

NÅR KROPPEN FORVEKSLER «VANLIGE KRANGLER» MED GAMLE SÅR.

Workshop: 45 min

Familieterapeutene Petter Myhrer Næss og Cecilie Erichsen Lærkerød jobber til daglig som parterapeuter ved Bjørgvin familievernkontor på Bryggen i Bergen.



Som familieterapeuter opplever vi å få inn par/familier hvor det viser seg at det som ligger usynlig i bakgrunnen for problemet de kommer med, er det egentlige problemet. Som fører til endeløse fastlåste mønstre og som rammer på måter de selv ikke forstår. Paret kan kjenne på en utmattelse og sterke kroppslige reaksjoner, plutselig står parforholdet i en eksistensiell krise uten å ane hvorfor.

Vi er inspirert av Den franske filosofen Merlau-Ponty som hevder at erfaring lagres som sedimenter i kroppen, pre-refleksivt. Dette er med å påvirke hvordan kroppen sanser og tolker informasjon fra livsverden uten en refleksiv bevissthet rundt erfaringen. Kroppen reagerer på tidligere erfaringer (traumer), uten å være refleksivt bevisst dette?

Nyere traumeforskning viser til lignende kunnskap, Bessel Van der Kolk sin bok «The body keeps score» forteller om hvordan kroppen holder regnskap på erfaringer, samtidig som sinnet vårt ved hjelp av, blant annet, skam prøver å få oss til å glemme det som vi ubevisst anser som risiko for å bli utstøtt.

Vi vil i denne workshopen reflektere rundt ulike måter dette kan spille seg ut i parterapi. Vi vil gjøre dette gjennom fortellinger fra terapirommet.

Vi vil også drøfte ulike måter som kan være nyttige for å innlemme kroppen i terapien.