

TEORETISK GRUNDLAG

Oplevelsesorienteret familierterapi har hentet inspiration fra flere teoretiske skoler og forfattere. Overordnet bygger vi på den humanistisk-eksistentialistiske teoridannelse. Det betyder at vi primært har fokus på kvaliteter ved selve mødet mellem terapeuten og familien/klienterne frem for på mere teknisk/metodiske overvejelser. Værdier som ligeværdighed, autencitet og personlig ansvarlighed spiller en helt central rolle.

2 vigtige historiske inspirationskilder er Carl Rogers klientcentrerede terapiform og Fritz Perls gestaltterapi. Begge kom frem i 40- 50`ernes USA. C. Rogers terapiform bærer præg af klassiske, humanistiske ideer om den enkeltes selvaktualisering, som fremmes gennem en ikke-dirigerende, forsigtig intervention, hvor spejlinger og en accepterende atmosfære er gennemgående. Rogers var imidlertid mest optaget af terapeutens holdninger, de såkaldte terapeutiske kernebetingelser, som er terapeutens kongruens eller ægthed, ubetinget accept og empatisk forståelse. (Hougaard, 2004)

F. Perls er grundlæggeren af gestaltterapien. Han var som Rogers optaget af klientens aktuelle oplevelser og følelser, af her-og-nu processer. Selvom der var store lighedspunkter i tænkningen var der store forskelle i den terapeutiske praksis. I modsætning til Rogers kunne Perls være meget dirigerende i sin interventionsform. Det viste sig ex. i metoden med den såkaldt varme stol, hvor klienten fører samtale med sider af sig selv eller med andre mennesker, som er placeret i forskellige stole, og hvor klienten så skifter stol flere gange i løbet af sessionen på terapeutens anbefaling. Formålet var at bringe konfliktfyldt stof frem i lyset og at give mulighed for at klienten fik afsluttet såkaldt uafsluttede gestalter eller konflikter (Perls, 75).

Walter Kempler arbejdede i mange år sammen med Perls på uddannelsescentret Esalen i Californien. Rent metodisk tog Kempler imidlertid mere og mere afstand fra gestaltterapien. Han kritiserede Perls for at forholde sig for teknisk og distant og blev i stedet fortalende for terapeutens selvinvolvering i den terapeutiske proces. Kempler fastholdt interessen for her-og-nu processer, men udvidede perspektivet til at omfatte arbejdet med de aktuelle relationer i familien. Det er betegnende for hans kritik af gestaltterapien, at han i løbet af 70`erne omdøbte sin terapiform fra gestaltorienteret familierterapi til oplevelsesorienteret familierterapi (experiential psychotherapy within families , 1974,1986). Gennem dialogen mellem og med de enkelte familiemedlemmer afdækkes hvordan samspillet kan være symptomskabende, -vedligeholdende eller -helbredende, og hvordan det er muligt for de voksne at tage ansvaret for mulige forandringer. Kempler blev en af

grundlæggerne og navngiver til The Kempler Institute of Scandinavia, hvor flere af DFTI's undervisere har arbejdet sammen med ham i mange år.

Gennem de sidste årtier har vores terapiform hentet inspiration fra flere meget forskellige forskere og teoretikere:

I.D.Yalom (1999,2002) betragter vi, som en af de helt store nulevende pionere indenfor oplevelsesorienteret, eksistentielistisk psykoterapi. Gennem hans arbejde med tilværelsens eksistentielle grundvilkår: døden, friheden, isolationen og meningsløsheden og hans utrættelige understregning af terapi som en fælles, ligeværdig rejse, som er unik hver gang, bidrager han til at menneskeliggøre faget uden at give køb på professionalismen.

E.Spinelli (1998) og J.Fog (1998) er 2 andre nulevende forfattere og praktikere, hvis ærinde ligeledes er afteknificeringen af terapien til fordel for det åbne møde. Det handler om at VÆRE med klienten frem for at GØRE noget ved ham.

A.L.Schibbye (2005,2007) skal også nævnes, især for hendes bidrag til betydningen af anerkendelse i terapi og i kommunikation i det hele taget.

Oplevelsesorienteret familierterapi er en terapiform, hvor terapeuten arbejder direkte i og med de interpersonelle processer. Det indebærer, at vi arbejder med at udvikle terapeutens relationskompetence, som et helt afgørende fundament for terapeutisk praksis, ligesom vi i øvrigt anser kvaliteten af de relationelle processer som grundlaget for al form for pædagogik, indlæring etc. (J. Juul og H. Jensen, 2002). Vores kollega Jesper Juul har udgivet talrige bøger til såvel fagfolk som forældre om, hvordan det er muligt som forældre at tage ansvar for stemningen og samspillet i familien. Relationskompetence er som nævnt nødvendig at udvikle som professionel og er samtidig en meningsfuld overordnet forståelsesramme for familierådgivning og familierterapi. Nogle af de vigtige elementer er: At kunne indleve sig i barnet på dets egne præmisser, at afstemme sin adfærd og samtidig beholde lederskabet samt at være autentisk i kontakten. Begrebet relationskompetence ligger meget tæt op ad det forholdsvis nye begreb mentalisering (Allen,Fornagy,Slade, 2009). Mentalisering betyder : "holding minds in mind", at være opmærksom på egne og andres tanker og følelser. Det er inspirerende at se , hvordan mentaliseringsbegrebet synes at udtrykke noget essentielt for mange terapeuter på tværs af teoretiske retninger og skoler(ex E. Asen: Mentalization-Based Family Therapy, 2010).