

Så här gör vi familjeterapi – reflektioner från Familjeterapikongressen i Växjö den 3–4 september 2015.

Det var två mycket intensiva dagar och väl hemma igen kände jag mig både nöjd, inspirerad och trött! Precis som det ska vara!

Det var dagar av många möten – studiekamrater, vänner, kollegor, både gamla och nya. För att inte tala om alla fina och innehållsrika föreläsningarna! Temat kändes viktigt och jag tycker att det rymde både det som vi faktiskt gör men också hur vi kan förbättra och utveckla familjeterapin i våra olika arbeten och uppdrag.

Några föreläsare vill jag lyfta fram som gjorde stort intryck på mig.

Lena Svedin delade tankar och erfarenheter med oss som hon samlat efter 40 år som terapeut. Hon gör det med stor inlevelse, humor och ödmjukhet. Omöjligt att återge här i text utan det måste upplevas "live".

Erik Abrahamsson pratade om "När systemet löper amok..." bassamtal, en modell att använda i arbete med separerade föräldrar med hög konfliktnivå. Mycket i modellen kändes bekant och den tilltalar mej i sin tydliga struktur. Han pratade om ett terapeutiskt förhållningssätt och att ha barnen i fokus. Några begrepp som Erik använde vill jag lyfta fram. Det första är Isomorfi – smittsamt förhållningssätt, som innebär att ha ett tydligt fokus, avgränsning i samtalen, ringa in vad som är möjligt, att vara noga med struktur, förutsägbarhet, vara i nutid och framtid med ett tydligt barnfokus, och handling, att samtalen ska leda till något konkret. Nästa begrepp är Bekräftelse, att se var och en men också se varandra. Att ha ett "kärleksfullt kitt". Vikten av Goda viljan – trots allt. Att målet är handling, hanterbarhet. Så naturligt och självklart men bra att få höra och bli påmind om.

En annan föreläsare som jag lyssnade på var **Margareta Teke** som pratade om att skapa goda dialoger. Hon berättade om fyra olika modeller som hon använder för att vägleda både sig själv och sina klienter i konstruktiv konflikthantering. Två modeller har hon hämtat från fredslitteratur och två var hennes egna. Fredsforskaren John Galtung har skapat en enkel konfliktmodell som kallas ABC-triangeln. Modellen kan hjälpa oss att tänka utifrån olika infallsvinklar; attityd, beteende och själva sakfrågan. Den andra modellen Konfliktstrategi-modellen kan vara till hjälp som vägledning i att välja strategi för olika situationer och påminna om möjligheten att få igång en "kreativ dialog". Mer om John Galtungs modeller och hennes egna kan man läsa i en liten bra bok som heter Samtalets magi och är utgiven av familjerådgivarna i Småland.

Den sista föreläsaren som jag vill lyfta fram är **Tryggve Balldin**. En kurskamrat till mej från steg 2 i Lund så det var extra roligt att lyssna till honom. Han kunde med liv, engagemang, humor och allvar dela med sig av erfarenhet, teknik, kunskap och tankar kring "Relation – en livsviktig fråga" eller "Vad kan dyngbaggarna lära oss familjeterapeuter." Vikten av relation och att relation och beteende hänger ihop kan inte nog betonas.

Detta var några reflektioner från mej och jag hoppas att det kan ge inspiration att läsa vidare och kanske lyssna till någon av dessa föreläsare om du inte redan har gjort det. Det var många härliga föreläsare och själv lyssnar jag gärna igen till några av dessa.

Annika Daveby-Karlquist