



**FINNMARKSSYKEHUSET**  
FINNMÁRKKU BUOHCCIVIESSU



## Familieterapi i Sápmi - fokus på den kulturelle kontekst i familiearbeid

Tove Laiti familieterapeut, leder for familieenheten  
Anne Lene Turi Dimpas, psykologpesialist, PhD  
Storforsen 28.08.25

Sámi našuvnnalaš gealboguovddáš - psykalaš dearvasvuodasuddjen ja gárrendilli, SÁNAG.  
Samisk Nasjonalt Kompetansesenter - psykisk helsevern og rus, SANKS.



# Hva er SANKS?

- Ordinær sykehusklinikk for psykisk helsevern i vår region – vi er en del av Finnmarkssykehuset og tilbyr generelle tjenester til hele befolkningen
  - Poliklinikker og ambulante team
  - Døgneheter for ungdommer og voksne
  - En familieenhet
- Nasjonal kompetansetjeneste for psykisk helsevern og rus/avhengighet for den samiske befolkningen
- Skal gi tilbud til den samiske befolkningen i egen region og nasjonalt. Gir også tilbud til samisk befolkning på svensk i finsk side av Sapmi
- Egen avdeling med ansvar for forskning og fagutvikling, FoU-avdeling
- Organisert under Sami klinihkka i Finnmarkssykehuset – særskilt ansvar for samiske pasienter – både psykisk helsevern og somatiske sykehustjenester

# SANKS har et nasjonalt team

Teamet tilbyr behandling for samer i hele landet. Vi har lokasjoner i sørsamisk, lulesamisk og nordsamisk område.

- Oslo
- Trondheim
- Røros
- Hamarøy
- Tromsø
- Kautokeino





# Kort om familieenheten

- Startet opp i 2002
- Intensiv familierterapi på 4 uker
- Barnet henvises sammen med familien av en BUP. BUP fortsetter oppfølging av familien etter utskrivelse fra oss
- Digitale formøter og hjemmebesøk før familien kommer til oss
- Egen skole og barnehage tilbud
- Mulighet for å inkludere andre enn kun kjernefamilien
- To familier parallelt, det vil si omtrent 20 familier per år
- Behandlingsteamene er tverrfaglige; familierapeuter, psykologer og leger



# Den samiske konteksten

- Befolkningen opplever mange negative konsekvenser/skader av fornorskningen
  - Usikker samisk identitet, tapt identitet
  - Skam (og fornektelse) over egen bakgrunn
  - Tap av tradisjonell kunnskap og språk
  - Manglende tillit og utrygghet i forhold til majoritetsbefolkningens myndigheter og hjelpeapparat
  - En oppvekst med mye diskriminering og antisamiske holdninger
- Usynliggjøring og åpen diskriminering / antisamiske holdninger
- Pågående inngrep og kamper
- Kulturell stolthet og kulturell revitalisering og dekoloniseringsprosesser – ta tilbake det tapte
- Mange lever en flerkulturell hverdag og den samiske kulturen er svært heterogen – by, land, minoritet, majoritet, ulike næringer, ulik grad av status, ulik fornorskningshistorikk, ulike opplevelser av diskriminering og konflikt



# Likeverdige helsetjenester for urfolk og andre minoriteter

- Urfolk og andre minoriteter skal ha lik tilgang på helsetjenester som majoritetsbefolkningen
- Helsetjenestene skal tilby tolk hvis de ikke har helsepersonell som behersker pasientens språk
- Helsetjenepersonell skal ha kunnskap om samisk historie og kultur
- Helsepersonell skal ha en forståelse for at kulturelle forhold er viktig i møte med pasienter – kultursensitivitet
- Helsetjenesten skal være kulturell trygg og ha en bevissthet rundt fenomenene mistillit og maktasymmetri som kommer av historiske og strukturelle forhold gjennom historien
- Helsetjenesten skal tilby kulturtilpasset utredning og behandling



# Hva er kulturtilpasset familierterapi?

- Ha et kritisk blikk tradisjonelle (vestlige) terapiretninger – passer det inn i vår kontekst?
- Inkludere og integrere samiske måter å gjøre ting på, leve på og inkludere samiske verdier, normer og tradisjonskunnskap i terapi
- Samisk tradisjonskunnskap har mistet sin status som likeverdig kunnskapssystem i forhold til majoritetbefolkningens kunnskapssystem – være bevisst dette og endre nåværende praksis
- Forstå hvordan historiske traumer og pågående kolonisering og diskriminering påvirker familier og individer i dag – tematisere dette i behandling
- Være særlig bevisst at maktasymmetri og sosial urettferdighet som finnes i samfunnet ikke skal videreføres inne i den terapeutiske settingen
- Empowerment og selvbestemmelse – respektere og oppmuntre til at mennesker selv skal bruke sin stemme og selv finne ut hva de trenger hjelp til og på hvilken måte de ønsker hjelp




# 4 uker intensiv familierterapi

- Før innleggelse
  - Møte med foreldre, henviser (BUP), andre hjelpeinstanser og skole
  - Hva er bestillingen? Forventninger og ønsker til oppholdet.
- Uke 1
  - Bli kjent
  - Kartlegge – hva er narrativet til familien, deres fortelling? Alles stemmer.
  - Lage behandlingsplan sammen med familien
- Uke 2
  - Meahcceterapija → Ut på tur!
  - Forberede til tur, være på tur, evaluere turen
  - På tur har vi fokus på de problemstillingene som er årsaken til at familien er hos oss (jfr behandlingsplanen), men også å skape nye erfaringer og styrke relasjoner




# 4 uker intensiv familierterapi

- Uke 3 og 4
  - Jobbe videre med temaer som er definert i behandlingsplanen
  - Foreldreveiledning, familierterapi, individualsamtaler, aktiviteter sammen med familien, deltakende observasjon
  - Prøve ut nye metoder/måter å samhandle på, se etter endringer, se etter vekst og styrker, strekke seg mot de ønskede målene
  - Endringer og vekst utforskes sammen med familien
  - Tenke på veien videre
- Utskriving
  - Møte med foreldre, henviser (BUP), hjelpeapparat og skole
  - Felles enighet om kursen videre og tiltak videre



# Meahcceterapija – vår måte å gjøre «wilderness therapy»

- Rammer: 3 dagers hyttetur (av og til lavvutur)
- Lage måltider sammen, felles aktiviteter, lek og spill inne og ute, samtaler
- Ofte 1 hovedaktivitet, f.eks fisketur, kjøre med hunder, ri og stelle hester, fjelltur med grilling, bærplukking, sanke ved, besøke renhagen, etc.
- Meahcci (utmark) anses å være en arena for terapi som er
  - Velkjent og trygg
  - Assosiert med positive opplevelser
  - Nærhet til naturen er en viktig verdi i kulturen i nordområdene
  - Å bli tatt i mot av noe velkjent vs. å utfordre den ville naturen



# Meahcceterapija – en kultursensitiv behandlingsform for samiske familier

- Vi er bevisst på gjennom samtale og aktiviteter å integrere temaer identitet og kultur – naturen blir en «hjelper» og gjør dette naturlig
- Relasjoner til familie, slekt og til naturen ilegges særskilt vekt
- Familienes egen kunnskap, forståelse og erfaringer er i sentrum
- Redusere maktasymmetri mellom familie og hjelpeinstansen
- Nærhet til naturen
- Her-og-nå situasjoner har fokus
- For mange samer er Meahcci en mer kjent og dermed en tryggere arena enn et terapirom
- Både foreldre og barn får ofte vist fram nye sider og sterke sider ved seg selv med Meahcci som arena, eks. far lærer datter å sløye fisk, lage bål



# Meahcceterapija – en behandlingsform for alle

- Meahcci som arena for nye og positive samspillserfaringer
- Vi blir godt kjent, trygg relasjon mellom familie og fagfolkene
- Nye mestringserfaringer og samhandlingserfaringer
- Familien får gode opplevelser sammen
- Familiens familiehistorie og familiekultur anerkjennes
- Samtaler rundt bålet er annerledes enn samtaler rundt et bord
- Man viser mange sider ved seg selv når man er sammen på tur



# Hva sier foreldrene «våre»?

- De likte at samtalene var åpne, uformelle og fleksible
  - Satte pris på at samtalene ikke var strukturerte og planlagt på forhånd
  - Samtalene opplevdes som mer naturlige
  - De likte at man kunne ta opp temaer spontant
  - Humor

«Da vi var ute, satt du ikke hele tiden og tenkte at «okei, det er dette vi skal snakke om nå». Det ble sånn at praten kom mer naturlig ut fra det som man hadde behov for å snakke om der og da... Du følte at det ble mer avslappet, du kunne liksom være deg selv og prate ordentlig.»



# Hva sier foreldrene «våre»?

- De likte variasjonen og samtidighet mellom Samtale-Aktivitet
  - Lek og spill, ikke bare «seriøs» prat
  - Lettere å ta opp vanskelige ting mens man gjør ting sammen, f.eks holder på med bålpanna, fiske eller annet
  - Barna mer mottakelig for samtale samtidig som man gjør en aktivitet

«Og faren.. Han kunne sitte å hive på mere ved på bålet og se inn i flammene og bare prate og prate i timesvis.. Da var han så rolig og avslappet. Gutten også, for den saksskyld»



# Hva sier foreldrene «våre»?

- De syntes fokus på å styrke selvfølelse og gi mestringsopplevelser var nyttig
  - De likte å prøve nye ting, utfordringer, lære ferdigheter
  - Barna fikk vise positive sider ved seg selv
  - Terapeutene fokuserte på styrker og mestring, gav positive tilbakemeldinger
  - Positive opplevelser sammen var viktigst for mange

«Gutten min fikk vist terapeutene hvordan han kunne kløyve ved og lage bål. Han smilte fra øre til øre på hele turen – at han mestret fikk han vist på turen.»



# Hva sier foreldrene «våre»?

- De opplevde at familiebåndene ble styrket
  - Felles aktiviteter og samhandling i aktivitetene på turen styrket deres relasjoner
  - Mer bevisst sin rolle i familien
  - Ble kjent med hverandre på nye måter

«Det som var veldig fint med turen, det var at de så oss som en helhet. Både svake og sterke sider...»



# Hva sier foreldrene «våre»?

- De opplevde å få nær relasjon til terapeutene
  - Lettere å «være seg selv»
  - Trygt og likeverdig
  - Følelse av fellesskap

«Det ble en helt annen stemning mellom oss og terapeutene på turen. Vi ble mer venner enn pasient og terapeut, hvis du skjønner hva jeg mener. Det ble liksom helt annerledes klima oss imellom, vi tullet og tøyset, samtidig som det ble tatt opp alvorlige tema.»



# Hva sier foreldrene «våre»?

- De opplevde naturen som en god terapeutisk arena
  - De brukte ord som frihet, lade batterier, naturen ga energi, lettere å snakke, «naturlig setting»
  - Lettere å snakke om vanskelige temaer enn inni terapirommet
  - Trygg arena, velkjent arena

«Ute er det mer frihet – det blir noe helt annet og da prater man bedre... Kanskje man får andre tanker når man ikke er inne i et hus...»



# Oppsummering – Hva sier foreldrene «våre»

1. Åpne og fleksible samtaler
2. Samtaler og aktiviteter – veksling og samtidighet
3. Selvtillit og mestring
4. Familierelasjoner ble styrket
5. Terapeutisk relasjon ble styrket
6. Naturen som god terapeutisk arena

**Referanse: «Pasienters erfaringer med behandlingsmetoden «Meahcceterapija» ved SANKS – familieavdelingen» Trine Skårland, 2017. Det Helsevitenskapelige fakultet, UiT Norges arktiske universitet**



## Oppsummering: På hvilken måte er Meahcceterapija en kultursensitiv behandling?

- Språk
- Samisk historie, identitet, tradisjonskunnskap og levesett anerkjennes og gis betydning.
- Behandlingen er kulturell trygg
- Vi er bevisst på likeverdighet og å bygge ned eventuelle maktasymmetrier i relasjonene
- Empowerment og selvbestemmelse – finne sin egen styrke i seg selv
- **Vi tenker at behandlingen passer for alle familier, uavhengig av etnisk bakgrunn**