



# METAFORUM

NORSK FORENING FOR FAMILIETERAPI



*Bilde: Roger Simonsen - "Froskebryllup – et vakkert eventyr".*

- NFFTs årskonferanse, om seksualitet, Vetre 2016
- Førljulsseminaret i Gamle Logen 2015
- Systemiske kafeer, bokomtaler og litt av hvert fra inn- og utland



# M E T A F O R U M

## NORSK MAGASIN FOR FAMILIETERAPI

### Medlemsblad for Norsk forening for familierapi NFFT.

Utgis normalt fire ganger pr. år (januar, april, august, november) med deadline den 1. måneden før planlagt utgivelse (for augustnr.: 1. juni). Opplag 1300 .

#### REDAKSJON:

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

Ottar Lingjærdesvei 8, 3403 Lier Mail: [kariyk@online.no](mailto:kariyk@online.no)

Pål Abrahamsen Seilduksinstituttet AS, Markveien 23, 0554 Oslo

Tlf: 952 22 604 Mail: [paabraha@online.no](mailto:paabraha@online.no)

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

#### Faste skribenter:

Suzanne Børretzen : [suzanneborretzen@yahoo.com](mailto:suzanneborretzen@yahoo.com)

Jarle Svoldal : [jarle.svoldal@gmail.com](mailto:jarle.svoldal@gmail.com)

#### NFFT: NORSK FORENING FOR FAMILIETERAPI

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

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

#### STYRET I NFFT:

Pelle Slagsvold Leder .

Blå Kors Behandlingssenter, Tennisveien 4. 0777 Oslo

Tlf: 94015245. Mobil: 91712933

Mail: [pelle@convex.no](mailto:pelle@convex.no) / [pelle.slagsvold@nfft.no](mailto:pelle.slagsvold@nfft.no)

Henriette C. Alsing (styremedlem - nestleder)

Ambulant Familieenhet (AFE) Bjerketun, BUPA, Vestre Viken HF.

Tlf: 905164 63 Mail: [henriette.alsing@nfft.no](mailto:henriette.alsing@nfft.no)

Kristin S Breda (Styremedlem - webansvarlig)

Bærum BUP, BUPA, Vestre Viken HF, Sykehusvn.34, Bærum gamle sykehus

Mobiltlf. 469 36 842 Mail: [kristinbreda@me.com](mailto:kristinbreda@me.com) / [kristin.breda@nfft.no](mailto:kristin.breda@nfft.no)

Kristin H Dahl. (Styremedlem)

Familieklinikken, Barne- og ungdomspsyk. seksjon, Sykehuset Telemark HF.

Ulefossveien 55, 3710 Skien.

Tlf: 40291243 Mail: [kristin.helene.dahl@gmail.com](mailto:kristin.helene.dahl@gmail.com) / [Kristin.dahl@nfft.no](mailto:Kristin.dahl@nfft.no)

Halvor de Flon (styremedlem)

Diakonhjemmets høgskole, PB. 184 Vinderen, 0319 Oslo

. Tlf: 95179924 Mail: [halvor.deflon@nfft.no](mailto:halvor.deflon@nfft.no) / [deflon\\_2000@yahoo.no](mailto:deflon_2000@yahoo.no)

Lennart Lorås (varamedlem / forskningsansvarlig)

Diakonhjemmet Høgskole, Postboks 184 Vinderen, 0319 Oslo

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

Ellen Vokes (varamedlem) Homannsbyen familievernkontor, Oslo.

Oscars gate 20, 0352 Oslo Tlf.: 91538296 Mail: [ellen.vokes@nfft.no](mailto:ellen.vokes@nfft.no)

Camilla Jensen Oanes, ABUP, Sørlandet Sykehus, 4606 Kristiansand

Tlf.: 95724601. Mail: [camilla.jensen.oanes@online.no](mailto:camilla.jensen.oanes@online.no)

#### SEKRETARIAT:

Joe Sowerby (Daglig leder / regnskapsansvarlig) (Påtroppende 2016)

Ungdomspsykiatrisk Klinikk, AHUS, Lørenskog

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

Allan Ettrup Hansen (Daglig leder / regnskapsansvarlig) (Avtroppende 2016)

Homannsbyen familievernkontor, Oscarsgt.20, 0258 Oslo

Tlf: 977 24 2 68 Mail: [allan.ettrup.hansen@nfft.no](mailto:allan.ettrup.hansen@nfft.no)

Arne Kallekleiv (Medlemsansvarlig)

Familievernkontoret Øvre Romerike, postboks 202, 2051 Jessheim.

Tlf. 950 72 404 Mail: [arne.kallekleiv@nfft.no](mailto:arne.kallekleiv@nfft.no)

## Medlemskap i NFFT

kr. 800,- pr år.

Inkludert i prisen er

4 nummer av tidsskriftet

**FOKUS PÅ FAMILIEN**

&

4 nr. av medlemsbladet Metaforum

samt rabatter på foreningens

og andre arrangementer.

Bankkonto: 7874 05 96348



## ANNONSER TIL METAFORUM

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

Prisen er:

¼ side kr. 1.250,-

½ side kr. 2.500,-

1/1 side kr. 5.000,-

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

Annonse kun på web Kr. 2.500,-

Annonser for kurs med min. 10% rabatt for NFFTs medlemmer er gratis.

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

Frister og adresser står øverst på denne siden.



Bladet Metaforum styres etter fagpressens redaktørplakat.

Forside: Fotografi : Roger Ask Simonsen:

Hjemmeside: <http://www.madraddonn.net/>

Blogg: <http://rogerasksimonsen.blogspot.no/>



## Redaksjonen:



Hilde



Pål



Kari Yvonne  
Ansvarlig redaktør

**Utenfor redaksjonenes vindu** grønnes det i liene. Det er faktisk et kjøkkenvindu vi ser ut av, for Metaforum er et "hjemme-hos" produkt. Redaksjonen samles her fire ganger i året og setter sammen bladet, resten gjøres fortløpende gjennom hele året – via e-post og annen kommunikasjon med hverandre og de mange skribentene og bidragsyterne. Vi er en liten gjeng vi tre - og de to faste skribentene – som utgjør redaksjonen. Et passende format – synes vi, men vi kan ikke bli færre. Siden sist har Marie Theisen ønsket seg avløsning og hun er blitt erstattet med Jarle Svardal - som vi ønsker hjertelig velkommen – og som vi vil presentere nærmere i neste nummer. Etter hvert vil nok den faste redaksjonen også måtte erstattes – litt etter litt. Vi blir ikke akkurat yngre. I løpet av året vil Hilde trekke seg noe tilbake og vi ser etter en etterfølger for henne. Det blir ikke lett å finne noen som kan matche Hilde, det vet alle som har hatt glede av hennes kloke innspill og fyldige gjengivelser og fra mange av NFFTs faste arrangementer. Vi takker henne ikke helt av ennå, men som sagt – vi er på utkikk. Den ansvarlige redaktøren holder stand en stund til. Når Hillary Clinton og Eva Joly kan stille til valg som president som 69-åringer så er det jo bare følge opp – også i mindre pretensiøse sammenhenger ...

NFFT er en uavhengig og frivillig organisasjon. Innsatsen er i hovedsak basert på frivillighet. Det legges ned et stort arbeid både i styret, sekretariat og redaksjon. Kun de to i sekretariatet og redaktøren for Metaforum får et mindre beløp i kompensasjon. Men både styreverv og redaksjon er et givende og interessant biarbeid, med mulighet for utstrakt nettverksbygging og med anledning til reiser til flere spennende relevante arrangementer i løpet av året – både i inn- og utland.

For foreningen er selvsagt familiearbeid er viktig. Det å bidra til å styrke og spre den systemiske tenkningen spesielt og familiearbeid generelt er et hovedansvar både for styret og bladet. Som en formålsparagraf for foreningen står dette å lese på [www.nfft.no](http://www.nfft.no):

*Interessen for systemisk og narrativ praksis er økende. Dette kommer bl.a. til uttrykk ved at våre medlemstall og aktiviteter vokser, flere yrkesgrupper og yngre mennesker søker kontakt. Foreningen ønsker aktivt å tydeliggjøre familieterapeutisk tenkning og betydning. Et viktig ledd i dette arbeidet er i større grad å bidra til engasjement og uttalelser i offentlige diskusjonsfora, og ikke minst å skape økt innflytelse og anerkjennelse for familieterapeutisk utdanning og yrkesstatus.*

Når det gjelder synliggjøring i offentlige fora gjenstår det ennå en del arbeid fra NFFTs side, men når det gjelder fokuset på par- og familiearbeid i media opplever vi at det er en stadig økende interesse for feltet.

Vi minner også om NFFTs oppgaver i følge lovene:

1. Å utbre kunnskap om, og skape anerkjennelse for familieterapi og systemisk praksis.
2. Å fremme samarbeid og kontakt mellom enkeltpersoner og grupper som er engasjert i familieterapi, systemisk praksis, undervisning og forskning relatert til familieterapeutisk og systemisk arbeid.
3. Å støtte forskning og annen fagutvikling innen familieterapi og systemisk praksis.

Det ble mye om oss – og om styre og stell denne gangen, men vi synes det er viktig, en gang i blant, å minne både oss selv og medlemmene om hvem vi er og ikke minst hva vi er til for. Dessuten; uten dere medlemmene er vi ingenting.

Vi vil også gjerne få ønske Joe Sowerby, foreningens nye daglige leder og økonomi-ansvarlige, velkommen og lykke til med arbeidet for NFFT! Og vi takker Allan Ettrup Hansen for stor innsats og et godt samarbeid med redaksjonen gjennom mange år.

*Dermed ønsker vi dere alle en fin sommertid  
med hilsen fra oss i redaksjonen.*



**Pelle Slagsvold**  
**Leder for NFFT**

### **ORD FRA LEDER:**

*Håper dere har hatt en fin påske med rekreasjon og samvær med venner og familie, og at vi har en fin vår i vente.*

Siden sist har vi avholdt NFFTs årskonferanse - som sedvanlig på Vettre midt i februar. Under generalforsamlingen ble ett styremedlem, Ellen Kirkebø Landa, takket av - og en ny, Camilla Jensen Oanes, valgt inn. Så nå er også Sørlandet representert, noe vi er glade for. Vår mangeårige daglig leder og økonomiansvarlige Allan Ettrup Hansen hadde også bedt om avløsning og ble takket av og en ny person i denne funksjonen ble presentert; Joe Sowerby.

Vi benyttet også anledningen til å utnevne vårt tredje æresmedlem: Kari Yvonne Kjølås, for uavbrutt innsats for NFFT gjennom flere tiår – i NFFT-styret, Metaforumredaksjonen og som ansvarlig for Førjulsseminaret i Gamle Logen.

Tematikken på årskonferansen i år var seksualitet og hvordan vi som terapeuter forholder oss til temaet. Vi hadde invitert sentrale aktører fra det sexologiske miljøet i Norge og Danmark til å forelese i plenum. Noen var kjent fra tidligere og noen nye bekjentskaper. Vi som arrangører mener vi fikk berørt dette, både for barn, ungdom og voksne, på en god måte. Videre var våre medlemmer invitert til å holde workshops fortrinnsvis rundt samme tema, noe som kompletterte det de fire plenumsforeleserne la fram. Dette kan dere lese mer om i dette og neste nummer av Metaforum.

Vi hadde i år «mot normalt» valgt å arrangere årskonferansen over to i stedet for tre dager. I evalueringen ba vi eksplisitt om reaksjoner på dette punktet. Vi fant intet entydig svar i tilbakemeldingene. Noen hørbare stemmer på generalforsamling og under festmiddag målbar at det å fravike til fra tre til to dager var uønsket. At det bl.a. ga mindre tid for sosialt samvær. Dette ble heller ikke bekreftet entydig i den skriftlige evalueringen, der flere understreket at bl.a. redusert behov for fri fra jobb gjorde det lettere å få permisjon til konferansen.

Det var færre deltakere på konferansen enn vanlig, men det henger ikke nødvendigvis sammen med antall dager. Styrets samlede evaluering blir at vi stevner fram med samme ordning en gang til for å sjekke ut dette ordentlig. Tilbakemelding på faglig innhold og praktisk gjennomføring og trivsel var svært positiv.

Ellers arbeider styret med å planlegge neste års årskonferanse - og årets førjulsseminar, sammen med Metaforum. Vi har ideer, men planene for innhold er enda ikke fastsatt for 8. og 9. desember 2016.

På vegne av styret vil vi minne om systemiske kafeer rundt om i landet. Mange av disse blir offentliggjort på vår hjemmeside [www.nfft.no](http://www.nfft.no). Muligheten av å få en faglig tur til Athen i september/oktober i forbindelse med EFTA. Konferansen der annonseres også i bladet og på nettsidene. Det ser ut til å bli en spennende konferanse med aktuelt tema.

Som jeg har delt med dere før, min nye rolle som farfar fascinerer. Tvillingene Iben og Marselius vokser stadig og prøver nå å reise seg, og å krabbe. Fascinerende og følge dem på nært hold fra uke til uke.

Ha en fin vår og på gjensyn!

Vennlig hilsen Pelle.



Fra NFFTs årskonferanse på Vettre 2016:

# “Seksualitet i et familieperspektiv - muligheter og utfordringer”



Folk strømmet inn denne torsdag morgen i midten av februar. Ikke så mange som vi kunne ønsket, men ca. hundre personer utgjør en bra forsamling. Vi ser mange nye ansikter og det ser ut til at gjennomsnittsalderen stadig blir yngre. Det skulle bety en del nyrekruttering - og medlemstallet øker fremdeles litt for hvert år.

**Vi tenker oss i plenumssalen og årskonferansen er i gang.**

Konferansen åpner vakkert – med opera, med sangerinnen Ida Gudim og pianisten Markus Kvits. Vakre kjente sanger - fremført så betagende at vi helt glemte å ta bilder.

Så fulgte de to plenumsforedragene den første dagen, med engasjerte forelesere, Rikke Pristed og Haakon Aars. Siden gikk det slag i slag, med workshops og generalforsamling.

Dagen etter var også fullpakket, med nye workshops og de to siste foredragene, med Margrete Wiede Aasland og Tore Follestad. Alle plenumsforedragene gjengis i dette nummeret. Vi nevner ikke alle workshopene her. Alt vil bli presentert i dette og neste nummer av bladet.

Generalforsamlingen ble gjennomført under ledelse av Geir Lundby. Referater, årsberetning, regnskap og budsjett fra årsmøtet vil bli lagt ut på foreningens nettsider [www.nfft.no](http://www.nfft.no)

Som mange vel har lagt merke til var arrangementet i år endret fra tre til to fulle dager. Evalueringene viste ingen klar tendens i tilbakemeldingene på endringen. Noen savnet tid til mingling, systemiske dialoger og sangkafeen. Andre synes endringen var helt grei, kanskje spesielt med tanke på tidsbruk og permisjon fra arbeidet. Så får vi bare se hva NFFT-styret avgjør for konferansen i det videre.

Metaforum er også fullpakket denne gangen. For de som ikke var til stede i år gir vi, som nevnt, et tilbakeblikk fra det meste - i dette og neste nummer. Vi fikk dessverre ikke plass til alle workshopene i aprilnummeret - så om dere ikke finner igjen deres eget bidrag her er det bare å se frem til augustutgaven. Redaksjonen takker for alle bidragene. God lesning.

*Red.*



**Rikke Pristed** er autorisert psykolog og spesialist i sexologisk rådgivning (NACS). Hun driver egen sexologisk praksis i Århus og er ansatt som høyskolelektor ved sexologiutdanningen, Universitetet i Agder. I sin praksis tar Pristed imot par og individuelle klienter som opplever utfordringer knyttet til seksualitet. Aktuelle tema: Lystproblematikk, kjønnsidentitet, seksuell orientering, tenningsmønstre, seksuell avhengighetsatferd, samt senfølger av seksuelle overgrep

Pristed in action:



Takkes av Pelle Slagsvold

Vettre 2016:

## Plenum dag 1. Rikke Pristed: "Å snakke med par om seksuelle utfordringer".

Referent: Ellen Kirkebø Landa

*- Jeg har stor tro på psykoedukasjon. Mye kan gjøres ved å øke kunnskapen og senke stressnivået. Man trenger ikke være sexolog for å bidra til dette. Det viktigste er å signalisere at man tåler å snakke om seksualitet, at det er trygt og legitimt å ta opp temaet.*

Med disse ordene åpner Rikke Pristed Vettrekonferansen 2016 som har seksualitet som hovedtema. Oppdraget er å gi oss gode innspill til hvordan vi som behandlere lettere kan våge oss inn i samtaler som handler om seksuelle utfordringer. Pristed er psykolog fra universitetet i Århus og spesialist i sexologisk rådgivning (NACS). Hun driver egen sexologisk praksis i Århus og jobber som lektor ved sexologiutdanningen ved Universitetet i Agder.

Pristed poengterer gjennom hele sitt innlegg at alle kan og bør åpne opp for temaet seksualitet, men at det krever signaler om legitimitet og trygghet før klientene våger å komme frem med sine problemstillinger.

For å være en trygg samtalepartner er det også viktig at terapeuten har et avklart forhold til egen seksualitet. At man er bevisst hvilke tema man føler seg trygg på å snakke om og hvilke ord man er komfortabel med å bruke i møte med klienter. Dette bør man rett og slett øve på, mener Pristed.

### Hva er seksualitet?

I sin forelesning tar Pristed utgangspunkt i WHO's definisjon fra 1983 som beskriver seksualitet som en integrert del av et menneskes personlighet og som en naturlig del av et vår fysiske og psykiske helse.

Deretter definerer hun fagfeltet sexologi:

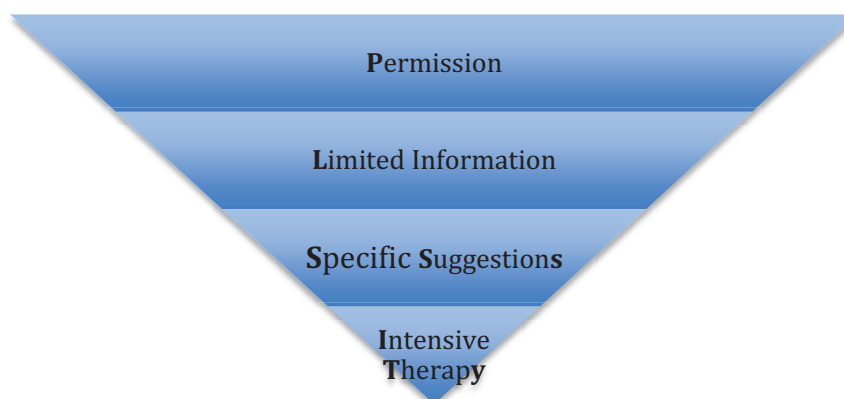
"Klinisk sexologi beskæftiger seg med seksualitet ud fra en bio-psyko-social tilgang (Engel, 1977). Sexologien innebærer dermed en helhetlig forståelse av menneskets seksualitet med utgangspunkt i biologiske prosesser i kroppen, sosiale relasjoner, samt psykologiske perspektiver som eksempelvis individuelle tilknytningsmønstre.

### PLISSIT:

Som arbeidsverktøy i møte med klienter introduseres modellen PLISSIT. Modellen viser ulike nivåer av hjelp i møte med klienter som opplever seksuelle problemstillinger. Den traktformede illustrasjonen viser hvordan de øverste nivåene skal kunne håndteres av behandlere



uten spesiell kunnskap om feltet, mens de nederste er ment for fagfolk med spesialkompetanse innen sexologi.



”Permission” signaliserer tilgjengelighet, behandleren viser at det er trygt og legitimt å ta opp utfordringer knyttet til seksualitet. Dette kan gjøres ved en generell introduksjon av temaet under første konsultasjon eller gjennom brosjyrer/informasjonsplakater i behandlingsrommet eller venteværelset.

”Limited information” er tilpasset informasjon om seksualitet som deles med klienten (psyko-educasjon). Dette kan eksempelvis være generell kunnskap om menn og kvinners anatomi, om barnefødslers påvirkning på lyst, om fysiologiske konsekvenser av overgangsalder eller hvordan livskriser kan påvirke seksualiteten. Å generalisere, åpne opp for samtaler og formidle kunnskap, kan redusere stress og prestasjonsangst. Pristed mener at alle som jobber med par bør kunne tilby dette.

”Specific suggestions” innebærer å gi konkrete råd rettet mot den aktuelle problemstillingen paret sliter med. Sensitivitetstrening er et eksempel på dette. Det kreves god kjennskap til sexologi for å gi råd av denne typen.

”Intensive therapy” er det nederste nivået i modellen. Seksuelle utfordringer knyttet til tidligere overgrep er eksempel på problemstillinger som hører til i denne kategorien. Pristed understreker at denne type behandling bør utføres av behandlere med spesialkompetanse innen sexologi.

#### **Å snakke om seksualitet i behandling - hva kreves?**

Generell kunnskap om seksualitet og forskjellige seksualitetsformer er nødvendig for å for å kunne veilede klienter på en god måte. Det er også viktig å ha et avklart forhold til egen seksualitet.

Pristed mener det er viktig at behandlere er bevisst at normalitetsbegrepet er relativt. Som terapeuter møter vi mennesker som kan ha svært forskjellig seksualitet fra oss selv. Hvordan takler vi dette? Å være bevisst egen seksualitet mht sjenanse og grenser er også nyttig.

På samme måte er det en god investering å jobbe med språket, hvilke ord man føler seg komfortabel med å bruke. Pristed mener det er viktig å avklare dette for å fremstå som trygg i møte med klientene. Hun viser også til at humor er til stor hjelp i parbehandling. En god latter er ofte befriende og kan være en viktig ingrediens når man jobber med sårbare tema.

#### **Sexologisk parbehandling:**

Pristed mener at sexologisk behandling i hovedsak bør foregå med begge parter tilstede. Det er lettere å skape forandring når begge deltar. Paret får felles ansvar for problemet og dermed

også felles ansvar for løsningene. Eksempelvis er det lett å tenke at det er partneren som må fikses dersom vedkommende mangler lyst. Det er imidlertid viktig å hjelpe paret til å se på utfordringene fra ulike perspektiver og på denne måten vise at seksuelle problemer som oftest er sammensatte. Pristed forteller at mange par opplever en langsiktig positiv effekt ved å ha arbeidet med sin felles seksualitet. De får en felles referanseramme og et vokabular som kan brukes når de senere trenger å snakke om temaet.

### **Utfordringer ved parbehandling:**

Når man arbeider med sexologisk parbehandling er det avgjørende å skape allianse med begge parter. Dette kan være utfordrende. Pristed mener det derfor kan være gunstig å være to behandlere, helst en av hvert kjønn, dersom dette er mulig. Med to behandlere reduseres også sjansene for overføring/motoverføring. Pristed understreker at det er viktig å være bevisst dette fenomenet i sexologisk behandling.

Foreleseren formidler også betydningen av å kunne gjennomføre individuelle samtaler i tillegg til fellessamtalene. Dette for å sikre tilgang på informasjon som er vanskelig å dele når partneren er tilstede. For behandleren kan denne informasjonen iblant være vanskelig å forholde seg til. Pristed minner imidlertid på at behandlerens mandat *ikke* er å redde parforholdet og viser til følgende sitat:

*"Vi arbeider med individer, hvad enten de er i parforhold eller ej. Fokus er på at individet skal have den best mulige seksualitet, ikke på at opretholde parforholdet for enhver pris"*  
(Almås og Benestad )

### **Hva er problemet?**

Forskjellighet i lyst og frekvens er problemer klienter ofte søker hjelp til å løse. Tenningsmønstre et annet. Pristed forteller at fysiske problemstillinger som manglende ereksjon, utelatt orgasme eller utløsning, også er vanlige utfordringer par opplever. Andre utfordringer kan være sterke smerter ved samleie.

Uansett problemstilling mener Pristed det er viktig å avklare hvorvidt det aktuelle oppleves som problematisk for begge. Hvor lenge har det vært et problem? Har paret opplevd lignende utfordringer tidligere? Pristed understreker at det er nødvendig å sjekke hvorvidt det forekommer psykisk eller fysisk vold i parforholdet. Og på samme måte utelukke at det pågår utroskap.

### **Forklaring, frykt og forventning:**

Pristed presenterer videre "De tre F'er", en konkret fremgangsmåte i avklaringsfasen:

**Forklaring**, hvordan forklarer paret selv problemet? Hva mener de er årsaken?

**Frykt**, hvilke konsekvenser frykter paret dersom situasjonen ikke blir bedre?

**Forventning**, hva slags endring håper de på? Hva vil være et bra resultat av behandlingen?

### **Metode:**

Pristed forfekter gjennom hele sin forelesning at man ikke trenger å være sexolog for å hjelpe klienter som opplever seksuelle utfordringer. Gjennom de to øverste nivåene i PLISSIT-modellen kan behandleren bidra til å normalisere og legitimere opplevelser paret føler seg svært alene om. Dempet stress og prestasjonsangst kan gjøre det lettere for paret å gå inn i konstruktive samtaler og på denne måten skape løsninger som oppleves som gode for begge.

Non genitale sensualitetsøvelser (NGS) er eksempler på tiltak som kan prøves ut dersom paret er klar for dette og behandleren har satt seg godt inn i teorien bak øvelsene. Dette er sensualitetstrening der paret skal øve seg på å gi og ta i mot fysiske kjærtegn uten at kjønns-

organene involveres. Disse øvelsene ledsages ofte av samleieforbud for å fjerne stress knyttet til avvisning. Det er viktig å bruke god tid til å tydeliggjøre rammene rundt øvelsene slik at opplevelsen blir positiv for begge parter. Pristed understreker at det derfor er avgjørende at begge parter er til stede når slike øvelser introduseres.

Pristed minner om at utforskning av sanselighet også på andre områder kan være verdifull sensitivitetstrening. Opplevelser knyttet til mat, lukt eller musikk er eksempler på dette.

Pristed utfordrer også klientene til å sette av tid til intimitet: Hvor ofte gjør paret dette? Er det mulig å få til?

### **Råd til behandleren:**

Det kan være uvant og skremmende å åpne opp for samtaler om seksualitet. Pristed mener det er viktig å ta dette på alvor. Samtidig er hun opptatt av at temaet bør være naturlig tilstede i parsamtaler og gir følgende råd til terapeuter som ønsker å innlemme dette i behandlingen:

- Skaff deg generell kunnskap om seksualitet og sørg for å holde deg oppdatert. Almås og Benestads bok "Sexologi i praksis" er en god innføring i fagfeltet.
- Er du usikker på hvordan klienten opplever spørsmålene du stiller, spør! Forklar hvorfor du stiller spørsmålet, sett ord på hvorfor det er viktig å snakke om det aktuelle temaet.
- Vær bevisst hvilke tema du spør om og hvorfor du ønsker denne informasjonen: "Hva gjør at jeg ønsker å vite dette?" Vurder om det er til faglig hjelp eller om du drives av egen nysgjerrighet.
- Ingen vet alt, men det meste kan undersøkes. Vær ærlig når du kommer til kort. Tilby deg å undersøke dersom du ikke kan gi svar. Vær heller ikke redd for å erkjenne når du opplever at du ikke kan løse problemet.
- Skaff deg oversikt over tilgjengelige ressurser og henvis paret videre ved behov. Eksempler på samarbeidspartnere kan være fastlege, fysioterapeut, psykolog eller sexolog.

### **Hjelpe til å flytte fokus:**

Pristed understreker at hjelp til å fokusere på andre forhold enn de seksuelle vanskene kan være svært verdifulle bidrag i behandlingen. Hva får de til? Hva er de gode på? Seksuelle problemer er ofte ledsaget av dårlig selvtillit og et snevert fokus på det som ikke fungerer. En viktig del av behandlingen vil være å hjelpe klientene med å se det som faktisk fungerer og til å utvide seksualitetsbegrepet.

Å flytte fokus og utvide perspektivene er grep vi familieterapeuter er vant med fra andre sammenhenger. I tråd med PLISSIT-modellen gjelder det å signalisere at det er rom for å snakke om seksualitet. Og som Pristed anbefaler kan det være en god idé å trene på vokabularet slik at vi er beredt til å ta i mot det som måtte komme.

*ellanda3@gmail.com*







**Haakon Aars** er lege med spesialitet i psykiatri og klinisk sexologi, tilknyttet Institutt for Klinisk Sexologi og Terapi i Oslo. Han har gjennomført flere studier av menns seksualitet, knyttet til bl.a. kronisk sykdom og homofili. Han er opptatt av å alminneliggjøre seksualitet, satt i en helhetlig ramme hvor faktorer som helse og livssituasjon gir betingelser for lyst. Aars er også forfatter av bl.a. boken "Menns seksualitet" (Cappelen Damm, 2011), en innføringsbok for alle som arbeider med eller er interessert i å få en bedre forståelse av menns seksualitet og problemstillinger knyttet til den mannlige seksualiteten. Den er særlig aktuell for leger, psykologer, sykepleiere, sexologiske rådgivere og annet helsefaglig personell. Forfatteren håper at boka vil bidra til å sette faget sexologi på dagsorden ved undervisningsinstitusjoner, arbeidsplasser og de ulike fagmiljøene for helsepersonell i Norge. (Se neste side).



Vettre 2016

Vettre 2016:

## Plenum dag 1: Haakon Aars: "Samliv og seksualitet."

Oppsummering ved Kari Yvonne Kjølås

(Oppsummeringen er basert på egne notater og foreleserens overheads.)

**En strålende opplagt Haakon Aars, psykiater og sexolog inntar scenen. *Litt nevøs i begynnelsen – som alltid*, sier han innledningsvis, men han blir snart scenevant varm i trøya. Den erfarne mannen har mye på hjertet og mye fare med etter over tretti års erfaring med sexologi og seksualitet. Han har også sytten års erfaring som allmennpraktiker og har vært generalsekretær i landsforeningen mot AIDS og overlege ved Olafia-klinikken.**

**På agendaen for dagen står samliv og seksualitet, kommunikasjon, mannlige og kvinnelige dysfunksjoner og homofili.**

**- *Jeg får snakke fort om jeg skal rekke alt på halvannen time* bemerket han med et smil, og snakke fort gjør han, men rekker likevel ikke gjennom alt.**

*I helsevesenet snakker vi mye om fysisk- og psykisk helse, men nesten aldri om seksuell helse, innleder foreleseren - og minner oss på at disse faktorene henger sammen som en treenighet.*

**Hva legger vi i ordene seksualitet?** spør Aars forsamlingen - og han svarer selv som følger: - Seksualitet innebærer så mye mer enn det vi vanligvis forbinder med begrepet. Det innebærer blant annet samliv, kjærlighet, nærhet og intimitet som viktige ingredienser.

Et godt seksualliv betyr mye for velvære og god psykisk helse for oss alle, og for å skape gode relasjoner til menneskene vi har rundt oss. Seksualiteten angår alle mennesker, uansett alder og livssituasjon, og den berører oss på alle plan av vår menneskelige eksistens.

Det er myte, fortsetter Aars, at seksualitet er forbeholdt mennesker mellom 20 og 40 år og at seksualiteten blir borte med økende alder. Det er også en myte at seksualitet er forbeholdt de friske og "normale", fastslår han.

**Foreleseren utdyper begrepet seksualitet:** - Vi kan skjelne mellom seksuelle *handlinger*, som onanering eller samleie, og seksuell *atferd*, som i tillegg til konkrete handlinger omfatter flørting, å kle seg utfordrende eller å ha stevnemøter (dater).

Vi kan også dele opp sex *etter formål*; om det skjer med henblikk på å få barn, for fornøynsens og nytelsens skyld eller som uttrykk for dypere kjærlighet til partneren.

Sex og seksualitet henger også sammen med temaer som uønsket graviditet og abort, sikrere sex og kjønnssykdommer, seksuell tiltrekning, kjønnsidentitet og ulike seksuelle tenningsvariasjoner og mønstre.

**Noen utfordringer:** Seksualitet handler om nærhet, både fysisk, følelsesmessig og intellektuelt, om nytelse og sjenerøsitet, lekenhet, ømhet og begjær, og om seksuell lyst. Seksualitet handler også om problemer som kan oppstå – større, men også mindre som vi ikke nødvendigvis trenger hjelp "utenfra" til å løse.

Når en pasient eller klient søker hjelp hos en behandler for et problem knyttet til seksualitet, må dette komme frem så klart som mulig i konsultasjonen for at det skal være mulig å kunne gi riktig og god hjelp. Behandler må også innhente konkret informasjon om hvordan de seksuelle funksjonene fungerer, og om eventuelle bortfall av funksjoner.

Behandlere kan nøle med å spørre om seksuelt relaterte problem. Noen kan tenke at samtaler om seksualitet kan ta for mye av konsultasjonstiden, eller at de ikke har de kunnskaper eller erfaringer som skal til for å stille med seksuelle dysfunksjoner

Språket vårt er også ofte begrenset når det gjelder sex og seksualitet. Vi mangler for eksempel gode ord for kjønnsorganene våre. Vi har både et hverdagsspråk eller vulgærspråk og kliniske uttrykk for kjønnsorganene.

Opplysning, undervisning og åpenhet om seksualitet kan bidra til å løse ting som ellers kan feste seg og skape problemer - både for par og den enkelte. Som for eksempel myter om et høyt antall samleier per uke eller om "den store penisen" som tegn på mannens vellykkethet. Medias rolle har også stor innflytelse her.

På tross av den store åpenheten i Norge om seksualitet og sex, og til å snakke om sikrere sex, er nordmenn de dårligste i Europa til å sikre seg mot seksuelt overførbare infeksjoner ved å bruke kondom, hevder Aars.

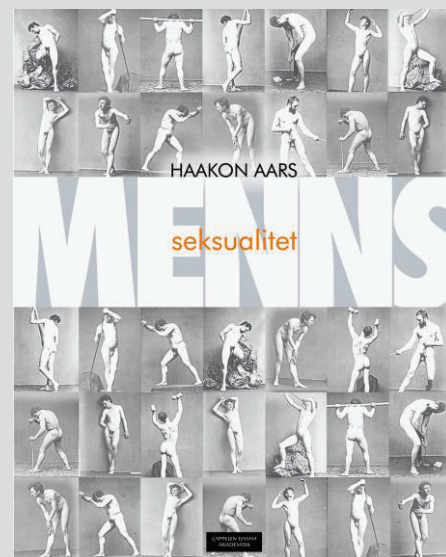
Opplysning, undervisning og åpenhet om seksualitet kan bidra til å løse ting som ellers kan feste seg og skape problemer - både for par og den enkelte.

- **Evne, vilje og kunnskap om seksualitet er ikke nok, HOLDNINGER er det avgjørende,** står det å lese på lerretet.

#### **PLISSIT modellen:**

Plissit modellen ble beskrevet som en omvendt pyramide (Annon 1978) og er spesielt egnet til seksuell veiledning. Dette er en modell for kommunikasjon og behandling av seksuelle problemer på ulike nivåer.

**P:** Det nederste nivået i konsultasjonen eller samtalen. P står for "Permission given" (å gi tillatelse). Man gir pasienten "tillatelse" til å snakke om problemet og viser at man som terapeut er parat til å lytte. Denne tillatelsen til å snakke om seksualitet og seksuelle problemer gir man tidlig ved å opplyse



Cappelen Damm – Akademisk - 2011

I denne boka setter forfatteren den seksuelle helsen på dagsordenen og beskriver den mannlige seksualiteten.

Han belyser menns seksuelle mangfold og lyst, drifter, tenninger og gleder. Boka tar opp de alminneligste seksuelle problemstillingene og bekymringene menn sliter med, samt hvordan disse kan behandles.

Boka gir en innføring i mannlig seksualitet og seksuell helse for leger, psykologer, sykepleiere, andre fagfolk og studenter. Den er nyttig for behandlere, terapeuter og sexologiske rådgivere, men også for alle andre som ønsker å forstå mer av menns seksualitet og betydningen av seksuell helse.

Haakon Aars er en av Nordens mest anerkjente sexologer og den eneste med spesialitet innen psykiatri og klinisk sexologi. Boka bygger på hans mer enn 30-årige lange erfaring fra klinisk arbeid med seksualitet som lege, psykiater og sexolog, gjennom internasjonalt faglig samarbeid, undervisning og ulike medier.

Noen sentrale temaer:

- Hva er seksualitet og seksuell helse?
- Hvordan oppstår seksuell lyst og tenning?
- Hvordan kommunisere om seksualitet?
- Finnes en overgangsalder hos menn, og hvordan arter den seg?
- Hva skjer når varig sykdom kommer i veien for seksualiteten?
- Hvordan kan seksuelle problemer og lidelser behandles?
- Hva kan man selv gjøre for den seksuelle helsen, lysten, gleden og nytelsen?

Fra forlagets omtale.

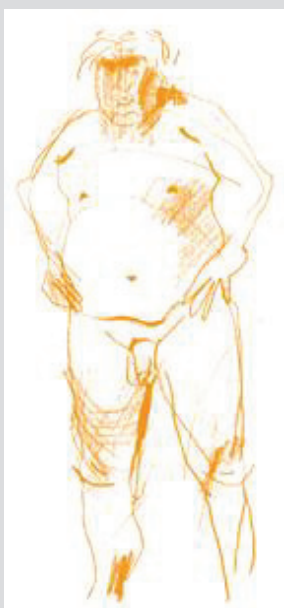
*For fordyping utover det som presenteres her anbefales det å gå til kilden.*

*Boken er oversiktlig, lettfattelig og grundig.*  
Red.

(Redaksjonen har et eksemplar til omtale.)

(Beskrivelse av Plissit-modellen her er hentet og komprimert direkte fra foreleserens overheads.

Modellen er også gjengitt andre steder i bladet. Se figur under ref. "Pristed" s. 7).



Illustrasjoner ved Marta Emaus fra boken "Menns seksualitet".

pasienten om at vedkommende kan be om samtale når som helst i behandlings- og oppfølgingsprosessen. I forbindelse med den første samtalen og under påfølgende oppfølgingssamtaler nevnes og gjentas denne tillatelsen

**LI:** Det neste nivået i pyramiden står for "Limited Information". Nå gir terapeuten pasienten eller paret *av den kunnskapen og viten en selv har på området ut fra sin kliniske og sexologiske erfaring.*

**SS:** står for "Specific Suggestions". På dette nivået gir behandleren eller terapeuten *direkte og konkrete råd og behandlinger for det seksuelle problemet*, for eksempel råd i forbindelse med seksuelle dysfunksjoner, medisinerings osv.

**IT:** står for "Intensive Therapy": dette nivået beskriver *den egentlige seksualterapien*. Dette nivået krever med andre ord en spesialisert behandling der spesielle erfaringer og kunnskaper er nødvendig. IT-nivået inkluderer også eventuell behandling som for eksempel psykoterapi, kirurgi, endokrinologi, instruksjon av injeksjons-behandling osv. Poenget er at dette nivået i behandlingen *kun* gjøres av en person eller terapeut som innehar tilstrekkelig kompetanse.

Dette er også ofte en behandling som tar tid: med andre ord en spesialistoppgave. Føler man som behandler at man ikke har denne kompetansen, skal man henvise videre til spesialist.

PLISSIT-modellen viser hvor avgjørende kommunikasjonen er for at pasienten skal få så riktig behandling som mulig.

Det handler om å kommunisere om sensitive og tabubelagte emner. Det er behandlerens ansvar å skape en trygg atmosfære med åpenhet og tillit. Behandleren er den "sterke parten": Behandleren må være sensitiv på om det fungerer. Hvis "kjemien" ikke stemmer, må pasienten få tilbud om henvisning til en annen behandler.

PLISSIT- modellen er en *praktisk* modell:

Derfor er PLISSIT – modellen også en påminner til terapeuten om at ikke alle problemer nødvendigvis må løses av spesialister, eller at man behøver å gå i dybden for å kunne løse dem.

### **Fysiske aspekter er et annet tema Aars er innom:**

Seksuelle problemer forekommer alltid som en integrert del av de aller fleste kroniske sykdommer og funksjonshemninger. Derfor må det alltid tas hensyn til seksualiteten – og den må inkluderes som en del av behandlingen ved alle slike tilstander. Både pasienten, familien og også helsepersonell har en tendens til å somatisere, og snakke om de fysiske symptomer hos pasienten.

De fleste er uvante med å bearbeide følelsesmessige belastninger og gi uttrykk for sine følelser. Mange seksuelle problemer i tilknytning til sykdom blir derfor ofte ikke behandlet ordentlig, sier Aars.

Fra en overhead kan vi lese følgende:

- Seksualitet både gir og tar overskudd
- Men overskudd går ned ved både sykdom og aldring.
- I tillegg får mange medisiner som har seksuelle bivirkninger.



Aars retter også oppmerksomheten vår mot en rekke andre fysiske og psykiske problemer, tidligere traumer og kriser, rus feil partner, etter fødsel, konflikter og maktkamp i forholdet osv - som vil påvirke seksualiteten i større og mindre grad gjennom hele livet. Likeså med de positive livserfaringene og god helse – selvsagt.

Hjelpemidler som bevarer den seksuelle evnen, kan dekkes gjennom folketrygden, ved søknad fra behandlende lege - på rekvisisjon

*- Kanskje det vanligste seksuelle problem både hos menn og kvinner er den berømmelige tidsklemma. Stress og slitenhet nedsetter overskudd til seksuell aktivitet, sier Aars og legger til, - dette virker sterkere inn på kvinners enn på menns lyst,*

**Haakon Aars belyste mange aspekter ved vår seksualitet.** Han var også innom vanlige seksuelle problemer som for tidlig sædavgang, reinsningsproblemer, manglende orgasme - med mer. Det er imponerende hva han rakk å komme gjennom på et par timer. Vi kan ikke få med alt her, og som sagt; noe måtte han utelate han også, blant annet punktet om homoseksualitet og andre typer seksuelle tiltrekninger enn flertallets.

Vi fikk likevel med oss at både norske og internasjonale undersøkelser viser at 3 – 5 % av den voksne befolkning har en seksuell orientering som i alt vesentlig grad retter seg mot en av samme kjønn, og at menn snakker sjeldnere om sin seksualitet, spesielt den problematiske delen, enn kvinner.

Når det gjelder menn i sin alminnelighet fikk vi også med oss at det ikke er til å underkjenne at penis har en stor betydning for oppfattelse av mannlighet. - Henger den mot jord i stedet for å peke mot himmel, som vi ønsker, så er 101 ute! Dette går også frem av alle brev på Internett (Lommelegen.no); lengde, form, størrelse etc. er betydningsfullt for den enkelte.

- *Seksuell orientering er synonymt med legning, preferanse eller driftsretning. Jeg foretrekker å bruke "seksuell tiltrekning" sier foreleseren.*

**Undertegnede avslutter her** med takk for en flott og nyttig presentasjon med mye kunnskap og fin formidlingsevne (selv om det gikk litt fort) og ikke minst den lune humoren.

Om jeg skulle gi en kritisk bemerkning til slutt måtte det være at forelesningen burde vart en time lenger – minst.



Kariyk@online.no



#### WHO's definisjon av seksuell helse:

- Frihet fra frykt, skam, skyldfølelse, vrangforestillinger og andre psykologiske forhold som hemmer evnen til seksuell utfoldelse og som forstyrrer en seksuell relasjon
- Frihet fra organisk sykdom, skade eller lyte som forstyrrer de seksuelle og reproduktive relasjoner.
- Evnen til å kunne glede seg over sin seksualitet og forplantning i samsvar med både en personlig og sosialt forankret etisk og verdimeessig grunnholdning.





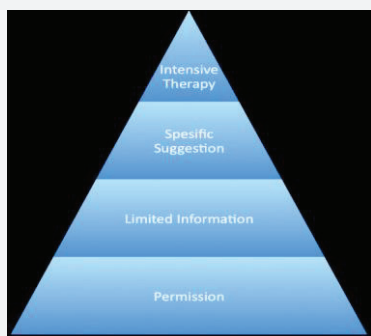
Lise Aarø og Arne Kallekleiv

#### Fra ”plakaten”:

*”Gjennom mange år i terapirommet erfarte vi hvor vanskelig det kan være å bringe seksualiteten inn i samtaler med par. Etter at vi begge ble utdannet sexolog ønsket vi å finne modeller og metoder inn i samtalen uten at dette opplevdes som unaturlig eller ”kleint” for verken terapeut eller paret. Vi vil bringe tre modeller/metoder inn i samtalen:*

*En som bringer sex inn i samtalen som en naturlig del av kjærlighetsrelasjonen. En modell til bruk i samtalen dersom paret uttrykker at de har utfordringer med seksualiteten generelt eller lystutfordringer spesielt.*

*Og en modell som er egnet til å utforske årsaken bak utfordringer med seksualitet.”*



PLISSIT-modellen er fyldig presentert i flere av referatene fra konferansen.

Vette 2016:

## Workshop med Arne Kallekleiv og Lise Aarø: ”Seksualitet i parbehandling”.

Oppsummering ved Erna Henriette Dahl Tyskø.

Arne Kallekleiv og Lise Aarø hadde sin workshop ”Seksualitet i parbehandling” fredag morgen.

En engasjert forsamling ble invitert til å komme med innspill og spørsmål underveis og ble løst igjennom spennende timer i seksualitetens magi.

Arne og Lise innledet workshopen med å understreke sammenhengen mellom tilknytningsperspektivet, sexologi og familieterapifeltet, og dro linjer til torsdagens workshop, ”Røde og grønne familiesamspill”. Røde og grønne familiesamspill er et gruppeopplegg for par, der den ene eller begge har vokst opp med foreldre som er psykisk syke, rusmisbrukere eller voldelige. Rødt samspill innebærer at man ikke er blitt sett og møtt i oppveksten, noe som preger samspillet når man selv har etablert familie, mens grønt samspill symboliserer en trygg tilknytning. Kallekleiv og Aarø hevder at etablerte tilknytningsmønstrene viser seg hos etablerte par. Istedenfor å søke sammen når ting blir vanskelige, så trekker den ene parten seg unna. Den andre i paret kan da bli pågående, og man ender med å søke hjelp fordi man har kommunikasjonsproblemer. Dette viser seg også i deres seksuelle relasjon.

#### ”Fremtidens terapi foregår hjemme hos”?

Arne og Lise driver privat praksis, og fortalte at de i noen tilfeller drar hjem til familiene istedenfor å ha familiene til samtale på kontoret. De har erfart at dette gir rom for andre refleksjoner sammen med familien, og at refleksjonene fortsetter når de forlater samtalen.

Kanskje er det her fremtiden i familieterapifeltet ligger? De forteller videre at de har flere spennende «hjemme-hos prosjekt» på gang.

#### ”PLISSIT: tillatelse til å snakke om seksualitet”

Tilhørerne fikk så et innblikk i PLISSIT-modellen. En modell som åpner for tillatelse til å snakke om seksualitet i parbehandlingen.

De ulike stegene i modellen bygger på hverandre, slik at tema blir ivaretatt på en skånsom måte, og kvalitetssikrer at riktig informasjon gis til riktig tid ut i fra gjeldende utfordringer og med riktig fagkompetanse.

### ”Parforholdet starter med et VI”

Arne og Lise fortalte videre at alle parforhold starter med et VI - som består av 5 viktige faktorer som utforskes i første samtale:

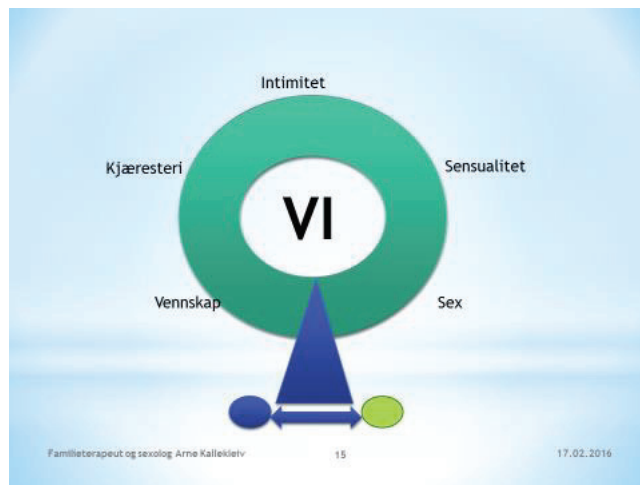
Det består først av **vennskap**.

Vennskapet er grunnsteinen i parforholdet. - Hvordan tar paret vare på vennskapet sitt.

Hvordan bedriver de «**kjæresteri**» er den andre faktoren? - Hvordan de viser at de er opptatt av hverandre.

Hvordan praktiserer de **intimitet** er VIets tredje faktor? På hvilken måte er paret *intime* med hverandre. Hvordan signaliserer paret til hverandre at «Du betyr noe for meg»?

**Sensualitet**, å bruke sansene våre i møte med hverandre er faktor fire. Dette handler om å gjøre seg tiltrekkende for den andre, og å stimulere sansene til hverandre. **Sex** er siste faktor.



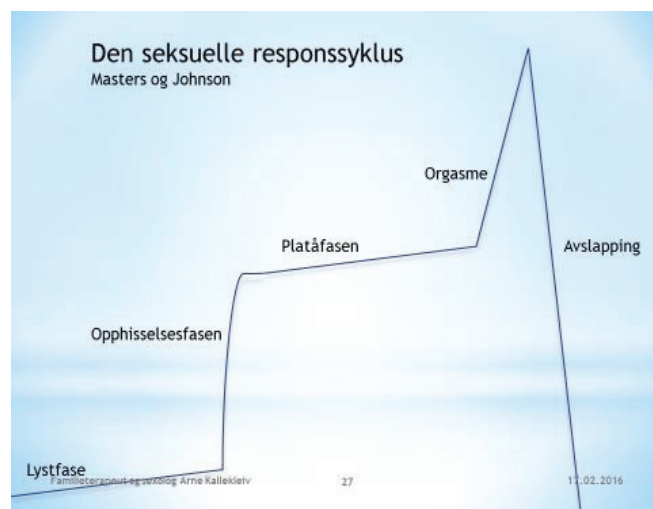
### «Vi knuller ofte, men vi elsker ikke lenger»

«Hvordan er det med dere, har dere sex?» spør terapeutene paret om, utsagnet ovenfor er ett av flere svar de har fått. Svaret åpner for å jobbe rundt en bevisstgjøring i forhold til hva begge partene bidrar med inn i parforholdet. Modellen er litt som et speedometer, og sirkelen gir legitimitet for å utforske og være nysgjerrig på alle aspektene i parrelasjonen og å oppdage sammenhengen i disse. Hvordan forvalter paret VI. Hva ligger imellom å knulle og å elske? Arne og Lise introduserte så begrepet «Erotisk kapital»: Hvordan investeres det i erotisk kapital i løpet av dagen slik at partneren skal få lyst. Strør man om seg med gode ord og handlinger eller går det i kjeft og misnøye? Hvordan blir avkastningen når kvelden kommer og ene parten ønsker sex? Hvordan paret kobler seg på hverandre på morgenen skaper utgangspunkt for hvordan samhandlingen blir etter jobb. Mange par kobler seg ikke på hverandre, men lever parallelle liv. Dette gjenspeiler seg også i seksuallivet. Lysten på lysten må være tilstede. Om lysten ikke er der, må det gjøres relasjonelt arbeid først.

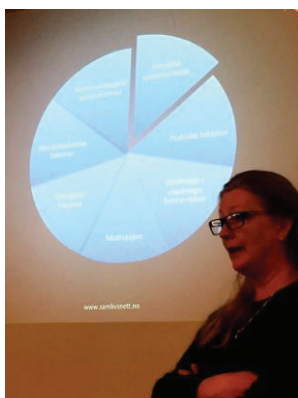
### Den seksuelle responssyklus – som forberedelse av et godt måltid mat.

Arne dro paralleller til hva vi gjør når vi forbereder et godt måltid mat. Noen ganger har vi bare tid til et raskt måltid, mens andre ganger forbereder vi ett festmåltid. Vi leser oppskrift, handler inn og planlegger. Forberedelsene til måltidene vil utarte seg forskjellig, og slik er det også med sex.

**Årsakssirkelen** er et annet verktøy som Lise ga oss innblikk i. Den består av sju ulike innfallsvinkler (kakestykker) for å komme i snakk med paret om hva som ligger til grunn for at man ikke har lyst lenger.







Årsakssirkel

Lise og Arne avsluttet med å minne forsamlingen på at overgrep og traume påvirker seksualiteten. Traume må behandles først - for så å gi seksualiteten tilbake.

Tusen takk til Arne og Lise for en lærerik og inspirerende workshop. Deres genuine interesse for hele mennesket og gode menneskemøter er noe jeg pakket med meg i kofferten hjem fra Vetre.

Erna Henriette Dahl Tyskø  
Leder koordinerende enhet, Ørland kommune  
Masterstudent i Familieterapi ved VID  
vitenskapelige høyskole, Oslo  
Email: [erna.tysko@orland.kommune.no](mailto:erna.tysko@orland.kommune.no)



\*

## Workshop med Oddny Rød:

### #Tastetrykk@ i vår digitale verden

#### Internett og sosiale medier i et relasjonsperspektiv.

Oppsummering ved Joe Sowerby

**Oddny Rød er klinisk sosionom med videreutdanning i familieterapi og systemisk samhandling. Hun har arbeidet som familieterapeut og mekler ved Familievernkontoret i Molde i elleve år, og i voksenpsykiatrien i Oslo og Molde i over tjue år.**



Oddny Rød. Priv. foto

Oddny innleder med å fortelle om sin bok #Tastetrykk@, som er utkommet som E-bok og som kommer i papirutgave i slutten av april 2016 på Licentia Forlag.

Materialet til første del av boka har hun hentet fra en artikkel hun fikk publisert i "Fokus på familien" nr 4/2013, "*Å være eller ikke være på nett, er det spørsmålet? Terapeutisk arbeid med par der bruk av internett og sosiale medier har bidratt til å skape samlivsproblemer*". Andre del av boka er en artikkel som ble ferdigskrevet i høst, med midler fra NFFT.

**Oddny fikk for alvor interesse for temaet i 2009**, etter en samtale med et par som ønsket hjelp med kommunikasjon. Midt i samtalen sier den mannlige klienten til sin partner: "*Problemet er at du er alt for mye på Facebook*".

Det gikk opp for Oddny, som ikke kjente så mye til hvordan Facebook fungerte i praksis, at det er viktig å vite hva det er folk står oppi av utfordringer i den nye verdenen av sosiale medier.

Utfordringene er ikke nødvendigvis knyttet til hvor mye tid som brukes på internett, men omhandler ofte hvem man kommuniserer med på nett, og hva man kommuniserer om.

Oddny forteller at hun forsøkte å finne norske artikler om temaet. Hun fant snart ut at det ikke fantes noe litteratur på norsk. Hun tok etter hvert online kontakt med professor Katherine M. Hertlein i Las Vegas, som har skrevet flere gode fagartikler og bøker om temaet. Hertlein m.fl. (2010) skrev artikkelen *"The seven «As» Contributing to Internet-Related Intimacy Problems"*. Her fant man at det i svært mange andre publiserte artikler viste seg at det var sju årsaker til at internett sosiale medier kan føre til parproblemer. Se infoboksen til høyre.

Hun forteller videre at internettrelatert utroskap er et økende problem, men at det i dag ikke er konsensus for hvordan terapeuter behandler det.

Hun refererer til et utsagn fra Hertlein:

*"Vi får en tilfeldig og lite variert behandling av klientene".*

### Hva er internettbasert utroskap?

Hertlein definerer det slik: *«en romantisk eller seksuell kontakt muliggjort ved hjelp av internett, og sett på som uakseptabel adferd og utroskap av minst en av partnerne»*.

Oddny forteller at hun møter på ulik problematikk og ulik alvorlighetsgrad i møter med klienter med nettrelatert problematikk. Hun viser til tre hovedkonfliktområder:

1. Konflikt om tidsbruk på mobil og nett.
2. Konflikt om bruk av nettporno, eller gjennomførte seksualiserte aktiviteter online.
3. Andre saker som handler om utroskap online og/eller offline, muliggjort ved hjelp av ulike nettaktiviteter.

Oddny trekker frem at mange familieterapeuter har for lite kunnskap om behandling av internettrelaterte relasjonsproblemer. Frem til nå har det vært lite undervisning om internett og sosiale medier i et relasjonsperspektiv, ved familieterapiutdanningene i Norge, sier hun. Ingen norske fagbøker har inntil nå hatt dette som hovedtema.

**Det er viktig å ta klientenes digitale liv på alvor**, ved å skaffe seg en viss basiskunnskap om alt det vi mennesker kan bruke internett, mobiler og sosiale medier til, sier Oddny.

I sin artikkel i Fokus på familien nr. 4/2013, utarbeidet Oddny forslag til 10 refleksjonsspørsmål omkring nett-bruk, som kan danne grunnlag for terapeutiske samtaler med både par og enkeltklienter. (Se infoboksen til høyre.)

## The seven A's

### Hertlein et.al (2010)

- **Anonymity**  
Hvem som helst kan opprette ulike anonyme eller falske profiler på nett.
- **Accessibility**  
Mange muligheter for å være online, PC, smarttelefoner, nettbrett m.m.
- **Affordability**  
Det er billig å være på nettet. Bredbånd og fri WIFI. Øker dette bruken og dermed også mulighetene for misbruk?
- **Approximation**  
Internettkontakten blir mer og mer lik virkelighetens fysiske verden. Live web-kamera, skype, viber osv. Det er en skjerm imellom, men interaksjon er likevel mulig.
- **Acceptability**  
Bruk av internettjenester blir mer og mer akseptert, for eksempel kontaktannonser, chatterom og pornografi. Vi påvirkes av hverandre.
- **Ambiguity**  
Tvetydighet. Folk er ulike med tanke på hva de mener er problematisk atferd på nettet. Er det like galt med nettporno, som å delta i en form for nettbasert seksuell interaksjon?
- **Accommodation**  
Betyr tilpasning. Konflikt med sine idealer og sitt virkelige jeg. Bruker nettet til seksualiserte aktiviteter når anledningen byr seg, selv om man egentlig er i mot slik atferd. Mange har behov for et hemmelig liv

\*

## Ti refleksjonsspørsmål om nettbruk

### (Oddny Rød, 2013)

- I hvilken grad trenger vi kjøreregler for nettbruk i vårt forhold?
- Hvilke tanker har vi om vår egen og partnerens tidsbruk på nettet?
- Hvilke tanker har vi om vår egen og partnerens aktiviteter på nettet?
- Hva tenker vi om behovet for åpenhet oss i mellom i forhold til aktiviteter på mobilnett og internett?
- Hvordan oppleves den formen for kommunikasjon jeg og min partner har med venner og bekjente på sosiale medier?
- Er det noe i vår måte å bruke nettet på som kan skape sjalusi, misnøye eller mistillit oss i mellom?
- Hvilke tanker har vi om chatting, sexting, bruk av porno og nettbasert utroskap?
- I hvilken grad bør vi snakke sammen om hvilke personer det er greit å ha som venner på sosiale medier?
- I hvilken grad trenger vi å være bevisste på hva vi selv skriver, deler, liker eller kommenterer i sosiale medier?
- Hvilke refleksjoner gjør vi oss omkring det å eksponere oss selv, partner, barn, ekspartner eller andre i sosiale medier?

Noen definisjoner:

- **Texting – Sexting**

Sexting blir beskrevet som det å sende tekstmeldinger med erotisk eller seksuelt innhold på sms, e-post eller sosiale medier, samt å sende seksualiserte bilder eller video av seg selv til andre (Lenhart, 2009, Weiss et al. 2010).

- **Cybersex**

Cybersex er en seksuell kommunikasjon mellom minst to mennesker som er fokusert på seksuelle relasjoner, og blir utøvd ved hjelp av synkron internet-teknologi (Shaughnessy et.al, 2011)  
«Cybersex er tekstbaserte live fantasier som begge parter masturberer til» (Griffiths, 2001)

- **Cyberstalking og online partnervold**

Cyberstalking er et uttrykk som oppsto omkring 1995. Det betyr at en person blir truet gjentatte ganger over internett, på en så ubehagelig og påtrengende måte at noen og enhver ville bli engstelig og utrygg. Noen er opptatt av å kontrollere ved bruk av makt og aggresjon. De kan bli fysisk voldelige. Andre mer uorganiserte og lettere å avsløre på nett. Stalkeren kan være både en kjent og ukjent person for offeret.



### Oddny Rød - Bok 2016

Boken foreligger pt som E-bok – kommer i papirutgave i april/mai 2016.

**Det er også svært mange positive sider** forbundet med bruk av internett og sosiale medier, sier Oddny. Mange møter sin partner på nettet, det kommuniseres på nye måter, med større variasjon i kjærlighetsuttrykk, det er lettere å nå hverandre i familien, parforholdet og holde kontakt med venner. Langdistanseforhold nyter godt av den nye teknologien.

Nettporno eller cybersex kan oppleves bra i noen parforhold, dersom begge er med på det og liker det. Det er en av nøkkelfaktorene for om dette blir et problem eller ei. Ofte er det kun den ene i parforholdet som holder på med ulike nettaktiviteter - i det skjulte, og da kan det bli utfordrende for parforholdet om den andre får kjennskap til det.

### Oddny vektlegger tre hovedutfordringer fremover:

1. Terapeuter trenger mer kunnskap om nettrelaterte problemer både i forhold til par, familier, barn og andre relasjoner.
2. Det bør igangsettes flere forskningsprosjekter og skrives flere artikler om internett og sosiale medier i et relasjonsperspektiv.
3. Utdanningsinstitusjonene må ta dette tema på alvor ved å ta det inn i undervisningsplanene.

**Workshopen til Oddny Rød ga et godt innblikk** i hvilke utfordringer familieterapeuter kan stå overfor i møte med klienter, som opplever internett og sosiale medier som en trussel mot både parrelasjoner og andre relasjoner. Jeg vil oppfordre alle å lese boken *#Tastetrykk@* for mer utfyllende informasjon om hvordan teknologien stadig mer gjør seg gjeldende med henblikk på hvordan vi mennesker forholder oss i våre relasjoner med hverandre.

I tillegg til sin egen bok *#Tastetrykk@*, anbefaler Oddny "Logg av!" skrevet av Moen og Bratsberg, 2015, Cappelen Damm Forlag, og "The Couple and Family Technology Framework – Intimate Relations in a Digital Age". Forfattere: Katherine M. Hertlein & Markie L.C. Blumer. Forlaget Routledge, 2013.

joe.sowerby@nfft.no





Vettre 2016.

## Workshop med Finn Christensen:

# ”Parterapi og sexologi”

Oppsummering av Halvor de Flon

## ”Og sexlivet da?”

**Finn Christensen** samlet om lag 20 deltakere til sin workshop om parterapi og sexologi. Og de som kom fikk en grundig innføring i hvordan sexologisk kunnskap kan integreres i parterapi ved et familievernkontor.

Finn Christensen arbeider som familieterapeut ved Familievernkontoret - Christiania Torg og ved Familievernkontoret i Sør Rogaland, Stavanger. Av utdannelse er han klinisk barnevernspedagog, gestalt psykoterapeut, familieterapeut og spesialist i sexologisk rådgivning.

I sin workshop formidlet Finn Christensen mye kunnskap på det sexologiske området og hvordan seksualitet kan arbeides med som en del av parterapi. Christensen formidlet at han spør alle par som kommer til behandling om deres intime fellesskap. Det er en av de forholdene han alltid kartlegger. Dette er et tema som kanskje i mange sammenhenger kan være underkommunisert også av terapeuter. Christensen formidlet at dette kan være begrunnet ønsker hos terapeuten om for eksempel å ikke være kikker, ikke vekke skam eller ikke tråkke over klientens grenser. Det legges vekt på å ramme inne spørsmål knyttet til seksualitet som et av de områdene man spør om når man kartlegger de utfordringer, problemer og ressurser par kommer med til terapi. På den måten alminneliggjøres temaet og blir ikke noe mer spesielt enn andre temaer man snakker om på et familievernkontor.

Finn Christensen henviste mye til den svenske sexologen Lennart Lindgrens modell for å arbeide med pars seksualitet. Han beskriver parforholdet som bestående av et «Vi, Jeg og Du» og setter seksualiteten i forhold til dette. Det kartlegges hvor paret er i forhold til hverandre på psykologiske, kroppslige og sosiale områder. Disse områdene handler om hvor tilgjengelige partene i paret er for hverandre. Kan de komme og gå fritt hos hverandre innen eller flere områder og hvordan påvirker dette parets seksualitet. Lindgren deler sexterapi inn i tre faser: Hvor det startes med å jobbe med likheter og ulikheter, deretter jobber man med akseptere hverandres profil for så å arbeide med å utvikle et sexliv utfra hvem det konkrete paret er.

I workshopen gikk Christensen inn på konkrete utfordringer som par kan komme med til terapi. Det kan for eksempel lystproblematikk og



**FINN CHRISTENSEN**,  
familieterapeut, spesialist i  
sexologisk rådgivning,  
gestalt psykoterapeut og  
klinisk barnevernspedagog.  
Familievernkontoret  
Christiania Torv og Sør-  
Rogaland.

### Fra ”plakaten”:

#### Stikkord for workshopen:

- Hvordan snakke om, og stille veiledende spørsmål om seksualitet hvor begge parter er tilstede.
- Parterapi og kartlegging av seksuelle problemer og ressurser
- Forståelsesoverblikk over seksuelle emner som klienten representerer i parterapi
- Konkret forståelsesramme og stikkord å snakke om seksualitet ut fra.
  - Emnene og kasuspresentasjon vil ta utgangspunkt i lystproblematikk

\*

behandling knyttet til dette. Han formidlet betydningen av å ta opp en grundig anamnese. Denne anamnesen kan omhandle områdene:

- Motivasjon og inspirasjon for responsiv lyst
- Parforholdet
- Negativ syklus; for eksempel kranling om seksualitet, fastlåste ritualer, hemninger
- Egen seksualitet Lyst ut fra fysiologisk opphisselse
- Kontekstuelle utfordringer
- Medisiner, sykdom og funksjonsutfordringer

Christensen opplever i sin klientarbeider på familievernkontorene at lystproblemer både hos menn og kvinner er gjentagende, og det viser seg ofte at det er like mye mennene som har lystproblemer i godt etablerte parforhold. Han gav en teoretisk overbygging på arbeidet med lystproblematikk utfra den seksuelle responssyklus utarbeidet av Basson, hvor der kan være 3 hindringer; problemer med å kjenne lyst og handle på den. De biologiske og psykologiske hemmende prosesser i hjernen i forholdet til denne lyst. Samt de fysiologiske hindringer som kan oppstå i seksualakten. Ved detaljert kartlegging vil ofte årsaken til lystproblemer avdekkes og en reetablering av seksuallivet kan starte.

Det vil bli for omfattende å gi et rettferdig bilde av hva alt Finn Christensen formidlet av kunnskap om dette temaet i dette referatet. Workshop holdt frem at viktige aspekter ved å arbeide med pars seksualitet er blant annet å normalisere temaet og vansker knyttet til dette, at den enkeltes seksualitet blir anerkjent, gi informasjon og kunnskap og at det å snakke om det kan bidra til å forløse problemet.

\*

## ”GREPET AV FAMILIEN ELLER FAMILIEBEGREPET”



Kari Åse Eriksen, Øystein Sørbye, Dorota Rutkowska-Aaeng

HELSE + SØR-ØST

Oslo universitetssykehus

**Familie- og nettverksenheten ved Oslo universitetssykehus** er enhet som gir tilbud om intensiv familiebehandling til familier som hovedsakelig bor i Oslo. Enheten er en del av Barne- og ungdomspsykiatrisk avdeling og tilhører det som kan kalles 3. linjetjenesten. Det henvises familier fra de forskjellige barne- og ungdomspsykiatriske poliklinikker i Oslo.

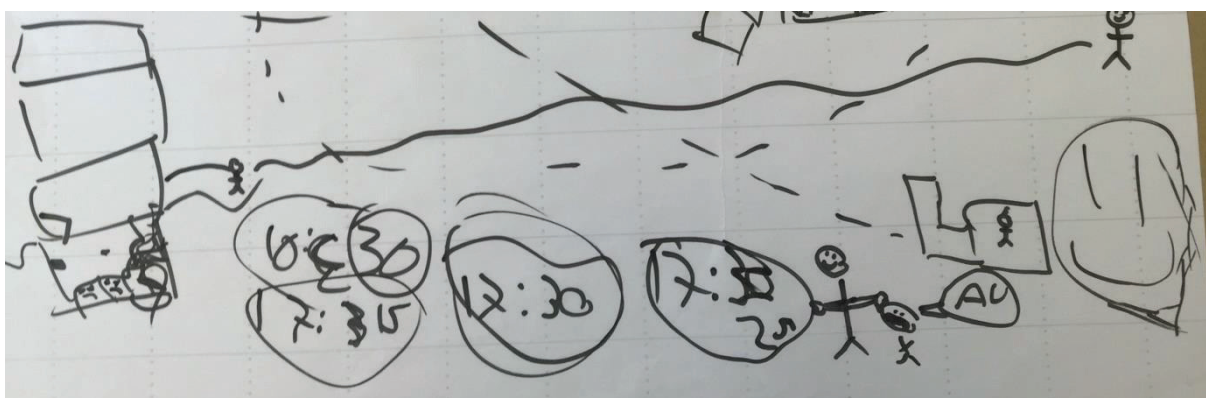
Utgangspunktet for henvisninger til FNe er alvorlige og sammensatte vansker hos barn

mellom 0 – 18 år. I arbeidet med familiene som tas inn til behandling er det fokus på barnet og familien/nettverket. Det gis tilbud om både utredning og behandling innenfor rammen av et dagtilbud fra 10 – 14 hver dag i behandlingsperioden. Det jobbes arenafleksibelt og i nært samarbeid med henvisende poliklinikk.

**De tre fagfolkene fra FNe** presenterte først selve behandlingsmodellen og enhetens organisatoriske plassering før de fortalte om et konkret behandlingsforløp med en familie bestående av to barn og deres foreldre. Behandlingsperioden strakk seg over 9 uker og bestod blant av samtaler med hele familien, foreldre og skoletilbud for barna. I denne sammenhengen vil det bli for omfattende å redegjøre for dette forløpet i detalj slik behandlerne formidlet det i workshopen.

Det kan nevnes at det innledningsvis ble jobbet med forventninger til behandlingsoppholdet og alliansebygging og at det ut fra dette ble utviklet temaer og områder som terapeuter og familie jobbet sammen om i behandlingsperioden.

**Et gjennomgående trekk** ved behandlingstilnærmingen var den tydelige barneprofilen. Det ble jobbet konkret med å skrive opp forventninger på flippover, det ble lagt inn lekende aktiviteter i samtalene som hang – man, tegning (se under) og biljard for å kunne aktivisere og møte familien på flere plan og på ulike måter. Et annet gjennomgående trekk som denne referenten ble opptatt av var den anerkjennende og ressursorienterte tilnærmingen til både foreldre og barn.



**Behandlingsforløpet** bestod av en imponerende mengde aktiviteter og perspektiver.

Behandlingen bestod av samtaler, psykoedukasjon og mer miljøterapeutiske aktiviteter. Heldig var den aktuelle familien det ble fortalt om som møtte tre engasjerte og kunnskapsrike terapeuter i et hele 9 ukers intensivt familietilbud. Det finnes dessverre ikke så mange igjen av likende tilbud av dette kaliberet. Det er meget synd fordi mye tyder på at en slik massiv og intensiv innsats kan være til betydelig hjelp for familier hvor vanskene er store og sammensatte og hvor en poliklinisk tilnærming ikke har vist seg å være tilstrekkelig.



Stor takk til workshopholderne for en engasjerende og lærerik workshop.



[halvordeflon@nfft.no](mailto:halvordeflon@nfft.no)



Vettre 2016

## Plenum dag 2:

### Margrete Wiede Aasland:

#### ”Hvordan kan vi ha gode samtaler med barn om seksualitet ?”

Oppsummering ved Kristin H. Dahl

Aasland er pedagog, terapeut og sexologisk rådgiver. Hun jobber ved Institutt for klinisk sexologi og terapi i Oslo og ved Arktisk Universitet i Alta. Hun er forfatter av bl.a. boken ”Barna og seksualiteten” fra 2015.

Aasland satte konteksten for dagens tema med å innvie oss i noen av hennes minner fra egen gryende seksualitet. Hva var naturlig i 1955 og hvor befinner vi oss i dag? Aasland viser til hvordan vårt forhold til barns seksualitet har endret seg de siste 10-20 årene. På 1980 tallet hadde man et mer avslappet forhold til barns seksuelle utforskning. Dette endret seg i løpet 1990 årene og temaet ble vanskeligere å berøre. Aasland var tydelig på at det er viktigere enn noen gang å snakke med barn om seksualitet. Barn som vokser opp i dag eksponeres for mye ”drit” i media og det skaper mange negative bilder og ideer om hva som er naturlig og godt sier hun. Barn bruker internett og det er lett og komme inn på sider som ikke er beregnet for barn når man søker på ord som sexe, pule, kaptein Sabeltann og Barbie og Ken ...

Hun formidler at hun i egen praksis ofte møter mange spørsmål fra barnehage, skole og enkeltpersoner som viser at det hersker mye usikkerhet om hvordan man kan møte og forholde seg til barns seksualitet generelt og ikke minst når barn i ulike sammenhenger utforsker seksuelle følelser og handlinger. Hva skal vi si - hvilke ord skal vi lære dem? Dette ser ut til å være vanskelig for mange av oss.

Dersom vi selv ikke er komfortable med å snakke om dette vil det også prege oss i møte med barna. Aasland formidler at vi trenger å få et språk vi kan forholde oss naturlig til og som gir mening for barnet.

Seksualitet er en del av vårt liv helt fra unnfangelsen. Så fort vi kommer til verden opplever vi ting som påvirker vår seksuelle glede, sorg, frustrasjon og nytelse. Hvordan omsorgspersonene møter barnets ulike behov, vil prege oss for resten av vårt liv.

*«Menneskers seksualitet påvirkes og formes. Derfor trenger også barnet kunnskap om seksualitet. Ikke alle barn stiller spørsmål av seg selv. Dersom et barn ikke får overført nødvendig informasjon*



Cappelen / Damm 2015

*og kunnskap – enten fordi de voksne ikke vil presse temaer om seksualitet og befruktning på barnet, eller fordi de vil vente med å gi informasjon til barnet selv stiller spørsmål om det – vil barnet mangle gode erfaringer og kunnskap om tema de fleste barn, unge og voksne kan trenge informasjon om.» (Aasland 2015, s. 14)*

Dersom man som barn ikke har kunnet snakke med trygge voksne om seksualitet vil det også senere i livet kunne være vanskelig å sette ord på og forstå egne eller andres seksuelle følelser, sier hun.

Åpenhet om seksualitet, kropp og følelser i hjemmet, barnehagen og på skolen er viktig. Snakk om hele kroppen. Gi navn på kjønnsorganer og snakk om hvordan barn blir til. Det er naturlig at barn leker og utforsker sin seksualitet. Barn kan også leke det de hører og erfarer andre eldre barn og voksne kan snakke om rundt dem. Dette betyr ikke at de har vært en del av eller sett noen gjøre det de leker. Mange barn snakker i dag om å "sexe". Ofte kan det være rumpe mot rumpe, rumpe mot tiss, kysse, klemme, se på hverandre når de er på do, kikke på tissen til hverandre og lignende.

*«Barns seksualitet må ikke forveksles med voksnes. Barn utforsker og leker, de prøver ut grenser, lyst og kontroll. Alle barn må gis kunnskap om at de bestemmer over sin kropp – og over hvem de vil dele den med» (Aasland 2015, s. 52)*

Barn må få muligheten til å utforske kroppen sin med glede og ikke tillegges skam ved berøring av kjønnsorganer. Samtidig må man være oppmerksom på at ikke alle barn liker å utforske sin seksualitet på samme måte. Dette krever at man f.eks. i barnehagen må hjelpe de ut av situasjoner som ikke oppleves gode for dem.

Det er vanlig at barn er opptatt av voksnes kjønnsorgan og dette viser seg ofte i den perioden de selv oppdager eget kjønn og kjønnsorgan. Når barn er nysgjerrige trenger vi å finne en god balanse mellom å møte nysgjerrigheten med aksept og samtidig veilede de til hvor de kan utforske dette videre. Barn kan onanere og utforske tissen sin på for eksempel eget rom og ikke midt i stua.

Dersom dette er vanskelig for deg ber hun oss reflektere over det.

Hvor fornøyd er jeg med den oppdragelsen og informasjonen jeg fikk om seksualitet i min oppvekst? Veiledet de meg på en god måte som gjør at jeg har et trygt og godt forhold til egen kropp og seksualitet i dag?

Spør deg selv hva årsaken kan være dersom du reagerer med avsky, irritasjon eller flauhet på barnas frydefulle seksuelle uttrykk og uskyldige lek?

Magrete Wiede Aasland avslutter sitt innlegg med en oppfordring:

***Snakk med barn om seksualitet, når de er tenåring er det for sent! Det er bedre for barn å snakke med en voksen enn at de skal finne sine svar i pornografiens verden.***

*kristin.dahl@nfft.no*

Se også bøkene av M. W. Aasland: "Si det til noen" (2008) og "Jeg er meg! Min meg" (2009), Høyskoleforlaget, og artikkel Sexualitet och parterapi av Heléne Gröndahl Lewinsky i Metaforum 3-2014. Red.

Sex og samfunn er landets største senter for seksuell og reproduktiv helse og rettigheter. Ved Sex og samfunn jobber de for å forebygge seksuelt overførbare infeksjoner, uplanlagte graviditeter og abort.

De har et grunnleggende positivt syn på seksualitet og jobber for å bygge ned tabu og stigma, og mener at den enkelte har rett til å leve ut sin seksualitet og kjønnsidentitet fri for skam og stigmatisering.

Ref: sexogsamfunn.no



Tore Holte Follestad



Vettre 2016:

## Tore Holte Follestad:

### ”UNGDOM OG SEKSUALITET.

#### - Fakta og myter”.

Oppsummering ved Kari Yvonne Kjølås.

**Tore Holte Follestad** inntar podiet som siste foreleser i plenum dag 2. Intet gunstig tidspunkt å ha de siste ordene en fredag ettermiddag, men foreleseren har alt under kontroll. Han er sykepleier med spesialitet i sexologisk rådgivning, og ass. daglig leder ved Sex og Samfunn, som er et senter for ung seksualitet, drevet med midler fra Helsedirektoratet og Oslo kommune. Målgruppen er ungdom opp til 25 års alder med behov for hjelp i forbindelse med seksuell og reproduktiv helse. Tilbudet er gratis for ungdommene.

Sex og samfunn er en poliklinikk som gir tilbud om kurs, undervisning og veiledning om bl.a. ungdomsseksualitet, prevensjon, seksuelle tjenester, svangerskap, abort, overgrep, seksuelt overførte sykdommer og kjønnsidentitet. I 2015 hadde klinikken 14.350 konsultasjoner samt 10.000 henvendelser på telefon, sms og e-post. De driver også en aktiv chatte-tjeneste.

**Spørsmål om seksualitet:** Foreleseren starter med å spørre forsamlingen: *Når, på hvilket alderstrinn, skal man ta opp spørsmålet om seksualitet.* Spørsmålet blir hengende litt i luften. En konklusjon er at det som oftest er for sent. Ungdom finner ut av dette lenge før vi tror – og kildene er mange, med venner og web som viktige informanter. Likevel er det mange spørsmål som ikke får svar der og må tas med en voksen. På nettet kan man finne alt fra det fine og vare til hardporno, sier Follestad.

Foresatte er ofte ubekvemme i rollen som rådgiver og mange foreldre fornektet ungdommens seksualitet. ”Min datter driver ikke med sånt!”

Det er viktig at den som gir råd er trygg på seg selv og egen seksualitet – og har kunnskap. Det er også et viktig poeng å avlive myter som lett oppstår i vennegjengen og gjennom pornografi.

Noen eksempler på spørsmål:

- Ingen vet hvordan jeg har det og jeg får ikke til å snakke med noen heller. Alle har det perfekt, har kjæreste og har masse sex, bare ikke jeg.»
- Kompisene mine får damer hele tida, jeg har prøvd men den blir ikke stiv, slapp hele tida, hva skjer?
- Jeg vil gå med jenteklær, men er gutt, er jeg syk?

Follestad forteller at han lærte mye av Trond Viggo i sin ungdom og at han ble virkelig pinlig berørt da foreldrene - en eneste gang - var til stede ved ett av programmene og etterpå spurte om det var noe mer han lurte på ...

Han mener likevel, i dag, at det er hjemmet som primært bør ha ansvaret for veiledning og anerkjennelse, men at hjemmene/ familiene



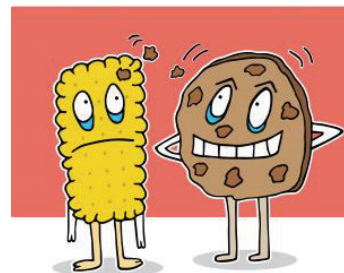
i stor grad har ”outsourca” seksualundervisningen til skolen - på samme måten som ved andre fag. Et samarbeid mellom skole/barnehage og familiene er det som må til, understreker Follestad (og det er det jo lett å slutte seg til).

**Kjønns sykdommer** er et annet tema som berøres:

Seksuelt overførte infeksjoner er økende. Hiv-smitte utgjør ca 300 nye tilfeller i året, klamydia utgjør til sammenligning tusenvis. Forskjellen her er at hiv er en (foreløpig) livsvarig sykdom mens klamydia helbredes lett med antibiotika. Gonoré og syfilis er også økende.

- *Den beste forbyggingen er å være glad i kroppen sin og ønske å beskytte den*, sier Follestad, og understreker videre at det er viktig med opplysning og avliving av myter også her.

Redd du har fått en kjeksuelt overførbart sykdom



Fra klinikkens webside

**Prevensjon og jomfruhinner:** Tre vignetter under spørsmålet ”Hva ville du si?” gir grunnlag for gruppetenking i salen.

Vi gjengir ikke disse, men det diskuteres ivrig i smågrupper. Diskusjonen i plenum etterpå kommer inn på prevensjon. Kondom er vel og bra, svarer Follestad på spørsmål fra salen, men nevner kobberspiral for unge jenter som vil ha en usynlig og trygg prevensjon og fortsatt ha menstruasjon. - *Generelt tilrår vi at jenter i størst mulig grad bestemmer selv, men vår tilråkning er LARC; langtidsvirkende og reversibel prevensjon – det er p-stav, kobberspiral og hormonspiral*, sier han.

Så går samtalen over på tema jomfruhinne. Nok en myte å avlive: Jomfruhinnen (hymnen - møydommen) finnes ikke! At dette ”kyskhetsbeviset” eksisterer er en av de mest seigglivede myter som finnes – trolig flere tusen år gammel. Inn i jomfruhinnen har man dyttet verdier som religion, moral og ansvar. Den er fremdeles forbundet med straff og sanksjoner mange steder. - *Jomfruhinnen er ikke annet enn en slimhinnefold som sitter som en krans et par centimeter innenfor skjedeinngangen og markerer overgang til selve skjeden – og den blir der livet ut*, sier Follestad. Denne skjedekransen er veldig elastisk og kan tøyes mye uten at den får rifter eller revner. *Men i noen svært få tilfeller* er kransen sammengrodd på noen steder, og kan rives opp ved første samleie. Likevel vil mange ikke ta dette med jomfruhinnes ikke-eksistens på alvor og mange ønsker fremdeles å få ”sydd” inn en jomfruhinne før ekteskap.

**Alle har en seksualitet** fortsetter Follestad – og understreker at *forskjellen ligger i hvordan vi forvalter den*. Han snakker videre om ensomhet og savn av nærhet og om seksualitet i ulike livsfaser. Om ungdoms usikkerhet og om fordommer rundt sex og alderdom.

*Hva vet vi om seksualitet?* spør han – og svarer at vi oppnår stadig mer kunnskap og en bredere aksept og forståelse av kjønnspektiv og seksuelle preferanser. *Men*, legger han til, *det forskes likevel for lite – og det fremdeles er mye vi ikke vet og forstår*.

(Han gir her en referanse til Willy Pedersens bok: ”Nye seksualiteter”)

**Til slutt** vil jeg bare nevne en annen myte som Follestad nevnte anpassang underveis: Den at familierapeuter ikke snakker om seksualitet, men bare om relasjon. Kommentarer fra salen avkrefter til en viss grad denne myten også (og undertegnende tenker: *Ja takk begge deler*).

Den halvannen time lange forelesningen innholdt selvsagt mer enn det som er tatt med i denne oppsummeringen, men jeg avslutter her, med takk til Tore Holte Follestad for en informativ og god forelesning - sent en fredag ettermiddag.

Uansett lite eller mye erfaring med tema seksualitet i behandlingssammenheng har disse dagene vært nyttige, interessante og lærerike, med fire gode plenumsforelesere, mange relevante workshops og hyggelig samvær.

Takk for årskonferansen 2016.

kariyk@online.no

## Systemisk kafé på Litteraturhuset i Oslo:



### Peter Rober intervjuet av Rolf Sundet.

Referent Kristin S. Breda

Det ble svært godt fremmøte til årets første Systemiske kafé arrangert av NFFT i kjelleren på Litteraturhuset en søndag ettermiddag i januar 2016 - der 40 medlemmer og 25 ikke-medlemmer hadde møtt fram.

Psykologspesialist Rolf Sundet hadde påtatt seg å intervju Peter Rober, og han hadde forberedt seg godt.

NFFTs leder Pelle Slagsvold ønsket velkommen. Så var vi i gang.

**Peter Rober**, PhD er professor, klinisk psykolog, familieterapeut og lærer i familieterapi ved Context-Center for Marital and Family therapy (Leuven, Belgium). Han underviser i familieterapi ved the Institute of Family and Sexuality Studies, Belgium. Hans forskningsinteresseområder fokuserer på familieterapeutisk praksis og på terapiprosessen, inkludert spesielt bruken av terapeutens selv og terapeutens indre dialog.

Peter Rober har også gitt nøkkelbidrag til utviklingen av dialogisk terapi. Hvert år i august organiserer han The European Summer School in Family Therapy i Leuven sammen med Jaakko Seikkula, John Shotter, Justine van Lawick og Jim Wilson.

I tillegg har en liten klinisk praksis. Rober fortalte at han i det kliniske arbeidet jobber med familier og par. Han prøver å utvikle noen nye ideer.

Rolf Sundet spurte Rober om arbeidet deres med feedback og ORS /SRS.

Rober fortalte at de begynte med ORS/SRS, men de syns ikke det var så nyttig. «Feedback må fungere både for klienten og terapeuten. Vi vet at terapi virker, vi behøver ikke bevise det hele tiden. Det viktigste er om dette er nyttig for klientene. Det handler om kvalitet: Hvordan fungerer dette for dem som søker hjelp? Det er ikke brukt som et redskap for å vise om dette virker. Vi er ansvarlige overfor familiene, ikke politikere og byråkrater»

Rober er opptatt av begrepene «Accountability» - som peker bakover og «Responsibility» - som peker framover. *Det er ikke så viktig å være ansvarlig i etterkant, men i forkant. Å være etisk ansvarlig. Vi må være veldig forsiktige med begrepet accountability – hvis det eksisterer er det i forhold til familiene og ikke systemet.*

Rolf: *Jeg har undervist om ORS og SRS – har følt meg som Faust...*

Peter: *Vi trodde på det i begynnelsen, men etter hvert fant de det ikke så nyttig. Spørsmålene er generelle og jeg trenger klientens forklaring. Det blir ikke meningsfullt.*

Rolf: *Tom Andersen sa at når han følte at noe ikke var bra må man endre ...*

Peter: *Jeg trodde virkelig på det i begynnelsen... det er bedre med SRS enn ikke noe. Men jeg tror vi har bedre systemer for feedback i familieterapi nå.*

Rolf: *Jeg har lest artiklene dine om barn, parterapi, familien i prosess, «Lifegiving silence» Hva er dine «passions»?*

Peter: *Jeg er fascinert av alt som ikke er sagt, den indre dialogen, familiehemmelighetene...*

Han refererer her til Harlene Anderson og Harry Goolishian – «Human systems as a linguistic system – The not yet said»

Rolf: *Du snakker om Attunement – Du åpner opp for at det ikke er så viktig å si alle ting.*



Peter: *Jeg vil jobbe på en «appreciative way» - har lest alle artikler om familiehemmeligheter – det er sett på som ikke bra og at man må jobbe mot «disclosure» - avsløring. Ideen er at symptomene vil forsvinne hvis hemmelighetene avsløres. Peter forteller om sin bestefar som deltok i borgerkrigen og den første generasjon etter en borgerkrig må tie stille. Det er først den 3. generasjonen etter krigen som kan begynne å stille spørsmål. «Jeg kan stille spørsmål som barnebarn, for da er det ikke så stor risk for å åpne sårene. Det er slik i alle familier.*

Rolf: *Min far var krigsseiler. Jeg tenkte at stillhet beskyttet meg. På psykologstudiet sa de det motsatte...*

Peter: *Attunement er rent kroppslig. Det er ikke bare slik at snakk helbreder» «Å vite var veldig viktig på 80-tallet. Å ikke-vite var viktig på 90-tallet. Daniel Stern, Jaakko Seikkula m.fl. hjelper oss å nærme oss begrepet «attunement»,*

Rolf: *Hvordan?*

Peter: *Prøver å være bevisst... Hvordan sitter du i rommet? Ikke sitt hele tiden. Hvordan du bruker kroppen er viktig. Vi har ikke så mange verktøy enda.*

Rolf: *Det er et stort press i Norge på at vi skal gjøre følgende: 1) Vurdering 2) Diagnose 3) Behandlingsplan 4) behandling.*

*Ja, sier Peter, med et smil, vi må lyve – vi later som vi gjør noe, men faktisk gjør vi noe annet... Mange terapeuter mister troen på seg selv. Unge terapeuter er fornøyde. Eldre er ikke så fornøyde, føler ikke at de lykkes. Vet ikke hva de skal gjøre med det klientene kommer med. Folk forstår ikke hva vi gjør.*

Rolf: *For å fortsette i jobben - protest er ikke lenger populært i de yngre generasjonene. I Norge ser det ut som vi bygger opp en «fryktkultur» hos terapeuter. Mange er redde for å gjøre noe feil. Hvordan introduserer for de yngre terapeuter at de må sette ned foten?*

Peter: *Vi kan være entusiastiske, være et godt eksempel/rollemodell og til inspirasjon. Så kan man finne ut hva man ikke vil. Minuchin & co fra 70-tallet inspirerte. Nå er de forskere og ikke inspirerende. Vi trenger terapeuter som er inspirerende og gode rollemodeller. Når forskere forteller terapeuter hva de skal gjøre blir det ikke bra! Men å være forsker og kliniker er en god idé. Fint hvis de nærmer seg hverandre. Feedback – instrumentene er derfor bra for klientene.*

Rolf: *Det er utfordrende å forske på egen praksis. Det er ikke mange i den klassiske medisin som aksepterer dette.*



Peter: *Jeg har fått mulighet til å skrive artikler om min bestefar – i et forskningstidsskrift. En «auto-ethnography»*

*Vi kan lære fra andre disipliner: I familieterapi er tesen at man ikke skal ha hemmeligheter. I sosiologien tenker man at alle har hemmeligheter, og det gir belastninger. Hvordan vokse opp med hemmeligheter? Hvordan se på din egen familiehistorie?*

Rolf: *Du sier at vi må respektere «the hesitations» - nølingen og hemmelighetene.*

Peter: *Jeg har skrevet en artikkel om det som heter «Concept of hesitation»*

Rolf: *Når du har en RCT-studie som viser at 50-60 % får hjelp, så er det 40-50% som ikke får hjelp...*

Peter: *Det er et stort problem at man spør pasientene - «Du har en diagnose - denne diagnosen får du hjelp til med denne terapien.*

*Det er ikke så nyttig å kritisere den medisinske modellen. Derfor er jeg så interessert i feedback – instrumentene. Jeg håper terapeutene vil bli interessert i instrumentene, men jeg vil ikke at de skal bli presset til det. Vi må inspirere og gi ideer.*

Rolf: *Hva elsker du ved denne jobben?*

Peter: *«Jeg har klinikk på onsdager, og på onsdag kveld føler jeg meg privilegert. Folk har delt med meg ting som er viktige for dem, og de har delt med hverandre – og jeg er vitne til det. Vår jobb er ikke å kurere folk. Jeg føler meg berørt av klientene hvis de sier det er nyttig eller ikke. Med feedback-instrumentene får vi bedre tilbakemelding på hva som er nyttig for dem. Å løse problemer er ikke viktig for folk. Det viktigste er å bli forstått.»*

Rolf: *«Not knowing» var et viktig tema i 80 og 90 årene. De siste 10 årene er det endret.*

Peter: *Konseptet har forandret seg. Nå har det blitt mer dialogisk. Å ikke vite er nyttig, men ikke hvis du er for streng med det. Du må være der som en person, ha egne tanker, du må dele dine egne ting for å være del av dialogen.*

Rolf: *Du er del av en gruppe som er opptatt av Bakhtin.*

Peter: *Noen konversasjoner er en monolog – for eksempel politikerens. Dialog er å snakke sammen. Det mest interessante er at alt er dialog. Du kan se på en monolog som en dialog. En taler – alle lytter; hvis de ler, tar han pause, sovner en på første rad så reagerer taleren på det.*

*Feedback skjer på 2 måter i alle relasjoner. For Bakhtin er anticipation – (forventning – entusiasme - håp) - alltid der. Derfor er det å ikke vite umulig. Forskningen på indre dialoger viser at det alltid finnes forventning. Når folk tar valg på hvilke spørsmål de stiller henger det sammen med deres antakelse om hvilke spørsmål som er nyttige.*

### **Rolf inviterte salen til å stille spørsmål og gi kommentarer.**

En person spurte om Rober kunne si noe mer om «hesitation» - nøling.

Peter: *Når en familie kommer og foreldrene sier at vi trenger terapi, da vet kanskje ikke barna hva terapi er. I parterapi er det som regel mannen som nøler. Kvinnen drar mannen til terapi. Da bør du begynne med den/de som nøler. Hvis barnet nøler må du begynne med barnet. Jeg vet at barnet nøler mer enn foreldrene. Den kunnskapen må brukes til å hjelpe klienten og ikke undertrykke dem.*

*Jeg bruker mye tegning sier Rober videre jeg ber dem tegne – det gir ny nøling – hvordan skal jeg klare å tegne? Ikke se på det som «resistance» - motstand, men som «hesitation» - nøling. Du kan utforske nøling. Man må forstå nølingen først. Forstå hvorfor de tenker at terapi ikke er nyttig. Barn kan kjenne at terapi ikke hjelper; de er redde for hva som kan skje. En mor som hadde vært deprimert sa at hun ville gå i individualterapi. Barnet gikk da med en gang bort til moren og ga henne en «sprøyte». Peter utforsket hva slags sprøyte det var. Man må spørre dem om tidligere erfaringer. For eksempel når man har snakket om vanskelige ting i familien kan det skje farlige ting.*

*Min respons er alltid orientert mot klienten. «Attunement – vi danser sammen og vi oppnår noe sammen. Det er ikke 1-2-3-4. Det former seg uten fast rekkefølge.*

*Fra salen: Du sakket om a du ikke liker å sitte stille som terapeut. Kan du utdype det?*

*Peter: Jeg står for eksempel bak barnet, tar på ryggen hennes og sier: Hvis jeg var i hennes sko ville jeg ... og så si noe til moren. Det handler om å støtte barnet, styrke det du antar at er barnets følelser eller tanker. Man må ha mot. Det kreves for å ta sjanser når du skal hjelpe familier. Og man må stole på magefølelsen.*

Peter sa også at han som barnepsykolog leker mye med barn.

Rolf avsluttet med å spørre om det var noen spørsmål Peter gjerne skulle ønsket at han hadde blitt stilt. Peter repliserte umiddelbart: «Har du lyst på en øl til?»

Pelle Slagsvold takket Peter Rober, Rolf Sundet og publikum for en flott kveld.

Peter fikk Henriettes håndstrikkede flotte votter og Rolf fikk en god flaske vin - som takk for innsatsen.



[kristin.breda@nfft.no](mailto:kristin.breda@nfft.no)

## **Planlagte systemiske kafeer 2016**

**Steven Madigan**

intervjues av Lennart Lorås  
Litteraturhuset i Kjelleren  
torsdag 12.05.16

**Karl Tømm**

Litteraturhuset - Amalie Skram salen  
onsdag 08.06.16

**Ella Kopperud**

intervjues av Halvor de Flon  
Litteraturhuset - tirsdag 06.09.16

**Kenneth Gergen**

intervjues av Ottar Ness  
Litteraturhuset - Amalie Skram salen  
onsdag 16.11.16

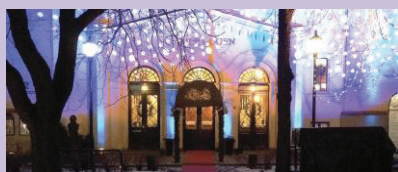
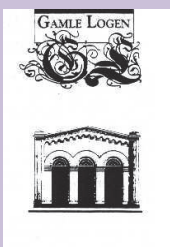
**Følg med på [www.nfft.no](http://www.nfft.no)**



Link til to artikler av Peter Rober m.fl.:

[https://www.researchgate.net/publication/281489202\\_Silence\\_and\\_Memories\\_of\\_War\\_An\\_Autoethnographic\\_Exploration\\_of\\_Family\\_Secrecy](https://www.researchgate.net/publication/281489202_Silence_and_Memories_of_War_An_Autoethnographic_Exploration_of_Family_Secrecy)

[https://www.researchgate.net/publication/250928723\\_Therapist's\\_Inner\\_Conversation\\_Impasse\\_Family\\_Process](https://www.researchgate.net/publication/250928723_Therapist's_Inner_Conversation_Impasse_Family_Process)



#### FORELESERE:



Kjetil Eikeset  
psykolog, filosof,  
diplomekonom og forfatter.



Steinar Bjartveit  
psykolog og forfatter,  
med kriminologi grunnfag.



Trond Kjærstad  
psykolog og forfatter,  
med Idéhistorie grunnfag.

## FØRJULSSEMINARET I GAMLE LOGEN 2015 - DAG 2.

### Lederskapets essens og lederens eksistens

#### - Kongstanker, autentisitet og handlekraft

Oppsummert og gjenfortalt av Inger Olsen.

#### KOM I REGN. GIKK I SOL.

##### Overfylt til randen etter dag en i Gamle Logen.

Overfylt av ny kunnskap, glitrende foredragsholdere, Kjetil Eikeset, Trond Kjærstad og Steinar Bjartveit, som med sitt alvor og sin humor inspirerte til tankens flukt og sjelens ettertenksomhet. Og til slutt Ketil Bjørnstads med sin bohémhistorie og mest av alt klaverspill som fikk både tårer til å piple og hårene til å reise seg. Hjem til pledd og hvilemodus mens tankene spant rundt og en krimbok av Mankell ble liggende urørt på nattbordet.

Jeg er ingen sjef, men ansatt som terapeut på Ullevål sykehus. Gårsdagens innlegg om forskjellen på en administrator og en leder gikk rett inn i min arbeidshverdag, der leder daglig mottar krav om dokumentasjon, utallige dagsordener fra utallige møter, og oppgaver som helst skulle vært gjort i går, uten at en har fått noen melding om oppgaven som skulle gjøres før tre dager etterpå. De går fra å være ledere til å bli administratorer. Det sier jo nedover, også på oss som ikke har dette administrative presset direkte på oss. Indirekte får vi det jo; dokumentasjon av hver lille oppgave og instruksjoner av ymse slag. Muligheten for diskusjon blir borte. Beskjeden er: "Sånn er det bare, ikke mer å snakke om". Det gjør noe med oss alle. Vår kreativitet, vennlighet, motivasjon og kollegafellesskap.

**Forventningsfull i regnet til dag to.** Gikk det an å få enda en dag med så engasjerte "gutta boys" on stage, med sine utallige power-points - med kloke, kjente og ukjente sitater fra store menn som var risikovillige og handlekraftige. Det gjorde det. Med sin sjarmerende humor ispedd personlige historier fanget de vår oppmerksomhet fra begynnelse til slutt. Ingen over - ingen ved siden føltes det som.

Tanken som kom opp - om foregangskvinner og forbilder, dristige, forut for sin tid - som intellektuelle, kunstnere, tindebestigere, prevensjonsforkjempere, streikende fyrstikkarbeidersker og radikalt politisk engasjerte stemmerettsforkjempere, ledere av store klostre, bedriftsdronninger, og krigskorrespondenter jeg aldri lærte eller hørte noe om på journalistutdanningen på 70-tallet, legges foreløpig til side.

Vel, dette siste er vel egentlig en forespørsel til Losjeseminarer om etter hvert å se filosofi, historie og kunst også i en annen kontekst. Dog skal jeg med all "jeg bøyer meg i hatten" respekt si at det var to dager som vil sitte som et stort avtrykk, og at det gjennom disse dagene var helt greit å være "det annet kjønn".



Denne enkle skriver kan ikke sies å være noen ekspert, verken i filosofi, polfarere, politisk makthistorie eller ledelse. Jeg har gjennom 40 år i arbeidslivet hatt mange ledere i forskjellige jobber og perioder, fra 70-årenes uendelige allmannamøter og tro på at akkurat vi ikke bare kunne løse våre klienters problemer, men også hele verdens! Det viste seg jo å slå fullstendig feil, og ledere la også etter hvert om stilen. Arbeidsplassundersøkelser, reduksjon av faglig frihet lurte under overflaten, men fortsatt var det rom for å mene noe, påvirke, ofte i samarbeid med direktorat og departement. Tjenestevei var et ukjent begrep, og vi kunne gå ned og ta en kaffekopp med helse-direktøren for å diskutere utvikling av fag og organisering av vårt arbeid. Makt og innflytelse var ikke bare ledernes domene, og de var fortsatt på 80-tallet nokså åpne for friske diskusjoner om fag og sosial-politikk. Utover i 90-årene begynte det å stramme seg til, og slik det er nå, i Helseforetakenes tid, kan det føles som å ha på seg en alt for trang pjekker der man kan få både pusteproblemer og bevegelses-hemming. Nok om mitt nedenfraperspektiv.

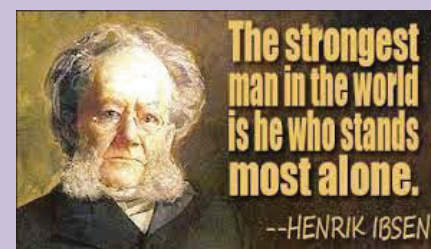
**Dag to i Logen** fortsatte som dag en, med innlegg fylt av utrolig mye kunnskap og ukjente perspektiver fremført med eleganse av spirituelle foredragsholdere som formidlet sitt tema en blanding av alvor og en humoristisk stil som fikk salen til å le og humre. Stemningen var upåklagelig!

Det var mye å både ta inn og fordøye samtidig, Jeg kan på ingen måte gi en fullgod beskrivelse av dagens tettepakke program. Dette blir i motsetning til Ibsens klassiske "påbud" om ikke å være stykkevis og delt. Her blir det *både* delt og stykkevis.

## BOHEMENES KREATIVE KRAFT

**Ketil Eikeset** beskriver slutten av 1800-tallets kreative kraft, som her på berget først og fremst var anført av Kristiania bohemene. Ketil Bjørnstad hadde dagen før gitt oss historier om deres levde liv og kunstneriske uttrykk både i billedkunsten og litteraturen. De sto for et opprør mot borgerskapets konvensjoner og uektethet, dobbeltmoral og nedlatenhet overfor mennesker som var lengre nede på rangstigen i samfunnet. Bohemene møttes daglig på Grand kl. 12.00 der de drakk, diskuterte og filosoferte og ikke minst røkte meget intenst. Eikeset undret seg humoristisk på hvordan det ville være for røykelovens far, Dagfinn Høybråten, å tre inn i denne café!

Bohemene utgjorde en liten flokk, tyve-tredve personer, de fleste menn og noen få kvinner, men de skulle komme til å få stor innflytelse på kunst og tenkning helt inn i vår egen tid, og sikkert også tider som skal komme. De var en flokk, men selvstendighet var viktig, stå alene følge sin egen vei, uten å skjele verken til høyre eller venstre. Det gjaldt selve livet. Ibsens "Alt eller intet" - "Den sterkeste mann, er den som står alene" er sitater som understreker både nødvendigheten av å være kompromissløs og å stå alene for å vise styrke. Ibsensitater er nedfelt i fortauene fra hans bolig i Arbiensgate, nedover Drammensveien og helt til Stortinget. - Et lite tips til en kulturspasertur!

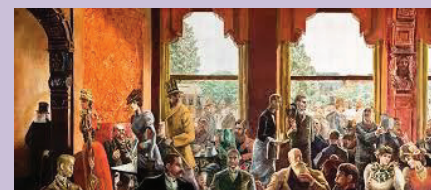


*"Vær ikke ett i dag, i går,  
og noe annet om et år.  
Det som du er, vær fullt og helt,  
og ikke stykkevis og delt."*

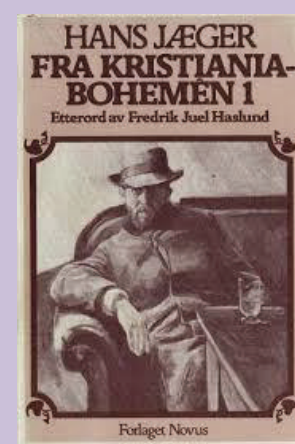
*Henrik Ibsen*

*"Hvor udgangspunktet er  
galest, blir tidt resultatet  
originalest."*

*(fra Peer Gynt)*



Per Kroghs berømte bilde i Grand Café ble malt i 1928. Maleriet viser Grand Cafes interiør og noen av Norges mest kjente kunstnere fra den tiden.



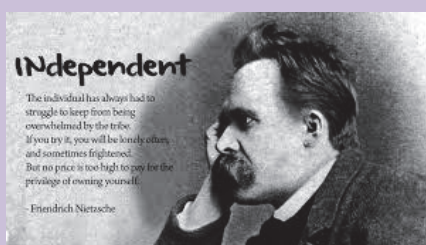
Forlag Novus - 1979

Forside - Edvard Munchs portrett av Hans Jæger fra 1889.



"Syk pike" Edvard Munch. (1886)

\*



Nietzsche



Munchs representasjon av Nietzsche



Tittelblad fra førsteutgaven av "Slik talte Zarathustra" (1883-1885)

Kjetil trekker frem Ibsens relevans for oss i den postmoderne tid, og sier at vi skulle lese mer Ibsen, se mer av hans teaterstykker.

Nasjonalteateret har sin Ibsenfestival hver høst, der Ibsen blir spilt og fortolket på utallige måter med oppsetninger - fra ikke minst utenlandske regissører og skuespillere. (Billettene blir revet bort på linje med "Birken", så her gjelder det å henge med!)

Kjetil beskriver videre Munchs kunstneriske bunnløse ærlighet om sine innerste følelser, angst og fortvilelse kombinert med en enorm skaperkraft og produksjon. Selvfølgelig fordømte og latterliggjorde borgerskapet mannen som skulle bli en av verdens mest anerkjente kunstnere.

Kjetil oppfordret oss også til å se Munch om igjen, både på Munch museet og Nasjonalgalleriet. Kanskje med et annet blikk enn vi har sett det før, og også forstå mer av bakgrunnen og historien bak hans bilder. Han forteller for eksempel om "Det syke barnet/Syk pike" som er malt etter hans storesøsters død. Han ber oss se nøye på hvem som trøster hvem i bildet. Det er kanskje barnet som trøster den voksne som ikke makter å akseptere at barnet skal dø. Han "malte det han tenkte", og sto opp for seg selv og sine unike og ofte omkostningsfulle valg.

## SÅ OVER TIL FRIEDERICH NIETZSCHE (1844-1900),

tyisk filolog, filosof og dikter. Han skulle komme til å bli en av Europas mest omtalte og omstridte filosofer. Hans tanker har fått forskjellige og motridende tolkninger. Hans fremstilling og stil er ikke systematisk, men dikterisk, rik på bilder, aforismer og paradokser. Blant hans mest originale og innflytelsesrike tanker og skrifter var "Also sprach Zarathustra" (1883-85). Han avviste foraktelig den gjengse moral, og ville omvurdere alle verdier, og gi ordene "godt og ondt" nytt innhold. Kjetils kunnskap om Nietzsche ble formidlet slik at det for oss som har en middelmådig karakter til forberedende, og så sluttet på Blindern, fikk lyst til å prøve oss på hans skrifter. Alt lå til rette for både kunst og lesning i påskeferien!

Nietzsche kaller den kristne moral for en "slavemoral" med sin ydmykhet og medlidenhet. Nietzsche ville heller ha en "herremoral" som passer den nye mennesketypen han profeterer: "Overmennesket", et begrep Kjetil belyser på en annen måte, enn min (og kanskje andres) oppfatning av begrepet som ble misbrukt av nazistene, men som gjorde Nietzsche til en av deres store tenkere.

I overmennesket - som ikke undertrykker, men disiplinerer og nyttiggjør seg sin affektive energi og har viljen til makt som har nådd et punkt som er hinsides godt og ondt. Nietzsches ikoniske postulat "Gud er død" blir stående som et oppgjør med kristendommen og andre religioner som han oppfattet som undertrykkende og fordummende på individet som dilter etter og ikke tar ansvar for sitt eget liv, og heller og ikke tar sitt eget valg. Den som følge andre er "slave", og har ikke kraften til å følge sin egen vei.

Dette ble, slik jeg oppfattet Kjetil, for Nietzsche et paradoks i hans eget liv, og uttrykker at han har en skrekkelig angst for selv å bli erklært som hellig.

Oppfordringen blir altså: Les din Nietzsche og bli (enda) klokere!



Den sterke som skal våge alt og ofre alt alene, er jo unektelig en idé som er fremmed i det systemiske feltet der relasjoner og samhandling kan gi rom for endring. Mara Palazolli sa det slik: "Uten at vi holder hverandre, holder vi ikke ut".

### **LEDERSKAP - ANSVARLIGHET OG HANDLEKRAFT. FRIDTJOF NANSEN SOM OVERMENNESKE.**

**Trond Kjærstad** åpner med at vår historie har en tendens til å komme i "klumper". Noen perioder står frem som mer viktige enn andre, mellom overganger som ikke fremstår som så viktige

Han peker på noen viktige årstall som har vært avgjørende for utviklingen av norsk identitet:

- 1885: Parlamentarismen får sitt gjennombrudd.

Man måtte på 1800- tallet gjøre seg fortjent til å stemme. Stemmeretten var helt til slutten av 1800-tallet beholdt de som eide mye, tjente mye og betalte mest skatt, hadde utdanning og ansvarsfulle stillinger, hadde mest rett til å bestemme hva statens penger skulle brukes til. De mente å forstå seg best på vanskelige samfunnsspørsmål. Naturligvis var det de samme gruppene som bestemte at det skulle være slik. Stemmerett for allmuen, kom ikke av seg selv. Den var noe både kvinner og menn slåss for å få gjennomført, og var ikke noe "de bemidlede" uten videre ga fra seg.

- 1905: Vi får vår egen konge. Norge blir Norge.  
Vi blir et eget selvstendig kongerike.
- 1897: Menn får alminnelig stemmerett
- 1913: Kvinner får alminnelig stemmerett 15 år etter menn.

#### **FRIDTJOF NANSEN:**

Trond Kjærstad fortsetter med å gi et bilde av Nansen som en mann med humanistisk og politisk engasjement i Europa, noe som for nordmenn flest kanskje ikke er en side av ham vi vet så mye om eller har fokusert på. Nansen på norsk er først og fremst polarhelten. Det er eventyreren som trosser alle farer og er høypotent og risikovillig, gir seg aldri. Et ideal ingen i Norge kan måle seg med.

Nansen var så mye mer enn *født med ski på beina* - som med is og snørr i barten kjempet seg frem til Nordpolen, med en ukuelig vilje og stort mot, også til å ofre sitt eget liv. Han var akademiker, doktorgrad i zoologi - og i aller høyeste grad legemliggjøring av den ultimate "sportsmanden". Et helteforbilde, som dagens ledere fortsatt strekker seg etter. Det kan se ut som deres mannsnot vises gjennom deltagelse i Birkebeinerrennet og trening inntil det nesten komiske for en "koffertløper" som står utenfor og betrakter. Det å ha Birkebeineren på sin CV, viser at du er et ekte mannfolk, utvilsomt med fremragende lederegenskaper, stayerevne og stort mot. De strekker seg etter en Nansen som ifølge en, muligens ikke helt sann historie, forteller at han etter avlagt doktorgrad, ikke rakk toget fra Bergen til Oslo, bestemte seg da for å gå på ski, og brukte fem dager på turen over fjell og vidde. Hans kommentar da han kom frem til Oslo var "jeg rekker Husebyrennet", der han ble nummer fire, og tålte - kanskje for første og siste gang - å ikke være en seierherre.



Trond Kjærstad

#### **NORGE BLIR KONGERIKE.**



Kong Haakon 7. og dronning Maud,

med lille kronprins Olav.

Haakon: Norges konge fra 1905 til 1957. Døpt Christian Frederik Carl Georg Valdemar Axel, men gikk under navnet Carl og var prins av Danmark.

Dronning Maud: Maud Charlotte Mary Victoria.

Prinsesse Maud av Storbritannia og Irland. Prinsesse Maud av Danmark.)

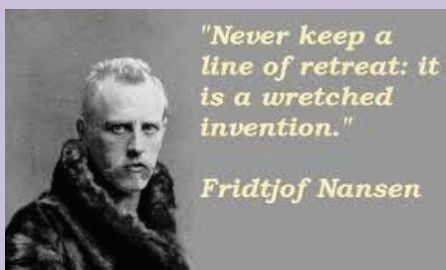






Polarskuta Fram

·  
\*



Nansen pass.

Fridtjof Nansen mottar  
Nobels fredspris i 1922.

Etter 1922 ga Folkeforbundet  
"Nansenpass" til statsløse  
flyktninger slik at de kunne krysse  
grenser. Nansen selv fikk ansvaret  
for å skille grekere og tyrkere fra  
hverandre etter den gresk/tyrkiske  
krigen. De siste årene av sitt liv  
engasjerte han seg for armenernes  
sak.

Fra 1931 ble Nansenpassene utstedt  
av Det internasjonale  
Nansenkontoret i Genève i Sveits.  
Totalt 450 000 pass ble utstedt og på  
bakgrunn av innsatsen for statsløse  
flyktninger ble Nansenkontoret  
tildelt Nobels Fredspris i 1938.

Trond spør salen om noen vet hva Nansen tok doktorgraden i ...  
Seminardeltagerne i Gamle Logen forble tause. Doktorgraden var -  
overraskende nok - om sentralnervesystemet til slimålen! Norske  
mikroskoper var ikke bra nok for ham, han dro til Italia for å låne det  
beste utstyret før han skriver sin oppgave. Han ga seg ikke før han  
opnådde det aller beste resultatet.

**Nansens store anliggende var at Norge skulle melde seg på**, og bli  
en nasjon med selvtillit og stolthet. Han gikk fra å være en "sports-  
mand" som krysset Norge på ski, til å bli mannen som krysset det  
indre Grønland på ski og var den første mann på Nordpolen. Han la  
ut på ekspedisjonen etter å ha overtalt Colin Archer til å bygge skuta  
Fram, som av noen ble kalt en "kokosnøtt på havet". Trond forteller  
at polferden ikke bare var langtidsplanlegging. Bare to måneder før  
ekspedisjonen skulle legge ut på sin strabasiose ferd annonserte  
Nansen etter menn skulle være "skidytige og kuldeimmune". Han  
ville helst ha med akademikere som var vitenskapsmenn. Trond spør  
salen hvor mange akademikere vi trodde meldte seg, og da var vi  
samstemte om at det var ingen! De som meldte seg var håndverkere  
og arbeidsfolk, som naturlig nok var mer nyttige å ha med enn bleke  
akademikere som langt fra var kuldeimmune.

Nansens ferd over Grønland skal ikke beskrives her, utallige bøker  
har beskrevet dette inntil minste detalj. Hans handlekraft ga selvtillit  
til alle nordmenn, han var heltenes helt og da han kom tilbake til  
Oslo i 1889 ble han møtt av jublende mennesker som fylte Oslos  
gater som aldri noensinne før.

Dog en liten historie fra da han og Hjalmar Johansens berømte  
overnatting på Grønland i 13 måneder der de delte en sovepose og  
Nansen nyttårsaften spør: "Skal vi ikke være dus?"

Så går foreleseren over til nok en side ved historien om en Nansen  
som var så mye mer enn sine polare heltebragder. Han var en mann  
med stor handlekraft i vårt nasjonale og internasjonale samfunn.

- Han var en internasjonal diplomat, sentral i Unionsoppløsningen,  
og ville blitt Norges første president om vi ikke hadde fått  
monarkiet, sier foreleseren. Han bidro også til å finne vårt kongepar,  
Haakon den 7. og dronning Maud. Nansen var republikaner, men  
endret standpunkt.

- Nansen reddet en halv million krigsfanger etter første  
verdenskrig. Reiste kapital, og handlet, mens politikerne satt rolig å  
diskuterte om hva som kunne bli en løsning. (Noe å tenke på i disse  
dager!)

- Han hjalp 30 millioner sultne russere etter revolusjonen i  
1917.

- Han ble Folkeforbundets høykommissær for flyktninger, og  
skapte Nansenpasset, som i 1916 blant annet reddet titusenvis av  
armenske flyktninger som var blitt statsløse (Enda et eksempel til  
ettertanke).

- For sin innsats og sitt engasjement ble han tildelt Nobels  
Fredspris i 1922.

Trond sier at om han på utenlandsreiser sier at han er norsk, blir han ofte møtt med kunnskap og kommentarer om Nansen som humanist og handlekraftig i menneskerettighetsspørsmål. Han forteller også, komisk nok, at den andre nordmannen folk kjenner til er ”Goran Sorgut”, som vi fotballnoviser også har fått med oss, altså Gjørn Sørloth.

Trond beskriver Nansen som en mann med opplevd selveffektivitet, som handler om ens tro på egne evner til å utføre handlinger som de fleste andre ser på som helt umulige. Han var både en ”umulius” og en helt. En mann med vilje til å nå ekstreme resultater, med jernvilje, og som hadde langsiktige mål.

- Det finnes flere historier om oss alle. Hvem vil våge å si, uten blygsel: ”*jeg er hel ved*”, spør Trond og ser utover salen. De fleste av oss er vel ikke det. Baksiden av medaljen finns, og mørke lukkede rom vi ugjerne slipper andre inn i eller skammer oss over når de blir sett.

Nansens medaljebakside, som leder, var blant annet hans nedlatende holdning til sitt mannskap, hans bisterhet og hans posering. Han har sin kongstanke, store vyer, stor risiko, går først og får andre til å følge etter. Tendens til stormannsgalskap er medaljens bakside for han og muligens for noen av våre toppledere både her hjemme og ute i verden. Det som kjennetegner stormannsgalskap er blant annet narsissime, og hypersensitivitet for kritikk og sinne. En som er en dårlig lytter, og har en begavelse for å attribuere æren selv når ting går bra, og å legge ansvaret ut på ”flokken” når det går galt.

\*

Så var det lunsj der maten skulle nytes - og både åndelig og annen føde skulle fordøyes.

\*

## MOT, RISIKOVILJE OG MAKT:

(Under denne sekvensen av dagen faller skribenten ut på grunn av et tinnitus-anfall, så referatet fra denne timen er delvis basert på vår hukommelse, ispedd noen stikkord og sitater fra andre kilder og egne notater. *Red.)*

**Steinar Bjartveit** entrer scenen igjen etter lunsj. Med entusiasme og mye liv tar han for seg temaet: *Mot, risikovilje og makt*.

### NICCOLÒ MACHIAVELLI: ”Den florentinske sekretær”.

Slutten av 1400tallet var republikkens storhetstid i Firenze. Cesare Borgia overtok makten etter et brutalt kupp i 1502, 27 år gammel. Machiavelli, byråkraten over alle byråkrater, er en av Borgias mest betrodde rådgivere. *Uten han ville Borgia kun vært en fortnote i historien*, sier Trond Kjærstad og Steinar Bjartveit i boken ”Kaos og kosmos”.

Republikken i Firenze faller i 1512: Da Medici-familien kom tilbake til makten i 1512, falt Machiavelli i unåde, ble fengslet, torturert og forvist fra Firenze. Men Machiavelli vil noe mer. Han vil skildre verden som den er. Rått og usminket vil han fortelle hva som virker i maktspeillet.

Den effektive sannhet, *vertità effettuale*, blir hans mantra, - og *da holder det ikke med lederes tåredryppende julebordstaler eller konsulenterne altomfattende kulepunkter*, sier Steinar.



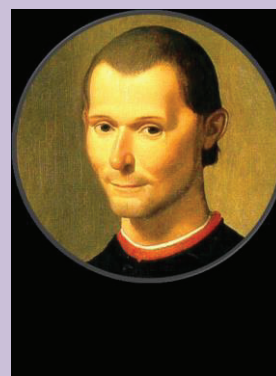
Trond Kjærstad

\*

Fra Steinars Bjartveits foredrag etter lunsj:

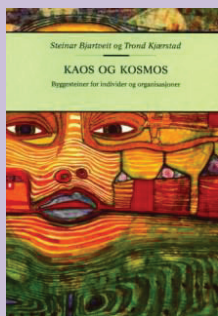


Om Nansen passet og virtù som lederegenskap.



Niccolò Machiavelli, 1469-1527

En referanse:



2001

### KAOS OG KOSMOS

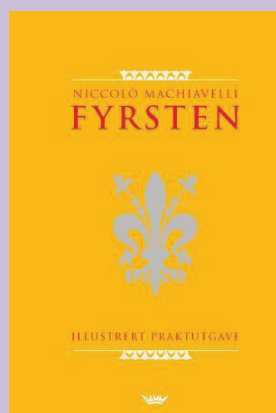
Steinar Bjartveit og Trond Kjærstad.

*"One must be a fox  
To recognize traps  
And a lion  
To frighten off wolves"*

*Niccolò Machiavelli*

**"Fyrsten" er like aktuelt i dag  
som da den ble skrevet i 1513.**

Det finnes mange utgaver av  
"Fyrsten". Her er en illustrert  
praktugave fra 2007



Damm 2007

Niccolò Machiavelli (forfatter) og  
Oversatt / gjendiktet av Jon Bingen

**Slaget av en sommerfuglvinge:**

*En tilsynelatende ubetydelig  
forskjellig utgangspunktet for  
en variabel som kan vise seg å få  
store utslag i sluttresultatet ...*

**Machiavellis "Fyrsten"** sjokkerte fra det øyeblikket den ble utgitt. Forbannet og forgudet. Bannlyst av paven i 1559, men er den dag i dag en inspirasjonskilde, for både revolusjonære bevegelser og for bedriftsledere. En oppskriftsbok for tyranner og frigjørere.

I våre dager tror vi mer på samspill og har ideelle fordringer. Steinar ironiserer litt med vår hang til å harmonisere, - fra røverne som skal integreres i Kardemomme by til reven i Hakkebakkeskogen som blir vegetarianer.

Machiavelli skriver ikke om hvordan ting bør være, men viktigheten av å finne frem til tingenes virkelige sammenheng. Han prøver å si noe om hvordan man kan få til ting, hvis mennesket ikke er godt. Machiavelli bruker begrepet Ambizione: og hevder at det som driver folk er evig streben etter ære, makt, rikdom og berømmelse. Han sier ikke at menneskene er onde, men at vi ikke alltid gjør det vi vet er det gode, sier Steinar. – Og tilføyer: Allerede i Edens Hage hører vi om Kain som slo sin bror Abel i hjel. Med et megetsigende blick ser Steinar ut over forsamlingen og sier: Hvis Anders Behring Breivik ikke er syk, - så betyr det at mennesket kan gjøre onde ting.

Maciavelli og forstillelse:

- Evnen til å framstille seg
- Evnen til å snu kappen med vinden
- Løfter og løgner
- Fasadebyggere og fasadeklatrere

*"Det viktige er å kunne forskjønne en slik opptreden og vise  
dyktighet i sitt hykleri og sin forstillelse."*

**Løven og reven** blir Machiavellis idealer. Han er luta lei unnskyldning og utredningskomiteer. Noen ledere breier seg i korridorene og på golfbanen, men kryper sammen når utfordringene kommer. Han vil ha løver som tør, løver som tåler en trøkk og løver som står løpet ut. Men løvens mot holder ikke alene. "Opp som en løve og ned som en skinnfell".

Den lykkes best som har revens egenskaper. Den som evner å lese politiske landskaper, som forstår hvordan beslutninger egentlig fattes, og som kjenner maktens irrganger. Reven har en gatesmarthet - fri for vektall og verktøy. Relasjonsferdigheter er dens våpen. Og du merker det nesten ikke. De virkelige maktkjemper virker best i det skjulte. Ja, de skyr fremskutte posisjoner og offentlig oppmerksomhet.

Slike egenskaper matcher dårlig vår lit til systemer og teknikker som lederens fortrinn. Men så lever da også ledelsesfaget fremdeles i moderniteten, sier Steinar. Vi tror at vi kan fange ledelse som en institusjon. Machiavelli hevder at din dyktighet vil aldri kunne stå for mer enn femti prosent av utfallet. Resten avgjøres av tilfeldigheter og kompleksitet. (Tilfeldighetenes faktor (50/50).

Og slik er han lysår før sin tid og berører både kaosteori og evolusjonsteori. Men svaret på en slik manglende kontroll er ikke et liv i passivitet. "Better safe than sorry." Nei, han ønsker seg ledere som



våger seg inn i tilfeldighetens landskap, ledere som tør å trosse *Fortuna* (skjebnegudinnen). Kun gjennom det kan storhet nås.

*Machiavelli kalles realpolitikens far.* Det er noe forførende usmakelig ved Fyrsten. Du vil forarges over hans poenger og konklusjoner, men det er få som ikke gjenkjenner det han beskriver. Machiavelli fanger noe som vanlige ledelsesbøker ikke tør å skildre eller analysere. Han gir deg et annerledes perspektiv på ledelse, og noen vil hevde at dette er essensen i all ledelse. Ledere har studert hans bok i 500 år. Gå 500 år frem i tid, og de leser fremdeles Machiavelli.

- Han gremmes over troskyldige ledere som i patetisk selvstimulerende gråtkvalthet maner til lagfølelse og omtanke. Han vil ha ledere som våger lederskap og som er smarte nok til å forstå maktens verden, fortsetter Steinar.

*«Jeg er lei av feige ledere. Det er så mange av dem. Folk som i all sin smålighet beskytter egne interesser og som aldri står fram når situasjonen kaller på dem. Folk som frykter fiasko mer enn higen etter ære. De som aldri klarer å bestemme seg, de som ikke tør å være hensynsløse og sterke når tiden er rett for det.».* Sitat fra boken "Makt og verdighet" (2012).<sup>i</sup>

**Virtù** (beslutsomhet, dristighet, mot, storsinn, selvstendighet og hensynsløshet) er et nøkkelbegrep hos Machiavelli.

Virtu som lederegenskap: Løvens kraft og mot, de episke helter som idealer. Fortuna elsker de uvørne og misliker de forsiktige, foretrekker ulike former for mot og sist men ikke minst Løvehjertene.

- Fridtjof Nansen synes å ha hatt disse egenskapene, - både som polarhelt og som leder. Han var på mange måter en redningsmann nasjonalt og internasjonalt, med mot, risikovilje og makt, sier Steinar.

Alle selger illusjonen om at ledere har kontroll, men som nevnt har selv de aller dyktigste, ifølge Machiavelli, kun kontroll på rundt 50 prosent av variablene. Resten er fortuna, ikke lykke, men tilfeldigheter.

*Du skal helst være både fryktet og elsket som leder.  
men må du velge - er det første viktigst.*

### **HVORDAN VELGE STORHET – KAPPLØPET MOT SYDPOLEN.**

**Trond Kjærstad** presentere nok en polarhelt med handlekraft, vilje til risiko og utholdenhet for å nå sine mål. Han snakker om Roald Amundsen (1872- 1928). Rikmanssønnen, som avbrøt sitt medisinerstudie etter foreldrenes død, for å vie seg til polarforskningen.

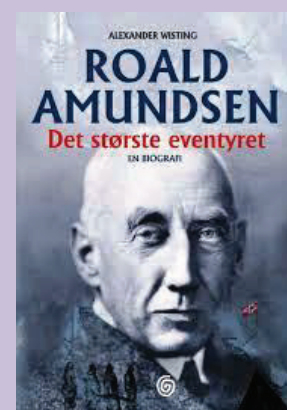
Amundsen var en grundig mann som planla sine ekspedisjoner, og var villig til å ofre alt for å nå sine mål. Trond tar oss med til Grønland, og forteller med stor innlevelse om Amundsens ekspedisjon med Gjøa 1903. Han viser kart over Grønland, Amundsens rute for å finne Nordvestpassasjen som engelskmennene hadde lett etter i flere hundre år. Ekspedisjonen hadde også som mål å studere inuittenes levesett, og han ble i King Williams Island i 23 måneder og samlet inn et stort

### **Machiavellis dikt om Fortuna:**

*Hun trækker ofte de gode  
under sine føtter,  
og de onde opphøyer hun,  
og hvis hun  
noen gang lover noe,  
så holder hun aldri sitt løfte.  
Hun snur stater og  
kongedømmer opp ned  
etter egne nykker.  
Hun røver det gode  
fra de rettferdige  
og gir det fritt til de urettferdige.*



\*



I 1911 var Roald Amundsen den første som nådde Sydpolen. Han omkom i 1928 under et forsøk på å redde den italienske general Umberto Nobile.



Gjøa

etnografisk materiale. Han lykkes i sin plan om å finne Nordvestpassasjen, en bragd som skaffet han ry som en eminent ekspedisjonsleder.

Foreleseren forteller videre at Amundsen hadde større og mer ambisiøse planer, og rustet seg ut til å nå den magnetiske Nordpolen, men da han fikk vite at den allerede var nådd av Cook og Peary, gjør Amundsen en vending til det helt motsatte: Han seiler sørover til Madeira og informerer så mannskapet om "change of plans"; At målet nå blir Sydpolen som ingen hadde nådd tidligere.

Denne skribenten blir sittende å tenke på ledere som er i stand til å revurdere situasjonen, innse at planene for foretaket eller bedriften må legges totalt om for å bli bedre og nå sitt mål. Jeg er ansatt i Oslo Universitetssykehus.(OUS) og har opplevd sammenslåing av våre store sykehus Ullevål, Radiumhospitalet og Rikshospitalet. Prosessen har overskredet budsjettene med ufattelige summer. Hensikten med sammenslåinger og helseforetak skulle være å gi pasientene et bedre tilbud, og å spare penger. Effekten av sammenslåingen har etter min mening ført til en forverring for både pasienter og ansatte. Det kan se ut som ledelsen ute av stand eller vilje til å revurdere helsevesenets organisering. Det er muligens som "snu et hangarskip i Akerselva". *Administratorer* har kanskje noe å lære av Amundsen som forandret sine planer totalt når han innså at hans første plan var forfeilet.

Trond tar oss videre med på Amundsens ferd mot Sydpolen. Amundsen nådde som kjent målet i kappløp med engelskmannen Scott, og plantet det norske flagget på Sydpolen 14. desember 1911. Mottoet var kanskje: "Å være best, er typisk norsk!" Scott nådde Sydpolen fem uker etter, for å finne det norske flagget plantet. Han gjorde en vendereis som ble katastrofal. Scott og hans mannskap frøs i hjel på tilbaketuren, noe Amundsen mente hang sammen med dårlig kunnskap og dårlig planlegging.

Trond viser powerpoints som viser oss viktige tanker fra Amundsen om Sydpolkappløpet. Den første han presenterer er "Om hell og uhell": - "Seier venter den som har alt i orden. Hell kalles det. Nederlag er en absolutt følge for den som har forsømt å ta de nødvendige forholdsregler i tide. Uhell kalles det..."

Den neste kaller Trond for "Produktiv paranoia", som viser store forskjeller i Amundsens og Scotts planlegging av sine ekspedisjoner.

Amundsen:

- Kontinuerlig trimming av utstyr.
- Trente på ski og testet utstyr i terrenget.
- La ut tre tonn mat til 5 mann.
- Hvert depot markeres med flagg og tyve svarte markører i 10 km bredde
- Velger de fem som skal gå før avreise.

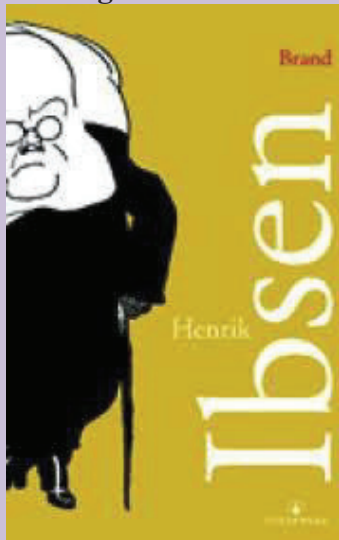
Scott:

- Mente forberedelsene var gjort på forhånd
- La ut et tonn mat for 17 mann.
- Hvert depot markert med ett flagg. Brukte lang tid på å finne depotene.
- Hadde med 17 mann helt til siste etappe.

Amundsen hadde empirisk kreativitet, mens Scott baserte seg på tidligere erfaring fra en tur som mislyktes.

Storhet i ledelse er, så vidt jeg kan oppsummere, ikke et spørsmål om flaks eller uflaks, men at hell i stor grad kan planlegges og at sjansen for å lykkes selvfølgelig øker med graden av god planlegging.

### En utgave av "Brand"



Gyldendal 2005

**Brand** er et drama i verseform av Henrik Ibsen, utgitt i 1866, om presten som stiller de aller største krav til seg selv og sine omgivelser, noe som går dramatisk ut over hans mor, kone og barn. Premieren var i Stockholm 1885.



Kjetil Eikeset avslutter seminaret.

\*

Seminaret arrangeres av NFFT og Metaforum.

Logen-komiteen dette året besto av Jannicke W. Tindberg, Halvor de Flon, Rikke Helmer, Kristin S. Breda og Kari Yvonne Kjølås.

\*

### KONGSTANKER HOS LEDERE – NARSISSISME SOM BAKSIDEN AV MEDALJEN

**Kjetil Eikeset** har seminarets siste foredrag der han fokuserer på konsekvensene av å være en stridbar, uforsonlig og autoritær leder. Han trekker igjen inn Ibsen. Denne gang dramaet "Brand" som er selve motsatsen til "Peer Gynt". Brand skal realisere sin tro til handling, og søker i følge Kjetil til "det minst lidenskapelige sted" - Sundfjord/ Nordfjord, der pussig nok, Kjetils slekt kommer fra. Han beskriver sundfjordingene med en livlig anekdote om ordknapphet – og egen forlegenhet i møte med tausheten, for så å bringe oss tilbake til Brand, mannen som ønsket å vekke bygda til live med det Kjetil kaller "en gospelaktig stil."

Innholdet i Brand skal ikke refereres her, kun noen standpunkter og konsekvensene av disse. Brand sier følgende: *"Det at du ikke kan, er greit, men det at du ikke vil, er utilgivelig"*.

Brand refser menigheten for unnfallenhet, er en idealist grensende til det fanatiske. Han legger ut på et personlig prosjekt i frost og kulde der barn dør og menigheten ofres. Han er sikker i sin sannhet, arrogant i forhold til majoriteten. Valget blir så ekstremt at livet blir borte.

Eikeset formidler "Brand" med stor kunnskap, innlevelse og inspirerende formidling som inspirerte til å se en ny oppsetning ved første anledning! Han siterer fra Nansens tale ved Ibsens død:

*"Innflytelsen i forming av dagens Norge og den norske folkekarakteren er uvurderlig. Om jeg må få bruke meg selv som eksempel, er det ingen overdrivelse å si at min karakter, slik den er, stort sett er Ibsens verk. Betydningen av et dikterverk som Brand har for menn av min generasjon vært større enn dere helt vil tro. Han stimulerte den nasjonale selvbevissthet og selvrespekt".* - Ikke snaut!

Jeg som skriver, undrer meg på hvilke rollemodeller de presenterte filosofer, polfarere og maktføregangsmenn, har hatt og har for betydning av dagens såkalt moderne ledere. Det finnes jo likhetstrekk - som for eksempel narsissisme, overdreven tro på egne begavelser, og uvilje mot å dele suksess med sine medarbeidere - med unntak av i festtaler og ved julebord.

Foreleseren peker på at de ledere som er presentert i løpet av disse to dagene hadde liten eller ingen relasjonell interesse eller kompetanse, og ofte ble upopulære hos sine medarbeidere. Han etterlyser vilje og personlig ydmykhet som lederegenskaper hos dagens ledere, og et genuint ønske om en samarbeidende stil. Det å lede er å lytte nedover, og være raus og åpen for ansattes innspill og standpunkter. Den senere tid har jo gitt flere eksempler på ledere som antagelig har trådt feil, ofte bortforklart og prøvd å tildekke sannheten.

Ledelse i næringslivet ser fortsatt ut til å være "homososial reproduksjon", altså å velge den som ligner mest på seg selv. I Norge oftest herrer. Det hadde vært interessant å høre enda mer om hva våre foredragsholdere eksplisitt kunne si om hva de ut fra sine kunnskaper og



erfaringer med ledelsesutvikling, både innenfor privat og offentlig sektor, oppfatter som god ledelse og eksempler på dette, selv om mye av budskapet lå implisitt i formidlingen.

Kari Yvonne Kjølås, som åpnet og avsluttet seminaret, takker de tre foreleserne for den strålende innsatsen - til stor applaus fra salen. Forsamlingen takkes for oppmøtet og ønskes på gjensyn i Gamle Logen neste år – og vel hjem.

Langt flere enn de fremmøtte, ledere og andre ansatte, kunne hatt nytte av å delta på dette seminaret. To stappfulle dager, med fokus på lederprofiler – og mye mer. En skikkelig vitamininnsprøytning. Leve Losjeseminaret som denne gang fikk oss til å løfte blikket opp fra vår praktiske hverdag, terapi og metodeutvikling, som selvfølgelig også er viktige for oss, men ”å tenke stort” er et løft for kropp og sinn.

Inger Olsen: [inger.olsen@ous-hf.no](mailto:inger.olsen@ous-hf.no)

<sup>i</sup> De tre foreleserne har skrevet flere bøker – hver for seg og sammen: *Kaos og Kosmos* (2001) - *Makt og verdighet* (2012) og *Roma Victrix* (2012). Mye av innholdet disse dagene baserer seg på disse bøkene.

**For mer info om bøkene og foreleserne – se forrige nummer av Metaforum.**

**Det blir  
førjulsseminar  
i år også.**



**Torsdag 8.  
og fredag 9.  
desember 2016**

**I Gamle Logen i Oslo**

**”En verden i forandring  
- Kunnskap og erkjennelse”**

**Foreløpig hovedforeleser: Nora Bateson**  
(Filmskaper, redaktør og skribent.)

**"Hvordan utvide vår forståelse av det komplekse  
slik at vi kan utvikle vårt samspill med verden".**

**Flere talere og andre innslag er under planlegging.  
Vi kommer tilbake med mer informasjon.**

**Følg med på [www.nfft.no](http://www.nfft.no) - Sett av dagene allerede nå!**

**Logenkomiteen - NFFT**



# Er vi parate til en forpligtende og bærende relation?

**Fania Wajntraub-Korski fra Danmark har sendt oss dette innlegget, - til debatt eller bare ettertanke:**

**Vi vil have vores basale behov tilfredsstillet.** Behov for kærlighed, magt, sex, frihed og selvstændighed og humør, men i forskellige grader. Det gode samspil i forholdet handler om, at både tale og handle med bevidsthed om, at alle vores valg har konsekvenser. For alle omkring.

Et bærende parforhold handler om, at finde frem til den balance, som gør det muligt, at få tilfredsstillet basale behov som ikke strider med forholdets grund for overlevelse.

Problemet opstår, når vi betragter søgen efter denne balance bare hos os selv, i vores krop og ikke i samspil med de andre. Samspil med andre har en stor indflydelse netop på vor forståelse af os selv, for vores identitet og for vores krop.

Svært? – ja. Opnåeligt? - ja. Det mener forfatteren Fania Wajntraub – Korski, som uddyber emnet i sin nyudkomne bog, ”Når jeg en gang bliver lykkelig - konsekvenser af samspil i familien.”

**Ægteskabet begrænser i regel den frihed man havde inden.** Men partnernes behov for at realisere sin frihed og andre behov må kunne tales om, da man har forskellige behov for realisering af disse. Hvis man ikke kan afstå fra realisering af denne behov på bekostning af forholdet, må det opløses og jo hurtigere jo bedre. Mennesker som rigtigt elsker hinanden og vil være sammen har i regel ikke større vanskeligheder at foretage justeringer i forhold til sine behov.

Hvor meget skal man gå på kompromis med sig selv for at tilfredsstille de andre og hvor meget kræves der for at opnå den rigtige balance? Hvordan orienterer man sig og hvilke signaler fra de andre eller fra sin egen krop er man villig til at fange for at finde ro?

Det handler om, at være bevidst omkring de signaler man sender og forståelse af dem - af den anden. Det handler om kommunikation. Ansvar for valget omkring måder at kommunikere med hinanden på er kun eget.

Stadigvæk glemmer de fleste i parforhold, at der drejer sig om forholdets bedste og ikke den enkeltes. Niveauet for fælles grund skabes og aftales ved at diskutere de elementer der har betydning for, at den enkelte har det bedst i den pågældende relation. Betragter man den anden som en rigtig ven, danner man også basis for en god relation.

Ubalance, som antal skilsmisser er resultatet af, opleves på forskellige måder. Det kan være resultat af en utilfredshed med

**Fania Wajntraub-Korski er sociolog, autoriseret psykoterapeut, samlivsterapeut, sygepleier og jordmor, med studier i filosofi og kognitiv psykologi.**

**Bøger av forfatteren:**



2015 - kahrius.dk

**”Når jeg en gang bliver lykkelig...”**

”Så længe vi tror, at vi kan kontrollere den anden ved at gøre noget, den anden ikke vil, eller vi foretager os noget, vi reelt ikke vil (stoppe rygning, drikke for meget alkohol, gå på diæt, arbejde et sted, man ikke trives, eller udføre et arbejde, man ikke kan lide), udvikler vi en destruktiv måde at kommunikere det til de andre på. Vi behandler vores venner anderledes og med mere respekt end vores egne partnere, vi har valgt at dele livet med. Hvis vi betragtede dem, som vi gør med vores egne familier, ville vi for længst have mistet dem. Er det det, vi vil med vores nærmeste?”  
(uddrag fra bogen)



2012 - kahrius.dk

**”Hvem er mine forældre?  
Konsekvenser af samspil i familier”**

Denne bog fremlægger en analyse af ca. 1400 anonyme breve skrevet til netbrevkassen. Forfatteren, erfaren jordemoder, samlivs-, familierapeut og sociolog, m.m. har som redaktør på brevkassen bemærket, at de mange breve som er kommet der, vidner om de unges ensomhed og manglende nærtkontakt med deres forældre. De oplever, at de ikke kan henvende sig til nogen anden voksen (hverken forældre eller lærere). De har det som regel ikke godt.

Målet med denne bog er at give stemme til dem, der har svært ved at blive hørt dér, hvor det betyder mest for dem, deres egne familier.

**Fra forlagets omtale**

mange ting omkring, med oppfattelse af sig selv og sine handlinger, af relationer man har med andre omkring, i familien, på arbeidsplassen, i skolen eller andre institutioner.

**Langvarig ubalance kan lede til ændring af hjernens kemi** og må stabiliseres ved hjelp af andre kemiske midler for at modvirke det utilsigtede tilstand.

Når man rammes af depressivt tilstand, føler man sig ofte fanget af en følelse at ikke kunne gjøre noget. Varer denne hjelpeløshed længe, kan det lede til at man bliver diagnostisert med en mental sykdom. Men denne tilstand kan også oppfattes, som råb etter hjelp, at noen vil se på ens liv! På den annen side oppgir vi kontroll over vores liv og muligheter, at handle anderledes. Man kan bli fanget i et dilemma mellom et godt og dårligt valg.

Når man vælger, at isolere sig, fordyber man sine sår som én, der ikke er elsket.

For at motivere sig selv for at gå væk fra isolation er at tenke hvilke behov er de viktigste at tilfredsstille i samspill med sine nærmeste.

Så længe vi tror, at vi kan kontrollere den annen ved at gjøre noget den annen ikke vil eller vi foretar os noe vi reelt ikke vil, utvikler vi en destruktiv måte at kommunisere det til de andre. Vi behandler vores venner anderledes og med mere respekt end vores egne partnere vi valgte at dele livet med. Hvis vi betraktet dem som vi gjør med vores egne familier ville vi for lengst miste dem. Er det det vi vil med vores nærmeste?

Fania Wajntraub-Korski  
[www.systemicvision.dk](http://www.systemicvision.dk)

\*



## Bokomtale:

# ”Kunsten å elske - ni nøkler til det gode samlivet.”

**Forfatter: Dimitrij Kielland Samoilow**

**Omtale ved Rune Zahl-Olsen**

Helt i fra starten av boken møter vi Anders og Maria, et par som kommer til parterapeuten Dimitrij. Dette paret følger oss gjennom alle kapitlene i boken og vi får høre om hvordan deres parforhold utvikler seg underveis i terapiforløpet, fra å være distansert og konfliktfylt til nært og trygt. Paret er gjengitt på en måte som gjør at de oppleves som ekte, men i ett av etterordene sies det at det er et fiktivt par. Et par som skal være representativt for mange av dem Dimitrij har møtt ved det familiekontoret han jobber.

Ikke uventet beskriver boken de ni trinnene i emosjonsfokustert terapi, selv om de her kalles for nøkler.

Historien om Anders og Maria belyser de ulike nøklene og hvordan det oppleves for dem å komme videre i sin utvikling.



## Kunsten å elske.

Ni nøkler til det gode samlivet

En bok for alle som ønsker at  
kjærligheten skal vare livet ut.  
Kjærligheten er magisk og  
kjærligheten er vanskelig.  
Hva er medisinen mot tøffe tider?  
Hvordan bevarer vi den livet ut?

*Fra forlagets omtale.*



Forfatteren bruker sin kliniske erfaring og deler eksempler fra andre par - og noen ganger får vi også eksempler fra hans eget liv og samliv.



**Dimitrij Kielland Samoilow** er psykologspesialist med fordypning i klinisk voksenpsykologi og klinisk familiepsykologi.

Det er en åpenbart engasjert og overbevist EFT- terapeut som skriver boken og han gir leseren teoretiske knagger i tillegg til trinnvise oppgaver. Flere av kapitlene har tester man kan ta på seg selv og sin partner for å finne ut hvor man står i forhold til det tema som har vært beskrevet, eller som en hjelp til å utvikle seg videre. Disse er stort sett ikke utarbeidet av forfatteren selv, men hentet fra ulike andre kilder.

I avslutningen av kapittel fire er det for eksempel en liten test som par kan ta for å sjekke om de er klare for å lese videre og ta i bruk de påfølgende nøklene.

Boken beveger seg da over til nivå to i EFT verdens tre nivåer, men det er ikke nødvendig for en ufaglært å kjenne til, så det nevner ikke forfatteren.

Rekkefølgen på de ni nøklene oppleves helt logisk i Dimitrijs samtaler med Anders og Maria.

Som narrativ terapeut nikket jeg gjenkjennende til et par av metodene han benyttet i terapien. Han ledet dem først til å navngi problemet og deretter til å eksternalisere det. I Dimitrijs bok brukes ikke slike fagtermer og han kaller det for noe mer jordnært: *finne ut hva mot-standeren heter og å forstå motstanderen*.

Boken er for øvrig herlig fri fra fagterminologi, samtidig som den formidler deres innhold. Det finnes ikke mange direkte henvisninger i boken, men flere ganger viser forfatteren til uttalelser eller funn fra anerkjente forskere og terapeuter slik som John Gottman, Susan Johnson, Gary Chapman og Sissel Gran. Noen ganger savnet jeg direkte referanse til hvor han har hentet stoffet fra, men bokens målgruppe er jo ikke først og fremst fagpersoner så det er forståelig at det er utelatt av hensyn til leseren.

Boken har en lettest stil hvor forfatteren flere ganger er i direkte dialog med meg som leser. Han skriver for eksempel litt ut i boken: «Du husker John Bowlby fra det første kapitlet? Han med tilknytningsteorien?». Jeg opplevde at disse direkte henvendelsene virket godt. Forfatteren oppfordrer også leseren direkte til å snakke med sin partner om konkrete ting som er blitt behandlet i teksten.

”Kunsten å elske” er en bok som bringer håp til par som er i en vanskelig fase både som helhet og ved direkte uttalelser. Det bringer håp å lese om hvordan Anders og Maria går fra å være et par på randen til å gå fra hverandre til å bli et par som har det godt sammen, men det gjør også uttalelser som «så lenge dere krangler, vet jeg at dere fortsatt kjemper for forholdet. Krangelen sier noe om hvor viktige dere er for hverandre.»

I tillegg til å bringe håp og konkret hjelp til par var boken svært inspirerende å lese for meg som fagperson. Den har gjort at jeg fikk lyst å bringe mer av EFT inn i mine par- og familierapier, men også til å lære meg mer om denne teori og metode. Samme dag som jeg var ferdig med boken gikk jeg inn på Amazon for å bestille noen bøker av Susan Johnson og Leslie Greenberg, grunnleggerne av EFT.

*Rune.Zahl-Olsen@sshf.no*



## Det lyriske hjørnet:

### Til orientering:

**vi kjem til å ta** klokka di  
og pengane dine  
vi kjem til å ta giftringen din  
og smykket du har rundt halsen  
med mindre du kjem opp med  
ei aldeles tåredryppande historie  
så vil vi konfiskere  
øyledobbane dine og mobilen din  
og datamaskina di

**det er i aller beste** meining  
vi vil konfiskere sekken på ryggen din  
og kofferten i handa di og hatten din på snei  
og gåstolen din og kona di  
så skal vi konfiskere gullet i plombane dine  
og den frakken din som ser svindyr ut  
vi kjem til å konfiskere  
fiolinen din og saksofonen din  
du må også bidra  
sjølv om du kjem frå ingenting og har ingenting

**og så kjem vi til å** konfiskere  
dagen din og natta di  
fortida di og framtida di  
minnene dine vil bli konfiskert  
fotoalbum og kosebamsar vil bli konfiskert  
håpet ditt og gleda di vil bli konfiskert  
du vil få alt igjen om du drar herfrå friviljug  
men vi må dessverre konfiskere  
språket ditt og songane dine  
og himmelen over deg  
og havet under deg

**blått skal** konfiskerast  
og raudt skal konfiskerast  
og grønt og gult skal konfiskerast  
(svart og kvitt kan du framleis ha)  
så kjem vi til å konfiskere guden din  
han er farlig for oss  
det veit du vel

**og gps-en din** skal konfiskerast  
og stjernene du seglar etter  
båten din, vegen din, bøneropa dine  
og du har kanskje tenkt:  
«eg skal gå til eit trygt land,  
eg skal gå over grensa til fred»  
den tanken er no offisielt konfiskert

**til slutt konfiskerer** vi deg  
vi tar huda di og håret ditt  
og munnen din og kjønnsorgana dine  
vi tar den eine lunga di  
og begge nyrene dine  
vi tar auga dine og alt du ser  
og alt du føler med hjartet ditt

**hjartet ditt er** forresten konfiskert  
her og no  
vi tar beina dine  
og dit du har tenkt å gå  
og når du står der naken i tjue minus  
vonar vi at du forstår at vi gjør dette  
til ditt eige beste og fordi vi vil deg vel

**velkommen** hit  
spørsmål?  
opp med ei hand  
om du lurar på noko!  
rekk opp ei hand  
så kan vi få konfiskert den òg

Frode Grytten – Jan. 2016

**NB!**

Da det til stadighet kommer store mengder post  
i retur til vår adresse, spesielt av Metaforum og  
Fokus på familien, anmoder NFFT's medlems-  
ansvarlige om at medlemmene melder fra ved  
adresseendring.

Dette kan gjøres til [arne.kallekleiv@nfft.no](mailto:arne.kallekleiv@nfft.no)



## Slett journalistikk i Metaforum nr. 1 – 2016.

### *”Fra Journal of family therapy”.*

I sitt forsøk på gjengivelse av innholdet i *Journal of family therapy* nr 4-2015, ender Pål Abrahamsen opp med en blanding av oversettelse og egne betraktninger iblandet feilaktige fremstillinger av metoden MST (Multisystemisk terapi).

Vi mener Abrahamsens tekst er problematisk på flere måter.

For det første er det forbausende at redaksjonen i Metaforum lar en tekst som utgir seg for å være noe annet enn det den er passere. Abrahamsens tekst er ingen gjengivelse fra *Journal of Family Therapy*, men artikkelforfatterens egne meninger og feilaktige fremstillinger av MST presenteres likevel under overskriften *Fra Journal of Family Therapy*. Det er vanskelig å se hva som ligger til en redaksjons oppgaver, om det ikke nettopp er å luke ut og rydde opp i slik sjangerblanding.

Så til det som er Abrahamsens grovt feilaktige fremstillinger av MST og forhold omkring MST. Vi kunne i dette avsnittet også ha kommet inn på det Abrahamsen mener er uklare kriterier når effekten av MST-behandling er studert, men begrenser oss her til å kommentere det han hevder er metodens synkende utbredelse i Norge, og det han anser som grunner til dette.

Abrahamsen skriver at *metoden var en måte å jobbe på som var veldig utbredt i en periode, men at den nå er mindre utbredt fordi den viste seg å medføre et for stritt opplegg for nettopp terapeutene (bla. å være tilgjengelig dag-og-natt), ikke så mye for klientene*. Når han henviser til ordningen at terapeutene i MST var tilgjengelige på telefon for sine klienter 24 timer i døgnet, syv dager i uken, er denne for lengst erstattet av en turnusordning hvor terapeutene i MST-teamet ruller i den døgkontinuerlige vaktturnusen. Vi antar at det kan være det samme han henviser til når han skriver at *det var vanskelig å holde på rollen som MST-terapeut over lengre tid, da metoden innebar en påkjenning for terapeutene*. Til dette vil vi si at det ikke medfører riktighet at det å være MST-terapeut er ”for stritt” for terapeutene, eller at det er vanskelig å være MST-terapeut over tid. Snarere tvert imot, har alle landets MST-team vært preget av stor stabilitet hva angår terapeuter. Mange har sågar vært med fra MST’s begynnelse i Norge. Den utvidede tilgjengeligheten på telefon kompenseres for øvrig godt for gjennom både lønn og ekstra fridager. Det Abrahamsen skriver om at MST har gått tilbake i utbredelse stemmer heller ikke. Det er i dag MST-team som server hele den norske klientpopulasjonen, og det er ingen nedgang i bruken av MST som behandlingstilbud. Snarere satser barnevernstjenester og MST’s vertsorganisasjon Bufetat på hjemmebaserte tiltak på bekostning av institusjonsplasseringer for ungdom med alvorlige atferdsvansker.

Det er ikke godt å si hvordan man skal forstå den samrøre som preger Abrahamsens tekst.

En tolkning er at han blander inn egen skepsis til manualbaserte terapimetoder. En slik diskusjon tar vi gjerne del i, men et innlegg i den sammenheng må komme i en form hvor argumenter kan imøtegås, ikke forkledd som en oversettelse. Det er også synd at Abrahamsen ikke sjekker faktiske forhold før han skriver, eller oppgir kilder for det han formidler. Vi håper den faglige og journalistiske uryddigheten vi så i årets første utgave av tidsskriftet, ikke er betegnende for det vi kan forvente i Metaforum i fremtiden.

Ani Elise Pilavian Åsengen  
Leder MST  
Lillestrøm/Sandvika

Ellen Syrstad  
Høyskolelektor/stipendiat  
VID vitenskapelige høyskole



## Tilsvar fra redaksjonen, til innlegg: "Slett journalistikk ...",.

Redaksjonen sier seg enig i kritikken av innlegget "Fra Journal of Family Therapy" i nr 1/2016. Vi beklager at det ikke gikk klart frem av hva som faktisk var hentet fra bladet og hva som var egne refleksjoner. Spesielt gjelder dette de avsnittene som dreide seg om MST ((Multisystemisk terapi).

For ordens skyld henviser vi til JFT, der forfatterne sier (Paradisopoulos et al) og refererer til (nederst på side 472) uttalelser og artikler fra Henggeler og Sheidow. De sier i artikkelen at det (etter 2011) har vært en «paucity of information» når det gjelder «personal meanings and experiences of caregivers and young people who have participated in the intervention». Fra artikkelforfatterens side trekkes det fram at en ut fra disse kildene forstår lite om hva som fører til positive forandringer og hvorfor disse holder seg over tid, selv om Tighe et al senere har publisert en studie (i 2012) som gir direkte uttalelser om caregivers and young people «on their experience of participating in MST».

Det var i grunnen bare dette Abrahamsen ville ha fram, og han sier seg enig i at han på egen hånd har spekulert litt over hva man kaunne tro ligger bak dette – og antok at det kunne være kravet om å stille opp til alle døgnets tider som var noe av årsaken.

Vi beklager at det som var egne refleksjoner og antagelser ikke ble sjekket ut på forhånd og tydeligere markert. Det var en glipp og vi lover å skjerpe oss.

Vi takker ellers for presiseringer om MSTs situasjon i Norge i dag.

*Metaforumredaksjonen.*

Ps: Da redaksjonen ennå ikke har mottatt Journal of Family Therapy nr.1 2016 kommer ikke denne faste spalten med i dette nummeret av Metaforum.

Vi regner med å komme tilbake mer nytt i augustnummeret. *Red.*

\*



Unn deg en pause!

### Kaffepause-kryssord 2-2016

|    |   |   |    |   |    |    |   |
|----|---|---|----|---|----|----|---|
| 1  | 2 | 3 | 4  | 5 | 6  | 7  |   |
| 8  |   |   |    |   |    |    | 9 |
| 10 |   |   |    |   | 11 | pa |   |
| 12 |   |   | 13 |   |    |    |   |

**NB: Minner om søknadsfrist for NFFT-fondet - 15.september.**  
**Regler for tildeling: Se [www.nfft.no](http://www.nfft.no) under fanen NFFTs fond.**

### Vannrett:

- 1 Guru i familieterapiverdenen
- 8 Psyko -----, legger vekt på læringsaspektet
- 10 NFFTs faste arrangementssted
- 12 Alene
- 13 Himmelsk vesen

### Loddrett:

- 1 Skjelve
- 2 Sted i Arabiabukta
- 3 Berte
- 4 Ordentlig
- 5 Skred (bakvendt)
- 6 Duo (bakvendt)
- 7 Tall
- 9 Bra
- 11 Jeg på nynorsk

✂ Løsning 2-2016 sendes til :

**NFFT - PB 51. 2011 Strømmen.  
Merk Kryssord / Metaforum**

Navn: .....

Adresse: .....

E-post: .....

**Premie kr. 250.-  
i avslag på neste årskonferanse.**

**LYKKE TIL ☺**

Løsning 1-2016

|   |   |   |   |   |   |
|---|---|---|---|---|---|
| V | I | N | T | E | R |
|   | S | K | O | L | E |
| S |   |   | V | V | V |
| N | O | R | G | E | E |
| Ø | R | E | Ø | R | N |

## Ros og ris!

## / Klager og beklagelser!

Vi tar nå opp igjen en fast spalte som har ligget nede en god stund da det ikke har vært mye å beklage og heller ikke mange klager.

**Denne gangen vil vi beklage** en feil i forrige nummer, der navnet på den eminente gitaristen **Knut Reiersrud**, som optrådte under festmiddagen ved familieterapi-utdanningens 25årsjubileum, på Diakon-hjemmet, ble gitt fornavnet Kjetil.



Vi gjengir den aktuelle teksten med riktig navn:

*"... Og så var det festmiddag – med nydelig mat og vin - og god stemning. Og der finner jeg det andre innslaget jeg ønsker å fremheve: nemlig **Knut Reiersrud på gitar**, som ga oss en konsert som fikk hårene til reise seg på armene og ørene til å stå på stilk. En variasjon fra klassisk og blues til folketoner og nesten country. For en gitarist!" ...*

**Send gjerne kommentarer, forslag, tilbakemeldinger, ideer og ønsker - ris og ros - til denne spalten.**

*Redaksjonen*



**Nordisk Kongress i familieterapi 2017:  
MEETING IN THE MIDDLE  
Family Therapy: Pathways Towards Reconciliation.**

**Call for Abstracts for the 11th Nordic Family Therapy Congress**

**MEETING IN THE MIDDLE**

**Family Therapy: Pathways Towards Reconciliation 31.05 – 03.06.2017**

With pleasure we invite Nordic family therapists to submit abstracts to present their methods, ideas, research and theoretical contemplations or poster displays. Abstracts need to be submitted via the congress website, before the deadline stated on the homepage.

**Deadline is 31th of January 2017. Do not wait until the deadline to submit!**

Please submit your abstract **online here below**. The chairman of the scientific committee Helga Tordardottir distributes the abstracts to the members of the scientific committee who then will review the abstracts. The Scientific Committee of the congress has representatives in all Nordic countries.

Please start by:

The name of the workshop

The name(s) of the Author(s) of the workshop

Working institution of the Author(s)

E-mail adress of the Author(s)

Please send a photo of the Author(s)

**LANGUAGE**

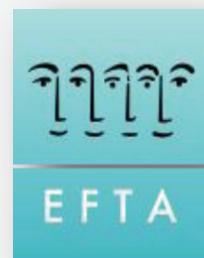
The official language of the congress is English. All abstract submissions and presentations are to be in English.

**For mer informasjon se: Fokus på familiens facebooksider eller gå inn via NFFTs nettsider [www.nfft.no](http://www.nfft.no) - Lenker - Nordiske foreninger.**

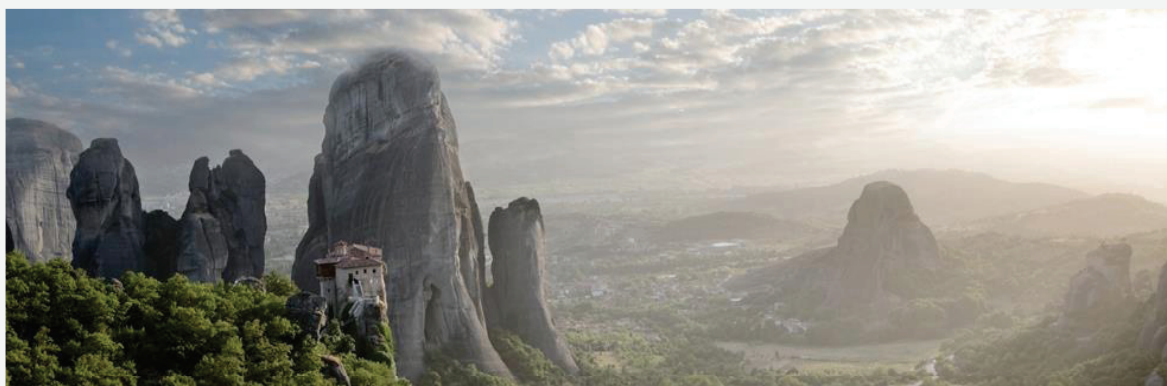


**FFF: <http://www.fjolskyldumedferd.org> / [fff@fjolskyldumedferd.org](mailto:fff@fjolskyldumedferd.org)**





**KONGRESS 2016:**



**athens 2016**

**28 September - 1 October, 2016**

Se mer på <http://www.efta2016athens.gr/>  
eller gå inn via NFFTs hjemmeside [www.nfft.no](http://www.nfft.no)



**Registreringen er nå åpnet.**

Call for Proposal - Deadline: 15. april 2016

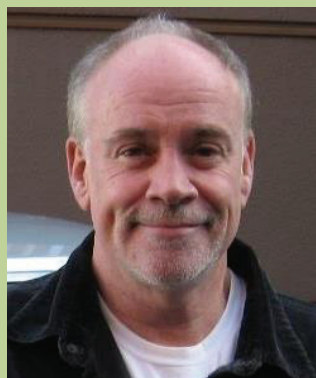


## Norsk forening for familieterapi inviterer til

### Systemisk kafé på Litteraturhuset i Oslo

Torsdag 12.05.16 kl.19.00 (dørene åpnes kl.18.30)

## Stephen Madigan



intervjues av Lennart Lorås

**Stephen Madigan** er leder for Vancouver school of narrative therapy. Han har en master i sosialt arbeid, og i rådgivningspsykologi og en doktorgrad i par og familieterapi. Stephen har mottatt prisen American Family Therapy Innovations for sitt arbeid med par og familier. Hans siste bok "Narrative therapy, Theory and Practice" er nå en bestselger og kommer i en revidert utgave høsten 2016. Stephen arbeider også som konsulent for Familievernets nasjonale spisskompetanseteam for høykonfliktsaker i Norge, i tillegg til utstrakt virksomhet med undervisning, veiledning og terapi.

**Lennart Lorås** er klinisk sosionom med mastergrad i familieterapi og systemisk praksis. Lorås er ansatt ved Høgskolen i Bergen, ved institutt for sosialt arbeid og vernepleie, har en 2-er stilling ved VID Vitenskaplige Høgskole og er doktorgradsstipendiat ved Tavistock Clinic/ East London University.

Pris: Kr. 100,- for medlemmer av NFFT

Kr. 130,- for ikke-medl. Kun kontant betaling.

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

**VELKOMMEN!**

## 📖 NYE BØKER:

Redaksjonen kan ikke omtale alle bøkene vi får til gjennomsyn.

Den som ønsker å anmelde en av bøkene her får den til odel og eie.



Gyldendal 2016

**Red.: Bengt Karlsson**

Gjennom 15 essays belyses sentrale temaer som menneskelige ressurser og muligheter, om det å få bestemme selv og betydningen av gode og hjelpsomme relasjoner.

Bidrag fra: Anders Johan W. Andersen, Ellen Andvig, Marit Borg, Mette Ellingsdalen, Jan Kåre Hummelvoll, Bengt Karlsson, Benny Lihme, Kurt Johan Lyngved, Ottar Ness, Anne Grete Orlien, Jaakko Seikkula, Rolf Sundet, Odd Volden, Trond F. Aarre.



Gyldendal Akademisk 2015

**Bengt Lindström, Monica Eriksson**

«Hva er det som gir god helse?» Dette enkle spørsmålet stilte den medisinske sosiologen Aaron Antonovsky for omkring tretti år siden.

Det ble et vendepunkt i helseforskningens historie.

Alt fra forlagenes omtaler.

## Nye Bøker:



Gyldendal 2016

Nytt opplag

med nye og oppdaterte bidrag.

### Barn og unge i psykoterapi

Bind 1 og 2

Hanne Haavind, Haldor Øvreide

#### Bidragstere:

Mette Bengtson, Anne Lothe Brunstad,  
Reidun Hafstad, Kirsti R. Haaland,  
Hanne Haavind, Astri Lindberg, Tori Mausest,  
Rigmor Grette Moe, Vibeke Moe,  
Magne Mæhle, Marte Nilsson, Lars Smith,  
Birgit Svendsen, Anne Syverstad,  
Vigdís Wie Torsteinsson, Anett Apeland, Are Evang, Bjørn  
Grove, Susan Hart,  
Marina Hvitstendahl, Trine K. Jensen,  
Svein Mossige, Cecilie Fronth Nyhus,  
Rolf Sundet, Helene Trana.

Kapitlene er fordelt i to bind, og i begge bind finnes kapitler som gir innføring i de ganske så ulike *format* som brukes for å organisere og presentere behandlingen. Mens andre kapitler utdyper *metodiske fremgangsmåter* i selve behandlingsforløpet slik dette er en form for samarbeid som er rettet mot et mål og strekker seg over tid.



Gyldendal 2015

### Håndbok i kognitiv terapi

Torkil Berge, Arne Repål

Kognitiv terapi er en etterspurt terapiform som anvendes i stadig nye sammenhenger. Det er utviklet tilnærminger som er tilrettelagt for en lang rekke psykiske og somatiske lidelser, og som bygger på dokumentert kunnskap.

Bli bokanmelder.

Kontakt redaksjonen:

[kariyk@online.no](mailto:kariyk@online.no)



## Forskningskontakt

### Norsk forening for familierapi (NFFT)

Det gjøres mye interessant og viktig forskning innen familierapifeltet.

Det finnes imidlertid pr. dags dato ikke en samlet oversikt over dette.

Norsk forening for familierapi (NFFT) vil derfor tilby foreningens medlemmer en bred oversikt over forskningsfeltet i Norge og verden for øvrig på våre hjemmesider (<http://www.nfft.no>).

På hjemmesiden vil vi derfor bidra med informasjon om aktuelle forskningsprosjekter fra fagfeltet, det vil si store og små forskningsprosjekter og forskningsopsummeringer.

Vi vil også ha linker til Ph.d.- og masteroppgaver fra ulike utdanningsinstitusjoner.

I tillegg vil vi legge ut linker til sentrale nasjonale og internasjonale forskningsmiljøer innen familierapifeltet.

Lennart Lorås er NFFTs forskningskontakt og kan kontaktes dersom noen trenger hjelp til å settes i forbindelse med ulike forskningsmiljø, spørsmål om forskning/forskningsprosjekter generelt og/eller info om relevant forskning som bør presenteres på hjemmesiden til NFFT.

**Kontaktinfo: Lennart Lorås:**  
[lennart.loraas@nfft.no](mailto:lennart.loraas@nfft.no)



## INNHold: METAForum 2-2016

### FASTE SPALTER:

|                               |       |
|-------------------------------|-------|
| Foreningsinfo                 | 2     |
| Redaksjonens røst             | 3     |
| Styrets side: Pelle Slagsvold | 4     |
| Det lyriske hjørnet           | 44    |
| Ris og ros                    | 47    |
| Kryssord                      | 46    |
| Nye bøker                     | 50-51 |

### ARTIKLER, REPORTASJER OG REFERATER

#### NFFTs ÅRSKONFERANSE– Vetre 2016 "Seksualitet i et familieperspektiv"

##### FRA PLENUM:

|                          |    |
|--------------------------|----|
| • Rikke Pristed          |    |
| Ved Ellen Kirkebø Landa  | 6  |
| • Haakon Aars            |    |
| Ved Kari Yvonne Kjølås   | 10 |
| • Margrete Wiede Aasland |    |
| Ved Kristin. H. Dahl     | 22 |
| • Tore Holte Follestad   |    |
| Ved Kari Yvonne Kjølås   | 24 |

##### WORKSHOPS:

|                                                            |    |
|------------------------------------------------------------|----|
| • Arne Kallekleiv og Lise Aarøe                            |    |
| Ved Erna Henriette Dahl Tyskø                              | 11 |
| • Odny Røed                                                |    |
| Ved Joe Sowerby                                            | 16 |
| • Finn Kristensen                                          |    |
| Ved Halvor de Flon                                         | 19 |
| • Familie og nettverksenheten ved Oslo universitetssykehus |    |
| Ved Halvor de Flon                                         | 20 |

### SYSTEMISK KAFE

|                             |    |
|-----------------------------|----|
| • Peter Rober / Rolf Sundet |    |
| Ved Kristin S. Breda        | 26 |

#### FØRJULSSEMINARET 2015 DEL 2

|                                |    |
|--------------------------------|----|
| • "lederskapets essens og ..." |    |
| Eikeset, Kjærstad og Bjarveit  |    |
| Ved Inger Olsen                | 30 |

#### • "Er vi parate til en forpliktende og bærende relasjon"

|                            |    |
|----------------------------|----|
| Ved Fania Wajntraub-Korski | 41 |
|----------------------------|----|

### Bokomtale

|                            |    |
|----------------------------|----|
| Dimitrij Kielland Samoilow |    |
| "Kunsten å elske"          |    |
| Ved Rune Zahl-Olsen        | 42 |

#### • Brev til redaksjonen

|                                              |    |
|----------------------------------------------|----|
| Ani Elise Pilavian Åsengen og Ellen Syrstad. | 45 |
| - Tilsvar fra redaksjonen                    | 46 |



Avsender:  
**NFFT: Norsk forening  
for familierapi**  
Postboks 51  
2011 STRØMMEN



# DISPUK

Narrative og poststrukturalistiske perspektiver

## NARRATIV COACHING OG VEJLEDNING DEL 1

Den 1-årige efteruddannelse i narrativ coaching og vejledning er for alle, som har opgaver, der indebærer vejledning, coaching og rådgivning eller ønsker at kvalificere sig til fremtidige coaching- og vejledningsopgaver. Snekkersten • Med Eva Kragh og Lasse Offenberg  
Start den 26. september 2016 • Kursusnr. 788-16  
Aarhus • Med Martin Nevers og Lasse Hauge  
Start den 15. marts 2017 • Kursusnr. 785-17

## LIDELSE OG ROBUSTHED

*Med filosoferne Ole Fogh Kirkeby  
og Todd May*

Temaet for dette års Grundlovsseminar, som vi holder dagen efter selve Grundlovsdagen, er lidelse og robusthed. Et af samtidens svar på menneskelige vanskeligheder er øget robusthed. I år har vi inviteret to af de dygtigste filosoffer vi kender, og som begge har haft stor betydning for DISPUK. Begge de inviterede filosoffer er kritiske overfor begrebet "robusthed" og giver deres bud på alternative svar på nutidens lidelser. Snekkersten • Mandag den 6. juni 2016 kl. 10-16 - med efterfølgende vin i caféen • Kursusnr. 818-16

## REFLEKSIONSUGE PÅ KRETA: LEDELSE, COACHING & ORGANISATIONSARBEJDE

Refleksionsuge for professionelle, der arbejder med menneskers og organisationers læring, forandringsprocesser og udvikling: Direktører, chefer, ledere, interne og eksterne konsulenter, coaches, supervisorer og terapeuter, der er interesseret i at varetage sin egen og andres udvikling og bevægelse - konstruktivt, intelligent, kreativt og humoristisk. Deltagerne vil blive introduceret til og kan fordybe sig i narrative metoder i forhold til forskellige typer af samtaler og ledelsesmæssige og organisatoriske problemstillinger.

Kreta • Med Allan Holmgren • Den 8.-15. oktober 2016  
Kursusnr. 805-16

## TAL OM DET VIGTIGE! - MUS-SAMTALER MED MENING

Dette kursus henvender sig til ledere og mellemledere med personaleansvar, der ønsker inspiration til at holde MUS-samtaler, der giver lyst til og mod på at gå videre sammen samt til HR-konsulenter, der ønsker inspiration, de kan give videre. Snekkersten • Med Eva Kragh og Helle Gaarn  
Den 16-17. juni 2016 • Kursusnr. 802-16

## HVORDAN TALER MAN MED BØRN OM PROBLEMER ?

### - NARRATIVE SAMTALER MED BØRN

Dette kursus henvender sig til alle, der ønsker at hjælpe børn med at kunne tale om deres problemer, på ikke problematiserende måder.

Problemer problematiserer den som har problemet. Mange børn føler ikke, at de har problemer, men at de er problemet. Når børn kobler problemerne sammen med deres identitet, kaster de sig næsten altid ud i selvnedgørende handlinger - det er således ikke kun omgivelserne, der vender sig imod børnene, de vender sig imod sig selv.

Snekkersten • Med Anette Holmgren  
Den 5. september 2016 • Kursusnr. 804-16

## INTENSIV NARRATIV FAMILIE- TERAPEUTUDDANNELSE

### 1-ÅRIG EFTERUDDANNELSE 2017

Uddannelsen består af 4 moduler og indeholder grundig indføring i Narrativ familierapi.

Herudover præsenteres brugbare elementer fra spændende tilgange som: "Collaborative" familierapi, Flerfamilierapi og Traumeterapi.

Snekkersten • 12+3 dage • Med Allan Holmgren, Kasper Hanghøj, William Madsen og Anette Holmgren  
Start den 23. marts 2017 • Kursusnr. 180-17

## NARRATIV SUPERVISOR-UDDANNELSE NY INTENSIV 1-ÅRIG EFTERUDDANNELSE

Supervision er en spændende (og nødvendig) praksis, der styrker og professionaliserer behandlings- rådgivnings- og vejledningsarbejdet.

Denne efteruddannelse i narrativ supervision sigter mod at kvalificere deltagerne til at løse supervisorsopgaver, der strækker sig fra individuel supervision til supervision i både større og mindre grupper.

Uddannelsen sigter mod at deltagerne bliver i stand til at kunne supervisere i relation til både opgaverne, de involverede personer, gruppen, arbejdspladsen, samarbejdspartnere, kulturen, sproget og forhistorien.

Aarhus • Start den 20. april 2017 • Kursusnr. 701-17  
Snekkersten • Start den 30. marts 2017  
Kursusnr. 700-17

Læs mere på [www.dispuk.dk](http://www.dispuk.dk) - søg på kursusnr.