

Narrativ Terapi

Historiernes kraft i behandlingsarbejde

Del I

Program for dagen

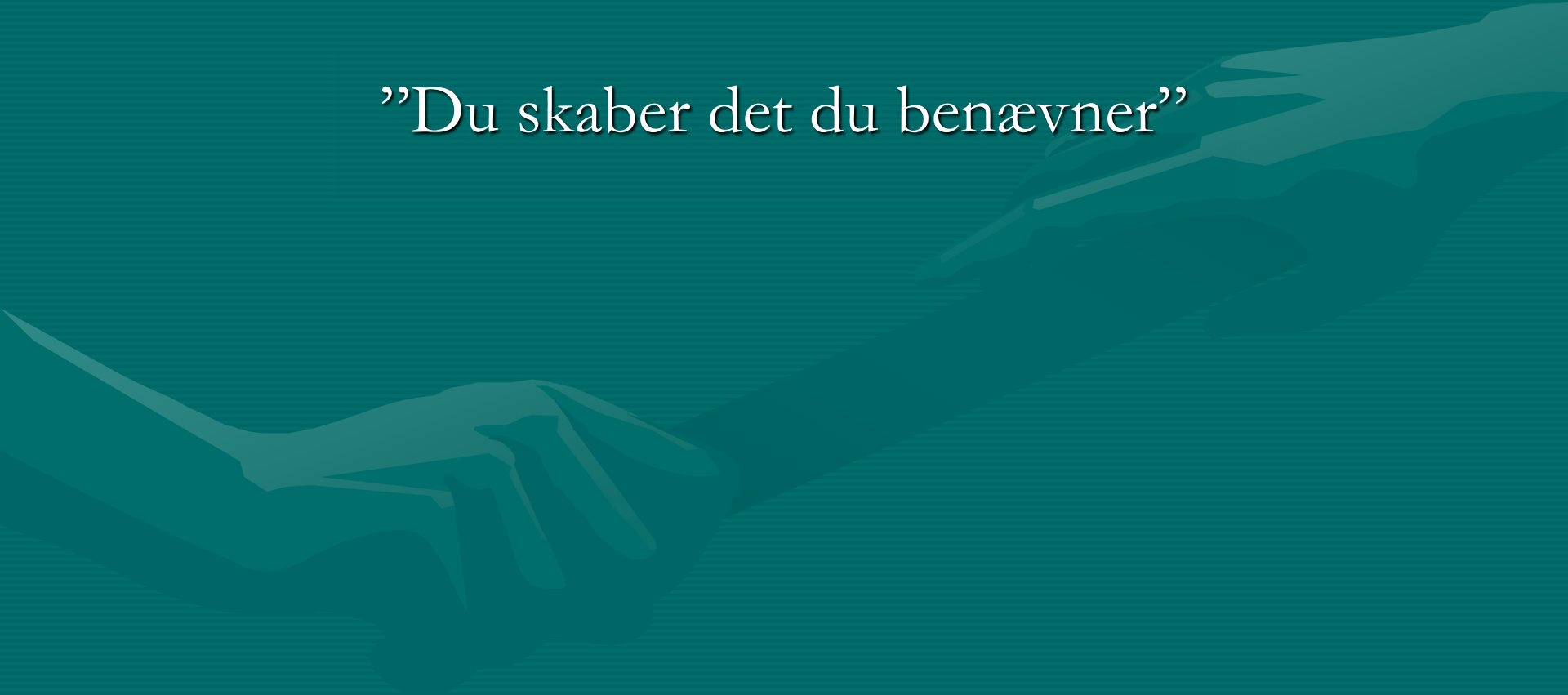
- 8.30 Orientering og Præsentation
- 9.00 Fokus i dag
- 9.30 Teori, begreber og metode
- 11.00 Interviewøvelse: Eksternalisering
- 12.00 Lunch
- 13.00 Opsamling og refleksion
- 13.30 Case arbejde
- 14.00 Kaffe/te
- 14.15 Case arbejde
- 15.00 Opgaver
- 15.45 Afrunding

Tak for i dag!

At skabe et fokus

- Michael White:

”Du skaber det du benævner”



Den Narrative bevægelse

Opgør med:

- Moderne; forklaringernes kraft, eksakt viden, objektivitet.
- Neutral terapeutposition; ikke tage stilling, ikke involvere, ikke lade sig påvirke.
- Inderliggørelse; psykodynamisk, metafysik
- System som metafor; kommunikation, kybernetik
- Familie og individuel terapi som væsentsforskellige.

I retning af:

- Postmoderne; lokal viden, ingen objektive sandheder, effekten af viden i fokus.
- Ikke vidende terapeutposition, decentreret /indflydelsesrig.
- Hvad der kan internaliseres kan eksternaliseres.
- Fortællingen som metafor, vi fortolker livet, organiserer i tid, begivenheder, plots.
- Terapi som nyskrivning af historie

Diskurs og Magt

- Magten er produktiv dvs. magt virker ved at fremdrage visse ting frem for andre.
- Magt kan være mere eller mindre lige fordelt, men aldrig fraværende
- Diskurser kan forstås som en slags tænke, tale, handlemåder, der cirkulere i blandt os. Fx 'Romantisk' eller 'naturalistisk' diskurs

Den narrative metafor

- Livet er multistoried, der er massere af kilder til rig historie fortælling.
- Fortællinger er identitetsskabende, vi konkluderer ting om os selv og andre. Hvordan vi 'er'.
- Fortalt liv afspejler ikke levet liv i et faktisk forhold.

Livshistorie

Handlings landskab:

'livet er et vandfald af øjeblikke'

- 1) Begivenheder der sammenkædes gennem
 - 2) Et bestemt forløb i
 - 3) Tidsdimensionen: fortid, nutid, fremtid – og i henhold til
 - 4) Et specifikt plot.
- Den totale pulje af alt hvad vi gør livet
 - Udgør 97 % af livshistorien

(White 2006 efter Bruner)

Identitetens landskab:

- udgøres i væsentlig grad af fortolkning, her fremstilles og uddrages meninger.
- Sense of self
- Fortællingen om hvad der karakteriserer mig.
- Udgør 3 % af livshistorien

Samtalens landskab

- I narrative samtaler benyttes forskellige kort, som kan udvide den verden der undersøges.
- Terapeutiske samtale kort er brugbare fordi de kan give os en orientering.
- Kortene hjælper os til at vandre omkring i livets landskab

Hjælpkunst

'At man, naar det i sandhed skal lykkes En at føre et Menneske hen et bestemt sted, først og fremmes maa passe på at finde ham der, hvor han er.'

'...al sand Hjælpen begynder med en ydmygelse; Hjælperen maa først ydmyge sig under den, han vil hjælpe, og herved forstaae, at det at hjælpe ikke er at være den herskesygeste men den taalmodigste, at det at hjælpe er villigheden til indtil videre at finde sig i at have Uret, og i ikke at forstaae hvad den Anden forstaaer.'

Søren Kierkegaard

Terapiens opgave

- Terapi betyder Betjening (Lundby)
- I narrative samtaler tager vi 'the scenic routes' til foretrukne steder i livet
- Terapeuten er redaktør og hjælper med udfoldelsen af foretrukne historier
- 'At tilbyde platforme for folk så de kan stå andre steder end hvor de står'
- 'Jeg prøver at positionere mig så dem der henvender sig bliver de primære historie fortællere', at være de-centreret med indflydelse

Michael White

Problem snak

- I terapi kommer folk ofte med problemmættede historier – problemet fylder alt!
- Dominerende problemhistorier bygger på tynde konklusioner: fx fremtiden er en re-produktion af fortiden
- Narrativ forståelse: Problemet er problemet
- Opgaven bliver i første omgang at få identificeret problemet så vi kan lægge afstand til det, undersøge det og tage stilling til det.

Eksternalisering

- Specifik samtaleform, der inviterer til at benævne problemer og placere dem udenfor personer.

Formål:

- At skabe afstand mellem problem og person
- At afdække og undersøge landskabet for problemerne
- At positionere sig i fht. problemerne

Statement og position, kort 1

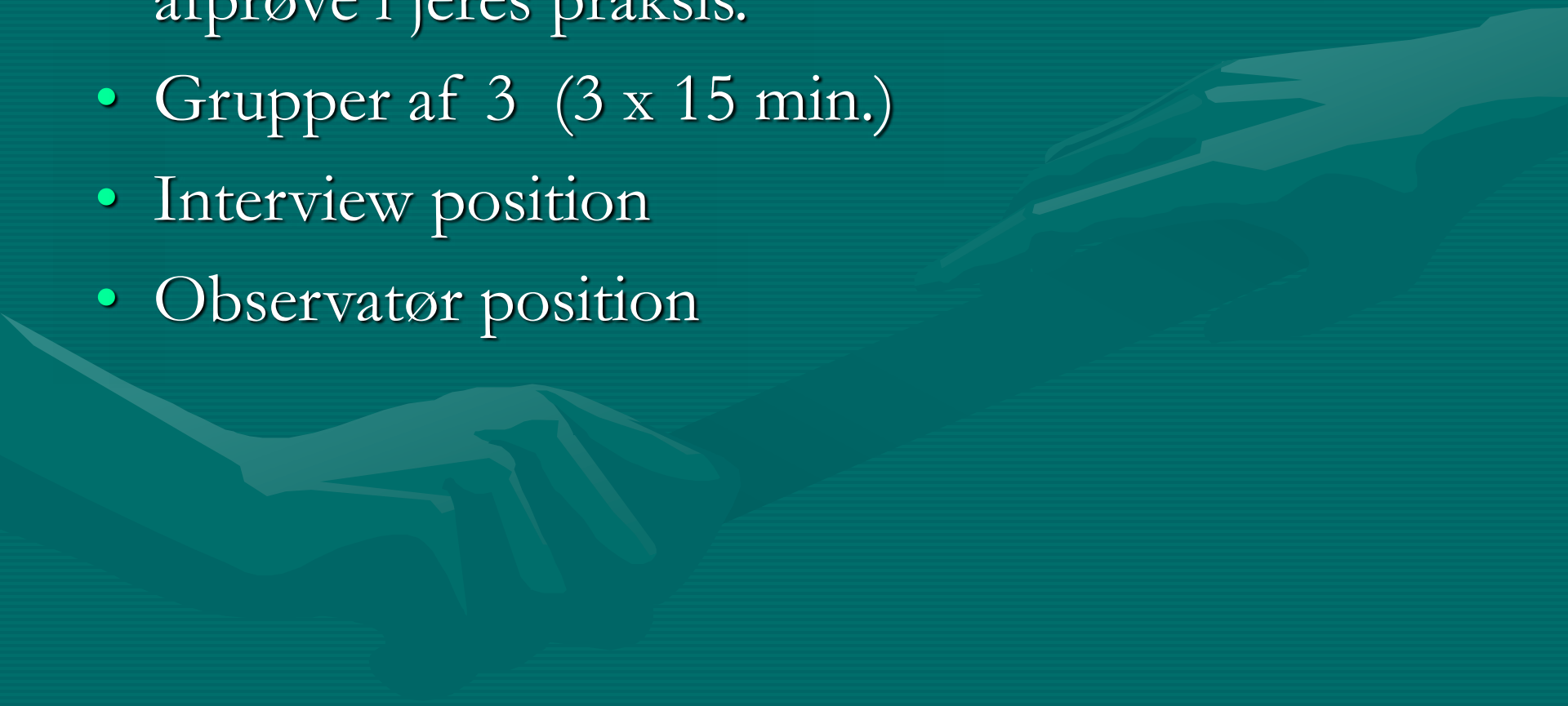
Possible to know				
Begrundelse	Hvorfor synes du det om problemet? Hvad er det ved problemet, som strider mod dine overbevisninger? Hvilke intentioner står det i vejen for?		Intentionel landskab	
Evaluering	Hvad synes du om at problemet har denne indflydelse? Er det okay for dig? Er der noget som er okay/ikke okay?			
Effekt/relation	Hvad er effekten på dig/andre? Hvad gør problemet ved dig? Hvor længe har du kendt problemet? Hvad kan det få dig til?			
Navngivning	Hvad vil du kalde det du slås med? Hvad ville være et passende navn, sådan som du ser det?		Handle landskab	
Known and familiar				

Opgaver – egen praksis

Opgaven til næste gang vi mødes:

- At eksperimentere med noget i egen praksis, som sættes i relation til læringen her.
- At skrive en lille melding om eksperimentet, som sendes til dit læringsteam.
- At give feedback pr. mail til de andre i læringsteamet.

Læringsteam

- Interview hinanden om, hvad I ønsker at afprøve i jeres praksis.
 - Grupper af 3 (3 x 15 min.)
 - Interview position
 - Observatør position
- 
- A faint, stylized illustration of two hands shaking, symbolizing agreement or partnership, is visible in the background of the slide.

Interviewguide

- Hvad ønsker du at afprøve eller øve i din egen praksis, i relation til det narrative? Hvad vil du døbe dit eksperiment? Hvad handler det om?
- Hvor i dit arbejde planlægger du at igangsætte dette? Og hvad tænker du skal være dit 1. skridt?
- Hvad er din intention med at afprøve dette? Hvad håber du, der kan komme ud af det? Hvordan kan det i grunden være, at netop dette optager dig? hvad er historien om dig og dette eksperiment?
- Hvad tror du vil prøve, at gøre det svært for dig at lykkes i dine bestræbelser? Kan du give det et navn allerede nu?