

Genogram

Mitt workshop hade rubriken *Genogram*. På Bowenföreningens hemsida, www.bowenforum.com, finns en uttömmande beskrivning av vad det är för något. Kort kan man säga att det är en slags slätkarta. Murray Bowen var en familjeterapeut som utvecklade genogrammet och hur det kan användas i arbete med familjer.

Som familjeterapeut och barnpsykiater tycker jag att genogrammet är användbart, såsom när vi kommer in på barnets föräldrars egna erfarenheter under sin uppväxt. Utifrån barnets utsiktspunkt handlar det i första hand om tre generationer. Ibland gör vi det noggrannare och med tillbakablickar över flera generationer. Barn och ungdomar blir ofta nyfikna och det blir många gånger en lättnad för dem att inte vara i fokus. Vi visar att vi tycker att relationer är viktiga, liksom familjens historia.

Vi som är terapeuter har stor nytta av att göra våra egna genogram. Vi kan bli medvetna om den egna släktens mönster och olika försök hos oss själva eller andra i släktträdet att förändra sig i sitt sammanhang.

Än värdefullare är att göra detta i grupp och gestalta genogrammet, leva sig in i olika personers tänkande och formulera detta i ord. Detta brukar kallas *familjekonstruktion* och leds av en familjeterapeut som också är utbildad i psykodrama. Vi får då en erfarenhet av att bli ledda av någon, i grupp, och av att få nya kunskaper, som varit dolda för oss. Repliker och budskap från det förflutna, från huvudpersonens fantasi, från myter om familjen eller från verkliga händelser, kan komma till uttryck och dialoger som aldrig har ägt rum kan få äga rum.

Som familjeterapeut och psykodramatiker ville jag levandegöra temat för alla i mitt workshop. Efter att ha presenterat mig och mitt intresse för slätkartor så fick alla i den stora gruppen på 40 personer ställa sig i *spektrogram*. Det innebär att ett kriterium definieras och att var och en därefter på en tänkt linje får hitta sin plats från exempelvis "aldrig" till "ofta". I detta workshop blev det första kriteriet: "Hur ofta ritas du slätkartor på din arbetsplats?" Ibland när man gör spektrogram ser man till att alla berättar för alla varför de har ställt sig så som de har gjort. Här var vi så många så jag frågade endast tre personer om detta.

När vi arbetade med detta första spektrogram passade jag på att säga något om mina egna erfarenheter inklusive misstag. Det andra frågan löd: "Hur mycket använder du rollspel av något slag i ditt arbete?" Därefter genomförde jag två *lokogram*. Det första: "Var är din arbetsplats belägen i Sverige/Norden?" Vi hittade vädersträcken i lokalen och deltagarna hörde med varandra så att exempelvis umeborna fann

varandra. Det andra lokogrammet hade frågan: "Var bodde din mormor vid tolv års ålder?" Då vidgades kartan till hela världen.

Därefter ordnade jag så att deltagarna kom i grupper med tre till fyra personer i varje grupp. Jag föreslog att de som stod nära varandra skulle bilda grupper. Alla fick gå in i rollen av sin mormor när hon var tolv år gammal och prata med varandra, ställa öppna och nyfikna frågor i dryga fem minuter. Jag valde sedan att fråga en person jag kände lite för drygt 30 år sedan om hon skulle vilja fortsätta i rollen som mormor i en *vinjett* några minuter till. En vinjett är, i psykodramatermer, *en* registrerad scen.

Alla fick gå ur rollen av mormor och vara tillgängliga som hjälpjag åt protagonist/huvudpersonen. Gruppmedlemmar valdes av huvudpersonen att ta rollen av mormors man, protagonistens morfar, och dotter, protagonistens mor. Genom rollbyten uppstod dialoger mellan dessa. Vi fick ta del av tre generationer och lite av deras liv och hur de tänkte.

Ofta, när jag arbetat utifrån ett flergenerationsperspektiv, har jag märkt att det har varit givande att få spela ut situationer som ägde rum innan man själv var född. Den här gången hade vi extremt kort tid på oss. Ett sådant här arbete tar annars minst ett par timmar. Men jag uppfattade ändå något av detta.

Jag avslutade med att några fick dela med sig av upplevelsen av att ha spelat sin mormor eller att ha varit med i vinjetten.

Några av deltagarna verkade att ha blivit nyfikna på sin egen släkt-historia. När grupperna arbetade hörde jag ett starkt sorl av röster och tyckte att många verkade livfulla och engagerade.

För mer information om *psykodrama i familjeterapi*, välkomna in på vår hemsida www.svenskamorenoinstitutet.se där ett sammandrag av en föreläsning under den rubriken finns.

Leif Strindberg
l.strindberg@telia.com