



Af Peter Mortensen

*Cand.psych., aut., familie- og psykoterapeut, MPF
Direktør og partner, Dansk Familierapeutisk Institut*

Dansk Familierapeutisk Institut er etableret ud fra en dyb overbevisning om potentialerne i menneskelige relationer. I denne sammenhæng har vi først og fremmest fokus på kærlighedsrelationerne i parforhold og familier. Principperne gælder i virkeligheden for alle forpligtende relationer vi indgår i. Kun intensiteten varierer.

FAMILIEN ER OMDREJNINGSPUNKTET

Vi kender til de skadelige konsekvenser af dysfunktionelle familierelationer. At samspil kan resultere i mistro, ulykke og lidelse for alle involverede.

Vi kender samtidig til relationers helbredende potentiale. Vi ser igen og igen, hvor forløsende det er, når kontakten genetableres, og når parterne når frem til at genkende de kærlige hensigter, der knytter dem sammen. Vi ser det også, når adskillelse og brud sker med anerkendelse og gensidig respekt.

For familierne er det fælles arbejde en klar genvej til udvikling, som hele tiden inkluderer alle involveredes fortsatte trivsel.

For fagpersonerne er det af uvurderlig betydning at kunne se og arbejde med hele familien.

Som institut og som undervisere er det vores opgave at fastholde og inkludere betydningen af relationer, uanset om vi arbejder med individuel terapi, med par eller med familier.

DEN STUDERENDE OG FAMILIEN

For DFTI er det en væsentlig ambition, at de studerende, efter endt uddannelse, har mest mulig erfaring med at arbejde med par og familier. Som studerende under uddannelse til familie- og psykoterapeut har dette overordnede perspektiv en række konsekvenser, både uddannelsesmæssigt, personligt og i forhold til den studerendes familie.

Under uddannelsen lærer den studerende at se på sig selv i familieperspektiv. Hvordan har relationerne været gennem livet, tilknytningsmønstrene og de roller man har mødt og spillet i andres liv. Det anser vi for vigtige forudsætninger for, som fagperson, at kunne forstå og arbejde med andres familieliv.

Dette arbejde bliver nødvendigvis også et personligt arbejde. Et indblik i, hvordan væsentlige relationer i ens liv er og har været, åbner for både smerte, længsler og kærlige følelser. Det giver ofte anledning til at gå ind i relationer – gamle og nye, med ønske om at afklare og forbedre forholdene, og på den måde involveres andre betydningsfulde mennesker i den studerendes proces under uddannelsen.

DET SKAL OPLEVES

Som ved al anden terapeutisk træning er det ikke nok at se og høre om det. Det er afgørende at få egne erfaringer med at arbejde i og med sine egne nærmeste relationer. Det giver mulighed for at mærke, hvilke grænser der skal overskrides for at turde blotte sig og stå ved sig selv, med sårbarhed, grænser, behov og forhåbninger til hinanden. Det giver naturligvis også de lige så vigtige erfaringer af, hvor kort afstanden mellem parterne pludselig kan blive, når man igen ser og hører hinanden. Oplevelserne af, at forandring ikke nødvendigvis tager lang tid og skal klares af den enkelte, men kan være forankret i og støttet af den kærlige interesse i hinandens og det fælles bedste.

Det er disse erfaringer, der skal sikre, at familierapi bliver andet og mere end en god ide, men bliver et indarbejdet fagligt perspektiv og en simpel nødvendighed. Vi arbejder praksisorienteret – oplevelsesorienteret – kalder vi det også. De studerende skal opleve og erfare på flest mulige måder, hvad familierapi kan, og de skal have erfaringer med det helt ind i deres egne familierelationer.

For underviserne er det en pædagogisk opgave at formidle denne tankegang og arbejde for at det bliver en integreret del af de studerendes faglige overbevisning – som et selvfølgeligt fagligt og menneskeligt perspektiv.

DET KAN UDTRYKES SOM AT AL TERAPI ER FAMILIETERAPI

Man kan ikke tage terapeutiske skridt for sig selv, uden at det påvirker ens omgang med andre mennesker – og dermed uden at andre mødes på nye måder, og står overfor ændrede krav til samspejlet og dermed også til dem. Betydningsfulde mennesker omkring klienten er en slags blinde makkere i processen. De påvirker og påvirkes også i den tid en egentilgang foregår.

Som rådgivere og terapeuter må vi spørge os selv, om vi har råd til at undvære den direkte adgang til disse mennesker. De har historie med hinanden, de har forpligtet sig, har måske stiftet familie og har forestillet sig et liv sammen. Det engagement og den betydning de har for hinanden, kan ikke erstattes af en nok så opmærksom, støttende og troværdig terapeut.

Det betyder at vi har brug for at kende til relationerne omkring den enkelte. Hvordan er samspillet mellem dem – så vi kan hjælpe til at opdage både de u hensigtsmæssige mønstre, og de ressourcer der ligger gemt, som skal forløses og bakkes op, så de kan komme til udfoldelse.

Vi har brug for at kende til kommunikationen – ved selvsyn – så vi kan opdage hvor misforståelser og lukninger sker, hvor kommunikationen kører i ring og bare øger frustrationen og afstanden mellem parterne. Dette kan ikke gengives ved et referat fra den enkelte. Vi har også brug for at gøre vore egne erfaringer med, hvordan familien og dens enkelte medlemmer reagerer på hinanden, og på vore interventioner, så vi har bedst mulighed for at skræddersy det enkelte forløb, til netop disse mennesker.

DET FORPLIGTER

Det gør vores uddannelse anderledes end de fleste andre terapeutiske uddannelser. Vi forventer at de studerendes familier involveres i processerne forløbet igennem. Sagt helt simpelt; for at blive individuel terapeut må man arbejde med egen-terapi. For at blive familierapeut må man derudover inddrage sin partner eller familie i par- eller familierapi.

Vi skal som Institut sikre at de studerende bliver præsenterede for denne holdning, og at de får inspiration fra os og hinanden til at drøfte det med deres familier, så det ikke skaber misforståelser eller afstand, men en oplevelse af inklusion og fællesskab.

På uddannelsen inviterer vi partnere og familier til at deltage. Vi betragter de dage hvor det sker, som noget af det mest betydningsfulde i hele forløbet. Det er her man på egen krop erfarer noget, som ikke kan opnås ved at se andre arbejde.

Det drejer sig om parweekenden, familiedagene og de dage, hvor man har mulighed for at tage partner eller familie med, fordi man selv ønsker at arbejde, og har brug for sine nærmeste, for de kan forstå, bidrage til forståelse, selv få hjælp eller bare mærke at de er betydningsfulde og nødvendige.

Det er desuden muligt og ønskeligt, at de studerende allerede på basisåret inviterer partneren eller hele familien med, når de arbejder terapeutisk. Hele ideen med dette klare fokus på familien, som den nærmeste og mest nødvendige deltager i det terapeutiske arbejde, er at sikre at de studerende på mange og forskellige måder oplever familierapiens muligheder.

Ind i mellem forsvinder dette perspektiv. Hverdagens faglighed er ofte opsplittet og individuelt orienteret. Diagnoser og behandlingstilbud retter sig ofte mod enkeltpersoner, og familien overses eller inddrages kun sporadisk, og uden egentlige terapeutiske ambitioner.

Vi kan tænke om os selv, at livet er vores eget problem, noget som vi selv skal arbejde med osv. Det er vigtigt, at vi sammen på uddannelsen hjælper til at modgå denne misforståelse, og står for et stærkt alternativ – familierapien.