

Kartan:

Jag skulle vilja att du började fundera på din familjekarta, som kommer att ligga till grund för familjerekonstruktionen. När det gäller kartritandet hänvisar jag till "Familjeterapins grunder", senaste upplagen från 2010. I kapitel 7 finns karttecken och instruktioner om hur man ritar. Kartan ska bestå av 3 generationer där du själv är sista generation. Välj en tidpunkt då du fortfarande bor hemma, ex vis som tonåring, och gör kartan utifrån vad du vet och kan ta reda på idag. Det jag vill att du ska vara uppmärksam på är följande:

- relationer
- ålder
- yrken
- sjukdomar
- bostadsorter
- speciella kännetecken (små kommentarer om varje betydelsefull person)
- roller
- budskap
- gränser
- familjehemligheter (uttalade och icke uttalade)
- familjemyter
- berättelser om.....
- kritiska skeenden
- när träffades de.....
- giftermål och skilsmässor
- mönster som leder mot ditt yrkesval
- mönster som leder mot ditt partnerval/icke-val
- andra mönster som fångar din nyfikenhet
- människosyn – vilka värden har jag tagit med resp. tagit avstånd ifrån
- religion - materialism, politisk övertygelse resp. ointresse

Alla viktiga personer ska helst finnas med. Det innebär att mammas och pappas syskon och deras ev. män eller hustrur och barn (dina kusiner) bör finnas med. (Ibland kan det vara klagörande att också sporadiskt ha med även en fjärde generation) Också andra viktiga personer som du inte är släkt med kan få plats om du tycker att de har varit betydelsefulla för dig i ditt liv och ditt yrkesval (det som M White kallar "livsklubb"). Är det många inblandade kan det vara bra att göra respektive släkt på var sitt papper och sedan sätta ihop alltihop. Jag skulle också önska att du gjorde klart dina kartor på stora blädderblockspapper så att vi kan sätta upp dem och börja arbeta direkt. Som komplement till kartan vill jag uppmana dig att leta fram kort på de inblandade personerna (inklusive dig själv förstås), antingen var och en för sig eller gruppfoto eller helst både och. Kort från vardagssituationer kan också vara spännande att ta del av för att få en bild av den miljö du beskriver. Om du kan tänka dig att ta med några kort som du väljer ut och visar samtidigt som vi går igenom kartan blir det ytterligare en rikedom för oss alla att ta del av. Jag önskar dig lycka till med intervjuandet och letande efter kort av dina nära anhöriga och eventuellt andra viktiga personer.

Ytterligare frågor:

Vilka historier berättades om dig som barn?

Vem berättade vilka historier?

Hur påverkar de här historierna ditt liv idag?

Vilka Möjligheter och begränsningar ger de dig i ditt professionella liv?

Om du fick ändra på några av dem – på vilket sätt skulle du då vilja ändra dem på?

Vilka skulle vara dina första steg.....

Fler frågor:

Vilka röster (hos vilka personer) har påverkat dig i ditt professionella liv?

Vilka olika kvalitéer hos dig plockar de olika rösterna fram?

Hur har du blivit skapad som professionell genom de olika rösterna?

Hur tänker eller känner du om dig själv genom de här rösterna?

Vilka röster är mest betydelsefulla för dig?

Är några av de här rösterna mer betydelsefulla för dig i hur du vill fortsätta din utveckling som professionell? Hur?

Processen:

Jag kommer att börja med att intervjua dig som är i fokus om din kartbild och dina ev. kort och du får berätta. Därefter gör gruppen en reflektion, i form av en "outsider witness" procedur, efter Michael White's narrativa tradition, om det de har hört. Jag förklarar närmare vad detta innebär under första dagens inledning. Du får sedan möjlighet att kommentera kommentarerna. Efter en paus går vi sedan lite längre in i kartbilden och arbetar mer detaljerat omkring något eller några teman, områden, berättelser, personer m m som du tror kan vara viktiga för din professionella utveckling. Jag kommer att använda olika former för detta arbete som skulpturer, rollbyten, rollspel, fortsatta samtal m m. Vi kommer också att "värma upp" med några lättare övningar innan vi sätter igång och vi kommer också att följa upp rekonstruktionen vi nyss gjort innan vi går vidare till nästa. För varje kartbild kommer vi också att utse en person som, på slutet av helgen, skriver ett personligt brev till den som gjort sin rekonstruktion. Det ska också läsas upp vid överlämnandet. Instruktioner om det får du närmare när du kommer. Det är för att det ska finnas något konkret som du kan ta med dig från den här helgen som gör att du minns vad som varit uppe.

Tillvägagångssättet bygger på idén om att kartbilden, korten, berättelserna och kunskapen om din historia är viktig i sig men att den också är att betrakta som en tillgång i din fortsatta utveckling som psykoterapeut med familjeterapeutisk inriktning. "Framtiden har ett långt förflutet."