

Vad gör en bra familjeterapeut ?

Erik Abrahamsson

Årskongress för Svenska föreningen för familjeterapi,
Dalarna Familjeterapiförening,
Tällberg 2009-08-28

*Jag är en hyresgäst
utan egen ingång till mörkren.
Jag är en berättelse
utan subjekt.
Jag överlever
utan undertext.
Ingen slår upp mig
och lägger ett bokmärke
på sin favoritsida*

Jag är ett fodral.

*Kristina Lugn
"Hej då, ha det så bra!"*

En användbar familjeterapeut är...

Modig

Omhändertagande

Osäkert Säkert

Dansant

Leksamt Påhittig

Idog

/Erik Abrahamsson 090806

Skorpan:

... Jag frågade Jonathan varför han måste ge sej ut på nånting som var så besvärligt och bråkigt. Han kunde ju lika gärna sitta och träffa dem var och en för sig och ha det ganska bra. Men då sa Jonathan, att det fanns saker som man måste göra som familjeterapeut, även om det var besvärligt och obekvämt.

"Varför då", undrade jag.

"Annars är man ingen familjeterapeut utan bara en liten lort",
sa Jonathan...

Astrid Lindgren, Bröderna Lejonhjärta, mycket fritt citerat...

Erik Abrahamsson 090804

Carl Whitaker:

“Families are not fragile. They are robust and resilient. We should probably be less worried about being too influential with them. Perhaps a more justifiable concern centre on our inability to reach them in any significant way”

“I’m comfortable pushing the family because of my belief that they have unlimited potential. They have the capacity to expand and progress, if only they have the courage to try. My job is to struggle to mobilize that courage”

“Dancing with the family”

Elspeth McAdam:

”Jag försöker att se logiken i att människor lever på det sätt de gör. Jag vill ge dem genuin värdighet och respekt. När människor känner sig respekterade börjar de berätta sina berättelser. Positiva berättelser ger oss ett val att förändra vår situation”

(“Appreciative, Narrative and Reflective language”, Tromsø, 040614)

Jag har inte mer makt än du!

***Definitions*makt**

Det finns ingen sanning!

/Erik Abrahamsson 081113

Gianfranco Cecchin:

Så fort som du blir för bekväm med en ide, oavsett vilken det är, i det ögonblicket finns det en risk att bli elitistisk, narcissistisk och fångad i en identitet... När dina systemiska idéer börjar att kollapsa, är oftast då du börjar säga till folk: du är inte systemisk!

Human Systems 1993, vol 4: Prisoners of Identity, Desa Radovanovic

/Erik Abrahamsson 050219

Carl Whitaker:

*Vi pratar om att prata så framgångsrikt, eller
tänker om att tänka så effektivt, att vi löper en
risk att förlora vår frihet att prata eller tänka*

Om livets Paradoxer

*Mellan motsatserna föds en spänning
och denna spänning
är något som livet använder sig av för att skapa något nytt.*

*Kanske är paradoxen helt enkelt den form sanningen tar
när den har bestämt sig för att vara nyskapande?*

*Paradoxerna tvingar oss att tänka.
Färdiga svar befriar oss från det obehagliga
sökandet efter sanning,
och därför
skapar de skenbar tillfredsställelse, självgodhet och falsk
lärdom.*

Tommy Hellsten "Ju mindre du gör desto mer får du gjort" (Cordia -01)

/Erik Abrahamsson 050923

*Det finns mitt i skogen en oväntad glänta
Som bara kan hittas av den som gått vilse*

Thomas Tranströmer

Tom Andersen:

Språkliga beskrivningar om verkligheten vi lever i:

Förklara

Förstå

Förnimma

*vi förstår inte fullt vad det är, vi bara förnimmer
att "något är där" när vi berörs av det*

(Reflekterande processer, Mareld 2003)

/Erik 060803

Just så. Förnimma. Det var en skillnad mellan att ta till sig verkligheten via sina vanliga sinnen; lukt och syn, hörsel, smak och känsel – och att bara förnimma den.

Det var som ett sjätte organ som kopplades in, en sorts försiktig tentakel som tog sig ut i det omgivande och registrerade det lilla och det skygga.

Håkan Nesser, "Berättelsen om herr Roos"

Två stora frågor, som vi sysselsätter oss med:

Vad är detta? Hur ska jag förklara detta?

Hur ska jag **komma vidare**?

*Hur ska jag **förstå hur** jag ska kunna komma vidare?*

***Hur** skall jag **finnas till hands** så att de får det sagt som de vill säga?*

Intervju med Tom Andersen, Systemcafé, Stockholm 060216.

/Erik Abrahamsson 070316

Michael White:

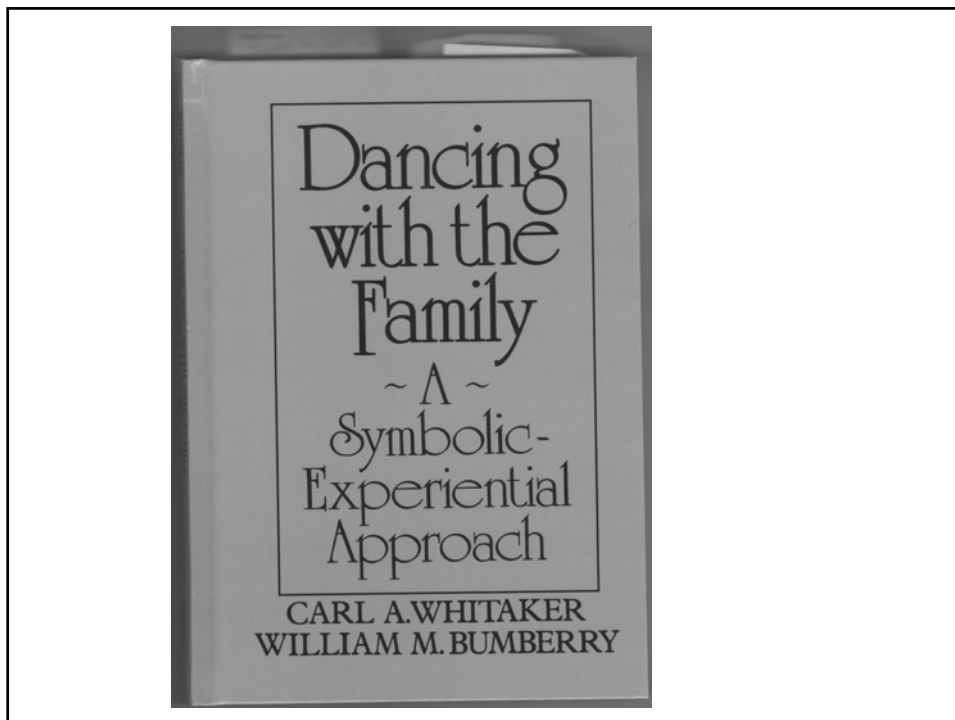
*Om någon mår sämre efter sessionen så är detta mitt ansvar. Att säga att det har med sorgeprocessen att göra, och liknande, det är bara en ursäkt. Jag vägrar att ställa upp på det. Det är meningen att vi skall ha förmågan att få människor att bli öppna för nya möjligheter, inte att stänga ute dessa. De går inte till grannen för att få hjälp, utan de kommer till oss. Det är därmed vår skyldighet att kunna något. Det är ett **etiskt ansvar att vara närvarande med våra färdigheter.***

Abrahamsson, Berglund: Psykoterapins förnyare, Mareld 2007



*They pay me
because I know a little more:
They give me the power to heal!*

Workshop, Göteborg, 001019-20.



Hur kan vi forma dessa samtal så att vi kan finna sammankopplande beskrivningar? Vi måste arbeta utifrån de beskrivningar de andra redan har, och söka genom deras repertoar av ord... Sökandet i sig är mycket kroppsligt och orden i sig är en kroppslig "produkt". Ord är ljud framkallade med hjälp av andning, och andning är en del av kroppens rörelser. För mig är talandet mycket kroppsligt, och ***samtalet, till och från, ett deltagande i den andres rörelser: rytm, pauser, hastighet.***"

Tom Andersen ("Creative Conversations" feb-00)

Gianfranco Cecchin:

Det gäller att se den andra sidan. Om familjen ser den tragiska delen söker jag den komiska. Jag gillar inte att sitta fast. Jag kan inte vara med familjen och lida för länge. Jag börjar istället skapa nya idéer. Personligen litar jag inte på terapeuter som lider med mig – jag lider tillräckligt själv.

Abrahamsson, Berglund, Psykoterapins förnyare, Mareld 2007

Varför lyckan inte är gratis

Lyckan är något vi måste bemöda oss om medan motsatsen alltså kommer av sig själv. För medan rädsla, vrede och sorg är svar på yttervärldens faror, har naturen inrättat de trevliga känslorna för att locka oss in i önskvärda situationer....

Men det som skiljer människor från råttor är förmågan att förutse sker och ting. Till skillnad från djuren måste vi inte nödvändigtvis ha varit med om en situation för att dra de rätta slutsatserna för framtiden. Det är tillräckligt att föreställa sig en händelse.

Stefan Klein, Lyckoformeln, Natur och Kultur 2002

Vad som gör en bra familjeterapeut:

Dagliga verksamheten:

Lusten

Nyfikenheten

Att pröva sig fram
idog träning

Mandat:

bli erbjuden - begära - göra det i smyg

Utbildning:

Röd tråd – **Hantverksfärdighet**

Att utmanas, stimuleras – sträva efter den nivå av färdighet jag
ännu inte besitter

Idog träning: **möta** sig själv och andra

Att vara i **flytzone**n – umgås med sin förvirring

Handledning:

Isomorfi – En situation som präglas av det görande och varande som bidrar
till att familjeterapeuten blir användbar

/Erik Abrahamsson 090806

Gianfranco Cecchin:

Temporary certainty, where the student in order to complete (one might say survive) the training program, must temporarily believe in it for the necessary time.

Irreverence, Karnac 1992.

Gianfranco Cecchin:

Jag är vanvördig mot mina egna idéer, inte mot människor... Du behöver tro på dina idéer och ha starka övertygelser och förföreställningar, men ibland blir du terapeutisk i det ögonblick som du kommer ifrån dessa övertygelser. Vi behöver idéer för att överleva, men mycket ofta kan idéer bli våra hinder. Så i det ögonblick som du klarar av att ge upp dina idéer, det är då som terapin börjar.

Believe nothing and everything at the same time.

(Human Systems 1993, vol 4: Prisoners of Identity, Desa Radovanovic)