hur kan det vara intressant med teater eller tomatpriser när man jobbar med svåra våldsbeskrivningar i terapi?

DEN EGNA GRÄNSEN

Det som skedde, menar Per Isdal, var att han mötte det han kallar sin ”vägg”. Som terapeut utsätts vi för oerhört starka och smärtsamma stimuli i våra arbeten. Han säger att man därmed är i riskzonen för att bli sjuk på grund av arbetet:

— Jag tänker att de stimuli jag får påförda som terapeut påverkar mig i alla situationer där jag verkar; både i mitt arbete som terapeut och som privatperson. När jobbet kommer tillräckligt nära min egen verklighet tillräckligt ofta, när det påverkar det jag gör utanför jobbet för mycket, då har jag mött min vägg. Var just min vägg finns beror på vem jag är som person.

Per Isdal fortsätter sin berättelse. Naket och ärligt berättar han om tankar om klienter som på ytan inte är okej att tänka, om sammanbrott och tårar, om tvivel runt den egna terapeutiska kompetensen. Men han berättar också om försoningen med sig själv, om hur han förstod att han snarare var normal än galen. Han förstod till slut att arbetet hade kommit för nära. Dess intensitet vävdes samman med den privata livssituationen.

— Väggens kom och den fyllde en funktion för mig. I dag känner jag mig tryggare och nöjd med att veta var gränsen går.

Det Per Isdal kallar sin vägg är symptom på överbelastning. Det handlar om ett generellt motstånd mot komplicerade stimuli, ett stresssymptom. Han förtydligar att det inte bara är stress, utan en

traumatisk stress som i sin tur leder till en belastning. Denna sociala och emotionella överbelastning skapar ett behov av självskydd, som det är viktigt att ta fasta på. Parallellt med sin berättelse visar Per Isdal hur många av hans symptom, det som av många kanske skulle ses som att ta för mycket av jobbet med sig hem, överensstämmer med kriterierna för PTSD:

— Det är normalreaktioner på överväldigande stimuli, poängterar han och hänvisar till en amerikansk undersökning som visade att socialarbetare inom barnvården hade högre PTSD-symptom än Vietnamveteraner.

EN NORMAL REAKTION

För terapeuter är det av stor vikt att se att sekundärtraumatiseringen som ger symptom på PTSD är just ett symptomorienterat begrepp. Det handlar om de historier terapeuter lyssnar på och hur de påverkar den egna personen. Det är normala reaktioner på stressfyllda och delvis traumatiska händelser för terapeuterna, en direkt koppling till klientens situation, menar Per Isdal. Att tala om motöverföringar i det läget är att för-ringa det som sker med terapeuten. Han berättar vidare om forskning där man kunnat se att sjuksköterskor påverkats starkt av att arbeta på akutmottagning och där man noterat att deras egen empati och följsamhet påverkades. Vad är ett skrubbsår hos det egna barnet i jämförelse med ett avslitet ben? När vi arbetar med starka intryck påverkas vår egen följsamhet, säger Per Isdal. Vi kan lika gärna bli över- som underkänslamma. Han gör en parallell mellan terapeutiskt arbete och studien om sjuksköterskorna: Hur är det att sitta i samtal med en mängd Tony Sopranos per dag? Varför skulle vi som terapeuter inte påverkas?

När det gäller belastningspsykologi talar man om specifika faktorer, förklarar Per Isdal:

- Allvarlighet: hur farligt/illa är det som sker med en?
- Frekvens: hur ofta sker det?
- Safe place: har vi rum för omsorg och stöd i vårt arbete?

Vår personliga livssituation och historia spelar också roll för hur vi som terapeuter påverkas, menar Per Isdal.

— Forskningen säger att om vi på något sätt delar historia med den vi möter, är det en större riskfaktor. Vi blir mer sårbara. Han förklarar vidare:

— Man kan säga att det principiellt finns tre nivåer av skydd för oss som

arbetar med terapi. Det handlar om arbetsmiljö och är då ett ledaransvar. Det handlar om ett kollegialt ansvar. I ett så krävande jobb har vi alla ansvar för varandra. Men det handlar också om eget ansvar: vi behöver lägga märke till, säga ifrån och ha egenomsorg.

Det är av stor vikt att fundera över vad som sker med en i olika sammanhang, menar Per Isdal. Han jämför det med att göra en varuinventering av sitt inre: Vem blir jag och vad handlar det om?

— Jag brukar säga att livet lever sitt eget liv. Vi blir förälskade, gifter oss och skiljer oss samtidigt som vi jobbar med andra människors relationer. Det vore konstigt om det inte påverkade oss. Det är livet. Och det pågår hela tiden. Ibland måste vi pausa. Kanske borde vi göra något annat ett tag. Framför allt måste vi fundera över vad vi behöver och hitta möjlighet till återhämtning.

ACCEPTANS OCH ÅTERHÄMTNING

Per Isdal talar om kontrollerad empati; att använda musklerna och den egna fysiken. Att vara uppmärksam på att inte matcha klienten totalt. Han menar att man bör söka omväxling i rummet, spänna musklerna för att hitta sina egna förankringspunkter och därmed inte bli för lik sina klienter.

— Det handlar om att använda kroppen. Vara uppmärksam på den. Att variera ställningen i samtalen. Kanske skall man byta kläder för att ta av sig arbetsuniformen hemma?

— Skall ni läsa en enda bok som är nyttig för terapeuter, läs Babette Rotschilds *Help for the Helper*. Den handlar om att finna sätt som är sundare för kroppen när man arbetar med terapi.

Per Isdals personliga strategi är utgångspunkten att jobbet gör något med honom.

— Det handlar om att acceptera sig själv och att samtidigt utmana sig själv på det privata planet för att få välbehövlig kontrast. Vi behöver vara vaksamma på omvärldens behov av att individualisera både egna och andras reaktioner. Det handlar inte om att vara sjuk. Det handlar om att reagera som de flesta andra terapeuter på jobbet.

Han poängterar att det inte handlar om individer utan om systemet och att det terapeutiska arbetet de facto är farligt.

— Det individuella bemästrandet tar inte bort riskfaktorerna i systemet.

Under föreläsningen bekräftar åhörarna flera gånger Per Isdal i det han

beskriver. Många känner igen sig och delar erfarenheter av trötthet, utbrändhet, tappad lekfullhet och leklust. Ett större allvar. Gemensamt är att samtliga först har skylt symptomten på den egna personen. Är jag för trött? Är jag för gammal? Passar jag inte för det här jobbet? Liksom Per Isdal har insikten om vad som beror på arbete och inte lett dem vidare till ett annat förhållningssätt.

Per Isdal avslutar sin föreläsning med att säga att hans klienter är hans största läromästare.

— Jobbet ger också upplevelser som berikar mitt liv. Jag får gyllene ögonblick av kontakt. Jag får uppleva bemästrande och kontroll av svåra situationer. Jag får uppleva förändring och jag blir starkare och en bättre människa. När jag vet hur jag skall göra för att värna om mig själv uppskattar jag också mina privata relationer. Mot allt ont, hjälper allt som är gott.

Text och foto: Heléne Gröndahl Lewinsky

Länkar:

Alternativ til vold: atv-stiftelsen.no

Litteratur:

Per Isdal: *Meningen med våld*, Gothia förlag 2002

Babette Rotschild: *Help for the Helper*, WW Norton Co 2006

Susanne Bang: *Rørt, rammet og rystet; faglig vekst gjennom veiledning*, Gyldendal Akademisk 2003

Faktaruta sekundär traumatisering/com passion fatigue
 Sekundär traumatisering bara drabba yrkespersoner som i sitt arbete exponeras för traumatiserande material. Det skiljer sekundär traumatisering från t ex utbrändhet. Liksom Per Isdal berättar, ses sekundär traumatisering som en normal och i det närmaste oundviklig reaktion på upprepade exponering. Sekundär traumatisering hos terapeuter har iakttagits sedan behandling av Vietnamveteraner och överlevare från Förintelsen. Involveringsutmattning handlar om en minskad förmåga till involvering över tid. I studier i traumafältet har man ibland kallat involveringsutmattning omsorgens kostnad för den som arbetar med människor. Det är inte bara terapeuter som är i riskzon för sekundär traumatisering och involveringsutmattning utan också hälso- och sjukvårdspersonal, poliser, räddningstjänst, journalister med flera. Källor: Wikipedia 2014-03-09, Ola Jameson: *Oftast stänger jag av ljudet* (Psykologiska institutionen, Stockholms universitet 2007)

Sexualitet och parterapi

om att bli bättre och modigare som terapeut på att ta upp tema sexualitet

Sexualiteten följer oss hela livet. Den förföljer oss också hela livet. Orden är Margrete Wiede Aaslands. Hon är på den norska föreningens årskonferens i Asker för att tala om vikten av att terapeuten vågar prata om sexualitet på den sökandes sätt. Med sig har hon sin erfarenhet som pedagog, terapeut, författare och sexualrådgivare.

— För mig är inte ord som knulla speciellt laddade. Man behöver tåla att höra dem, säger Margrete Wiede Aasland. Hon utvecklade hur hon tänker:

— Om inte den som kommer till terapi, och inte heller terapeuten kan tala om sex och kön utan att känna att det är lite förbjudet och skamligt blir det svårt. Vad är det med dessa ord som gör att det blir så svårt för oss? Vi har så många ord för könsorganen och så frodigt språk men ändå vågar vi inte använda dem. Vi omformulerar. Blir försiktiga.

På sin praktik på Institutet för klinisk sexologi och terapi i Oslo möter Margrete Wiede Aasland par och enskilda som kommer för att de har problem med sitt sexliv eller sin sexualitet. På del av sin tjänst arbetar hon med både offer och förövare för sexuella övergrepp. Den röda tråden är tydlighet. Oavsett vem hon talar med. Vi som terapeuter behöver tala om vad det egentligen handlar om, säger hon. Och det börjar inte i vuxenlivet utan långt innan.

Hon betonar vikten av att barn och unga får tala om vänskap och det sunda med sexualitet innan man börjar fokusera på övergrepp och allt man inte får göra.

— En skambelagd sexualitet som barn påverkar inte bara sexualiteten som vuxen, utan ibland också föräldraskap och syn på de egna barnen. Jag möter många i min praktik som har en romantiserad bild av sex. De förväntar sig att se stjärnor och månar men det blir ju inte så. Det handlar inte bara om huruvida de väntat med sex utan också att de saknar ord för sina könsorgan, inte vet hur man onanerar eller om den andra parten gör det. De talar inte om det här och har aldrig gjort det. Därför menar jag att det man behöver göra först är att prata med barn om det sunda i sexualiteten, inte

göra det till något som är fult och skambelagt.

Margrete Wiede Aasland anlitas av såväl förskolor som skolor för sexualundervisning. Hon menar att en del av det som är viktigt för att få en god sexuell självkänsla som vuxen också handlar om att lära barn de rätta namnen på könsorganen och deras delar.

— En del säger att bebisar kommer ut ur bebishålet. Det gör de ju inte. Tänk när den personen någon gång i livet skall ha sin sexuella debut och tror att slidan är ett bebishål. När jag blir inbjuden till skolor för att ha sexualundervisning benämner jag delarna vid deras rätta namn: vulva, urinrör, slida, klitoris och så vidare. Det samma gäller penis, den är mer än bara det och barnen behöver namn på pung och testiklar också, säger hon.

För Margrete Wiede Aasland handlar det om att ge barnen orden. Att informera utan att hemlighålla, hyssja eller skambelägga. Hur skall de annars våga prata — som barn såväl som senare i vuxenlivet? Här handlar det också om hur vi som terapeuter förhåller oss till sex och sexualitet, menar hon. Terapeuten måste inte själv ha ett fantastiskt sexliv. Men man måste veta vad man pratar om, ha kunskap och känna både styrka och trygghet i att arbeta med sexualitet. Vi behöver veta vad som har påverkat vårt eget förhållande till sex: religion, kultur, umgänge, eventuella övergrepp, utbildning, partnerrelationer. Det handlar också om hur man har talat om sex och sexualitet i det egna hemmet.

— Vi behöver vara medvetna om detta för att i samtal kunna möta personer som har andra preferenser, andra sexuella uttrycksformer. Vi behöver också vara säkra i det språk vi själva använder, säger Margrete Wiede Aasland.

Hon ger exempel på hur par kan vara missnöjda med sitt sexliv men inte förmå kommunicera sin lust och sina preferenser med varandra.

— Vi är ju experter på våra egna kroppar. Tänk vilken gåva det är att ha någon som kan berätta om hur den vill ha det! Och just det här hänger faktiskt

sammans med vilka ord man har fått som barn.

Hur man avvisar varandra går också att tala om, menar Margrete Wiede Aasland. Ibland kanske vi terapeuter fokuserar mer på själva avvisandet, hur det känns att bli avvisad. Men avvisandet i sig, hur det förmedlas, är minst lika viktigt.



Margrete Wiede Aasland

— Kan man säga ja, vad fint att du har lust i dag men jag känner inte för sex just nu eller avvisar man bara utan att bejaka det goda i den andres lust?

— Det finns en fråga som är jätteviktig här, fortsätter hon. Jag brukar fråga paret vad det är som gör att den andre parten får lust till dem. Det är en fråga som brukar vara svår. Ofta vet inte paret svaret. Vi tenderar att göra det vi själva uppskattar, men vet inte alltid vad den andre vill ha.

Liksom Per Isdal (se sidan 14) tar Margrete Wiede Aasland upp risken med sekundär traumatisering och påverkan, men snarare inom paret än mellan par och terapeut. Det gäller till exempel om den ena parten varit utsatt för sexuella övergrepp. Det blir lätt att identifiera sig med förövaren, speciellt om den utsatta parten tar upp det i relation till sitt nuvarande sexliv.

— Jag brukar säga att det inte är i anslutning till att man har sex man skall prata om det, säger hon och förklarar att det handlar om att skydda och kunna behålla ett fungerande sexliv.

När det gäller sexuella problem hos par menar Margrete Wiede Aasland att man som terapeut inte bara behöver forska i uttrycket, utan också när det uppstod. Många par säger att det alltid har varit så, t ex om det gäller sviktande lust. Det stämmer inte, säger hon. Någon gång uppstod något som innebar en skillnad.

Ibland behöver man också prata om föreställningen en del kan ha att alla andra har så mycket sex. Att den ena parten inte njuter sexuellt är också ett vanligt problem, liksom att man inte vill visa sig naken, att man får prestationsångest eller att man spänner sig. Ibland

handlar det faktiskt också om att man inte är attraherad av den man skall ha sex med. Det behöver vi också som terapeuter våga beröra. Vi behöver framför allt fråga dem vi möter vad olika saker innebär för dem.

Terapeutiska målsättningar handlar för Margrete Wiede Aasland om en acceptans av parets sexuella känslor och uttryck även om de skiljer sig från terapeuten. Det är också något att vara medveten om — det är ofta en skillnad. Det är viktigt att parterna i terapin skall få upplevelsen av att de äger sin egen sexualitet och har fungerande gränser i det sexuella samspelet. En målsättning är också att paret skall ha en positiv upplevelse av sexualiteten; att de skall lära sig att prata om sin sexualitet tillsammans. De kan behöva arbeta tillsammans med

att tåla avvisning, liksom att kunna ta emot vägledning av den andre.

— En del är rädda för att kramas, de tror att det skall innebära att partnern tolkar det som att de vill ha sex. Till slut tappar man beröringen helt istället. Det är viktigt att man fortsätter att kramas, att ta på varandra. Det handlar om att kunna njuta även av annan beröring och att se sex just som en källa till njutning. Inte prestation, säger Margrete Wiede Aasland. Hon tillägger:

— Jag tror att vi ofta tror att paret vet och pratar mycket mer om sexualitet än de faktiskt gör. Det går inte att ha problem i sin parrelation utan att det påverkar sexualiteten. Den är något av det mest sårbara vi har.

Text och foto: Heléne Gröndahl Lewinsky



*Lösningfokuserade kurser för människor
som arbetar med människor*

Kurser 2014/2015

- **Baskurs 3 dagar, lär dig grunderna i lösningfokuserad korttidsterapi – Harry Korman** varvar undervisning med videodemonstrationer och metodövningar. Kursen är till för alla oavsett yrkesgrupp eller bakgrund 1-3 dec, samt två tillfällen under våren.
- **Fördjupningskurs 4 dagar – Harry Korman och Jocelyne Lopez-Korman**, för dig som kan lite men gärna vill fördjupa dina lösningfokuserade kunskaper och färdigheter. Kursen hålls i liten grupp 18-19 sep och 22-23 okt.
- **Ettårig lösningfokuserad diplomutbildning.** Vill du bli riktigt bra på lösningfokus är detta något för dig. Vi träffas 2 dagar per månad och har metodträning och handledning på eget material. Dina förkunskaper ska minst vara en introduktionskurs i lösningfokus. Totalt 20 dagar. Med start efter årsskiftet.
- **Signs of Safety, 5 dagars intensivkurs – Andrew Turnell**, detta är en modell från Australien för utredningar av barn som far illa. Kursen kommer att innehålla en fördjupad beskrivning av modellen och intensiv metodträning, 16-20 mars 2015

Välkommen att höra av dig om du har några frågor!
Detaljer finns på www.sikt.nu eller ring 040-579 480

Hur kan skönlitterära texter inspirera och utvidga terapeuters praxis

Vid årskongressen för Norsk Forening for Familierapi 5-7 februari 2014 hade jag förmånen att vara en av deltagarna i Anne Kyong Sook Øfstis workshop "Hur kan skönlitterära texter inspirera och utvidga terapeuters praxis"?

Anne Øfsti kommer ut med sin första roman i maj 2014 med titeln "Si att vi har hela dagen". Den handlar om mödrar, systrar och döttrar, om att höra till.

Hennes tidigare bok "Parrelationer, kärlek, intimitet och samlevnad i en brytningstid" bygger på hennes forskning om parterapeuters tankar om kärlek, intimitet och sexualitet. I den uppmanar hon oss som arbetar med par att reflektera över vår tids parterapi. Hon menar att både terapeuter och klienter är medförfattare till skapande av vår tids kärleksrelation. Hon skriver att "terapi kan ses som romaner som upplevts i verkligheten".

Vi som är med på workshoppen förs in i romanberättelsens värld där Anne Øfsti kopplar ihop terapi med litterära texter. Hon berättar att "romanen har lärt mig mest om människoliv" och att litteraturen gör att människan tillåts att vara sammansatt till skillnad från berättelser i det vanliga livet där vi ofta förenklar.

I terapiutövning betonar hon vikten av att komplicera, att skeenden är känslösamma samt betydelsen av de-

taljer i berättelser. Betydelsen av att vi handlar känslösamt än att bara känna. Anne Øfsti gör en koppling till Lena Anderssons roman "Egenmäktigt förfarande — en roman om kärlek". Den är bland annat en etisk uppgörelse med kärlekens handlingar och dess konsekvenser när en part i en kärleksrelation inte tar ansvar för relationen.

Anne Øfsti hänvisar till den romantiska berättelsen i litteraturen med sin särskilda plot, att det är genom motstånd som den äkta kärleken vinner. Sagan om Askungen är ett bra exempel. Folksagan om en ung flicka som genom skönhet och dygd och lite trolleri vinner kungasonens kärlek. Anne Øfsti menar att det ligger ett löfte i ett romantiskt narrativ, att det ska gå bra. Det finns ett lyckligt slut och det skapar tröst och hopp. Det har hjälpt så många gånger att vi tror på idén. Hon ställer frågan om vi som terapeuter kan ställa in oss på ett litterärt språk i terapi och därmed få med oss den hoppingivande romantiken när vi arbetar med parterapi och kärleksrelationer. Vi kan använda oss av den litterära kontexten som lindring, för att möta lidande och som inspiration till att allt ska gå bra.

Som deltagare i workshoppen får vi uppgiften att skriva en litterär text utifrån

en terapissession. Vi använder oss av det romantiska narrativet med komplexitet istället för förenkling. Anne Øfsti betonar att vi i terapi ska försöka avgifta oss från det instrumentella språket och tänka på i vilket språk jag är i den andres språkvärld. I romaner är det komplicerade intressant och inte förenklingarna. Det är så man bygger upp en bärande berättelse där detaljerna leder oss fram och vidare.

Vi avslutar workshoppen med att läsa texter för varandra och det är inspirerande att se kopplingen mellan litteratur och terapi. Att vi kan bygga bärande berättelser med hjälp av den romantiska diskursen. Att vi som terapeuter har "högar av oskrivna manus liggande". Det utmanande och spännande i att Anne Øfsti uppmanar oss att använda fler texter än de redan givna om kärlek och samlevnad.

Gunnel Nirving Lönnroth

Litteratur:

Askungen (Traditionell folksaga)

Andersson Lena, Egenmäktigt förfarande – en roman om kärlek, Natur & Kultur 2013

Anne Øfsti, Parrelationer, kärlek intimitet och samlevnad i en brytningstid, Studentlitteratur 2012

Anne Øfsti, Si att vi har hela dagen, Gyldendal/Norsk förlag, utkommer i maj 2014

En föreläsning om

TRIADISK KOMMUNIKATION OCH KÄNSLAN AV TRESAMHET

Föreläsningen ger en introduktion till teorin och metoden MAFI – Mikro Analys och Familjeintervention som är en kombination av samspelsmetoderna Lausanne Trilogue Play och Marte Meo och de analysvariabler som används.

Lausanne Trilogue Play är en metod för bedömning och behandling av samspel i familjen och som bygger på system- och utvecklingsteori. Metoden utvecklades vid Lausanne Centre for Family Studies under 90-talet av Elisabeth Fivaz-Depeursinge och hennes kolleger. Jag hade glädjen att delta i en multicenterstudie och använt metoden i forskning på en grupp familjer i Sverige. Detta forskningsarbete kommer beskrivas och illustreras med videosekvenser. Under dagen kommer jag också tala om hur filmupptagningar av familjesamspelet återges till föräldrarna och samtalas om.

Föreläsare: **Monica Hedenbro** Leg.Psykoterapeut Med.dr, Handledare/Utbildare

Dag: **7 november 2014**

Plats: **Johan Tillanders väg 15 Bromma**

Kostnad: 1000kr + moms = 1250 kronor

Anmälan till Monica@Hedenbro.se senast den 6 oktober. Begränsat antal deltagare!

Grundaren av LI:
Peggy Pace
kommer till Sverige

För att överlevare ska börja leva igen

Utbilda dig i Lifespan Integration. Var femte kvinna i Sverige har någon gång drabbats av sexuella övergrepp, ändå är de ytterst få som får rätt psykologisk behandling.

Det ska vi ändra på.

WONSA är en stiftelse med målet att hjälpa överlevare av sexuellt våld. En av våra terapimetoder, Lifespan Integration, är en skonsam, manualbaserad behandlingsmetod som bland annat integrerar svåra livshändelser i livsförloppet och avbryter PTSD. Den 14-15 november kommer metodens grundare, Peggy Pace, till Stockholm för att utbilda fler terapeuter i level 1. Efter utbildningen kan du varaktigt lösa upp och integrera traumatiska minnen. Du som vill vara med måste ha steg 1 utbildning eller motsvarande. Kursen kostar 3700 kronor exkl moms. För mer information och anmälan: www.wonsa.org

WONSA
world of no sexual abuse

Ny berättelse — ny erfarenhet

Magnus Ringborg

För en tid sedan ombads jag hålla en kurs i parterapi. Jag skulle sagt nej om jag inte snabbt upplystes om att den skulle äga rum i en vacker stad i Provence. Där hade jag inte varit så det fick bli ett ja. Sedan kom tvivlet. Vad skulle jag säga? Jag blev tvingad att tänka.

VAD ÄR PARterapi?

Den första delen i denna text presenterar ett övergripande perspektiv på förändring i parterapi. Huvudtesen är att välkända bona-fide-terapi som inriktar sig på par kan ses som antingen huvudsakligen inriktade på att bidra till nya berättelser eller till att skapa nya erfarenheter. Den andra delen består av några reflektioner efter kursen. Tankar leder till känslor som leder till beteenden som leder till tankar som leder till känslor. Så är vi vana att se det när vi beskriver förändring i individuella terapeutiska processer. Parterapi handlar om interaktion mellan tre personer, möten som syftar till förändring i samspelet mellan de två personer som kommer till terapeuten. I det här sammanhanget föredrar jag berättelse i stället för tanke och erfarenhet i stället för beteende för att betona det interaktionella perspektivet. Känslor är i hög grad interaktionella, men de avspeglas i interaktionen via berättelser och erfarenheter. Vissa terapi adresserar mer direkt känslor (affekter, emotioner) men jag kommer här att inordna dem i det berättande eller erfalande facket.

TERAPIER SOM SYFTAR TILL ATT FÖRÄNDRA BERÄTTELSE.

Gemensamt för dessa är att terapeuten har en intervjuande roll. Hon talar med en av personerna i paret medan den andre får lyssna. Genom att interaktionen inom paret blockeras tvingas den ena parten att, ostörd av partnern men mer eller mindre vägledad av terapeuten, väva en berättelse. Denna kommer då att förhoppningsvis vara ny för den berättande själv och även för partnern. Terapeuten skiftar och ger sedan tid för partnerns berättelse, medan den tidigare berättaren får lyssna. Dessa nya berättelser leder till känslor och öppnar för nya handlingsmöjligheter. Terapeuten

undviker i allmänhet att adressera dessa möjligheter direkt. I denna process frågar emellertid någon av parterna, eller rent av kommer med förslag till nya handlingsmöjligheter. Terapeuten intervjuar vanligtvis om dessa idéer, och det blir på så vis till en del av den nya berättelsen. I terapirummet berättar man. Sedan får paret på egen hand praktisera nya erfarenheter.

PSYKODYNAMISK PARterapi

Psykodynamisk parterapi syftar till att förändra berättelser. Tidigare försökte man i parterapi följa en klassiskt psykoanalytiskt speglade hållning. För att en sådan hållning skulle fungera krävdes ett noggrant urval av par med återhållet samspel. För mer expressiva kontrahenter ledde det ofta till kaotiska samtalsituationer med eskalerande konflikter i rummet. En mer aktivt intervjuande hållning visade sig mer framkomlig. Via parternas respektive berättelser försöker terapeuten att lyfta fram förbisedda motiv och undangömda erfarenheter. En ny berättelse växer fram där A nu börjar lägga ihop pusselbitar på ett nytt sätt. Inte bara kan hon börja se sig själv, utan även partnern B i en ny dager. B å sin sida har inte hört denna berättelse. Men hon hör naturligtvis inte samma berättelse som A hör. Äldre tiders psykodynamiska terapi hade teorier som hävdade att det fanns korrekta tolkningar av omedvetet material. De olika varianterna av teorier som psykoanalysen gav upphov till stred om vilka dessa korrekta teorier var. En sådan inställning har numera övergivits. Men trots det är det nog korrekt att säga att psykodynamiska terapeuter alla har tolkningsscheman som de utgår från, även om de oftast idag är snarare relationella eller affektteoretiska än driftsteoretiska.

LÖSNINGSFOKUSERAD PARterapi

Liksom de psykodynamiska terapierna är detta ingen specifik parterapi, utan att allmänt terapikoncept som också kan tillämpas på par. De berättelser som genereras i lösningsfokuserad terapi är radikalt annorlunda än de psykodynamiska. De riktar sig mot framtiden snarare

än mot de förflutna. De pekar mot lösningar snarare än mot patologi och konflikter. Typiskt för dessa berättelser är att de tar sin början i mirakelfrågan: «Hur skulle ni märka att problemet är löst?» Utifrån en detaljerad vision av det lösta problemet mejslar sedan terapeuten fram berättelser om hur man redan är en liten bit på väg mot denna och paret får fundera över vägar att gå vidare mot det önskade tillståndet. Huvudidén i denna berättelseförändrande terapi är att skifta bilden från ett problemtyngt par till ett par som är på väg att lösa sina problem och som har flera utnyttjade möjligheter.

NARRATIV TERAPI

Jag utgår här från smal definition av narrativ terapi som syftar på det arbetsätt som utgår från Michael White och hans australiska kollegor. Det liknar i mycket det lösningsfokuserade, men uppehåller sig till en början mer i problemet. Man beskriver bekymren som något som ligger i samhälleliga diskurser och liksom utifrån invaderar paret. Man skiljer mellan den dominerande berättelse som gynnar patologi och passivitet och den undanträngda, men i terapin betonade, berättelsen. Den terapeutiska processen försöker lyfta fram en marginaliserad berättelse om kompetens och framgång.

SPRÅKSYSTEMISK TERAPI

I denna tradition tycks terapeuten vara mindre aktiv, men idén är densamma som de tidigare, alltså att försöka bidra till att en mer frihetsmobiliserande berättelse skapas genom samtalet. Man betonar här särskilt den lyssnande positionen, den reflekterande dialogen och pendlingen mellan ett inre och ett yttre samtal. Vissa terapeuter har en mer specifik intervjuande stil. Via cirkulära frågor stimulerar man kontrahenterna att fundera över sig själva, sitt beteende gentemot partnern, sina föreställningar om orsaker, möjligheter och katastrofer. Gemensamt är att man avsiktligt genom sin intervjustil blockerar kommunikation inom paret. En ny berättelse skapas genom att lyssna inåt och utåt.

TERAPIER SOM SYFTAR TILL ATT GE NYA ERFA- RENHETER

KBT- PARTERAPI

Kbt-parterapi börjar med att klargöra problemområden. Man undersöker områden som kommunikation, empati, intimitet, förmedling av känslor, tillit och möjligheter till förlåtelse. Parterna får göra listor på saker de vill förändra hos sig själva, hos partnern och i förhållandet. Terapeuten betar systematiskt av problemområden och ger hemläxor som är inriktade på övningar inom olika problemområden. Terapeuten blockerar alltså genom sitt bedömningsförfarande problematisk kommunikation inom paret och sätter dem så snart som möjligt i nya situationer där de får göra nya erfarenheter.

PARTERAPI UTIFRÅN STRUKTURELL FAMILJETE- RAPI

Här är teorin om gränser och subsystem central. Man undersöker paret som ses bestående av två system, föräldrasytemet och make-makasytemet. Dessa systems gränser mot andra system undersöks. Den strukturelle parterapeuten sätter tidigt igång paret i interaktion. Iscensättning är en central metodik. Paret iscensätter spontant i samtalet sin problematik, och den bildar utgångspunkten för terapeutens förståelse och interventioner. Genom att i rummet uppleva nytt samspel öppnas möjligheter till förändring. I likhet med beteendeterapeuten ger den strukturelle parterapeuten gärna hemuppgifter. Dock är hon noggrann med att först ha låtit paret pröva på den nya interaktionen under samtalet.

GESTALTTERAPI MED PAR

Walter Kempler lärde ut en form av parterapi som var extremt här och nu-fokuserad. "Stay with the feeling!" Utifrån hur samspelet inom paret utvecklade sig i samtalet stannade han upp inför sin intuitiva känsla för en känslomässig läsning inom paret. Via denna observation försökte han att få dem att uttrycka direkt till varandra vad de kände. Det var en iscensättning som liknar den strukturella, alltså att paret får pröva ett nytt

samspel i rummet, men som skiljer sig i och med den affektiva fokuseringen.

EMOTIONELLT FOKUSERAD TERAPI

EFT liknar föregående men är mycket mer systematiskt uppbyggd. Utifrån en mer kognitiv inledning där negativa interaktionscykler identifieras går man sedan till den emotionella nivån. Vilka basala anknytningsbehov är det som ligger bakom de frustrerande känslorna i paret? Vilka är de primära emotionerna bakom

de sekundära defensiva? Den emotionella omstruktureringen genomförs i en iscensättning där paret får hjälp att uttrycka sina sårbara känslor inför varandra och skapar därigenom en ny samspelsfarenhet.

SCHEMATERAPI MED PAR

Liknar EFT genom att man utgår från frustrerade basala anknytningsbehov. Utöver kognitiva interventioner, som alltså utspelas på berättelsenivån, så arbetar

FAMILJEVÄRDSSSTIFTELSEN
i Göteborg



The Extended Therapyroom

– coming from an authentic place

Tid	Lördagen den 27 september 2014 kl 13.00 – 17.00
Plats	Folkets hus, Järntorget i Göteborg

Carina Håkansson presenterar sin doktorsavhandling som tar utgångspunkt i egna erfarenheter av att vara psykoterapeut i Det utvidgade terapirummet.

Mer än 25 års nära samarbete mellan familjehem, de som kallas klienter, deras familjer, terapeuter och ett stort nätverk har gjort bestående avtryck. I såväl enskilda människor som i sättet att förhålla sig till det terapeutiska arbetet och dess plats i världen.

Det utvidgade terapirummet symboliserar en plats där kunskap och erfarenhet från det så kallade vanliga livet möter psykoterapeutisk kunskap och erfarenhet, men också där gränserna för det ena och det andra suddas ut. Där relation och sammanhang blir det väsentliga.

Carina kommer att prata om betydelsen av att vara närvarande, att möta, att vara delaktig, att ta ett personligt ansvar, att vara del av ett vanligt sammanhang, att förmedla och att möjliggöra.

Hon har bjudit in dramatikern **Suzanne Osten** och journalisten **Robert Whitaker** som var och en kommer att bidra med sin kunskap och väsentliga erfarenheter.

Välkomna!

Ingen kostnad. Anmäl dig **snarast** till Lena Lundqvist på telefon 031-698401 eller via mail:
lana@familjevardsstiftelsen.se

man också med upplevelsebaserade och beteendearterade interventioner. Dessa aktiverar paret direkt i samspel med varandra. Genom att uttrycka känslor på ett nytt sätt eller göra samspeleövningar så får man en ny erfarenhet i paret.

Sammanfattningsvis är alla de senare beskrivna terapierna lika varandra genom att iscensättning av nya samspelemonster är en central del av terapin. Terapeutrollen liknar mer regissörens än journalistens. Vilken stil är då bäst? Som vanligt borde man söka svar på denna fråga både på klientnivå och på terapeutnivå. Psykoterapi fungerar bäst när terapeuten känner att metoden passar henne och att hon behärskar den. Par brukar acceptera den metod som terapeuten lyckas förmedla till dem på ett övertygande sätt. Det finns ganska lite forskning på utfall av parterapi. EFT och olika KBT-tekniker har utforskats mest systematiskt av de ovan nämnda. Det behövs inte betyda att de är bättre eller mer effektiva än andra metoder. Men det skulle kunna vara så att metoder som arbetar både med intervjuande och iscensättning erbjuder bredare möjligheter och därför kanske kan passa flera par. Låt mig här hänvisa till Carlos Sluzkis klassiska text Blueprints. Han talar där om att det finns många olika vägar till att förändra berättelser i terapi. Men han hävdar också betydelsen av att man förankrar dessa nya berättelser i en levd erfarenhet. Varen icke endast ordets hörare, utan också dess görare, som det står på orgelläktaren i Vreta Klosters kyrka.

NÅGRA ANTECKNINGAR EFTER KURSEN I VENCE

Vad väckte intresse? Att döma av den erfarna gruppen psykologer så var det en hel mängd frågor. Jag ska redovisa några teman som stod fram för mig efter kursen.

ATT KUNNA STYRA OM DET BEHÖVS

Jag använde metaforen från ridning när ryttaren ger samtidigt framdrivande hjälp, skänkel, och bromsande hjälp, tygel. Hon ger dessa samtidigt och alternerande tills hästen förstår vad det är det handlar om och samlar ihop sig, böjer nacken och trampar under sig med bakbenen. Den är nu öppen för mer komplicerade hjälper som ska leda till att den är bredd att pröva nya rörelser. Att likna parterapi vid dressyr av en häst kan tyckas väl magstarkt. Poängen är emellertid att terapeuten och paret behöver känna den inledande kontrollen för att uppleva trygghet på det djupa vatten som man snart ska ge sig ut på.

Lösa tyglar i början, och hästen drar med sig ryttaren tillbaka in i stallet, in i bekvämlighetszonen, även om det är mörkt och kallt och dåligt med hö där. Tygel och skänkel, då blir vi alla tre beredda att ge oss ut på nya äventyr! Rollspelen gav troliga exempel på hur terapeuten styrde samtalet med förändringar i rösten, i tonfallet och i tempot. "Kan du vänta ett slag, vi kommer tillbaka till det där senare." Någon gång förstärkt av en lätt snudd på knät på den ena parten om det skulle bli alltför eldfångt. Vi såg Insoo Kim Berg i ett tidvis mycket eldfångt samtal. "Well come back to that", sa hon då och då. Men ibland räckte det inte till, utan paret drog iväg med sin process. Hon kunde då sitta en lång stund med ett lätt förskräckt men också fascinerat leende. När någon blev särskilt agiterad kring något om den andres beteende kunde hon kommentera med: "So you really want that to change?"

ATT FOKUSERA PÅ OCH HÅLLA KVAR TUNGA KÄNSLOR.

Flera i gruppen kände igen sig när vi noterade att terapeuten i rollspel, trots den klara intentionen att fokusera på affekter, ber en part kommentera den andre med: "Vad tänker du om det? Det är inte konstigt. Familjeterapi, och parterapi har i huvudströmmen varit kognitivt orienterad under en lång rad år. Därför blev övningarna att hålla kvar och fördjupa de svåra känslorna särskilt givande. Vi såg ett belysande exempel i ett rollspel. Den ena parten B skulle vara "svår", och han var det med besked. Terapeuten började med A och gjorde ett bra arbete med att fördjupa affekter. När han sedan gick över till B förändrades språket med ens. Vi hörde inte ett enda "Hur känns det?" Men däremot konsekvent: "Hur tänker du?" Terapeuten blev överraskad av att se detta när vi spelade upp en filmad sekvens av samtalet. Han drog snabbt slutsatsen att det var en omedveten anpassning från hans sida till vad han uppfattat som en grundläggande svårighet hos klienten. Terapeuten fick ett nytt försök, tog upp affektfokuserande interventioner också mot B och lyckades nu bättre att komma fram. "Var inte för snabba att i era huvuden sätta en diagnos på B, utan ge honom chansen", kommenterade en kursdeltagare.

AFFEKTEORI OCH ANKNYTNING

Les Greenberg och Sue Johnson har gått före i att utforska emotionernas roll i parterapi. Utifrån deras forskning ar-

betade vi på kursen med att försöka nå de primära emotionerna bakom de sekundära. Den här distinktionen är central om man ska försöka ta sig bakom ett mönster av konflikt i upptrappning eller tystnad som fryser till is. De emotioner som ligger på ytan i sådana spel ses som sekundära, som defensiva strategier efter att man blivit sviken i sina försök att nå närhet, skydd, bekräftelse och kärlek. Jag är vansinnig för att du har sårat mig. Jag är på dig hela tiden för att jag är rädd att förlora dig. Jag skyddar mig bakom ett skal av likgiltighet för att det gör för ont att bli avvisad en gång till. Jag längtar efter närhet, men det vågar jag inte visa. Därför visar jag min irritation över att du inte ger barnen närhet. Terapeuten får verkligen vara aktiv när hon försöker nå de här ofta väl inbäddade primära känslorna. Det räcker inte med att fråga om hur det känns, utan hon får också gå ett halvt steg före. Hon får föreslå de stora men sårbara känslorna. Inte tolka, men lägga fram dem på försök. "Kan det också finnas rädsla bakom ilskan? Jag kan tänka mig att du kan känna dig väldigt ensam ibland? Övergiven?" Sue Johnson pratar om evocative responding, ett uppväckande gensvar. Terapeuten försöker väcka upp de känslor som ligger och slumrar strax under medvetandets yta. När vi övade på detta blev det tydligt hur många av oss är så fast i inställningen att inte lägga något till, utan bara följa upp det klienten bjuder på. Men vi kunde också se hur givande det var att gå från de starka sekundära känslorna till de nyväckta primära. När dessa väl kunde uttryckas i nya dialoger till partnern började det hända saker.

ATT ISCENSÄTTA DEN NYA DIALOGEN.

När jag lade upp kursprogrammet utgick jag från att de flesta skulle vara betydligt mer förtrogna med den berättande traditionen och den intervjuande terapeutstilen. Det visade sig stämman, och i utvärderingen betonades vikten av att vi ägnade en hel del tid att undersöka och träna på iscensättning. Här visade det sig att terapeutens attityd kan vara avgörande. Om ett osäkert par också anar osäkerhet i terapeuten röst, så blir det alltför lätt att svara nej på frågan: "Skulle ni kunna prata med varandra om...?" För den tvehågsne underlättar det om terapeuten säger: "Jag skulle vilja att du... och du..." samtidigt som hon med kroppen

visar hur klienterna ska vända sig mot varandra.

Gestaltning av önskad framtid och sårbar dåtid är en mycket speciell serie iscensättningar som kan användas i början av en parterapi (men också senare om man tycker att man kört fast i rutinmässiga samtal). Den bygger på ett arbete av Richard Chasin och hans medarbetare. Det knyter an till ett lösningsfokuserat och framtidsinriktat arbetssätt, men också, kanske överraskande, till teorin om anknytning och sårade anknytningskänslor. Vi ägnade mycket tid till att göra tre gestaltningar i ett par. Den första handlar om att var och en av klienterna får regissera sin egen scen som visar i en kort dialog hur det ser ut när hon ser problemerna som lösta. Det här blir en mycket stark upplevelse. För det första insisterar terapeuten på att scenen ska vara kort, konkret och tydligt förankrad i tid och rum. Avgörande här är att partnern B måste, helt utan att improvisera, i detalj följa A:s regianvisningar. Terapeuten låter dem göra omtagningar tills scenen sitter perfekt. A:s idealscen följs av B:s, som naturligtvis ser helt annorlunda ut. Redan här kan paret börja glömma bort sitt ursprungliga problem, det som de var så angelägna om att presentera i början av samtalet då de blev hejdade. Denna idealgestaltning följdes av en ny scen som är kopplad till den förra men som kommer från kontrahentens tidigare liv. A får hitta en scen som är kopplad till den önskan som ligger bakom den ideala framtidsscenen. Den handlar alltid, visar det sig, om svikna anknytningsbehov. Efter en kort gestaltning av "svekscenen" regisserar nu terapeuten tillsammans med A en reformerad dåtid. Partnern B får nu göra den roll som saknades i den ursprungliga sårande händelsen, hon får vara den trygga anknytningsfiguren som tröstar, bekräftar, lugnar. Att detta är oerhört starkt säger sig självt, och en livlig diskussion uppstod om detta passar för alla par och för alla terapeuter. Förmodligen inte, blev svaret. Men det viktiga här var dels att vi fick öva på och uppleva att snabbt i en terapi föra in något helt nytt. Att gå från här—och—nu och dåtid till framtid och sedan tillbaka igen. Och att som klient uppleva det överraskande att för en stund vara helt i kontroll av, och att bli lyssnad på, av sin partner. För människor som kommer till parterapi är detta ofta något helt nytt.

I EFT gör man också iscensättningar, men här kommer de senare i terapin. Det

är när klienterna börjat ta fram sina undanskymda primära känslor och nu äger dem, som dessa ska förankras i nya positioner i samspelet med partnerns. Här får terapeuten ofta i början vara en nästan pedagogisk lots som föreslår de nya ovana orden för att försöka hitta fram till ett nytt, ärligare, intimare men också mer sårbart samspel med partnern.

ATT GE HEMUPPGIFTER.

Alla terapeuter gillat inte att ge uppgifter. Men vissa par vill verkligen ha det. Ge oss verktyg, kan de säga. För en allround parterapeut är det därför bra med ett MVG också i detta ämne.

Många terapeuter gör det felet att de ger allt för svåra hemuppgifter till par. Efter ett samtal där de intervjuat var och en av parterna ger de sedan paret att sätta igång med en helt ny typ av dialog på hemmaplan. Alltför ofta rapporterar de ett misslyckande. "Vi har inte riktigt haft tid", är ett vanligt svar. "Efter det där uppträdet i tisdags hade jag uppriktigt sagt ingen lust". Jag rekommenderar alltid att man prövar den nya svåra dialogen i samtalsrummet. Först när terapeuten hjälpt dem att lyckas med det där kan hon skicka hem dem med den uppgiften.

ATT GE AVSLUTANDE ÅTERKOPPLING.

Vi är nog ofta lite snåla med att ge återkoppling till par. Ibland håller vi inne med att ge dem vår syn på hur vi ser dem. Det kan bero på två saker. Det ena skälet är teoretiskt. Många terapeuter har en idé att all förändring ska komma inifrån. Terapeuten ska bara vara en underlätare som skapar ett sammanhang där det oförlösta kan komma fram. Det andra skälet är osäkerhet. Vi avvaktar med att säga något tills vi känner oss säkrare på vår bedömning. Oavsett skälet till vår tystnad, så är klienterna ofta besvikna på uteblivna kommentarer. De vill veta "vad vi tycker".

Hur som helst var det en stor inspiration för gruppen att se Insoo Kim Berg vid två tillfällen ge fylliga återgivning till slutet av samtalet. Utan att darra på manschetten och utan att fråga efter bekräftelse från paret så tog hon upp konkreta element och citat från samtalet och satte in dem i en ram av hopp. Hon använde sig av positiva omtolkningar, till exempel blev vad som såg ut som ett grälände samspel beskrivas som "en intensiv passion för relationen". Med detta som förebild kunde vi träna på att ge lite fylligare

budskap i slutet av samtal än vad vi vanligen gör.

ROLLSPEL SOM KUNSKAPANDE

Som läsaren har förstått handlade det mycket om rollspel. Men borde det inte ha varit riktiga par, undrar kanske någon. Jovisst, vi tittade också på en filmad terapi med ett riktigt par. Det var givande, men det kan inte ersätta den speciella kunskap som rollspel ger. Flera deltagare hämtade inspiration till sina rollgestaltningar från sina egna besvärliga klienter. Men, som någon påpekade, ju längre spelet håller på, desto mer kommer också den spelande personens egen livserfarenhet in i gestaltningen. "Hur kändes det när terapeuten gjorde si eller så", blev en återkommande fråga. Den återkoppling som då kom gav de deltagande terapeuterna direktkunskap, ofta överraskande sådan, om hur interventioner kunde upplevas. Efter årtionden av rollspelande i utbildningssammanhang blir jag bara mer entusiastisk. Framförallt över den kunskap som terapeuterna redan har och som plockas fram på några ögonblick i gestaltningen av nya mänskliga dilemman. Någon gång märkte vi att vi stannade upp väl länge i en viss problematik. Då "gjorde vi en Parlamentet". Det innebar, precis som i det populära TV-programmet, att vi visade en remsa för någon i paret med en uppmaning att ändra stil: "Du har plötsligt blivit mycket mer öppen känslomässigt. Men samtidigt har du ett envist sätt börjat dra in svärmer i samtalet". Det gick utmärkt, men det var inte alltid lätt för terapeuten att hänga med i svängarna. Kunde kursen varit bättre? Säkerligen, och vid utvärderingen kom många tänkvärda synpunkter. Den greppade över mycket, men det passade också gruppen av erfarna terapeuter. De fick något att bita i, dels lite nytt men också möjlighet att få kollegors syn på och praxis med välkända svårigheter för parterapeuter.

Referenser:

Insoo Kim Berg: Irreconcilable differences. Video.

Richard Chasin et al: Action methods in systemic therapy: Dramatizing idealized future and reformed past with couples. Family Process 1989.

Carlos Sluzki: Transformations. A Blueprint for narrative changes in therapy. Family Process 1992.

B-FÖRENINGSBREV

RETURADRESS:
SFT

c/o Anita Blom af Ekenstam
Ringvägen 47b
181 51 Lidingö

www.sfft.se

KALENDARIUM 2014

8-10 SEPTEMBER

BASKURS I LÖSNINGSFOKUSERAD
KORTTIDSTERAPI
HARRY KORMAN
WWW.SIKT.NU
MALMÖ

18-19 SEPTEMBER

22-23 OKTOBER
FÖRDJUPNINGSKURS I LÖSNINGSFOKUSERAD
TERAPI
WWW.SIKT.NU
MALMÖ

19 SEPTEMBER

NORA BATESON
GÄVLE SOCIALTJÄNST
WWW.GAVLE.SE
GÄVLE

27 SEPTEMBER

THE EXTENDED THERAPYROOM – COMING
FROM AN AUTHENTIC PLACE
CARINA HÅKANSSON, SUZANNE OSTEN,
ROBERT WHITAKER
WWW.FAMILJEVARDSSSTIFTELSEN.SE
GÖTEBORG

30 SEPTEMBER-1 OKTOBER

5-6 NOVEMBER
4-DAGARS KURS I LÖSNINGSFOKUSERAD
MODELL AGNETA CASTENBERG
WWW.FKC.SE
STOCKHOLM

2 OKTOBER

ETT RELATIONELLT PERSPEKTIV PÅ FAMILJEVÅLD
JUSTINE VAN LAWICK
WWW.MARELD.SE
STOCKHOLM

3 OKTOBER

OFÖRSONLIGA KONFLIKTER MELLAN SKILDA
FÖRÄLDRAR
JUSTINE VAN LAWICK
WWW.MARELD.SE
STOCKHOLM

8 OKTOBER

EN HELDAG MED ANDERS BROBERG
DALARNAS FAMILJETERAPIFÖRENING
WWW.SFFT.SE/DFD/DALKAL.HTM
BORLÄNGE

15 OKTOBER

FAMILJETERAPINS MÖJLIGHETER – VAD VET VI
OCH HUR GÖR VI?
SEMINARIEDAG MED JOHAN SUNDELIN
FAMILJETERAPIFÖRENINGEN SYDOST
LOTTAWESTBERG2@GMAIL.COM
WWW.SFFT.SE
VÄXJÖ

17-18 OKTOBER

GUNDKURS I TEJPING
BARBRÖ SJÖLIN-NILSSON OCH JAN NILSSON
WWW.BOF-TEJPING.COM
UPPSALA

21-22 OKTOBER

PSYKOTERAPIMÄSSAN
WWW.PSYKOTERAPIMASSAN.SE
STOCKHOLM

22-23 OKTOBER

VETENSKAPLIGT SYMPOSIUM
+ SFFT:s ÅRSMÖTE!
FAMÖS I SAMARBETE MED SFFT,
WWW.SFFT.SE
LINKÖPING

7 NOVEMBER

TRIADISK KOMMUNIKATION OCH KÄNSLAN AV
TRESAMHET
EN INTRODUKTION TILL TEORIN OCH
METODEN MAFI – MIKRO ANALYS OCH
FAMILJEINTERVENTION
MONICA HEDENBRO
MONICA@HEDENBRO.SE
BROMMA

14-15 NOVEMBER

FÖR ATT ÖVERLEVARA SKA BÖRJA LEVA IGEN,
LIFESPAN INTEGRATION LEVEL 1, PEGGY PACE
WWW.WONSA.ORG
STOCKHOLM

1-3 DECEMBER

BASKURS I LÖSNINGSFOKUSERAD
KORTTIDSTERAPI
HARRY KORMAN
WWW.SIKT.NU
MALMÖ

2015

16-20 MARS
SIGNS OF SAFETY 5 DAGARS INTENSIVKURS,
ANDREW TURNELL
WWW.SIKT.NU
MALMÖ

**ANNONSERA I SFT – SVENSK FAMILJETERAPI. HELSIDA 4 000 KR, HALVSIDA 3 000 KR
KVARTSSIDA 2 000 KR PLATSANNONS KVARTSSIDA 4 000 KR.**

NÄSTA NUMMER KOMMER UT I BÖRJAN AV DECEMBER. MANUSSTOPP 15/11

KONTAKTA REDAKTIONEN SFTRED@TELIA.COM