



# METAFORUM

NORSK FORENING FOR FAMILIETERAPI



Godt nytt år!

ÅRGANG 31 NR. 1 – 2015 – ISSN 0803 4303



# M E T A F O R U M

## NORSK MAGASIN FOR FAMILIETERAPI

### Medlemsblad for Norsk forening for familierterapi 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 DDPS, Poliklinikken (PUT), Drammen sykehus,  
Klinikk for psykiatri og rus, Vestre Viken HF  
Haugesgt. 89 A, 3019 Drammen. Tlf: 32 861700 / 90097996  
Mail: [kariyk@online.no](mailto:kariyk@online.no)

Pål Abrahamsen Seidduksinstituttet 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)

Marie Theisen : [marietheisen@outlook.com](mailto:marietheisen@outlook.com)

#### NFFT: NORSK FORENING FOR FAMILIETERAPI

Smedgata 49, Tøyen, 0651 Oslo (merk post: NFFT / Metaforum).

#### STYRET I NFFT:

**Pelle Slagsvold** Leder .

Søndre Oslo DPS Post 3. Holmlia sentervei 10 b. 1255 Oslo

tlf :22765541 Mobil: 91712933 fax 22765542

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

**Siv Merethe Myhra** (nestleder)

Diakonhjemmets høgskole Postboks 184 Vinderen, 0319 Oslo

Tlf. 22 45 19 71 / 99 27 66 18 Mail: [siv.myhra@nfft.no](mailto:siv.myhra@nfft.no)

**Jannicke Walther Tindberg**: (styremedlem)

Familievernkont. Enerhaugen, Smedgata 49, 0651 Oslo,

Tlf.: 915 57 508 Mail: [jannicke.walther.tindberg@nfft.no](mailto:jannicke.walther.tindberg@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)

**Kristin S Breda** (Styremedlem)

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

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

**Terje Reinholt Johansen** (Varamedlem)

Familievernkontoret Søndre Vestfold, Søebregsgt. 4. 3211 Sandefjord.

Tlf. 33482250 / 46478498 Mail: [terje.reinholt.johansen@nfft.no](mailto:terje.reinholt.johansen@nfft.no)

**Henriette C. Alsing** (varamedlem)

Ambulant Familieenhet (AFE) Bjerketun, BUPA, Vestre Viken

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

**Halvor de Flon** (varamedlem)

Åsebråten Barne- og ungdomspsyk. klinikk, Åsebråtteveien 27. 1605 Fredrikstad

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

#### SEKRETARIAT:

**Allan Etrup Hansen** (Daglig leder / regnskapsansvarlig)

Homansbyen familievernkontor, Oscarsgt.20, 0258 Oslo

Tlf: 977 24 2 68 Mail: [allan.etrup.hansen@nfft.no](mailto:allan.etrup.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. 1.500,-

½ side kr. 2.500,-

1/1 side kr. 4.500,-.

Annonse kun på web

Kr. 2.000,-

Annonser for kurs med 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: Arkivbilde.



Hilde



Pål

Kari Yvonne  
Ansvarlig redaktør

### Gjentagelsens gleder ...

*Det er vår natur å gjenta oss selv, ja gjenta oss selv. Den er en del av vårt repertoar, gjentagelsen er førsteiolinen i vårt personlige orkester.*

Lars Saabye Christensen.

2014 er vel overstått for NFFT og Metaforum, med alle våre gjentagne arrangementer og møteplasser, men med stadig nytt innhold.

Førjulsseminaret ble vellykket gjentatt for 17. gang og godt besøkt. Et seminar der gammelt og nytt innen familieterapifeltet ble belyst og demonstrert over to fine dager. Dag 1 kan dere lese mye om i dette nummeret. Dag 2 kommer i neste utgave av bladet. Seminaret er blitt en tradisjon som for mange av oss innleder jula. Jula ja, også en høytid i gjentagelsenes og tradisjonenes tegn. Den samme julepynten finnes frem. Noe av den fra oldemors tid. Den samme maten på bordet år etter år. Alt til glede og gjenkjennelse. Så er det hele over. Juletreet, som ble tatt inn i varmen, er brutalt kastet ut i kulda igjen. Pynten og røde stearinlys er pakket bort. Vi puster ut. Takker for det gamle og ønsker et nytt år velkommen.

Det har blitt vinter igjen her på Østlandet de siste dagene, og vi ønsker snøen velkommen tilbake etter at de fjonene vi fikk til jul forsvant like fort som de kom. Det er rart med det, noe må jo smelte bort om vi skal få den rette vårfølelsen når den tid kommer. Og den kommer snart – selv om det meldes om under 40 grader i Finnmark. Første vårtegn for mange av oss er årskonferansen på Vetre (11-13 februar). En gjentagelse det også, til glede for dem som har anledning til å delta. I år er det jubileum for reflekterende prosesser som står på tapetet. Ikke noe nytt i det, men belyst på nytt og brukt på nye arenaer – på nye måter. Det vil dere se av programmet (vedlagt forrige nummer).

Vi mennesker ser ut til å trenge gjentagelser og tradisjoner. Helt fra vi fødes skapes forventninger om gjentagelsen. Frustrasjonene kan bli dramatiske for et lite barn når de forventede mønstrene brytes, og vi fortsetter å skape mønstre hele livet. Også som voksne forventer vi gjentagelsene. Det gjelder i familien, i parforholdet og i individets liv. Vi er vare for skiftninger hos familie-medlemmer og andre nære forhold – og det skal ikke store forandringene til før vi lurer på om noe er galt. Gjentagelsen, det kjente, skaper trygghet og kontinuitet. Men vi trenger også variasjon. Nye impulser, overraskelser. Noe uventet som setter vanene i relieff og skaper nye tanker. Men for å holde oss til NFFT: Hva er nytt i vår faglige sammenheng? Hva utvider og beriker feltet vårt for tiden? Dette spørsmålet vil ta med oss inn i 2015 og forsøke å belyse nærmere. Vi tar gjerne imot innlegg fra medlemmene.

Noe som må kunne kalles nytt, selv om det ble startet for noen år siden, er de systemiske kafeene. Disse er i stadig utvikling i forskjellig format og skaper lokalt engasjement og møteplasser. Vi får stadig referater fra rundt om i landet der intervjuer og samtaler der nye og gamle, kjente og ukjente, familierapeuter står i fokus for oppmerksomheten. Det er gledelig – og et fint bindeledd til resten av landet. Send oss referater! I Oslo har også utenlandske ”guruer” blitt presentert på denne måten, med bra oppslutning.

*Vi gleder oss til å ta fatt på en ny årgang med bladet  
og ønsker dere alle - nok en gang - vel møtt til et nytt år  
fra oss i redaksjonen.*



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

## STYRESIDEN

### *ORD FRA LEDER:*

#### **Godt Nytt År til våre medlemmer og andre lesere av bladet!**

2014 var et godt år for NFFT. Våre faste aktiviteter er vel gjennomført og foreningen vokser sakte men sikkert. Medlemstallet har for lengst passert 1000 med god margin.

Siden sist har styret avholdt førjulsseminar i Gamle Logen med vårt seniormedlem Grete Lilledalen første dag og dag 2 ved to team fra Ambulant arbeid i Barne- og ungdomspsykiatrien BUPA - Vestre Viken HF.

Grete ga oss teori bak retninger i systemisk arbeid som har preget henne opp igjennom flere tiår og illustrerte forskjellige måter å arbeide på utfra disse gjennom live demonstrasjoner med medbragt par på scenen. Det så ut som god terapi i praksis. Metoder ble også belyst gjennom intervjuer av inviterte gjester. Dag 1 ble avsluttet med samarbeid på høyt nivå vist med perfektjon gjennom vakker tango av representant fra NFFTs sekretariat - Allan Ettrup Hansen - med partner Frøydis Lilledalen.

Om kvelden hadde vi tradisjonen tro en middag i losjen for noen av deltagerne og NFFT styret med gjester. Musikalsk innslag ved Carl Gjerdrum og Terje Meisingseth. En hyggelig og velsmakende kveld ble det med noen taler, historisk info om Logen, og mye prat og hygge. Teamene fra Asker / Bærum og Drammen utfylte hverandre på en fin måte dag 2. De viste forskjellige tilnærminger, men ikke for forskjellige, slik at jeg vil tro de absolutt kunne inspirere hverandre. De brakte med seg kasuistikker som belyste deres arbeidsmetoder på en fin måte. Til slutt hadde vi en diskusjon mellom teamene under ledelse av representant fra styret Kristin Breda .

Konferansen ble åpnet og avsluttet med vakker, litt eksperimentell, egenkomponert musikk ved Helge Jørgensen på flygel og gitar.

Gamle Logen er ett så flott og høytidsstemt lokale at det alene gir en god og noe opphøyd atmosfære. Med det vel gjennomførte programmet og med kunstneriske innslag ble det «en høydare». Takk til forelesere, aktører, Metaforum og Vetrekomiteen.

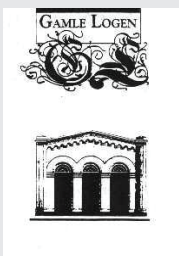
Nå er det snart tid for årskonferansen på Vetre. I år skal vi feire 30 års jubileum for Tom Andersens Reflekterende Team. Til det har vi invitert John Shotter og «gamle» kolleger av Tom, og klinikere som er inspirert av han i sitt arbeid i dag. Vi synes vi har fått satt opp ett flott program og håper mange melder seg på og gjør dette til en viktig konferanse med «refleksjon i sentrum». Vi i styret er veldig fornøyd med forelesere og oppsett, håper du mener likedan!

Jeg vil også få takke styremedlemmer som skal tre ut for innsatsen og samarbeid - ønske nye velkommen. Vi trenger nye krefter, så hvis valgkomiteen tar kontakt - ikke nøl. Møt også opp på generalforsamlingen torsdag ettermiddag. Se program vedlagt forrige Metaforum og på [www.nfft.no](http://www.nfft.no).

Det er morsomt å lede en forening i vekst!

Sees på Vetre!

På vegne av styret i NFFT  
Pelle Slagsvold



# BACK TO BASIC:

Par- og familierterapi i praksis.



**Grete Lilledalen** er psykolog, spesialist i klinisk familierpsykologi.

Hun er en velkjent terapeut, foreleser, studieleder og veileder innen familierterapifeltet. Grete var med å starte familierterapiforeningen for over 30 år siden og har vært medlem av NFFT siden. Hun var også styremedlem i mange år og var bl.a. sentral i arrangementen av Verdenskongressen for familierterapi i Oslo i 2000. I løpet av sine 32 år som psykolog har hun primært jobbet på ulike familievernkantor. Hun har også vært faglig leder på familievern på Statens Senter for barne- og ungdomspsykiatri og har jobbet på Ullevål sykehus. Parallelt med klinisk praksis veileder hun institusjoner, avdelinger og team hvor relasjonsforståelse og systemisk tenkning står sentralt. I tillegg veileder hun mange som følger ulike utdanningsprogram i familierterapi.

\*



Helge Jørgensen åpner og avslutter førjulsseminaret.

## NFFT og Metaforums 17. førjulsseminar i Gamle Logen 4. og 5. desember 2014.

Dag 1:

**”Å være parterapeut:  
En gave og en utfordring”.**  
**Grete Lilledalen**  
**- med inviterte gjester.**

Formidlet av Hilde Ingebrigtsen  
Basert på egne notater og Gretes manus.

Glede sitrer i kroppen idet jeg haster over Bankplassen på vei til Gamle Logen og det tradisjonsrike Førjulsseminaret. Endelig har psykolog, par- og familierapeut Grete Lilledalen takket ja til selv å stå på scenen og formidle fra sin rike kunnskap og erfaring.

Logen er som vanlig vakkert pyntet til jul, og inne summer stemmene fra de 150 deltakerne som utveksler hilsener og klemmer, drikker kaffe, te og varmsjokolade, blir registrert på løpende bånd og koser seg med Twist, gjærbakst og mandariner. Stemningen er forventningsfull. Vi går inn i den store salen.

Ved flygelet leker Helge Jørgensen seg med skalaen, og vi kan nyte og glede oss over denne ouverturen til dagen, og åpne øyne, ører, hjerte og hjerne for å ta imot. Jannicke Tindberg fra NFFTs styre ønsker velkommen til ”Back to basic”. Hun minner om juleseminarets historie, at det startet i 1998 med Tom Andersens gave til NFFT, hvor inntekten av det første juleseminaret gikk til Verdenskongressen i 2000. I år har styret og Metaforum valgt en slags ”reise i familierterapiens historie” 1. dag, representert ved ”den beskjedne, kloke og dyktige fagpersonen Grete Lilledalen, som også har et stort varmt hjerte”, sier Jannicke Tindberg.

## **PROSESSEN:**

”Jeg hadde aldri trodd jeg skulle stå her”, sier Grete, idet hun har entret Logens talerstol. Hun hører til de som begeistres av andre, og heier på andre, men selv trives best som tilhører i store forsamlinger. Nå vil hun snakke om en av de beste jobbene i verden: om det å være par- og familierapeut.

Grete ønsket opprinnelig å bli sosionom, men den gang var det omtrent like vanskelig som å komme inn på medisinstudiet! Det ble Sagene Lærerskole i starten, litt pedagogikk, norsk, matte og keramikk-kjelleren. I 1970 var Sagene en raddis-skole, delt inn i 10-grupper. Det ble mange diskusjoner. Med et forsiktig smil ser Grete på oss og forteller at i gruppa hennes var det 6 som trodde på Marx, en som trodde på Jesus og 3 som ikke var så interessert i noen av dem. Gretes yndlingstema var å sette likhetstegn mellom religiøs omvendelse og politisk omvendelse: Begge grupper har sine oppbyggelige sanger, sine stor-møter som styrker troen gjennom å lytte begeistret til salvesfulle predikanter eller taler, begge grupper møtes i små grupper og diskuterer spredning av sin tro, deler vitnesbyrd som trosbekreftelse og begge grupper kan føle seg litt forfulgt. I Gretes gruppe var dette ingen populær sammenligning. (Det var det heller ikke på sosialskolen, da jeg gikk der! - Mange i salen nikker, humrer og erindrer lignende erfaringer). På lærerskolen erfarte Grete at tro ikke alltid flytter fjell. Andres gode argumenter bidro bare til at alle ble mer overbevist i sin tro.

”Det er mange likhetspunkter mellom diskusjonene på Sagene og diskusjonene par har i parterapi. Temaene er forskjellige, men selve dynamikken ligner.”, sier Grete. Det handler om å overbevise partneren om å gi opp sin vurdering, sine argumenter, sitt perspektiv. Det skjer sjelden at en i paret gir den andre helt rett!

Sammen med paret skal vi terapeuter lete etter en ny forståelse, prøve å legge til rette for at de skal oppleve hverandre på nye måter, slik at de gamle maktkampene blir mindre viktige, - og at de skal bli rausere og snillere med hverandre, slik at de kan tåle forskjeller og hjelpe hverandre til å være tryggere på kjærligheten.

Grete forteller at hun har gruet seg til i dag. Hva gjør at man er så nervøs? Det hjalp på en måte å se Linn Ullman på Litteraturfestivalen. Hun hadde også manus, og skalv på hendene. En venninne fortalte om da hun engang på 80-tallet skulle holde foredrag for en stor gruppe leger. Venninnen tenkte at de visste sikkert masse om det temaet hun skulle snakke om. Hun skalv så hun nesten ikke kunne stå på beina. Med langt skjørt var skjelvingen ikke synlig, men bena ville nesten ikke bære. Da fant hun en ankring som hjalp. Hun gikk på toalettet og tok av seg trusa! Truseløs gikk hun på talerstolen med hjelpetanken: Jeg vet noe de ikke vet! Forsamlingen i Gamle Logen ler og humrer. Grete ser på oss og sier: ”Jeg har trusa på, men fant en hjelpetanke: I Logen skal du ikke formidle nye, originale tanker om parterapi, om par, om lykkelig eller ulykkelig kjærlighet. Du skal være en representant og talsperson for alle som har jobbet med par på et familiekontor eller i en eller annen kontekst. Det meste av det du sier vil være gjenkjennelig for kolleger som jobber med par til daglig, for andre kan noe være nytt og inspirerende”.

Grete forteller at hun har endret opplegg mange ganger. Først ville hun konsentrere seg om noen type problemer par kommer med og gå grundig inn på det. Så ville hun snakke om å møte par som hadde ulik bestilling, hvordan møte og samarbeide med par hvor begge vil fortsette - men ikke vet hvordan, møte par hvor en vil gå og en vil fortsette, møte par der begge vil avslutte men av helt ulike grunner – og hvordan få til et foreldresamarbeid når sinne etter krenkelse er stor? Begge disse ideene ble forkastet. Det hun har valgt er å snakke litt om noen familierapiretninger, med vekt på hva hun selv har blitt inspirert av og tror på.

## **TERAPEUTER, TILNÆRMINGER & GURUER**

**De fleste tilnærminger innenfor familierapi har tanker om hvordan barn blir symptombærere på grunn av foreldrenes parproblem og samspillet i familien.** Grete håper at de i forsamlingen som jobber i en kontekst hvor barn er bekymringen, kan bli inspirert til oftere å huske at en mamma og en pappa også lever i et parforhold. Ikke for å løse deres parforhold, men fordi vi vet at parforholdet påvirker barn. Et enkelt spørsmål som: Hvordan tror dere deres parforhold påvirker deres barn? – kan gi ny informasjon og inngang til ny forståelse av barnet, - og egen rolleforståelse. Jobber du på DPS eller med voksne ønsker Grete at du blir inspirert til enda oftere å invitere inn partneren. Hun henviser til Eia Asen og Elsa Jones bok ”Systemic Couple Therapy and depression” som en nyttig kilde til kunnskap om parsamtaler ved depresjon og andre diagnoser.

I programmet står det at Grete Lilledalen skal presentere guruer i familierapiens historie. Hun har valgt å konsentrere seg om noen av de tilnærmingene som har vært eller er viktige for henne. Det betyr ikke at de andre ikke er viktige, bare at hun måtte velge ut fra hvor mye det er plass til på en dag! Tom Andersen blir nærmere behandlet på Vetre i februar. Hans bidrag til familierapifeltet nasjonalt og internasjonalt kan ikke nevnes kort. Gjennom rollespill vil hun demonstrere tre retninger. Paret vil streve med det samme hver gang, og hun vil møte dem på 3 ulike måter. Dessuten vil hun intervju 3 kolleger som er viktige bidragsytere til familie- og parterapifeltet i Norge i dag. Mot slutten av dagen vil hun si litt om egne erfaringer og hva hun tror på.

Som den hele personen Grete er velger hun å være litt personlig, og forteller at hun har vært gift, skilt og gift igjen. Hun har barn, bonusbarn og hun og Jan har 13 barnebarn til sammen. Som de fleste av oss, har også Grete håp og drømmer knyttet til framtid, opplevelse av skyld og nederlag knyttet til fortid, takknemlighet og glede knyttet til levd liv og livet nå. Hun sitter, som de fleste av oss, av og til og sturer og lur på hva hun driver med både som kone, mamma og terapeut!

### **Om guruer generelt:**

Innenfor mange familierapiutdanninger har det vært en diskusjon om hvor mye man skal lære om gamle tilnærminger, slike som oppsto i en annen tid da andre verdier ble vektlagt og ofte som en reaksjon på en psykodynamisk eller intrapsykisk forståelse av menneskers problemer. De færreste familierapeuter i dag forholder seg til *en* retning, og forskjellene mellom tilnærmingene er mer utvisket. Vi er mer fleksible og åpne og bruker fra ulike modeller, tilpasset arbeidskontekst, personer og problemer. Dette høres fint ut, men innebærer noen fallgruver. Vi kan for eksempel skifte metode for raskt når samtalen stopper opp, - hvor det kanskje nettopp er viktig å stoppe opp.

De fleste guruer har kommet med sine tilnærminger som erstatning for andre metoder. Guruene har gitt oss tilbud om struktur, metode og inspirasjon. Endelig skulle vi få en tilnærming som ga svar! Vi ble forelsket, og som i forelskelser flest forstørret vi det som var bra og ble blind for det som kanskje ikke var så bra. Vi som var forelska i en tilnærming etablerte grupper og bekreftet hverandres tro, og stilte oss mer eller mindre uforstående til de som ikke delte vår begeistring. Det gikk med denne forelskelsen som med vanlige forelskelser. Den holdt ikke det den lovet, og dabbet av etter hvert. Vi trengte ikke vente lenge, nye friere kom på løpende bånd, den ene guruen etter den andre. Noen sviktet den ene og lot seg forføre av nye. Andre holdt fast på at gammel kjærlighet ruster ikke. De tok vare på de gamle ideer om hvordan problemer oppstår og kan oppløses. Noen gikk samtidig med et åpent sinn til de nye beilerne. Og slik har vi fortsatt.. Grete sier at hun fortsatt lar seg begeistre, uten å tro at all forelskelse går over til varig kjærlighet.

**”Heldigvis, sier Grete, ”har vi ikke fått en manual som pålegger oss hvordan vi skal snakke med par og familier som strever. Jeg er kanskje naiv, men jeg kan ikke begripe hvordan *en* mal skal være nyttig i møtet med alle par”.**

Vi får 3 minutter til å skrive ned tre stikkord som ville kjennetegne en parterapeut som hver og en ville gått til – sammen med partneren. Hva ville det være viktig at terapeuten fokuserte på, forsto og gjorde?

### **SKULPTURERING:**

Første tilnærming er Skulpturering – en metode mange kanskje har glemt og som noen ikke vet finnes, sier Grete. For oss ”gamle” er metoden mest knyttet til Phillippe Caille, som var psykiater og jobbet på Sagene Familiekontor. Målsettingen var å synliggjøre det indre bildet paret har av seg selv og av parforholdet. Rasjonalen er at når ord er brukt opp – og det kan de fort bli, er faren stor for at ordene bare blir en repetisjon av det som er sagt hundre ganger før!

### **Skulpturering – demonstrasjon 1:**

Grete hilser på Per og Kari, spør om de har grua seg, mange gjør det, og sier så at de sikkert har vært i Frognerparken og sett statuene der. Det de nå skal gjøre er å lage en skulptur av partneren og seg selv på en måte som viser noe av forholdet deres. Grete reiser seg opp, sier til den ene at her er en leirklump. Kan du nå vise meg hvordan dette parforholdet er for deg? Kari lager en skulptur hvor Per er bortvendt, hun strekker seg etter ham uten å nå ham. Grete spør hvordan det er for henne at hun bare ser ryggen av sin partner? I hans skulptur ligger hun på knærne med bedende hender opp til ham som står der. Grete spør hvordan det er å være han. Per sier at han er sint, alt han gjør blir galt. Kari kjenner seg igjen, føler seg ydmyket, engstelig, han er skremmende der han ruver over henne. Grete ber dem så lage en skulptur av hvordan de skulle ønske forholdet var. Nå fremkommer begge som henvendt til hverandre, like store, selv om de i det ene tilfellet går tett sammen, i det andre vender seg mot hverandre og berører hverandre. De utveksler ord om hva dette uttrykker, og stemningen endrer seg. Per mildnes, Kari er tydeligere og mer likeverdig. Grete spør: Hvis det skulle finnes en bro mellom 1. og 2. skulptur hva kunne du bidra med Per for å nå det ønskede? Per stusser litt, svarer nølende: Kanskje lytte litt mer og være mer tilstede? Grete gjentar ordene hans og sier: Ja det ville være byggestener til broen. Hun spør også Kari, som svarer litt sutrete: Alt jeg sier er feil... Kanskje jeg ikke skulle kritisere så mye, hilse når vi sees etter jobb, spørre litt vennligere? Grete gjentar igjen Karis forslag og bekrefter at dette er gode byggesteiner for brobygging mot det de begge ønsker.



**Cathrin Gram og Arve Bjelland Grov** gjør en flott innsats som rollespillparet Per og Kari. Disse har flere illustrerende innslag i løpet av dagen. Paret sliter ikke med vold, utroskap eller andre alvorlige problemer. De er et par som mange møter. Gretes målsetting med dette er å illustrere noen tilnærminger, ikke at paret nødvendigvis skal få løst sine problemer.

\*



**Salvadore Minuchin** har en sentral plass i Gretes erfaringsgrunnlag.

Vi i salen har vært musestille under demonstrasjonen, nå reiser vi oss og gir applaus til Grete og de 2 rollespillerne hvorav den ene er skuespiller Cathrin Gram og den andre er psykolog Arve Bjelland Grov som også har stor interesse for skuespill, lek og dramatisering. Vi går ut til kaffe pause, mens vi samsnakker om det vi har opplevd.

### **STRUKTURELL FAMILIETERAPI:**

Et bilde av Salvatore Minuchin står som bakgrunn på veggen når vi kommer inn fra pausen. Strukturell familierterapi – eller kanskje det var Minuchin – var Gretes første store guru-kjærlighet. Han var opptatt av sammenhengen mellom terapeutens liv, hvilke teorier vi tror på og hvordan vi fungerer som terapeut. Grete traff Minuchin første gang høsten 1981. Terapeuter fra de 5 familievernkontorene i Oslo fikk mulighet til å være sammen med ham over flere dager. Grete var student, men siden ingen andre på det kontoret hun hadde praksis ville benytte plassen fikk hun være med. De andre terapeutene hadde med familier og fikk direkte veiledning via speil, studenten slapp å ta med familie. Minuchin var en tydelig og klar veileder og meget kraftfull (det kan undertegnede som møtte ham på verdenskongress i Firenze i 1978 skrive under på!).

### **Salvatore Minuchin:**

I boka "Family Healing" fra 1993 skriver han om terapeuters tendens til å lese sine egne ideer og teorier inn i klientfamiliene, og på den måten skape eller nyskape familien/paret i sitt eget bilde. Sitat Minuchin: *I samtalen får du bare det du ser etter. Du ser det som passer din modell.* I boka beskriver og forklarer han også hvorfor han utformet *Strukturell Terapi* slik han gjorde. Vi gir rom for litt historie, kanskje kan det være nyttig for Metaforums leser å tenke igjennom sammenhengen med eget liv og terapipraksis: Minuchin vokste opp i San Salvador i Argentina, med 4000 innbyggere og 7 kvartaler. Minuchin var 25% jøde og alle i de jødiske kvartalene kjente hverandre. Det var mye rasisme og diskriminering av jøder. Slogordet var: "Be a patriot, kill a Jew".

Betydningen av *autonomi, tilhørighet og grenser*, 3 viktige begreper i den Strukturelle tilnærmingen, har sitt utspring i barndoms- og ungdomserfaringene i San Salvador. Han hadde en yngre søster og en yngre bror. Bestefar var absolutt autoritet og det var klar rollefordeling mellom foreldrene. Dette var medbestemmende for hans ideer om *Hierarki og Systemer-Subsystemer*. I boka gir han levende beskrivelser av seg selv og sine søsken, og begrunner (indirekte) hvorfor han ble så opptatt av merkelapper foreldre gir sine barn og hvordan disse merkelappene skaper begrensninger og muligheter: "Hun var alltid utålmodig. Han var en hissigpropp." Minuchin selv "hadde ti tommeltotter", og det forfulgte ham resten av livet, uansett hvor mye han bygget og reparerte. De merket seg bare der han fomlet, aldri hva han fikk til. (Hvilken merkelapp fikk du i din familie, - eller hvilke har du gitt dine barn?) I 1930 ble også Minuchins familie rammet av den store finansdepresjonen. Faren mistet jobben og de ble fattige. Dette er en av erfaringene som bidro til at Minuchin alltid har vektlagt den kulturelle og sosio-økonomiske konteksten par og familier lever i. Etter legestudiet og erfaringer som militærlege i Israel startet han psykiatristudier i New York. Her jobbet han blant annet med psykotiske barn, primært ved å diagnostisere. Selv sier han: *"Faced with chaos and pain, we fall back on the human impulse to label – as a way of distancing ourselves - while giving ourselves the illusion that we are doing something"*. Det kan være en tankevekker for noen og en hver i møte med det vanskelige spørsmålet knyttet til diagnostisering av barn. Han begynte å jobbe på Wilwyck, en institusjon for barn og unge, primært fargede fra New Yorks gettoer. Ungdommene var der 1-2 år og ble så sendt tilbake til samme familie og miljø. Etter kort tid fortsatte de fleste det livet de hadde levd før institusjonsoppholdet. Minuchin sier at disse erfaringene ble startskuddet for de strukturelle ideene som han utviklet om familierterapi. Sammen med flere kolleger begynte han å møte

ungdommene sammen med familiene. De så på hvordan familiemedlemmene styrte og ble påvirket av hverandre, og de begynte å se på mening bak handlingene og på de usynlige regler som var etablert i familien og styrte kommunikasjonen.

Artikkelen "The question of Family Homeostase" av Don Johnson inspirerte til å bygge enveisspeil, observere hverandres tereapier og de begynte å kalle seg selv familieterapeuter. Han ble headhuntet til Child Guidance Clinic i Philadelphia i 1965, men gjorde seg upopulær ved å hevde og praktisere familieterapi ikke bare for fattige familier. *Også middelklassefamilier og overklassefamilier var dysfunksjonelle, hadde rigide eller sammensmeltede grenser som hindret autonomi og tilhørighet, det var hierarkiforvirring, destruktive allianser mellom familiemedlemmer og – barn var symptombærere for et parforhold i konflikt.* Det ble satt i gang undersøkelse med hensikt å ta fra klinikken retten til å lære opp barnepsykiatere. Undersøkelsen konkluderte med at "Minuchins ideas are dangerous for the Department." Minuchin ble 10 år på CGC, og har siden den gang etablert flere institutter hvor det ble undervist og hvor studenter fikk erfaring med å jobbe ut fra en Strukturell Tilnærming. *Minuchins credo er at i undervisning som i terapi skal man først og fremst gjøre/erfare, ikke bare lese eller reflektere seg til innsikt eller kunnskap.* Det eneste stedet Grete har sett han skrive om par i Family Healing. Om forholdet til kona Pat sier han: "As I was moving from me to us, I did not lose myself, I expanded". Det er fin lesing! (Litteraturhenvisninger finner dere på NFFTs websider hvor Gretes power points legges ut.)

#### **Problemforståelse:**

**Par overser sin egen deltakelse i problemet** (det fikk vi vel godt illustrert i rollespillet mellom Per og Kari). At par kommer til parterapi er helt ulogisk ifølge Minuchin. De ønsker ikke hjelp, men å demonstrere for terapeuten og resten av verden hvor urettferdig partneren er; hvor insensitiv og egoistisk mannen er eller hvor vanskelig det er å leve med en sånn kone! Han stiller spørsmålet: *Er vi ansvarlig for våre handlinger? Og svarer: Nei, ikke helt. Vi påvirkes av partneren vår, og derfor er vi ikke ansvarlig, - men vi påvirker partneren vår og derfor er vi ansvarlig.*

Terapeutens jobb er på ulikt vis å hjelpe paret til å akseptere at begge bidrar til den aktuelle konflikten og nettopp derfor har begge mulighet til å endre det som låser i destruktive mønstre.

*Problem oppstår når paret ikke finner god måter å møte utfordringer og endringer knyttet til familiens livssyklus.* Par kan trekke den feilslutning at det er parforholdet som er feil, når den virkelige grunnen er mangel på søvn, ulike ideer om hva som er best å gjøre når barnet ikke vil spise eller sove, dårlig fungering på jobb på grunn av for lite søvn, ivrige besteforeldre som har sterke meninger om hvordan de skal være mamma og pappa osv. Hver livsfase har sine utfordringer. Den strukturelle terapeuten vil utforske hva paret gjorde som bidro til at de kom seg helskinnet gjennom forrige utfordrende livsfase. Her ligger det ressurser som de har glemt. I bøker om familieterapi fra denne tiden, leser vi om det triangulerte barnet, den umulige ungdommen som ofrer seg slik at mor og far må stå sammen for å redde sitt barn, og derfor ikke har tid til å planlegge egen skilsmisse. Da er ofte målet å hjelpe barnet til å abdisere fra sin rolle som ekteskapsredder og overlate parkonflikten til foreldrene – og dermed tillate seg å være ungdom. En strukturell familieterapeut vektlegger den kulturelle og sosio-økonomiske kontekst. Minuchin har vært ganske kritisk til flere retninger innenfor familieterapien, blant annet på grunn av fokus på språk og historier. Han hevder at de ikke har lagt tilstrekkelig vekt på reelle problemer i konteksten som familien lever i, - fattigdom, kronisk sykdom og arbeidsledighet, som ikke kan snakke eller fortelle bort.

#### **Terapeuten er det viktigste redskap i terapien:**

Minuchin har store forventninger til oss: Vi må være varme og empatiske, tåle å utfordre paret selv om det oppleves urettferdig og vanskelig for den ene. Vi må le med de som ler og gråte

med de som gråter. Terapeuten er ansvarlig for å utvikle et bredt repertoar: Vi skal være spontane og fleksible, insisterende og kunne forfølge en hypotese vi har. Minuchin er kritisk til at terapeuter blir for opptatt av teknikk og dermed mister seg selv som instrument av syne. En utilsiktet konsekvens av behovet for å markere seg forskjellig fra psykodynamiske teorier har vært at familierapien ”*I sin iver etter å ta avstand fra begreper som overføring og motoverføring, mistet man terapeuten av syne. Og når terapeuten som person ble borte, ble bare teknikkene hennes igjen*”. (Denne bekymringen delte også Ceccin fra Milanoteamet ved en anledning på et seminar i Oslo, hvor undertegnede deltok) Minuchin er bekymret over det ideologiske påbudet om at terapeuter skal ha en samarbeidende holdning. Han stiller spørsmålet om vi med det mister muligheten til å leke og utfordre? For egen del synes Grete det er en utfordrende tanke.

**Terapeuten er ansvarlig for terapien og skal være grunnfestet i en systemisk tenkning.** Utfordringene kan være spørsmål som: Hva gjør du som bidrar til at mannen din blir taus og lukker seg inne som en snegle, mens han i møte med andre både prater, diskuterer og ler? Hva gjør du som bidrar til at kona di blir en snakkemaskin, som svarer for dere begge og tror hun må ta ansvar både for seg selv og deg?

### **STRUKTURELLE INTERVENSJONER:**

*Joining:* Allianse mellom terapeut og paret er avgjørende. Begge må bekreftes. Hvis du ikke blir positivt engasjert, må du overlate paret/familien til andre. Alliansen sentral i hele terapien.

*Enactment:* Minuchin assosieres ofte med han som flyttet på stoler, satte familiemedlemmer slik at de satt overfor hverandre, plasserte mor i kroken og far og datter sammen for å diskutere innetider. Strukturell terapi vektlegger å GJØRE. Endring skjer ved at paret erfarer nye samhandlingsmønstre i rommet.

*Utfordre parets beskrivelser av hva som er problemet:* Hvis forklaringen ikke bare er at dere har vokst fra hverandre, hvordan kan vi da forklare/forstå den situasjonen dere er i nå?

Grete ber sitt rollespillpar komme på scenen, og forteller at paret har 3 barn på 3,5 og 7 år og at Kari er sykepleier:

### **Strukturell tilnærming demonstrasjon 2:**

Etter at Grete har hilst på paret, sier hun at hun vet de har 3 barn, og spør: Får dere sove om natten? Paret sier at søvnen nok blir avbrutt stadig. Grete konstaterer: Så dere er ganske slitne. Du arbeider som sykepleier Kari, er tålmodighet en av dine egenskaper? Kari: Ja, men ofte er tålmodigheten brukt opp på jobb. Grete snur stolene slik at paret sitter vendt mot hverandre, og sier: Kan du nå fortelle Per hva du synes er vanskelig i parforholdet deres? Kari puster tungt og sier: Jeg synes du er fraværende. Du hører ikke hva jeg sier. Du er lite sammen med barna.. Jeg blir lei... Grete: Hva er det som gjør at Kari synes det blir vanskelig å si noe til deg? Per, sint: Jeg blir irritert! Grete: Kan du Kari prøve å si hva som er vanskelig for deg uten å anklage? Kari tenker seg om: Jeg savner at vi kan snakke sammen om små og store ting. Jeg vet at jeg kan høres sint ut, men jeg skulle ønske vi kunne snakke normalt sammen, .. om ferie og slike ting. Per: Alt er galt uansett! Du klager hele tida. Jeg synes det er vanskelig at du aldri er fornøyd med mine bidrag. Jeg er sliten av høre at jeg ikke er god nok.... Kari: Det er fint nå.. Per er rolig her. Grete kommenterer på det hun ser, samtidig som hun fokuserer på det ønskede og sier smilende til Per: Husk det er ei flott dame du har. Hva ville det betydd for deg hvis hun var mer fornøyd? Per: Da kunne vi begynt å slappe av sammen.. Det kunne være hyggelig rundt middagsbordet. Kari: Vi kunne klemme hverandre, si hyggelige ting. Det ville skape trygghet på at vi fortsatt er et par. Grete til Per: I store bursdager blir det ofte holdt taler hvor det positive vektlegges. Hva ville du Per sagt i en slik tale til Kari? Grete stopper demonstrasjonen der og henvender seg igjen til oss i salen, som applauderer entusiastisk, og hun slår igjen på datamaskinen idet paret går ned fra scenen.

**MRI** (Mental Research Institute) ble grunnlagt av Don Jackson. Instituttet utdanner fortsatt terapeuter. Jay Haley og Watzlawick er to av de mest profilerte av de tidlige terapeutene.

**Problemforståelse:** Det presenterte problemet er problemet (er det krangel – så er det krangel). Problem er feilhåndtering av normale livsvansker. Forsøk på å løse problemet opprettholder (og forsterker ofte) problemet.

**Terapeuten skal:** Lytte etter hva klientene sier, ikke hva du tror de ”egentlig” sier. Ha et ikke-anklagende perspektiv, paret gjør det beste de kan ut fra hva de har av tilgjengelige verktøy. Fokuser på handlinger, ikke emosjoner. Tenke interaksjonistisk og systemisk og arbeide etter etiske retningslinjer.

**Intervensjoner:** Få en tydelig *beskrivelse* av problemet (ikke forklaring) fra hver av partene. Hvem gjør hva, for hvem er det et problem, på hvilken måte er det et problem. Hvem er involvert i problemet? *Bekreft* positive forsøk på endring. Snakk om fordeler og ulemper med forandring, uventede negative konsekvenser (Her minnes undertegnede et par hvor han hadde lyst på sex hele tida og hun hadde mistet all lyst. Da jeg spurte han om hva han trodde ville skje hvis hun ved et mirakel fikk lyst, smilte han salig. Jeg påpekte da at var ikke helt sikkert det ville gå slik. Mirakelet skjedde, (etter en individualtime med henne) - men rollene ble totalt omsnudd: Hun hadde lyst hele tida og fristet stadig, han fikk mer og mer hodepine og jobbet overtid. Vi måtte jobbe en del med saken før de kom i balanse!) Understrek hardt arbeid. Hvis du gir hjemmeoppgaver, husk å følge opp. Bruk paradoksalintervensjoner.

På dette tidspunkt hadde Grete tenkt å snakke litt om Milanoskolen, men det ble det ikke tid til. Jeg refererer likevel fra hennes power points:

**MILANOSKOLEN:** ble grunnlagt ca 1970 av Palazzoli, Prata, Boscolo og Cecchin og regnes som de som inførte terapeutisk bruk av enveisspeil. Cecchins artikkel ”Hypothesizing, circularity and neutrality revisited: An invitation to curiosity i Family process i 1987 har vært lest og kopiert over hele verden! Astrid Johnsen og Vigdis Wie Torsteinssons bok vier i sin bok ”Lærebok I familieterapi” kapittel 5 til Milanoskolen.

**Problemforståelse:** ”Symptomer kan forstås som et uttrykk for fastlåste premisser (myter og regler) og som et signal på at disse premissene trenges å endres” (sitat: AJ og VWT)

Metaforen: Kart og terreng. Paret sitter fast i sine forestillinger om hverandre og sin beskrivelse av parforholdet.

**Terapeuten** må være grunnfestet i sirkulær tenkning. Nøytralitet = Nysgjerrighet.

**Intervensjoner:** Hypoteser. Sirkulære spørsmål: Om forskjeller, om virkning av atferd, hypotetiske spørsmål, refleksive spørsmål, spørsmål om forklaringer. Paradoksale intervensjoner.

Og så er det lunsj i Gamle Logen. Etter den timeslange pausen med deilig mat og utveksling av refleksjoner, oppdateringer og nye bekjentskaper, er det tid for en ny økt. David Attenboroughs fortellerstemme når oss i en filmsnutt som vises på lerretet. Filmen viser helt konkret hvordan en *enkelthandling* – gjeninnføring av ulven (etter flere tiår) - førte til endringer, ikke bare i dyrelivet og flora, men faktisk i selve landskapet og endring av elveleier. Assosiasjonene til samspill og terapi er nærliggende!

**LØSNINGSFOKUSERT TILNÆRMING (LØFT):** I 1969 startet Steve de Shazer og Kim Insoo Berg utviklingen av den løsningsfokuserede korttidsterapien. I 1980 ble Brief Therapy Center etablert. Her i Norge er det psykolog Gro Langslet Johnsrud som er den mest kjente representanten, og som har skrevet flere bøker om LØFT. Tilnærmingen hentet inspirasjon fra Ludwig Wittgenstein og Språkspill.

**Problemforståelse:** ”If it ain’t broken, don’t fix it” . “If it works, do more of it”. When it doesn’t work, stop doing it and do something else”.

**Terapeuten** skal skape håp og vise respekt, fokusere på den enkeltes ressurser, holde fokus på her og nå og fremtiden. Relasjonen mellom terapeut og klienten (er klienten en besøkende, en kunde eller en klager) bestemmer innholdet i samtalen.

**Intervensjoner:** *Detaljert beskrivelse av ønsket målsetting for terapien, Lage konkrete (små) atferdsrettede målsettinger* som er oppnåelig innenfor parets livskontekst. *Identifisere unntak fra problemet, Skalering og Hjemmeoppgaver.*

Grete har selv mye erfaring i å arbeide etter LØFT tilnærmingen. Hun kaller nå rollespillparet opp på scenen:

### **LØFT – demonstrasjon 3:**

Grete hilser igjen på paret, og henvender seg til Kari: Kari, du tok initiativ til denne samtalen. Har du jobba mye for å få med mannen din? Per er mutt og signaliserer med kroppsspråket at han er motvillig til stede. Kari bekrefter at det har hun. Grete: Er det andre ganger Per blir med selv om han ikke har lyst? Igjen bekrefter Kari at det er det. Grete ser på Per, som sier: ”Det er kroken på døra hvis jeg ikke ble med, og jeg vil jo vi skal være sammen. Grete: Ok. Da ønsker altså dere begge å være sammen. (Går inn på ønsket målsetting). Hvis dere tenker dere en skala fra 1 -10 hvor 10 er absolutt toppen, et sted de færreste er i mer enn korte perioder, hvordan ville det se ut hvis dere var på 8-9? Kari: Da ville jeg ikke være engstelig, men føle meg friere til å snakke om ting som gjelder nå og fremtid og at vi vite at vi tilhører hverandre. Grete: I steder for å være sint, hva ville du gjøre da (fokuserer på atferd)? Kari: Hørt han snakke, mer samvær. (Kari svarer ikke på spørsmålet, men hva hun vil oppnå i parforholdet). Grete: Så det du ønsker er nærhet, felleskap og at dere kan være frie til å snakke med hverandre. Grete henvender seg til Per: Hvordan ville du være annerledes i et parforhold der du kjenner det er trygt å være? Per: Jeg ville sove bedre! Grete: Jeg skjønner at det mye du vil slippe, men jeg lurer fortsatt på hva du ønsker? Hva hadde jeg sett at du hadde gjort hvis det var godt mellom dere? Per: Da hadde jeg sittet ut hele middagen, ikke gått fra matbordet. Kanskje hadde jeg lytta litt mer og spurt noen spørsmål. Grete: Hvordan ville du merket at Kari likte det? Per: Hun ville også spurt mer, ikke klaga. Kanskje vi kunne være stille sammen uten at det var vanskelig... Grete: Hva hadde jeg sett, hvis jeg var en flue på veggen? Per, litt blidere: Du hadde kanskje hørt at jeg nynna litt.. Grete går så over til at begge skaleres hvor de er nå, henholdsvis 3,6 og 6, og spør så Per hva han måtte gjøre annerledes for at du skulle kjenne at dere var på vei mot målet? (og så fikk ikke undertegnede notert mer!) Grete og rollespillparet får behørig applaus fra oss i salen, og vi går til kaffepause.

## **INVITERTE GJESTER INTERVJUES.**

### **1. intervju med Geir Lundby:**

Den første Grete Lilledalen vil intervju er Geir Lundby, som hun har kjent i 25-30 år. Geir er ”Norges flotteste representant for Narrativ tilnærming” sier hun og forteller at Geir har planlagt og gjennomført en utdanning i denne bestemte tilnærmingen og har skrevet flere bøker om emnet. Mest kjent er ”Historier og terapi”.

Geir inviteres på scenen.

- Grete: Hva var du opptatt av - av tilnærminger - før du ble narrativ terapeut?

- Geir smiler og sier: J. Haley var nok den første guruen. Så gikk den forelskelsen over, og jeg oppdaget MRI og tenkte det var en forskjell..

- Grete: Hva var veien frem til Narrativ tilnærming?

Geir: Oj, - den var lang og komplisert. På tidlig 80-tall var jeg opptatt av Milanomodellen, senere inspirert av LØFT og andre tilnærminger. Det var noe som tiltalte meg og noe som jeg forkastet. I 1989 var Michael White i Oslo – og da kom jeg hjem! Hans tilnærming var morsom og fascinerende. Den ga gjenklang i meg på hvem jeg ville være. Dette med

eksternalisering av problemet, i stedet for patologisering av mennesker. Også i familierapien var det fokus på hva folk gjorde feil.

- Grete: Hvilke spørsmål begynte du å stille nå?

Geir: Hm.. Når vi har funnet en felles eksternalisering av problemet, handler spørsmålene om hvordan ”monsteret” virker på hver av dem og på forholdet. Vi snakker om virkningene i stedet for årsakene. Veien går altså fra anklager til å se på problemet som noe som ikke er inni personen, som feil på dem selv eller forholdet, men til at begge lider under noe som plager dem.

- Grete: Hva må terapeuten være opptatt av?

Geir: Terapeuten må være opptatt av å stille spørsmål som kan få folk til å få en rikere historie. Når folk sitter fast i problemene sine er fortellingene veldig tynne. Det gode og rike blir skjult av det vanskelige, så da leter vi etter unntak.

- Grete: Unntak ser man at også LØFT er opptatt av...

Geir: Slik er det også i Narrativ tilnærming. Michael White kalte det unique outcome. Vi har lett etter en god norsk betegnelse... I alle fall, - unntak fra problemhistoriene er inngangsport til rikere og mer ønskelige fortellinger.

- Grete: Hva har det gitt deg, Geir, å jobbe med denne tilnærmingen?

Geir ler og sier: Det har dominert livet mitt de siste 30 år! Det var et verdivalg for meg som terapeut. Hva slags behandler jeg ønsket å være: Desentrert, lyttende, til stede og innflytelsesrik - med et ansvar for struktur og å stille spørsmål innenfor den. Jeg vil ikke være styrende, men inviterende, og spør ofte om hva som kunne være den foretrukne fortellingen om parforholdet, hvis jeg snakker med par. Da intervjuer jeg dem en av gangen, mens den andre lytter. I narrativ tilnærming rekonstruerer vi før vi dekonstruerer. Hva gjorde at de valgte hverandre, for eksempel.

- Grete takker Geir og vi i salen applauderer.

## 2. intervju - med Anne Marie Fosse Teigen:

I sin introduksjon av neste gjest omtaler Grete Anne Marie som ”Norges rauseste terapeut”, som har utviklet parkurset ”Bufferkurs” - som hun deler med alle som ønsker det, og inspirerer andre fagpersoner. I tillegg er hun fast bidragsyter på psykolog.no hvor hun er en flittig skribent av aktuelle temaer.

- Grete: Hvor hentet du ideer til utvikling av Bufferkurs, Anne Marie?

Anne Marie: Gottmans ideer og tanker er nært knyttet til Bufferkurset. Plutselig så var han i livet mitt (leende) – både privat og profesjonelt!

- Grete: Kan du si litt mer om det?

Anne Marie: Gottman starta på 70-tallet å studere par. Han er forsker, ikke psykolog. Han har studert mange tusen par med



Intervju med Geir Lundby  
– om narrativ tilnærming.



Intervju med Anne-Marie Fosse Teigen  
– om Gottman og Bufferkurs



Siste intervju var med Dimitrij Kielland  
Samoilow (bakerst)  
– om Emotional Focused Therapy (EF)  
Bildet er fra avslutning og takk til alle  
bidragsyterne dag 1.



forskjellige metoder. Noen av objektene bodde i en leilighet en dag eller en helg, - og fikk således et "vanlig hverdagsliv". De ble observert hele tiden og utsatt for ulike målinger, noe som ga unik innsikt i samspill, atferd og følelser. Etter hvert fikk han klare resultater på hva i parforholdet som ga god utvikling og hva som ikke gikk bra. "Masters eller Disasters" kalte han det... Anne Marie ler og sier: Jeg har jo hatt noen parforhold og hatt mine forklaringer på hva som ikke virket. Gottmans resultater ga meg sjokk når jeg så at jeg var så deltakende i det som ikke fungerte! Salen humrer og ler med - Anne Marie er nok ikke den eneste som har gjort en slik oppdagelse!

- Grete: Hva var det du valgte ut fra Gottman til Bufferkursene?

Anne Marie: Jeg valgte ut det jeg selv kjente igjen. Det er 5 kapitler i Bufferkursene: Hva skaper gode og eller dårlige forhold? Det handler om for lite tillit, konflikthåndtering (alle har konflikter) spørsmålet er hvordan man reparerer etter konflikt. Hva er følelser. Det er fokus på egen mestring av følelser og reaksjonsmønstre. Gottmans forskning viser at 69% av konfliktene ikke blir borte, forskjeller går ikke bort. Forskjellene kan være kilde til nærhet og intimitet. Hva er det konflikten fratar paret av gode opplevelser. I Bufferkurs ser vi på hva som er kjærlighetsspråk og tilgivelsesspråk og vi bruker innrømmelseskjemaet til Lena Kristin Hole.

- Grete: Hva gjør man hvis man vil bli kursleder?

Anne Marie: Man skaffer seg kursmateriellet! Det er mange som har lyst til å ha kurslederkurs. Rundt 190 har gått på kurs, noen holder kurs, andre bruker det i sin hverdag som parterapeut. Vi sier det handler om å gå fra Gråstein til Gull. Det handler om å lære seg hvor mye små oppmerksomheter i hverdagen (hvordan har du det i dag, en liten berøring, et vennlig blick) baner vei til en bedre relasjon.

Igjen applauderer vi for nyttig kunnskap. Og – undertegnede tar vel ikke særlig feil om hun tenker at mange vil ta kontakt med Anne Marie Fosse Teigen og skaffe seg Bufferkursmateriellet og gå på kurslederkurs!

### **3. intervju, er med Dimitrij Kielland Samoilow:**

Grete introduserer Dimitrij som god kollega og co-terapeut gjennom 10 år. De har skrevet artikkel sammen. Han er en av de mest engasjerte terapeuter hun kjenner og han er sertifisert Emotional Focused (EF) parterapeut.

- Grete: Dimitrij – du har beveget deg fra kongnitiv terapi til LØFT, og når er du opptatt av EF tilnærming. Kan du si litt om EF.

Dimitrij: EF er en systemisk, integrativ tilnærming. Som i MRI kartlegger vi hva slags mønster paret er fanget i - den dansen som fanger. Vi er opptatt av å få paret til å se hva de gjør og på følelsene som kommer i denne dansen.

- Grete: Når du har fått et bilde av mønsteret, hva gjør du så?

Dimitrij: Da rammer jeg det inn og sier hva jeg ser skjer mellom dem, og vi snakker om hva det gjør med dem, hva det frembringer av følelser underveis i dansen. Som vi så med rollespillparet ditt, er det en trist følelse å miste sin kone, men det han viser er sinne som forsterker hennes følelse av ensomhet – begges ensomhet blir større.

- Grete: Så du beskriver både det du ser og det de føler?

Dimitrij: Ja, for å få dem til å stoppe opp og kjenne etter, eie følelsen i den og den situasjonen. Det kan være spørsmål som: Er det når du kjenner dette at du... Kan du si til Per hvordan denne ensomheten/tristheten kjennes?

- Grete: Du beskriver en EF terapeut som er aktiv og som bruker klientens ord og sjekker ut ved å sette navn på følelsene.

- Hvordan må en EF terapeut være i relasjonen med klientene?

Dimitrij smiler: En EF terapeut må være utrettelig (relentless) empatisk og tilstede i samtalen. Han må ikke være redd for å gå ned i møkkakjelleren sammen med klientene. Det styrker

tilknytningen at han våger å gå til de verste stedene. Det som skaper trøbbel i forholdet: At båndet i relasjonen blir truet når du sukker og stønner. Da aktiveres alarmsystemene, og gjør den andre kald.

- Grete: Slik at den arbeidsmodellen (mestringstrategien) du har med deg fra barndommen aktiveres?

Dimitrij: Den også, men vi har alle med oss et mangfold av modeller fra ulike relasjoner. I EF jobber vi med å styrke de gode modellene, de som gir godt samspill og trygghet for begge.

- Grete: Hva var det som gjorde at du valgte å bli sertifisert som EF terapeut?

Dimitrij: Det at jeg snakker så lavt (ler godt og salen ler med, for vi har merket at Dimitrij snakker ganske lavt). Men – for å være alvorlig. Det er krevende å være parterapeut. Jeg kjente meg på gyngende grunn. Jeg hadde utdannelsen min som psykolog – men jeg hadde ikke møtt disse guruene som kolleger i familievernet var blitt inspirert av og som du snakket om. LØFT virka mange ganger, men når det ikke virka ble jeg irritert og frustrert. Nå syns jeg at jeg får til mer, og jeg er mye rausere med parene mine.

Grete og Dimitrij lar det være siste ord i intervjuet, og igjen er det en begeistret sal som applauderer. Vi går ut til pause med deilige makroner, kaffe og te. Juleseminaret handler også om å kose seg!

”Come rain, come shine..” med Monica Zetterlund og Bill Evans strømmer mot oss etter pausen. ”Mange av oss har gått inn i et parforhold med troen og drømmen: ”I’m gonna love you, come rain or come shine”, sier Grete og går over til siste punkt på programmet:

### **REFLEKSJONER OM PARTERAPI PÅ BAKGRUNN AV 32 ÅRS PRAKSIS:**

Selv om dette blir et langt innlegg i Metaforum, tillater jeg meg å ta med litt ekstra fra manus, fordi vi alle kan inspireres av Gretes klokskap! Så igjen over til Gretes egne ord:

Ingen kan gå på skolen og lære å bli terapeut! Andre kan lære meg teori, modeller og teknikker, men ingen kan lære meg hvordan tilnærmingen skal virkeliggjøres, praktiseres av deg og meg. Ønsket mitt er at det kan inspirere deg til å få et tydeligere bilde av deg som terapeut uansett kontekst, og hva som eventuelt kan bidra til at du blir enda mer av den fagpersonen du ønsker å være.

**Problemforståelse:** Nesten alt kan bidra til problemer. Avhengig av person, tilknytning, oppvekst, sosio-økonomisk kontekst, livsfase, overskudd, tilfeldigheter, helse, forventninger, nettverk, arbeidssituasjon, sårbarhet med mer.

**Konteksten:** Mye kan sies om den konteksten terapirommet representerer. Jeg skal bare minne om en ting: At vi terapeuter – etter veldig kort tid – stiller spørsmål som vi kanskje ikke ville ta sjansen på å stille verken partner, barn eller venner. Paret forventes å fortelle om seg selv og forholdet sitt, om noe som kan være skremmende, sårbart, skamfullt og forvirrende. Ting de kanskje aldri har snakket med andre om, - og det skal de fortelle til en de aldri har snakket med før. Reglene på et terapikontor er annerledes enn ellers i livet!

### **Å bli til i møte med andre:**

I sin bok ”I bevegelse” skriver Jonas Gahr Støre om hva som bidro til at han ble sosialdemokrat. ”Jeg møtte Gro Harlem Bruntland”. Han sier videre: ”Man blir til i møte med andre mennesker”. Han sa mye mer, men dette ble viktig for meg. Vi vet det jo, og det er sagt på mange måter innen vårt fagfelt”. Jeg hører ofte par si: Ingen andre beskriver meg akkurat sånn. Min mann skaper meg i spillet og jeg skaper min mann. Grete ser på oss og smiler: Jeg liker nok den første delen best, at han skaper meg, spesielt når jeg er sint!

I denne sammenhengen blir spørsmålet: Hvordan blir klientene (og kollegaene) mine til i møtet med meg. Hvordan skaper jeg klientene mine? Hvordan former jeg klientene mine

gjennom mine spørsmål, min respons, mitt fokus, mine refleksjoner. Hva tillegger jeg vekt og hva lar jeg passere?

**Når paret kommer** har en av dem ofte på seg en tykk rustning, forberedt på kjeft eller korreksjoner fra terapeuten og for nok en gang å høre på anklager. Den andre er ofte så fylt av følelser at de flommer over i det øyeblikket han – eller som oftest hun - begynner å snakke. Da er utfordringen: hvordan anerkjenne og bekrefte begge to, slik at rustningen kan demonteres og følelsene kan reguleres, eller i hvert fall uttrykkes på en måte som partneren kan ta i mot. I verket ”Den Ethiske Fordring” (1956) finnes det mest kjente sitatet fra den danske teologen og filosofen K. E.Løgstrup:

*”Den enkelte har aldri med et annet menneske at gjøre uten at han holder noget af dets liv i sin hånd. Det kan være meget lidt, en forbigående stemning, - en oplagthed man får til at visne, eller som man vækker; en lede man uddyber eller hæver. Men det kan også være forførende meget, så det simpelthen står til enkelte, om den andens liv lykkes eller ej.”*

Sitatet sammenfatter kjernen i Løgstrups etiske tenkning: I alle møter med andre mennesker får vi tildelt et ansvar, understreker Grete, og fortsetter. - En del av mitt ansvar som terapeut er å være på en måte som bidrar til at folk opplever seg trygge, eller tryggest mulig gitt situasjonen. For noen par er parsamtalene det viktigste og vanskeligste de har gjort i livet, og noen sier: Dette er vår siste mulighet til å få det til. Det er et stort ansvar. *Et annet ansvar vi har som terapeuter er å kjenne oss selv ganske godt.* Jeg vil ikke tilbake til utdanninger hvor det var krav om egenerapi. Men jeg vil at vi som terapeuter skal kjenne en forpliktelse til å stoppe opp ved viktige hendelser i livet vårt: utforske, kjenne etter og snakke med noen om hvordan viktige – gode og vonde – erfaringer har bidratt til å forme oss som terapeuter. Minuchin er jo et forbilde i så måte! Hva har livet mitt gitt meg av styrke og vårhet, hvor en mine fallgruver eller blindspots?

Sist helg var Grete på Jæren og hørte blant annet et foredrag om Arne Garborg, i stua hvor han var født og en forsker fortalte om Garborgs oppvekst. Om den snille farfaren som døde altfor tidlig. Garborg var bare 5 år da tryggheten forsvant. Vi fikk høre om mammaen, som var 16 da hun giftet seg med faren og fikk 9 barn innen en relativt kort periode. Garborgs far gjennomgikk en religiøs omvendelse, som førte til tunge grublerier og en svært autoritær oppdragelse. Barna ble ikke bare straffet for det de hadde gjort, men også for det de ikke hadde gjort, av rent forebyggende hensyn. De som har lest Arne Garborgs bok ”Fred” vet noe om hvordan hans barndom og forhold til sin far preget hele hans forfatterskap, og hvordan opplevelse av skyld og skam ble en tung følgesvenn gjennom hele livet.

De fleste av oss har ikke levd i et uforutsigbart terrorregime som Garborg gjorde, men vi vet at tilknytning til omsorgspersoner og viktige hendelser er medbestemmende for hvordan vi forholder oss i møte med andre mennesker. Forfattere skriver livet sitt inn i romaner, og vi skriver livet vårt inn i terapeutstil og fokus. Ikke på samme måte, men det kan være nyttig å se om det er sammenheng mellom hvilke tema jeg velger å utforske grundig og hvilke tema jeg hopper over? Hvem jeg umiddelbart forstår eller hvem som provoserer eller irriterer, slik at jeg mister evnen til å bekrefte og anerkjenne det de kommer med.

**En viktig livserfaring for meg** var at jeg var gift, skilte meg og giftet meg igjen. Jeg jobbet på familiekontor da jeg separerte meg. Som terapeut pendlet jeg mellom to grøfter: Jeg visste *akkurat* hvordan de parene hadde det som var i en skilsmisseprosess. Spesielt visste jeg hvordan den hadde det som hadde tatt initiativ til separasjonen. I hodet visste jeg jo at jeg ikke visste, jeg hadde lært om lokal og global kunnskap. Vi terapeuter kan vite mye om tema separasjon, men vi kan ikke vite hvordan akkurat han og hun opplever det. Så derfor spratt jeg over i den andre grøfta og visste ingen ting! Og dermed gikk også klientene glipp av spørsmål og refleksjoner jeg hadde, som kunne være nyttige nettopp fordi jeg hadde erfaringer som

lignet deres. Jeg måtte bytte jobb en periode for å komme meg ut av denne bakevja. Nå mener jeg selv at jeg kan møte par og bruke egne erfaringer på en måte som klientene kan ha nytte av. Ikke ved å fortelle min historie, men ved å tilby tanker og stille spørsmål som kommer på bakgrunn av egen erfaring.

Jeg ønsker å gjøre det mulig for par å snakke om vanskelige tema på en annerledes måte enn de pleier. Bidra til at noe annerledes kan skje mellom dem. Et eksempel: I en første-gangssamtale i høst, snakket mannen mye om hvor vanskelig alt var og hvor sterkt han ønsket at de skulle få det bra. Hun var ganske stille. Til slutt spurte jeg henne om det var noe hun satt og tenkte på, noe hun var redd for å si? Nesten hviskende sa hun: "Jeg vil flytte". Mannen knakk sammen i gråt og ropte: "Det var det jeg visste." – Så snakket vi om hva hun følte og tenkte og hva han følte og tenkte. Da de gikk, sa han: "Takk for at du ikke bidro til å dekke over enda en gang. I to år har hun snakket om det uten å innrømme at det er det hun vil. Jeg har vært redd i to år, men nå vet jeg. Fint at vi kan komme igjen om en uke."

Jeg, som de fleste terapeuter, har et sterkt ønske om å skape et rom som er trygt nok til at det paret frykter, lengter etter eller er skamfull over, kan snakkes om. Et rom der den som har sveket kan rase eller hyle ut sin fortvilelse – og der den som har sveket både kan få hjelp til å innrømme sitt svik, og formidle at hun forstår hva hun har påført sin partner, på måter som kan bidra til at partneren igjen våger å stole på. Eksempel: I en samtale, svarte en mann på spørsmålet om hva han syntes det var viktig å snakke om: "Det er vel egentlig mange ting, men jeg tror vi skal snakke om uenighet knyttet til barneoppdragelse og de heftige kranglene i kjølvannet av det." "Og hvis vi skulle snakke om en av de andre tingene? Hva ville det være", spurte Grete. De så på hverandre. Hun har vært utro og jeg har underslått penger. Det ble på en måte 1-1, så vi har blitt enige om aldri å snakke om noen av delene". – Så snakket vi om det. Om begges svik og begges opplevelse av å være sveket. Og så snakket vi om tillit. Det ble bra, men det var slitsomt både for paret og for terapeuten.

**Helhetsperspektiv:** Som systemisk terapeut ønsker jeg å ha et helhetsperspektiv, som inkluderer klientens verden, viktige relasjoner, kontekst og meg selv som terapeut. Men det er jo slik at gjennom det klientene selv bringer og de spørsmålene vi stiller, så definerer vi hva helheten er – hva vi inkluderer og ekskluderer, og dermed kanskje betrakter som irrelevant. Det er umulig å forholde seg til alt som påvirker livet. Men jeg tror det er en dimensjon som oftere enn andre blir utelatt av både oss og klientene, ikke fordi det ikke er viktig, men fordi klientene er usikre på om det hører til i et terapirom. Jeg tenker på

**Trosdimensjonen:** Troen på en guddom – på Gud, Jahve eller Allah, troen på skjebnen, på healere eller spåkoner. Troen på noe ikke-rasjonelt som for klientene er en viktig kraft i livet på godt og av og til på vondt. Hvis vi etterspør hvor klienten henter sin styrke fra, hvis vi åpner opp for å snakke om denne dimensjonen, så kommer neste utfordring: Jeg har et stort vokabular for å snakke om konflikt, bekymring, samarbeid, sorg og omsorg, - men har jeg et språk for å snakke om tro? Å ha et bevisst forhold til hva jeg selv tror på og ikke tror på er med på å gi oss både språk og trygghet til å bevege oss inn i trosverdener, som kanskje er ukjente for oss, men viktige for klienten.

**Noen flere stikkordsmessige tanker om hvordan jeg ønsker å være som terapeut:**

Jeg ønsker å være en håpsbærer, av og til også en som skaper håp. Håp om at livet kan bli annerledes enn det er akkurat nå, uten å være lettvent eller bagatellisere det de står i. Et viktig spørsmål til meg selv i noen sammenhenger er om jeg er mer håpsbærer for den som ønsker å fortsette forholdet, enn for den som har gitt opp og lengter etter et annet liv. Jeg vil gjerne ha et bevisst forhold til om jeg inviterer for mye eller for lite opp i hodet, til for mye/lite inn i

følelser, eller er jeg for mye/lite opptatt av hva de gjør eller ikke gjør? Jeg tror alle arenaer er viktige, og jeg tror at den som er mest i hodet, trenger min assistanse for å orke eller våge å kjenne på følelser og gi følelsene et språk. Jeg tror at de som flommer over av følelser trenger hjelp til å regulere dem, til å reflektere over forskjeller, muligheter, effekten av handlinger osv. Og jeg tror at de som handler og fastholder sin egen tolkning som eneste sannhet, trenger å gå i partnerens sko og utforske hva partneren tenker og føler.

**Litt om hva jeg gjør:** Jeg tror jeg gjør stort sett det samme som terapeuter på familiekontor gjør. Og det er i så fall bra – for det skjer mye god parterapi på familiekontor.

I sin bok ”Parterapi, kjærlighet, intimitet og samliv i en brytningstid” skriver Anne Øfsti blant annet om situasjonen når to kommer til terapi: Den ene er misfornøyd i parforholdet, den andre er fornøyd. Terapeuten lytter til den misfornøyde, utforsker behov og savn, og utfordringen blir å få den fornøyde til å endre seg, slik at den misfornøyde blir fornøyd. Logisk? At den som er fornøyd med samlivet skal jobbe, og den som er misfornøyd med samlivet skal vente på at partneren forandrer seg? Ikke nødvendigvis logisk, men for at begge skal oppleve seg verdsatt og glad i samlivet, så må begge jobbe med forholdet.

Vi snakker ofte om trygghet, tillit, anerkjennelse, - men snakker ikke så ofte om å være glad. Det har jeg tenkt på under forberedelsene til i dag. Jeg skal spørre par mer om de er glad. Og hva som eventuelt står i veien for gleden! Jeg gjør mye, og det jeg gjør, vil jeg gjerne tro er avhengig av hvem jeg møter og hva de presenterer. Men noe gjør jeg oftere enn noe annet:

**Joining:** Litt av det så dere i skulptureringsparet. Etter å ha sagt litt om meg, gjentatt navn og litt om min egen arbeidserfaring, spør jeg hvem de er. Da kommer gjerne en kortversjon, som hjelper meg å plassere dem i en kontekst. Jeg får vite litt om jobben. Det er viktig, for det er ofte mestringshistorier som kan utdypes og gi meg inspirasjon til metaforer eller bilder. Hvis en av dem jobber i helsesektoren: Hvis du skulle laget en medisin for parforholdet, hva ville ingrediensene vært? (Mer sex, gjøre flere ting hjemme, være blid når han drar på guttetur) Hva er gift i forholdet deres? (ofte taushet) Hva fungerer som hjertestarter? (si fra hvordan jeg har det, og ikke bare anklage han for å trekke seg) Til en IT-arbeider: Hvis parforholdet hadde fungert som en computer, hva fikk den til å gå i svart? (kritikk av moren hennes) Hva ville du først sjekket, hva ville du begynt med for å reparere forholdet? Hvis dere skulle legge planer for en god sommerferie, slik som du planlegger nye veier, hva ville du da lagt vekt på og tatt hensyn til? (Sjekket om vi var enige i planene. Jeg har dårlig erfaring med kommuner som protesterer på hvor veien skal gå!)

Så spør jeg litt om hvor de bor, nettverk, om barn – som forteller meg om hvor de er i livssyklusen. Det gir meg også mulighet til å formidle noen generelle refleksjoner om hvordan de sikkert har det (nattevåk, bekymring for tenåringer som ikke kommer hjem) – bekymringer i tillegg til det de strever spesielt med.

**Det er viktig for meg å være transparent.** David Campell, psykolog fra USA bosatt i England, lærte Grete mange ting, blant annet: ”Putt the dilemmas on the table”. Et eksempel: ”Du Edel, sier at Tronds ønsker om sex og hans sterke reaksjoner på din manglende lyst, har ført til at du trekker deg inn i deg selv, og er redd for at vise at du er glad også når du er det, - av frykt for at han skal ta det som en invitasjon til sex. – Og du Trond, opplever at frykten for Edels avvisning og taushet, har bidratt til at du har adoptert pc og nettpill som din mest trofaste venn om kvelden”. Det er Gretes erfaring at klientene ofte hjelper henne ut av dilemmaet, ved selv å foreslå hva vi skal snakke om først, eller bringer opp et annet tema som er viktigere for begge.

**Reformuleringer, bilder og metaforer** liker jeg, sier Grete. Hun minner oss om NRKs sendinger fra fjellet Mannen som skulle rase ut og de evakuerte familiene. Sjefsgeologen begynte å rapportere om det forventede raset, om noen timer, - kom på skjermen igjen og justerte til om noen dager, og justerte igjen om noen uker eller måneder, eller... Fjellet Mannen står fortsatt! Grete snakket med et par hvor kona fortalte om sin utrygghet knyttet til at mannen plutselig kunne eksplodere, ikke fysisk, men uforklarlig sinna. Kvinnen hadde barndomsopplevelser med en psykisk ustabil mamma og gode antenner for å registrere mulige utbrudd. Hun beskrev hvordan hun ikke våget å slippe han nær. Hun evakuerte følelsesmessig og noen ganger fysisk for å beskytte seg. Bildet av fjellet Mannen og dens mulige utrasing ga mening for begge. Utfordringen ble å forebygge hans eksplosjoner, gjøre hans irritasjon forståelig for henne, og hva som skulle til for at hun kunne flytte hjem som hun lengtet etter å gjøre. Bilder kan gi aha-opplevelser for par som begge presenterer hver sin "sanne virkelighet": Dere har kanskje hørt historien eller bildet av de 4 personene som står med lukkede øyne og skal fortelle hvilket dyr de har foran seg: En holder snabelen, en holder holder øret, en holder halen og en klapper på siden. Alle beskrivelsene er sanne, - men ingen av dem beskriver en elefant, fordi de blir mest opptatt av det de selv berører.

**Alternative forklaringer** på fenomener og handlinger kan gi en annen forståelse og skape endring. Ofte kan eksempler hentet fra en annen kontekst gi friminutt fra vonde følelser og bli lettere å ta inn. Eksempel: Tenk deg at du står i en kinokø, svett og utålmodig. Plutselig er det en bak deg som sparker deg i leggen. Hva skjer: Du blir irritert, anspent i kroppen, snur deg med lynende blick og har en kommentar klar, - så ser du en hvit stakk. Hva skjer: Du blir myk i kropp og sjel, kanskje vil du si noe hyggelig, og du vil i hvert fall ikke komme med en spydig kommentar. Sparket har en annen forklaring enn den du først trodde. Det gjør at alt du tenker og føler blir helt annerledes. – Denne historien bidrar ofte til *samtaler om alternative fortolkninger av hverandres handlinger og utsagn*. Hvis ikke paret har det for vondt, kan denne samtalen bli både oppklarende og til og med litt morsom!

**Ulike prosjekter:** Par som kommer i terapi, beskriver ofte ulike prosjekter knyttet til parforholdet, og selv om de har et overordnet felles prosjekt, har de ofte ulike forestillinger om hvordan deres parforhold skal være. Sissel Gran snakker om den tredje parten i parforholdet. Det er han og hun og paret vårt. For å få tak i den enkeltes forestillinger om hvordan "vårt" par skal være, knyttet til felleskap, nærhet og egen tid, tegner Grete sirkler på flip-over som eksemplifiserer. Paret får et ark og tegner to sirkler (en for hver av personene) og viser hvor mye av sirklenes rom som de ønsker skal være felles (par versus egentid).

**Kjærlighetspråk:** Dimitrij snakket om Emosjonsfokusert tilnærming, sier Grete, hvor parets frykt for å miste den de elsker og er avhengig av, kommer ut i et språk preget av anklager og tilbaketrekning. Da er kjærlighetspråket godt å ha. Gary Chapman beskriver det i "Kjærlighetens fem språk", ideen om at kjærlighet kan uttrykkes *gjennom anerkjennende ord, gjennom å gjøre ting for hverandre, gjennom å velge å prioritere tid sammen og gjennom fysisk berøring*. Eksempel: Jon og Siri var begge tydelige på at de ville leve sammen og at de var glade i hverandre. Jon fortalte om alt han gjorde: inviterte ut, foreslo felles aktiviteter, planla ferier og delte drømmer om alt de kunne gjøre når barna var ute av redet. Responsen var laber. Siri laget gode middager, tok mesteparten av jobben i heimen, og la til rette for pratetimer når barna var ute av huset. Ingen av dem opplevde at deres bidrag ble anerkjent eller bekreftet av den andre. Vi begynte å snakke om de 5 kjærlighetspråkene. Det ble viktig. "Aldri tenkt på det", var responsen fra Jon. "Jeg har vært så opptatt av at hun ikke ble med og engasjerte seg i det jeg foreslo, eller svarte på mitt språk (han hadde lært metaforen) at jeg ikke la merke til det hun gjorde for oss." De begynte å se etter den andres språk hjemme – og kom tilbake og fortalte at de var blitt tospråklige. Minst!

Gjennomsnittsalderen for par som kommer til meg nå, er høyere enn de jeg møtte på familiekontoret, sier Grete. Bitterheten over skjev arbeidsfordeling dukker ofte opp, og har ligget som bakgrunnsteppe i tillegg til andre utfordringer. Et par i 50 årene gjorde inntrykk: Svarene kvinnen ga på hans fortvilede: Hvorfor vil du gå nå, vi har det jo så bra! Hun: Det var alltid jeg som måtte sette mine ting til side, jobben din gjorde at du ikke kunne bidra. Du orket ikke handle og lage mat, du syntes ikke det var viktig med fin hage, ryddig hus – og jeg måtte jo være der for barna. Jeg tok det opp med deg, men ble ikke hørt. Jeg svelget og svelget kameler. Nå er jeg mett av kameler. Jeg vil bruke tiden min som jeg vil, ha en leilighet som jeg trives i og slippe å gå rundt med en irritasjon som gnager meg i stykker eller en sorg og resignasjon for at du ikke bryr jeg om det som er viktig for meg!

Grete ser ut på oss i salen: *Ta arbeidsdeling på alvor når par bringer temaet opp!*

Opprinnelig hadde Grete ca 6 sider om gleder og utfordringer ved å være terapeut. Hun velger å stoppe her, ser smilende på oss og sier:

**”Det er deres egne gleder og utfordringer som skal bidra til at dere kan stå som 65-åringer og si: Jeg elsker jobben min”.**

Ordene har fått nok plass – på lerretet bak scenen vises Munchs bilde Livets dans, scenen ryddes, opp kommer Gretes datter Frøydis Lilledalen (kjent bl.a. for NRK1-programmet ”Bør vi gifte oss?”) og Allan Ettrup Hansen (daglig leder for NFFT). Begge psykologer, - som nå gir oss et vakkert og utfordrende bilde av pardansen, - i sin egen smektende tango.

Hvilken dag det har vært! Alle reiser seg og applauderer, for Allan og Frøydis, for Grete og hennes gjester. Alle blir behørig takket av NFFT ved Metaforums redaktør Kari Yvonne Kjølås.

**Sluttkommentar:** Det ligger så mye omtanke, raushet og villighet til å dele i Grete Lilledalens formidling denne dagen i Logen. Takk, takk, Grete. Vi i Metaforum har valgt å gi stor plass til Gretes ord, slik at flest mulig av NFFTs medlemmer kan få del i Logens første dag, selv om de ikke var der. Når undertegnede har gjenopplevd Logeseminarets første dag gjennom å skrive, blir jeg slått av hvordan Grete Lilledalens røde råd kommuniseres og metakommuniseres gjennom hele dagen: Husk at du som terapeut har et ansvar og er det viktigste redskapet, uansett hvilke modeller og metoder du jobber med. Vårt eget liv er et utgangspunkt, i tillegg til våre kunnskaper for hvordan vi gjør jobben vår som terapeut. *Dette er virkelig back to basic!*

*hildeingebrigtsen@yahoo.no*

**Referat fra dag 2 i Gamle Logen: ”Familiebaserte praksisformer”, ved ambulante familieteam fra BUPA - Vestre Viken HF, følger i neste nummer.**

**Det blir førjulsseminar i 2015 også. Se s. 35.**



**Avslutninger.**



**Allan og Frøydis**



**Takk til Grete!**

## REFERAT FRA SYSTEMISK KAFE I TØNSBERG 9 OKTOBER.

Rolf Sundet intervjues av Vigdis Wie Torsteisson:

Ref. Finn Berg

### ”SYSTEMISK KAFE MED VIND I SEILENE”

Etter en vellykket og godt besøkt systemisk kafé i april, der veteranen Gerdt Henrik Vedeler var gjest, var spenningen stor om suksessen kunne gjentas da de lokale heltene i NFFT Helene Trana, Dag Engstrøm, Karin B. Etholm, Sanne Svoren og Anne Grethe og Lars Tangevold sendte ut en ny invitasjon. Det viste seg at det kunne den. Over 70 interesserte tilhørere omkranset hovedpersonene, Rolf Sundet og intervjuer Vigdis Wie Torsteinsson, i de ruinrike omgivelsene på Tønsberg Bibliotek.



Tittelen på kveldens seanse var:

### *”Med hodet i ideenes verden og beina i barndommens sølepytter”*

Rolf Sundet intervjues av Vigdis Wie Torsteinsson om hans bidrag til familierapien i Norge.

Dag Engstrøm, som på vegne av komiteen ønsket velkommen, ga en kort presentasjon av hovedpersonene, deres akademiske/litterære bravader og det faktum at de kjenner hverandre relativt godt. Med de to som aktører sa han at han følte seg trygg på at kvelden ville bli preget av en Sokratiske posisjon og god systemisk ånd. Han tok ikke feil ...

BEGYNNELSEN:

Samtalen åpner med at Rolf får spørsmål om hvordan(og hvorfor) han ble fascinert av familierapien og de arbeidsformene som har vokst ut av denne. Dette hadde, i flg. Rolf, med valgt av det han kalte ”klubb” på embetsstudiet å gjøre, og møtet med Bateson og Maturana.

Rolf beskriver seg som en nerd på Bateson fordi han vektla betydningen av både den ytre og indre verden. Her la han inn en sløyfe til hjembygdas sosiale mangfold, kunnskapen han tidlig fikk med seg gjennom å vokse opp i et samfunn hovedsakelig bestående av arbeidere og leilendinger. Det var en kontekst hvor han lærte å se ting på flere måter og verden fra flere sider. Maturana og Bateson utdypet kunnskapen om dette.

Og de to fortsatte:

*V: Familieterapien har fått kritikk for å velge metaforer for langt fra vår hverdagspraksis. Hvorfor valgte vi metaforer fra biologien, og ikke hermeneutikken?*

Bateson og Maturana var en omvei inn i hermeneutikken. Familieterapien hjalp meg til å oppdage hermeneutikken, og åpnet veien inn i filosofien.

- Du startet som psykolog på Lier Sykehus, var det plass til familieterapien i voksenpsykiatrien?

Nei, som psykolog på Lier snakket jeg i løpet av 1 år med en familie. Møtet med familier skjedde i BUP, mest de siste 14 åra på Familieenheten i Drammen.

Å jobbe med familieterapi er noe grunnleggende. "Jeg har laget en verden jeg passer inn i gjennom 42 år i psykoterapifeltet"

Som familieterapeuter møter vi andre i dag enn i 70-80 årene. Feltet har inkludert flere. Familieterapien har også godtatt flere måter å tenke og jobbe på i utdanningsinstitusjonene.

#### UTVIKLINGSPSYKOLOGIEN

- *Hvorfor ble du opptatt av utviklingspsykologien? Hva har den bidratt med til familieterapifeltet?*

Jeg ble far i 1981. Da leste jeg utviklingspsykologi, Margareth Mahler. Jeg deltok på fødselskurs – gjorde pusteøvelser og deltok under fødselen. Navnevalg ble utsatt da vi ikke visste kjønn. Det første min datters ansikt uttrykte var. "Jøss,... hva er dette for noe?" Tilbake til Mahler måtte jeg velge – det var Mahler som ble vraket.

Senere jobbet jeg med gutter ingen trodde det gikk an å snakke med. De var etter sigende ikke motivert. Men motivasjon er et meningsløst begrep. Psykologspørsmålene mine plaget guttene. Maturana snakket om strukturell kopling, som i vår sammenheng betyr at vi må prøve å kople oss på der klienten er. En plakate av John Cleese fikk timen til å gå med til å diskutere engelske komiprogrammer. Når jeg skulle forstå hvordan og hvorfor dette kunne kalles terapi, så jeg at de utviklingspsykologiske begrepene var nyttige.

Reguleringsbegrepet til Stern gir for eksempel gode beskrivelser av det som foregår mellom terapeut og klient.

#### OM PSYKOTERAPI:

Psykoterapi omfatter både familieterapi, individualterapi og miljøterapi. Jeg har alltid vært redd for en for snever definisjon. Å kjenne bakgrunnen er viktig for å gjennomskue at argumenter som blir framsatt som faglige, dreier seg om profesjonspolitikk. Det er ingen faglig begrunnelse for en oppdeling mellom stab og miljøpersonale. Oppdelingen dreier seg om en politisk kamp rundt begrepet psykoterapi.

Å kaste piler på en blink kan være en fantastisk reguleringssekvens. Mye av det som inngår i psykoterapi er hverdagslige hendelser – og terapi kan være mye rart. For å trekke en parallell, et pissoar i et kunstgalleri er pr. definisjon kunst.

Psykoterapi er avhengig av gjensidighet – vier du en ungdom oppmerksomhet gir de deg oppmerksomhet tilbake.

Kybernetikkens lov om nødvendig variasjon foreskriver nødvendig variasjon og mangfold. Det skal være forskjeller på alle nivåer av beskrivelsen. Variasjonene i familiene vi møter er større enn variasjonen i metodetilfanget. Vi er derfor nødt til å kunne arbeide på ulike måter, ut fra hva situasjonen krever av oss. Det er den nytten det har for den vi samarbeider med som avgjør om det er en god måte å jobbe på.

#### HVORDAN MØTE FOLK:

Det er greit å bruke foreldreveiledning og psykoedukasjon når bruker sier ja og ønsker å ta del i vår kunnskap både som teori og i praktisk handling. Hvis familien sier nei vet vi at vi som familierapeuter likevel kan jobbe med dem. Vi har andre arbeidsformer dersom familien ikke oppfatter dette som nyttig for dem. I dag er evidensbaserte metoder forsøkt gjort dominerende. Det er en utfordring i dag, fordi vi vet at det er en stor gruppe mennesker som ikke har nytte av det som kanskje er nyttig for flertallet.

Folk med familierapibakgrunn jobber ofte med de vanskeligste og mest komplekse sakene. Det er viktig å kunne stille spørsmålet hvem passer til hvilken arbeidsform, og hvordan vi går fram for finne den rette måten å jobbe på. Et sted å begynne er alltid å snakke med folk om hva de allerede har prøvd, og hva som ikke har virket.

”Jeg ville ikke gjort noe annerledes i dag enn da jeg begynte - på tross av trangere rammer.”

I dag regjerer troen på at hvis diagnose og utredning er på plass så jenger det seg til. Rolf er tydelig i sitt råd: ”Begynn aldri med utredning.” Følg forskningskunnskapen og begynn med behandling. I poliklinikkene er holdningene i dag at det eneste rette er å utrede og diagnostisere først. Men så legger han til: ”Jeg er bekymra for det som skjer, men jeg jobber ikke der så det kan være en fordom.”

#### MER OM PSYKOTERAPI:

*V: Hva legger du i ordet psykoterapi?*

R: For meg betyr psykoterapi ”frigjørende samvær.” Essensen må være å øke folks valg- og mestringsmuligheter i sin hverdag.

I følge den dominerende diskursen vil bare lidelser i ICD-10 være legitime grunner til å henvende seg til helsevesenet. Vi trenger et supplement til den medisinske modellen. Skal vi være til hjelp for alle må vi ha bredden. Familierapien er i dag en marginalisert arbeidsform selv om det kryr av relasjonsproblemer.

- *Er dette motstridende utviklingsprosesser eller er det logikk i det?*

I følge forskning (Russel Crane) er familierapi den billigste terapiformen, samtidig som den er like god som de andre terapiformene. Likevel er familierapi i spesialisthelsetjenesten redusert til psykoedukasjon og komparentopplysninger.

Unge psykologer strever i dag med å møte familier. I individualterapi kan du snakke om mora di, i familierapi snakker du om mora di med mora di tilstede. Vi må mestre å jobbe med Nav, skoler og kontekst. Vi har et teoretisk språk for dette: systemisk, postmoderne, narrativ ... Vi har repertoar, men vi trenger også vide rammer.

For denne tenkningen passer ikke alltid inn i en ramme hvor vi har 18 timer til rådighet for å behandle en OCD. Et annet eksempel på at rammer ikke rommer: Familierapi vil ofte kunne ha høy møtrefrekvens i starten. Når kontakten trappes ned, bryter det med reglene i DIPS

(journalssystemet) at de kan stå på en liste eller henvende seg ved behov. Da er det strukturene i vår arbeidskontekst som hindrer at samarbeidet kan utvikle seg på familiens eller pasientens premisser!

#### SAMARBEID

- *Vi har mange behandlingsmetoder som har likeverdighets- og samarbeidsfokus. Hva er viktige faktorer å legge vekt på?*

Det er viktig å tenke at samarbeidsforholdet er egalitært og asymmetrisk. Det er forskjeller, det er f eks familien som kommer til meg for å få hjelp, foreldrene vet mer om sitt barn enn meg osv. Det som er viktig å huske på er at det dreier seg om likeverdige forskjeller.

Viktige prinsipper er: Turtaking, forhandlinger om felles mål. Målet nåes gjennom forskjellighet innen etiske rammer hvor familien bestemmer.

- *Hvordan bidrar du med din kunnskap uten å være ovenfra og ned?*

Jeg kan være den som forklarer, opplyser eller underviser, men familien må fortelle meg hva som er nyttig. ”Når du hører hva jeg sier, er det noe av dette som er relevant for deg? Jeg legger vekt på hva klienten sier eller gjør.

- *Etter hvert som mangfoldet i familierapeutiske arbeidsformer har økt, blir det kanskje også et vanskeligere fenomen å avgrense. Kaller du alt du gjør for familierapi?*

Ja, det gjelder selv om jeg jobber med noen alene. Individualterapeutiske tiltak kan skje innen rammen av familierapi. En er nødt til å forholde seg til familien i jobb med barn og unge.

- *I doktorgraden din sier du mye om hva som utgjør en god terapeutisk relasjon. Er det nødvendig å være glad i folk en arbeider med?*

Man må holde seg unna å være foraktelig og krenkelser – å være veldig overstrømmende er ikke nødvendig.

Det viktigste er å høre på – ta på alvor og å tro på. Psykologisk teori som ikke passer den forståelsen tar fra folk livet deres.

#### EFFEKTER:

- *En viktig diskusjon i familierapifeltet har vært diskusjonene mellom metoder som har hatt en klar tanke om hva som er den beste måten og organisere familier på (strukturell terapi), og de som mener at dette ikke er et anliggende som terapeuter skal mene noe om.*

Barn og foreldre former hverandre. Årsakstenkning skaper lett skyld og skam hos foreldre. Erstatt derfor årsaker med å tenke effekter!

Til den avdelingen jeg arbeider kommer familier med mange erfaringer fra hjelpeapparatet. Mange av dem kommer fra fagfolk med gode intensjoner. Men når evidensbaserte metoder ikke virker, brukes psykologiske teorier til å forklare hvorfor i stedet for å lete etter metoder som virker. Da kan vår virksomhet bli skadelig i stedet for hjelpsom.

#### HJELPERSYSTEMENE:

- *Hvordan oppfatter du situasjonen i dag?*

Jeg er bekymret over presset i BUP og barnevernet. Hva gjøres for å hindre destruktive behandlingsprosesser? For å unngå det trenger du kolleger/kollektivet - egentlig en hel en landsby rundt terapeuten. I dag jobber folk altfor mye alene.

#### FRA SPØRSMÅLSRUNDEN:

Råd når en går fra døgnopphold for familier til ambulans jobbing:

Ta utgangspunkt i at folk har ønsker for seg selv og sin familie om et bedre liv. Hører vi på folk, gjør vi som foreldre vil roer det ned mange situasjoner.

Det har blitt mer og mer ambulans jobbing, men vi trenger å ha mulighet til å jobbe på begge måtene. Det gjelder å beholde klinisk autonomi (bryte føringer fra oven, men innrette seg etter brukerens signaler).

Gode råd til terapeuter som står fast:

1. La familien hjelpe deg til å søke rundt i kunnskapen din og 2. Bruk kolleger. Å vedkjenne seg at en sitter fast er til hjelp.

#### AVSLUTNINGSRÅDET: SENK SKULDRENE - BRUK HODE OG HJERTE

Arrangørene skal nok en gang ha ros for en vel gjennomført kveld ledet av et radarpar som er i flytsonen fra første stund. Med sin avslappede stil, nysgjerrighet, humor, et hav av kunnskaper og formidlingstrang så det holder, gav hovedpersonene de fremmøtte en inspirerende og tankevekkende kveld om familierapi og konteksten den utøves i. Vel blåst, det er fortsatt vind i seilene i Tønsberg.

[finn.berg@siv.no](mailto:finn.berg@siv.no)



**Nordiske Kongress i familierapi:**

**MEETING IN THE MIDDLE**

**Family Therapy: Pathways Towards Reconciliation.**

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

## Det lyriske hjørnet:

### I JANUAR

O alt hva du kan i januar  
når alle dagene bare rekker deg til knes  
og du går døgnet rundt og støter pannen mot stjernene  
som på et loft med gamle uniformer.  
I januar da verden er full til overmål av sne  
som møter deg med glade bjeff mot ruten  
og legger seg lydig ned foran alle dører ut  
som en stor vennlig hund  
som kommer med tungen og vil slikke deg på hendene.

I januar  
når alt er stengt og alle veier muret med cement  
og du kan gå ut og lage huller i den med begge ben  
og gjøre nesten alt. Gå ut eller være i ro,  
rydde en skuff  
og finne sky og meget unge bilder der  
som du kan brenne – eller vente litt.

Og ta en bok i hånden, blåse litt støv  
og bøye bladene tilbake i sin ro  
som lette snefall. Brev  
med stive skrifter, håndtrykk  
over havet der vi kom fra, hit  
til landet uten lyd  
hvor alt er ens og alle ansikter er flate  
som tallskivene på et ur, de trekker øyenbrynet opp  
når du har tenkt en utålmodig tanke.

Hva kan du mer i januar,  
når alle ord er snakket døde  
og ligger strødd omkring som krøllete aviser  
og alle sår er bundet opp med gaze  
og alle spor er vasket bort  
og du kan gå rundt og høre plankene knirke  
og ovnene knurrer rolig over sine kjøttbein.

- Sett deg. Legg ut din store kabal  
som aldri går opp og spør  
hva du kan gjøre for ditt hjerte mer enn det.

By det en mørkere tobakk? Klyve opp på en stige  
og heise en drabelig røk som et flagg opp fra din skorsten  
til glede for skyene som kommer drivende nu fra Karelen  
med underlige forrevne bryst,  
for å ruge de nye dager ut  
og den lille gule sol du snart for se  
på gjerdestolpene i februar.

Men nu i januar – da skal du vente på ditt hjerte.  
La stjernene bare klirre ved din seng. Du ser  
en pande komme frem, et ansikt i nordlyset.  
Bak blygrå gardiner setter hun frem sin lave lampe  
ved puten din så hun kan se på deg  
om dine trekk er blitt forandret.

Rolf Jacobsen i "Brev til Lyset" 1960

1	2	3	4		5	6
7				8		
9	10	11	12			13
14			15	16	17	
18				19		
20						

### KRYSSORD 1-2015

#### Vannrett:

- 1 Regning
- 7 Kjemisk middel mot psykisk sykdom
- 9 Fint
- 12 Jentelatter
- 14 Flyorganisasjon (frk)
- 16 Mesterskap
- 18 Sørlandsby
- 20 Forsiktig

#### Loddrett:

- 1 Fornavn til ordføreren i Oslo
- 2 Det to første
- 3 Bil
- 4 Kommunikasjonsapparat (fork)
- 5 Land med stolte tradisjoner (fork)
- 6 Flyselskap-initialer (Finnair)
- 8 Ikke ut
- 10 Underlige
- 11 Hovedstad
- 13 Stort rom
- 15 Jentenavn
- 17 Formann i stort land (død)
- 19 Båtforkortelse

#### ✂ Løsningen sendes til :

Smedgata 49, 0651 Oslo (Merk: NFFT /Metaforum). Innen 15. mars. 2015

#### Jeg har løst kryssord nr. 1-2015

Navn: .....

Adresse:.....

.....

E-post: .....

**Premien er som vanlig kr. 250,-  
i avslag på neste Vetre-konferanse.**

## Fra Journal of Family Therapy nr. 4-2014



**Bladet er kommet ut igjen. Denne gangen med et helt annet tema enn det vi nok kan forvente. Det dreier seg om et område av moderne problemer som kan sies å ha tilkommet i vår tid, nærmest en ny form for avhengighet. Kort sagt så dreier det seg om bruken av sosiale media. Det dreier seg om Facebook, om You Tube og Twitter. Hva har nå dette med familierapi å gjøre?**

**Jo, altså avhengighet.** Det er ikke sikkert at det er så dumt å ta utgangspunkt i dette i mange tilfeller. Ikke sjelden kommer folk til familiebehandlere og mener å kunne påvise – i hvert fall overfor dem som ønsker å se – at bruken av de nye mediene ikke er noe som bare «de unge» driver med. Hvem av oss har ikke hørt de nye ordene som brukes. Hva med f.eks.: «Virtuell verden»? Denne er imidlertid reell nok og spennende nok, den kaster oss alle ut i det nye: Millioner av unge (og noen av de eldre) har fått muligheter for mennesker i en ny verden, og hvem har ikke drømt om å bli kjent med andre som de ikke kjente fra før? Hva med å vite om hinduer? Og hva med buddhister eller andre med overbevisninger som vi ikke en gang har hørt om eller langt mindre kjenner særlig godt? Burde vi ikke bli litt kjent og se hvordan folk tenker før vi feier dem vekk som «spesielle» og vi kanskje selv feies av banen - før vi vet ordet av det og det er for sent?

Vi må altså følge med i det som skjer! Skal vi kunne klare det må vi få tak i hva som rører seg blant de menneskene vi har bestemt oss for å tjene, blant millioner av mennesker med en språkbruk som vi må begynne å forstå og kunne gjøre oss forstått på! Dette synes redaktøren av bladet også. Hun begynner å ta inn ICT som en del av egen verden. ICT (dvs. Information communication technologies) blir ofte ikke noe enklere å forstå om vi skal begynne å beskrive det. Vi havner gjerne på spørsmålet om unges forhold til andre unge, og lærer oss å skille mellom reelt og virtuelt. Den virtuelle verden forstyrrer og er stadig på frammarsj, men mange tar den alvorlig uansett om vi klarer å følge med eller ikke. Skal vi rett og slett kaste oss ut i den nye verden eller skal vi si at det går for vidt?

For det gjør antakelig ikke det. Det går ikke for vidt. Denne gangen har Reenee Singh i bladet sitt presentert for oss beskrivelser av hvordan vi kan bruke denne verdenen og forske på den til å beskrive bedre familier og kommunikasjon og –mønstre for å få mer klarhet i hva som foregår og som er slik at vi alle kan nikke gjenkjennende. Og den første artikkelen denne gangen kommer fra USA, fra UMass i Boston, som skulle vise at dette ikke er noe vi bare kan legge bort. Boston er en viktig by i USA og det foregår mye vettugt der. Forfattere av en artikkel med Gonzalo Bacigalupe i førsteforfatter-posisjon (han kommer opprinnelig fra Bilbao i Spania) trekker fram følgende punkter til ettertanke:

- En konstruktiv og mer effektiv holdning til bruk av ny teknologi – ikke minst for oss som driver med familierapi og skal forsøke å forstå folks tenkning.
- Nye redskaper til å beskrive - både personlig og profesjonelt – familieprosesser og hvordan familietenkning blir mer åpenbare greit og ikke så rart.
- Dette kan i sin tur brukes i terapi og eksperimenter for å åpne opp for deltakelse fra andre enn «de vanlig pratsomme terapeutene» til å bringe prosessen videre framover.

Kanskje er et bidrag fra tenåringer like viktig for å beskrive hva som foregår i timene enn fra oss gamle, og kanskje kan man lære seg til å ta «den nye kunnskapen i den nye konteksten» alvorlig og legge opp til at faktisk ikke alltid det er de gamle som vet best? Gammel kunnskap kan bli utdatert fortere enn vi tror.

Det er i denne artikkelen lagt opp til å sammenligne spansktalende (fra Spania og Mexico) og engelsktalende studenter (fra USA og Canada) (ca 130 familier fra begge leire) til å delta i surveyen som skulle ta bare noen minutter å fylle ut basert på bruken av internett profesjonelt og privat.

Man regner nok med at USA-baserte mennesker er mer vant til Internett og bruk av dette. Dette er tatt med som en begrensende faktor som gjør studien mindre verdifull når det gjelder sammen-ligning. Men bare det å gi seg i kast med en slik problemstilling viser vel klart at de som gjør det, har perspektiver ut over det åpenbare og trivielle.

Så følger en artikkel om «Video games» som får en plass som er en virtuell aktivitet som skjer i den virkelige verden, som uttrykk for en kultur som spesielt hører hjemme når det gjelder familietilnærming og relasjoner mellom mennesker. Dette er i alle fall teknologi som selger, i 2007 som regnes som startåret for «gaming» ble det bare i USA solgt 50 prosent flere spill enn i det foregående året med en verdi på 2,63 milliarder dollar. De ble lansert i mange sammenhenger og spill-industrien regnes nå som en viktig del av samfunnet og aktivitetene. Det blir ført argumenter for de er virtuelle i denne sammenhengen, spesielt trekkes fram at dette er «fantasispill» uten at det faktisk skjer noe i den ytre verden. Bortsett fra om en tenker på at spillene kan få folk til å snakke sammen – kanskje også langt ut over de regler som gjelder i spillet, sier Nickolas A. Jordan. Han leder dept. of Human Development and Psychological Counseling, Appalachian State University, Boone, North Carolina. Eller kanskje kunne folk setter hverandre opp for å «tørre» å gjøre noe som de hver for seg ikke ønsker å gjøre? Ble figurene på spillet selv en slags arketyper («de gode og de onde») uten relasjon til virkeligheten? Eller kunne de fritt kaste seg ut i det fordi det jo «bare» dreier seg om fri fantasi? Hva med rollemodellene? Blir alle gutter etter hvert criminals? Og det viser seg å være dårlig med kvinnelige rollefigurer som man kan identifisere seg med! I så fall er de oftest hyperseksualiserte! Kanskje blir «uhemmet bruk av dataspill» en ny diagnosekategori i den nye inndelingen i DSM-5, tenker mange. Og kanskje i 19-kapitlet om avhengighet i ICD 11– og som ikke kommer til uttrykk i andre diagnoser. Men stort sett dreier det seg om beskrivelser av hva som foregår «inni» dem som kommer seg inn – det er få som forsøker å spille med dem på spillets premisser, som ikke angår oss, undrer forfatteren. Kanskje burde vi komme spillet i møte og ikke bare observere? Være med – å spille, altså? Det må mye til for å kaste seg ut i det på alvor. Til sist en kasuistikk (som tar utgangspunkt i fem måter å være sammen på).

Og helt til slutt: en artikkel med sør-koreanske forfattere og eksotiske litteraturhenvisninger med andre bokstaver og et annet alfabet, og med litteratur som tar utgangspunkt i koreansk-teknisk skole og undervisning nokså mekanisk. Jeg er enig med Reenee Singh om at man faktisk ikke behøver nye diagnosekategorier selv om det spiller seg ut på nye arenaer. Dette er også ivaretatt ved den store oversikten til slutt hvor Alan Carr går gjennom årgangen 2014 for familierapien – og han nevner således to dødsfall i løpet av året (Betty Carter og Alan Gurman) som kanskje noen har vært i kontakt med også fra Norge. Det burde det jo være!!

*Pål Abrahamsen*



# TANKESTREKER — :

## Om prisen på en sjel.

— *Jeg selger ikke sjela mi for femti kroner*, uttalte en ung mann - i et gateintervju på bilradioen, mens jeg var på vei til jobben en morgen. Det handlet om prisen for en valgstemme - i forbindelse med forsøk på valgfusk i Drammen by for noen år siden.

— *Men hadde det vært en femhundrelapp så vet jeg ikke ...* tilføyde den unge mannen.

Det fikk meg til å tenke på et annet, nokså vanlig, utsagn: - *Jeg gjør meg ikke til kjeltring for så lite*. Spørsmålet blir videre, hvor høy pris setter vi på sjela vår? Og hvor går grensen for den enkelte av oss før fristelsen blir for stor – og vi gjør oss til kjeltring?

Videre i morgensendingen den dagen var det et innslag om en kvinne som hadde glemt å betale skatt av morsarven. Hun måtte slutte i jobben sin etter skandalen, men hadde fått to-og-en-half-million-kroner i kompensasjon. Synes hun at hun hadde solgt sjelen sin? Nepppe. Hun ble jo på et vis belønnet. Ble på en måte *satt pris på* – selv om det hadde noen omkostninger.

Ganske annerledes med den unge mannen som ikke ville selge stemmeretten for femti kroner, selv om også han kanskje kunne vurdert det om prisen hadde vært høy nok. Den største forskjellen er kanskje at han blandet *sjela* inn saken.

Hvor vil jeg hen med dette? Neimen om jeg vet. Det startet bare noen tanker om sosiale forskjeller – moral og etikk – i en tidlig morgentime. Og noen selvransakende refleksjoner om hvor jeg selv befinner meg på skalaen mellom lovlydighet og grader av det motsatte. For et eller annet sted i dette landskapet befinner vi oss jo – alle som en.

Det jeg konkluderte med for egen del var at heller ikke jeg hadde solgt stemmeretten min for en 50-lapp, men jeg skulle nok gjerne tatt imot 2.5 mill i ”erstatning” hvis (eller snarere hver gang) jeg kom i skade for å gjøre noe uakseptabelt. Da hadde jeg nok vært formuende, om enn arbeidsledig, for lengst.

Så hva som er prisen på en sjel - eller hva som skal til for at noen gjør seg til kjeltring - kan jeg ikke svare på, men at det er stor forskjell på kong Salomo og Jørgen Hattemaker er det visst fremdeles ingen tvil om.



Kari Yvonne

Annonser:

**XXIII World Family Therapy Congress**  
Kuala Lumpur, Malaysia, March 11.-14. 2015.



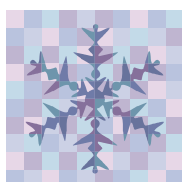
[www.ifta-congress.org](http://www.ifta-congress.org)



\*

www.mentalisering.no IM INSTITUTE FOR MENTALISERING'."/&gt;

[www.mentalisering.no](http://www.mentalisering.no)



### Sak til generalforsamlingen 2015

NFFT – HONØRMEDLEMSSKAP:

Vi har registrert at noen av våre medlemmer melder seg ut nå de blir alderspensjonister.

Noen av disse har henvendt seg til Metaforumredaksjonen med spørsmål om de kan abonnere på Metaforum - da de gjerne vil følge på hva som skjer i NFFT.

**Vårt forslag er som følger.**

***Alderspensjonister (over 67 år) kan være medlemmer av NFFT til redusert pris.***

En mulighet kan være at de da ikke lenger mottar Fokus på familien, men kun medlemsbladet Metaforum. Dette må i så fall forhandles med Univ. forlaget / Fokus.

En annen løsning kan være å redusere medlemsprisen med et nærmere bestemt beløp for alderspensjonister.

Begge løsningene innebærer at alle rettigheter som medlem opprettholdes. Som fri deltagelse på generalforsamlingen – med stemmerett. Rabatter ved NFFTs arrangementer med mer.

En alternativ løsning kan være å lage en fri abonnementsordning på Metaforum, slik enkelte andre fagblader har, men det er en annen diskusjon som må tas på generelt grunnlag i NFFT-styret først. Ulempen med en slik ordning vil være at foreningen kan miste flere faste medlemmer.

Forslag fra:  
Hilde Ingebrigtsen og Kari Yvonne Kjølås.

## INNKALLING TIL GENERALFORSAMLING I NORSK FORENING FOR FAMILIETERAPI

Thon Hotel Vettre, Asker –  
torsdag 12.2. 2015 kl 15.30

### DAGSORDEN

1. Valg av dirigent, to referenter og to medlemmer til å underskrive protokollen fra generalforsamlingen
2. Styrets årsberetning for 2014
3. Årsregnskap 2014 i revidert stand
4. Styrets virksomhetsplan 2014-2016/  
Handlingsplan 2015.
5. Saker til drøfting. Honørmedlemsskap
6. Fastsettelse av budsjett 2015
7. Årsberetning fra fondsstyret 2014  
Valg:
8. Valg av leder for 2 år.
9. Valg av styremedlemmer for 2 år.
10. Valg av varamedlemmer for 1 år
11. Valg av valgkomité - tre medlemmer for 1 år
12. Valg av revisor for 1 år
13. Valg av fondstyret for 2 år

Orienteringssaker  
Eventuelt

Dokumenter til generalforsamlingen, som  
årsberetning med mer blir lagt ut på  
[www.nfft.no](http://www.nfft.no) januar 2015

Årsregnskapet legges frem på  
Generalforsamlingen

Innkallingen sto innen fristen - i Metaforum 4-2014

\*

1 sak er meldt innen fristen 12. nov. 2014.  
Presentert på denne siden.



## NFFT – ÅRSKONFERANSE - VETTRE 2015

### ”Reflekterende posisjoner i praksis”

Oppdatert oversikt over workshops 12 febr .2015

#### **FØR LUNSJ 3 timer:**

**Anna Margrethe Flåm**, psykologspesialist. UiT Norges arktiske universitet/i permisjon fra Familievernkontoret i Tromsø. Invitert foreleser.

#### **30 års markering av reflekterende prosesser.**

#### **“Fort skjelvande og fort borte”: Dialog og etikk i tider med vold.**

Med bakgrunn i klinisk arbeid med barn og voksne sammen vil vi gå inn i og diskutere vilkår for å sjå vold når det skjer, og finne mot og assistanse til å sjå, høyre og handle. Vi vil i noko detalj sjå på komponentar i dagleglivets ordinære møte og prøve å sjå på og diskutere kva ein noverande augneblink i slike møte kan fortelje om kor små og tilsynelatande uskuldige uttrykk frå den eine kan utfordre den andres sensitivitet, inntoning og svar - med store etiske implikasjonar. Vi vil diskutere korleis eit møte kan fostre openheit og rom for det ukjende og uventa. Betydningen av sammen-med-den andre-kunnskap vil bli diskutert sammenlikna med om-den-andre-kunnskap.

Vi vil leite etter assistanse frå etterkrigs filosofar som Bakhtin, Levinas, Løgstrup, Previ og Stern som følgje i vår søking i det ukjende og for å finne mot til å sjå kva som trengst i ein noverande augneblink.

**Harald Øhrn**: Forfatter og familieterapeut. Robust et samtaletilbud for barn, unge og familier i regi av Kirkens Bymisjon.

**Anne Øfsti**: Forfatter, forsker og familieterapeut. 1. amanuensis ved Diakonhjemmets høgskole

#### **”Litterær-terapeutisk-salong”.**

Hva er det virksomme ved å fortelle fra sitt liv i form av historier? For de som kommer til oss? For oss som terapeuter? Hvordan kan vi som terapeuter bidra til slike historier? Med utgangspunkt i terapeutiske praksiser og utgivelse av egne romaner stiller vi spørsmålet: Hva kan litteraturen tilføre terapien – og terapien litteraturen?

**Helene Trana**, familieterapeut og psykologspesialist, kommunepsykolog i Tønsberg kommune.

**Hanne Rieber**, psykologspesialist, Studentrådgivinga ved Norges Arktiske Universitet.

Helene og Hanne gikk sammen på familieterapiutdanning “systemisk arbeid på Nordkalotten” på midten av -90 tallet. Her ble de veiledet og inspirert av Tom Andersen til å utvikle reflekterende dukketeater sammen med Trude Johannesen.

#### **”Reflekterende dukketeater- refleksjoner på barnets premisser”.**

En presentasjon av hvordan metoden ble utviklet i samarbeid med Tom Andersen (og systemisk arbeid på Nordkalotten) på midten av 90-tallet

**Erling Fidjestøl**, master i familieterapi og systemisk praksis,

Robust – et samtaletilbud for barn, unge og familier i regi av Kirkens Bymisjon.

**En ung mann** som har gjennomlevd en rekke traumer overveier å avslutte sitt liv gjennom en voldsom handling. I form av lydopptak fra en terapeutisk samtale får deltakerne på denne workshopen bli med på en reise hvor alternative livshistorier blir fortalt og gitt mening. I tillegg til en tett på terapeutisk praksis vil deltakerne gjennom utdelt transkripsjon samt gjennomgang av narrativ teori, få et nærmere innblikk i hvordan narrative samtaler kan åpne opp for en ny og mer håpefull opplevelse av menneskers liv og framtidsutsikter.

**Anne Hedvig Vedeler**, 1. amanuensis ved Diakonhjemmets høgskole

**”Til stede i bevegelsen. - Elefanter i rommet og det som kommer ut av det blå:”**

Hvordan kan vi forstå at folk begynner å snakke om det som er *viktig å snakke om*, når de snakker med oss? Hva har vi bidratt med som gjør det mulig? Og hvordan forholder vi oss, sånn at det som er betydningsfullt blir *fortalt fram*? Og ikke minst, hvordan forstå at det å fortelle og bli møtt, *kan få store og vidtrekkende følger*.

Inspirert av arbeidet til blant annet Tom Andersen og John Shotter, vil denne workshopen utforske betydningen av å være *til stede i motet med ”det andre”*. Med utgangspunkt i en veiledningskonteks vil vi snakke om hvordan vi kan ta innover oss hver ’situasjon’ som noe hittil ukjent med mulighet for å skape noe nytt.

**Åse Prestvik**, avdelingsleder og klinisk sosionom med videreutdanning i rus.

**Ingebjørg Flatås**, familierapeut og klinisk barnevernspedagog, Lade behandlingssenter i Trondheim.

**”Å bryte gjennom den usynlige muren”** - om betydningen av systematisk involvering av pårørende og bruk av reflekterende prosesser i rusbehandling.

**ETTER LUNSJ: 1 ½ time:**

**Alette Ottesen**, Fysioterapeut, spesialist i psykomotorisk fysioterapi/master i psykisk helsearbeid

**Ingar Kvebæk**, Fysioterapeut, spesialist i psykomotorisk fysioterapi

**”Tom Andersen – og psykomotorisk fysioterapi”**

Seminaret skal gå i sporene etter Tom Andersen. Fysioterapi har ingen naturlig plass innen familierapien, men Toms forståelse og arbeid var influert av psykomotorisk fysioterapi. Som representanter for et fagmiljø som hadde et nært samarbeid med Tom, vil vi presentere noen av hans begreper inspirert av og brukt i fysioterapeutisk praksis og også vise en liten del av filmen *Tom Andersen Et intervju En Samtale Et foredrag*.

**Sonja Haas**, leg fysioterapeut, aukt. feldenkraispedagog, familjeterapeut.

**”Sambehandling, kropp och samtal i møte.”**

Reflekterende prosesser i kombination med kroppslige prosesser som öppnar för att våra varseblivningar kan formas till tankar och vårt tänkande till konstruktiv eftertanke.

**Tor-Andre Ribe Andersen**, psykologspesialist og leder av Familievernkontoret i Follo

**Lena Holm Berndtsson**, klinisk sosionom, familierapeut og leder ved Familievernkontoret Nedre Romerike, Kongsvinger.

**«Et familieblikk på skade.» Samtaler med par der en er alvorlig skadet.**

En alvorlig fysisk eller kognitiv skade hos et familiemedlem påvirker hele familien.

Familievernkontorene i Moss/askim og Follo har i samarbeid med Sunnaas Sykehus HF deltatt i et prosjekt som ser med et familieperspektiv på behandling der en i familien har fått en hjerne- eller ryggmargsskade.

Prosjektet fra arbeidet vil bli presentert Workshopholderne ønsker å reflektere med deltakerne hvordan resultatene kan benyttes til å møte disse parene/familiene og liknende klientgrupper på best mulig måte.



**Påmelding til workshop gjøres dag 1. under konferansen.**

*Diakonhjemmet Høgskole tilbyr bachelorstudier, masterstudier, videreutdanninger og doktorgradsstudium (ph.d).*

## **SAMARBEIDSORIENTERT PRAKSIS COLLABORATIVE PRACTICE IN THERAPY**

Internasjonal sertifisering som familieterapeut med fordypning i «Samarbeidsorientert praksis»? Nå har du muligheten! Diakonhjemmet Høgskole vil i samarbeid med Houston Galveston Institute, Texas, starte opp en videreutdanning på masternivå, 20 studiepoeng.

Stuedsteder: Diakonhjemmet Høgskole i Oslo og Borge hotell ved Tønsberg. Oppstart 21. september 2015. Går over to semestre på tilsammen fire kursuker.

**Søk innen 15. april 2015.** Pris kr 15 310 per semester. Veiledning er inkl. i prisen.

Utdanningen vil i hovedsak foregå på norsk, men også noe på engelsk.

Faglig ansvarlige: Anne Hedvig Vedeler og Harlene Anderson.

Les mer og søk på [dia.no/samarbeid](http://dia.no/samarbeid)



March 9-10, 2015 in Trondheim, Norway

March 12-13, 2015 in Oslo, Norway

## **Creating a Readiness for Separation**

Working with Highly Conflicted Separating Couples and Children/Families  
with Stephen Madigan MSW, MSc, PhD

### **Relational Interviewing: A new Narrative Therapy Practice workshop on working with Highly Conflicted Couples**

Explorations on appreciating orientations of love, separation,  
and future possibilities for families and children.

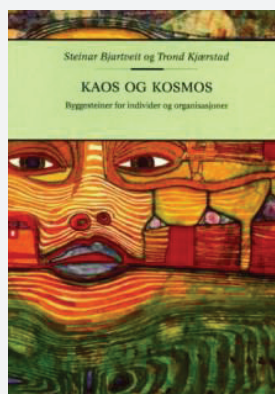
Register at [www.narrativterapitrening.no](http://www.narrativterapitrening.no)

*\*Special price for members of the Norwegian Family Therapy Association*

For More Information, contact Ottar Ness PhD at:  
[info@narrativterapitrening.no](mailto:info@narrativterapitrening.no) or call +47 90 12 53 12

## Første info: Det 18. FØRJULSSEMINARET i Gamle Logen 3. - 4. desember 2015

Et uvalg fra produksjon:



2001

**KAOS OG KOSMOS**

Steinar Bjartveit - Trond Kjørstad



2012

Steinar Bjartveit - Kjetil Eikeset  
Trond Kjørstad



2012

Samme forfatter som over.



**Førjulsseminaret  
i Gamle Logen 2015  
vil igjen løfte oss til et  
metaperspektiv.**

**Denne gangen**  
tenker vi oss en reise i  
samfunn og kultur,  
individ og fellesskap,  
historie og fortellinger -  
og en vandring i  
maktens korridorer  
som kan gi oss større  
forståelse av de  
strukturene og  
kontekstene vi alle er  
en del av - og mye mer.

**Tittel og innhold**  
er ennå ikke fastsatt,  
men som vi ser av  
boktitlene i sidefeltet -  
og den samlede  
erfaringen de tre har,  
tror vi det vil bli både  
morsomt, interessant  
og nyttig - også for vår  
kliniske hverdag.

**Sett av datoene  
allerede nå!**

**Mer informasjon i  
neste nummer.**



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

**Forelesere:**



**Kjetil Eikeset** er filosof, økonom, psykolog og forfatter. Han er en vel kjent foreleser, også innenfor vårt felt, bl.a. gjennom undervisning for familierapeuter i mekling i regi av OFO.

Eikeset har drevet med leder- og organisasjonsutvikling i lang tid og har bred erfaring med både offentlige og private virksomheter.



**Trond Kjørstad** er psykolog og forfatter.

Høyskolelektor ved Institutt for kommunikasjon og kultur ved Handelshøyskolen BI, med fagansvar for masterprogrammet Teamledelse. Lang erfaring som konsulent innen ledelses- og organisasjonsutvikling, kommunikasjon og teamledelse.



**Steinar Bjartveit** er psykolog og forfatter.

Han har bred erfaring med leder- og organisasjonsutvikling. Sammen med Kjetil Eikeset har han grunnlagt B&E As - som er kjent for sine seminarer der klassiske og historiske perspektiver kombineres med moderne ledelsesteorier.

Han har også jobbet som terapeut på Kirkens Familierådgivningskontor Møllergata/Eilert Sundts gate og som individualterapeut i privat praksis.



Familieterapiutdanningen ved Diakonhjemmet Høgskole  
inviterer til fredagsseminar om:

## Flerfamilieterapi

med Annette Syverstad og Marte Nilsson,  
fredag 13. mars 2015 kl. 10.00–15.00

### Jo flere vi er sammen ...

Vi skal presentere en terapimodell som kalles Flerfamilieterapi (FFT).  
I flerfamilieterapi samles flere familier med felles problem og jobber sammen  
mot tilfriskning og å bryte fastlåste mønstre symptomet har skapt i familien.

Det er en terapeutstyrt, kunnskapsbasert prosess med et program basert  
på en manual med forslag til temaer, øvelser og andre familiebaserte  
intervensjoner. Gruppetilbudet består av 10–12 hele behandlingsdager spredd  
over ett år. Familiene jobber i plenum, familievis eller i parallelle sesjoner delt  
inn i pappagruppe, mammagrupper, ungdomsgruppe, søskengruppe, eller  
felles foreldregruppe.

Annette Syverstad er psykologspesialist med spesialisering i klinisk barne- og  
ungdomspsykologi.

Marte Nilsson er psykologspesialist med spesialisering i klinisk barne- og  
ungdomspsykologi.

- Ordinær pris kr 1250
- For medlemmer av NFFT kr 1000
- For studenter kr 625

Påmelding innen 1. mars 2015 på web: <http://dia.no/flerfamilieterapi>

Diakonhjemmet Høgskole er en diakonal utdanningsinstitusjon  
som tilbyr utdanning innenfor helse- og sosialfag, ledelse og diakoni.



# DISPUK

Narrative og poststrukturalistiske perspektiver

## **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 supervisionsopgaver, 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.

Snekkersten • Med Anne Romer • Start den 2. marts 2015  
Kursusnr. 700-15

Århus • Med Anne Romer • Start den 24. marts 2015  
Kursusnr. 701-15

## **PÆDAGOGIK, FORMIDLING OG UNDERVISNING**

DISPUK's efteruddannelse for undervisere, konsulenter, ledere og andre der beskæftiger sig med pædagogik, undervisning, lærings-, formidlings- og ændringsprocesser.

Snekkersten • Med Allan Holmgren • Start den 18. marts 2015 • Kursusnr. 580-15

## **DISPUK'S 25 ÅRS JUBILÆUM PÅ KRETA HVORDAN KUNNE MAN LEVE?**

Filosofiske, økonomiske, psykologiske og samfundsmæssige bud på nutiden og dens alternativer.

Fem intense dage på Kreta med spændende og tankevækkende oplæg af danske og udenlandske foredragsholdere.

Kreta • Den 22.-29. august 2015 • Kursusnr. 800-15

## **SEKSUELLE OVERGREB**

### **- MEGET MERE END ET TRAUME**

Denne workshop vil, med udgangspunkt i narrativ, fænomenologiske og udviklingspsykologiske teorier om selvets udvikling og traumatisering, se på de behandlingsmæssige muligheder, for genetableringen af et rigt holdigt, varmt og stabilt indre liv.

Snekkersten • Med Anette Holmgren • Start den 17. juni 2015 • Kursusnr. 806-15

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

## **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 30. september 2015 • Kursusnr. 804-15

## **REFLEKSIONSUGE PÅ KRETA (UGE 41): 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 • Start den 3. oktober 2015  
Kursusnr. 805-15

## **ALLE KAN TALE OM TRAUMER**

Denne 2 dages workshop giver en grundig teoretisk forståelse af traumer og en indføring i, hvordan man kan lytte til og tale om traumer på hjælpsomme måder.

Mange har lært, at det kræver særlig ekspertise at tale om traumer. Derfor oplever både børn og voksne, at pædagoger, lærere, sundhedspersonale eller andre, som de har tillid til, viger tilbage fra disse samtaler. Dette kan være fatalt, fordi man ofte kun forsøger at fortælle en gang.

Snekkersten • Med Anette Holmgren • Den 8.-9. oktober 2015, kl. 9-16 • Kursusnr. 808-15

Århus • Med Anette Holmgren • Den 27.-28. maj 2015, kl. 9-16 • Kursusnr. 809-15

Efteruddannelser, kurser, samtaler, terapi, coaching og workshops  
[www.dispuk.dk](http://www.dispuk.dk)

## **Skriv gjerne til oss:**

*Dine meninger kommer ikke på trykk uten at de blir sendt, hit eller til andre.*

*Si hva du ønsker at vi skal fokusere på. Send ideer, kommentarer, ros og ris.*

*Fortell oss om store og små hendelser og begivenheter fra arbeidsplass og fagmiljø.*

*Vi tar imot dikt, petiter, essays, artikler og innlegg til debatt, referater fra seminarer og workshops, og bokanmeldelser.*

*Send oss også bøker som ønskes anmeldt. De kommer ikke alltid hit av seg selv.*

*Omtale av aktuelle filmer og annen kulturell virksomhet, som kan være av interesse for familieterapeuter, er også av interesse.*

*Redaksjonen går igjennom alt vi får tilsendt, og veileder gjerne frem til ønsket resultat.*

*Metaforum er en treningsarena for nye skribenter, i tillegg til et forum for mer erfarne formidlere.*

*Vi hører gjerne fra dere.*

**Vennlig hilsen  
Metaformredaksjonen.**



Like før bladet skulle til trykk mottok NFFT meldingen om at en bauta innen familieterapifeltet har gått bort:

**Dear friends and colleagues,**

***I'm sorry to inform you that Luigi Boscolo died yesterday after a long illness. He will be forever in our heart and mind. We lost our Maestro and a pioneer of family therapy.***

Dr. Mauro Mariotti (EFTA board)

Se EFTAs hjemmesider for minneord.

## **NYE BØKER:**

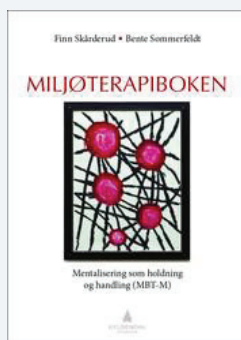
Redaksjonen kan ikke omtale alle bøkene vi får til gjennomsyn. Den som ønsker å anmelde en av bøkene får den til odel og eie.



Gyldendal 2014

All min forakt.

En kjærlighets historie  
**Berit Hedemann (Roman)**  
**Forrykende, rasende  
kjærlighetsprosa.**



Gyldendal 2014

**Finn Skårderud, Bente Sommerfeldt**

Denne boken bringer miljøterapien et skritt videre. Mentaliseringstradisjonen gir behandlingsformen et solid og rikt teoretisk rammeverk. Boken er en kilde til kunnskap og inspirasjon for miljøterapeuter både som enkelt-individer og som faglig fellesskap.



Gyldendal 2013

**”ÅPEN DIALOG I RELASJONELL PRAKSIS  
Respekt for annerledeshet i øyeblikket.”**

**Jaakko Seikkula, Tom Erik Arnkil**

Det er i møtet og samtalen grunnlaget for endring og utvikling legges. I *Åpen dialog i relasjonell praksis* undersøkes dialogen både i dybden og i bredden:

- Hva er dialogens kjerneelementer?
- Hvordan arter dialoger seg i relasjonelle praksiser generelt?



Gyldendal 2014

**Psykoterapeuten**

**En antologi om terapeutens rolle i psykoterapi  
Anna Louise von der Lippe, Helene A. Nissen-Lie,  
Hanne Weie Oddli**

Psykoterapeutens betydning for effekten av psykoterapi har blitt stadig tydeligere de siste årene. Denne boken gir en empirisk og teoretisk oppdatering om terapeutens rolle, formidlet av sentrale norske og internasjonale forskere, teoretikere og klinikere.

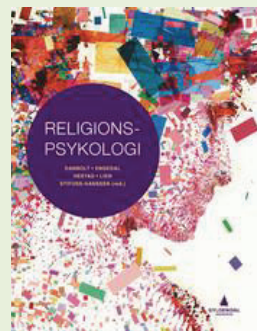


Gyldendal 2014

**Konflikter hører menneskelivet til,  
de er både nødvendige og  
uunngåelige**

**Thor Johan Ekeland**

For at helse- og sosialsektoren skal kunne løse sine oppgaver, kreves det et omfattende og nært samarbeid. Men jo større samarbeidsbehovet er, dess større er konfliktpotensialet. Hverdagen til helse- og sosialarbeidere er derfor også å måtte forholde seg til konflikter og konfliktløsning.



Gyldendal 2014

**”Religionspsykologi”**

**Lars Johan Danbolt, Leif Gunnar Engedal,  
Hans Stifoss-Hanssen, Knut Hestad, Lars Lien.**  
Hvilken betydning har tro og livssyn for mennesker i dag?



**Fra forlagenes omtaler.**



Gyldendal 2014

Jon Middelborg, Dimitrij Kielland Samoilow

### ”Tryggere barndom”

Et behandlingsperspektiv på vold i familien. Barn som lever i med vold i hverdagen blir ofte usynlige. I denne boken viser forfatterne hvordan en kan tilby parterapi til par som utøver vold. Boken beskriver hvordan slik terapi kan gjennomføres med barnas trygghet som overordnet målsetting. Foreldre som mister besinnelsen og er voldelige mot hverandre, vil ha god nytte av behandling slik den er beskrevet i *Tryggere barndom*.



Gyldendal 2014

Lisa Øien, Ole Greger Lillevik

### Miljøterapeutisk arbeid i møte med vold og aggresjon.

Boken har et tydelig forebyggende perspektiv, og gir kunnskap om hvordan både den enkelte miljøterapeut og strukturelle faktorer kan virke dempende eller triggende i vanskelige konfliktsituasjoner.



Gyldendal 2014

Birgit Valla: ”Videre

Hvordan psykiske helsetjenester kan bli bedre”

Er alt vel innen psykisk helsevern?

Denne boken tar forfatteren for seg slike spørsmål og gir optimistiske løsninger på hvordan vi kan bringe de psykiske helsetjenestene videre.



Gyldendal 2014

### ”Fra sjokk til mestring

Norges respons på et nasjonalt traume”

Freja Ulvestad Kärki, Lars Weisæth

Aktørene i en krise er mange. I denne boken formidles kunnskap om psykososial oppfølging fra flere ståsteder.



Gyldendal 2014

### ”PMTO

Foreldretrening for familier som har barn med atferdsvansker”

Elisabeth Askeland, Annett Apeland, Roar Solholm

Å oppdra barn er utfordrende. Foreldre med barn med atferdsvansker kan oppleve det særlig strevsomt.



Opplandske forlag 2014

”Stemmer fra familievernets historie

Stedet forandrer seg når ordene kommer ut.”

(Roman)



Bli bokanmelder:

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

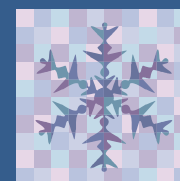
## INNHOOLD: METAFORUM 1-2015

### FASTE SPALTER:

Foreningsinfo	2
Redaksjonens røst	3
Styrets side:	
Pelle Slagsvold	4
Lyrisk hjørne	27
Kryssord	27
Nye bøker	38-39

### ARTIKLER, REPORTASJER OG REFERATER

Fra Gamle Logen fjørjulsseminaret dag 1 med Grete Lilledalen V Hilde Ingebrigtsen	5
Systemisk kafé i Tønsberg med Rolf Sundet V Finn Berg	22
Fra Journal of Family Therapy V Pål Abrahamsen	28
Tankestreker V Kari Yvonne Kjølås	30
Innkalling til generalforsamling	31
Workshops Vetre	32
Første info Førjulsseminaret 2015	35



For løpende oppdatering  
på arrangementer med mer

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



Avsender:  
**NFFT:** Enerhaugen  
familievernkontor  
Smedgata 49 Tøyen  
0651 Oslo



FØRSTE ANNONSERING



**nfft:**

**NORSK FORENING FOR FAMILIETERAPI**  
ÅRSKONFERANSE, SEMINAR & GENERALFORSAMLING.  
11. - 13. februar 2015. Thon hotell Vettre – Asker

Reflekterende team og posisjoner  
sprer seg stadig til nye arenaer.  
Vi ønsker å belyse dette mangfoldet  
fra ulike vinkler.  
Det startet med professor Tom Andersen.

**Reflekterende team 30 år!**

## DIALOGENS MULIGHETER:



**Reflekterende posisjoner i praksis.**

**Hovedforeleser: John Shotter.**

Panel: Per Jensen, Vigdis Wie Torsteisson,  
Rolf Sundet, Anne Hedvig Vedeler og Magnus Hald.

- Plenumsforedrag.
  - Workshops.
- Generalforsamling
  - Systemiske dialoger
- Underholdning, orkester og dans.

Invitasjon vedlagt siste nummer av Metaforum.

For løpende oppdatering og påmelding – følg med på [www.nfft.no](http://www.nfft.no)