

# Familieterapi

PUBLISERT 2. september 2019

EMNER familieterapi

Utdanning for familieterapi reiser en rekke problemer. Det er dessverre så at psykologers grunnutdanning gir liten plass for en virkelig klinisk innføring i familieterapi. Etter hvert har psykologer fått en del teoretisk og almen metodisk opplæring, men det er først i videreutdanningen at enkelte institusjoner tilbyr noe som kunne kalles en egentlig klinisk familieterapeutisk opplæring.

**Ved Nic Waals Institutt** har man en slik opplæring. Likeledes ved en del andre barne- og ungdomspsykiatriske klinikker. Ved vår klinikk forsøker vi som best vi kan å praktisere en gjensidig undervisning. Ved et av teamene har hver medarbeider til enhver tid en familie som de andre teammedlemmene observerer gjennom en-veis-speil. Vi eksperimenterer med deltakende veiledning på den måten at vi kommenterer og gir terapeuten råd under selve terapisesjonene. Vi har også regelmessig pauser under sesjoner der vi drøfter hva som har hendt og hva som kan være videre strategier. I tillegg til dette har vi litteraturseminarer der utdanningskandidater får en innføring i familieterapeutisk tenkning. For utdanningskandidater har vi nå også så vidt begynt med en klinisk undervisning der kandidaten er ansvarlig terapeut for en familie som andre kandidater og undervisningslederen observerer gjennom en-veis-speil,

«Jeg tror at det skritt man tok da man begynte terapeutisk arbeid med hele familier, har hatt metodiske og teoretiske konsekvenser for generell psykologisk forståelse som kan sidestilles med psykoanalysens gjennomgripende oppdagelser»

**Et slikt utdanningssystem** kan best karakteriseres ved at vi drar oss selv og hverandre opp etter håret. Til tross for at opplegget har sine begrensninger og at vi kunne ønske oss mer erfarne familieterapeuter som ledere, mener vi likevel at dette er en brukbar måte å utvikle et familieterapeutisk miljø på innen en barne- og ungdomspsykiatrisk institusjon. (...)

**Det synspunkt at barnet** er en integrert del av familien og ikke kan sees uavhengig av denne, er like gammel som barnepsykiatrien selv. Det nye med familiegruppeterapi er egentlig å ta konsekvensen av dette ved selv å delta direkte i familiesystemet med det terapeutiske mål å forandre en symptombærende familiestruktur.

**Jeg tror at det skritt** man tok da man begynte terapeutisk arbeid med hele familier, har hatt metodiske og teoretiske konsekvenser for generell psykologisk forståelse som kan sidestilles med psykoanalysens gjennomgripende oppdagelser i sin tid. Man er blitt i stand til å utvikle begreper om den helhet familielivet er, og vi har lært noe om hvordan vi kan gripe inn for å stimulere endringsprosesser i systemet. Gjennom dette har vi oppdaget sider ved terapeutrollen som bare deltakelsen i et familiesystem kan vise oss.

**Familieterapi har også en praktisk** og en økonomisk side ved at den kan nå flere og sannsynligvis i mange tilfeller fremkalle endringer hurtigere enn andre terapier. Familieterapi er egentlig i sin natur en korttidsterapi med de muligheter og de begrensinger det innebærer. I den norske kliniske hverdag er familieterapi en praktisk, økonomisk og anvendelig metode for, etter min mening, de fleste barne- og ungdomspsykiatriske terapeutiske oppgaver.

**Dette betyr ikke** at vi ikke må besinne oss når vi velger familieterapi og fremfor alt når vi velger familieterapiens form og innhold. Familieterapi kan og bør ikke være det eneste alternativ. Både av praktiske og kliniske grunner vil en variasjon av tilnærminger være nødvendig ved en vanlig barne- og ungdomspsykiatrisk klinikk. Men enten man driver en gjennomført familieterapi eller man bruker familieterapeutiske innslag i annen sammenheng, f.eks. som diagnostisk hjelpemiddel, vil denne tenkemåte og den metodikk som knytter seg til den etter alt å dømme komme til å stå sentralt i den videre utvikling av norsk barne- og ungdomspsykiatri.

*Fra Gerdt Henrik Vedelers artikkel «Familieterapi som metode i barne- og ungdomspsykiatrien» publisert mai 1983.*

*Teksten sto på trykk første gang i Tidsskrift for Norsk psykologforening, Vol 56, nummer 9, 2019, side 672*

*Teksten sto på trykk første gang i Tidsskrift for Norsk psykologforening, Vol 56, nummer 9, 2019, side*