

Lärarhögskolan i Stockholm.
Fristående kurs.
Filosofi och samtal med barn och unga.

Live Moastuen

Sokratiska samtal i systemisk familjebehandling.

Några tankar om beröringspunkter, avgränsningar och vad denna metodik kan tillföra samtal med belastade familjer

Bakgrund.

Resursteamet, där jag arbetar har som uppgift att ge stöd och hjälp till barnfamiljer. Teamet utgör en del av socialförvaltningens insatser för barnfamiljer och får uppdrag från socialekreterare som har utrett familjens behov. Utredningarna kan vara föranledda av att föräldrarna har sökt hjälp eller att det har kommit in en anmälan om att det finns en oro för barnen i familjen, att de far illa eller att inte deras behov blir tillgodosett på ett tillfredsställande sätt. Vår målsättning är att stötta och hjälpa familjer att ge barnen det utvecklingsstöd de behöver och att skapa förutsättningar så att barnen kan växa upp hos sina föräldrar.

I mötet med Sokratiska samtal slogs jag av möjligheten att berika och utveckla mitt sätt att bedriva familjebehandling. Till min överraskning har jag nu också hört talas om att kognitiva terapeuter använder sig av Sokratiska samtal som metod att ändra fastlåsta tankemönster hos patienter. Det är en lockande tanke att det förhållningssätt Sokrates ville införa för över 2000 år sen, kan utgöra en gemensam nämnare för olika behandlingsidiologier i möte med de människor vi har åtagit oss att hjälpa i svåra livssituationer. Familjeteamets utgångspunkt är att se familjerna i sina sammanhang. Med olika metoder jobbar vi för att stärka de vuxna i att möta samhällets krav och tillgodose barnens behov av utvecklingsstöd. Vi anser att kommunikation är ett nyckelbegrepp här, och vi har ett språkssystemiskt synsätt inom familjebehandlingen. Mycket av arbetet går ut på att ge grundläggande kunskaper i samspel med barn, och ändra negativt samspelsmönster till ändamålsenliga, där barn och föräldrar får positiva upplevelser av att bli sedda, lyssnade på, att man duger och är värd att älska. I förändringsarbete utgår vi från det familjen berättar och hur de uppfattar situationen.

Syfte

Jag vill undersöka om Sokratiska samtal kan bli ett användbart tillskott i min verktygslåda. Inom ramen för mitt jobb ges för närvarande få möjligheter att regelbundet använda Sokratiska samtal. Det begränsas av uppdragens art och var i behandlingsprocessen med familjerna vi befinner oss, och mina egna erfarenheter är än så länge begränsade. Jag vill trots denna begränsning ta utgångspunkt i de tankar och impulser som de Sokratiska samtal jag har varit med om som åhörare, deltagare eller samtalsledare, har väckt hos mig, samt undersöka litteratur som kan belysa mina hypoteser och erfarenheter. Jag vill se vad jag kan hitta gemensamma inspirationskällor, beröringspunkter och avgränsningar mellan Sokratiska samtal och systemisk familje- och nätverksterapi. Jag vill också diskutera samtalsledarens roll kontra terapeutens samt utvecklingsmöjligheter.

Förutsättningar

Sokratiska samtal har ett antal givna ramar att utgå ifrån och förhålla sig till, varav en del utgör själva idén med denna form för samtal. En god samtalskultur, där deltagarna känner sig

fria att obehindrade säga sin mening, måste odlas fram. [Lindström 1995] Här fann jag att en text eller bild som skapar en neutral grund att samtala utifrån gav tydliga signaler till familjen.

En påhittad familj står modell för den familj jag bjöd in till Sokratisk samtal. Familjen består av mamma och tre barn, Fazira 15 år, Ylva 9 år och Kalle 6 år. Familjen blev remitterad till Familjeteamet för ett år tillbaka, då mamman blev ifrågasatt som förälder, främst på grund av bristande omsorg. Skola och grannar hade anmälld att de kände oro då barnen var smutsiga och de ansåg den yngste inte hade adekvat tillsyn. Jag vill beskriva vårt samtal såsom jag uppfattade det och lyfta fram det jag fäste uppmärksamhet vid.

Förberedelse

Mamman tyckte att min inbjudan lät spännande. Jag besökte dem efter att hon hade pratat med sina barn och tagit ställning till, vad de ansåg om den lite ovanliga och udda förfrågan. Jag berättade att jag genomförde samtalet som en del i en utbildning, och de var till stor hjälp för mig med att ställa upp. Att jag kom att tänka på just dem, berodde på att de hade visat nyfikenhet och mod att prova på olika saker, och förmåga att ta till sig nya tankar. Fazira var svårflörtad med hänsyn till att komma till Familjeteamets lokaler där samtalet skulle äga rum en vecka senare, men lät sig frestas av att bli bjuden på hemlagad lasagne som tack för besväret. Samtalet skulle äga rum i våra lokaler, därför att jag ville ha kontroll över sammanhangen. I deras hem är risken för störande moment stor, grannens barn ringer på, telefoner ringer m.m. De kände sig lite stolta och utvalda. Jag gick noga genom samtalsreglerna, hur den typen samtal går till och vad syftet med det var. Hela familjen gick in för uppgiften med stort allvar. Jag tog inte för givet att de avsatte tid att läsa texten, så jag tog det osäkra för det säkra och läste boken högt. Fazira blev uppmanad att läsa den flera gånger för Kalle. Han växte mycket på att vara en del av ett seriöst projekt.

Val av text

Sagan, ”Katten som Älskade sitt täcke” var en enkel, i första ögonkastet en något slätstruken barnbok med lite text och stora illustrerande bilder. Kort handlar den om Randi-Grå och hennes lapptäcke. Matte tyckte att det var **trasigt** och **smutsigt** och **kastade** det, vilket gjorde Randi-Grå **rasande**. Hon ville **hämnas**, var beredd att **byta** ut familjen. Hon gav sig iväg och letade efter täcket, blev fast i soptunnan då hon hittade det, hamnade på tippet där hon genomled (**rädsla**) en ensam natt. Hon **kände** sig som **en sopa**. **Modig** vaktade hon sitt täcke som hon, när dagen grydde, med **stor envishet** och **tur** släpade hem. Begreppen i fetstil syftar till de frågor jag förberedde. Valet av saga grundar sig på följande. Jag ville ha en text då jag tycker att den är konkret att luta sig mot i samtalet. Sagor för barn tillhör familjens verklighet, att läsa en saga och prata om den blir mindre konstig eller främmade än att presentera en bild att samtala om. Den valda sagan berör flera teman i familjens liv, främst de katastrofala konsekvenser det får när nivån på renlighet avviker från det omgivningen anser acceptabelt.

Samtalet i familjen

För-seminariet. Sjukdom gjorde att det gick lång tid innan vi träfftes igen, och för säkerhets skull gjorde jag en rask genomgång av sagan. Jag valde att bara ta med tre av samtalsreglerna, att allas meningar är lika viktiga, att lyssna på andra och inte avbryta. Jag hoppade också över att be var och en sätta upp individuellt mål då jag bedömde att det skulle ta för lång tid och fjärma deras fokus från samtalet om sagan.

Min inledande fråga var: ”Om någon tagit bort din älsklingsak, hur skulle du känna dig då?” De begrundade den en minut. För att hålla fast greppet om sammanhanget och bibehålla strukturen och disciplinen med en fnittrande tonåring, hoppade jag över att skriva ner svaren.

Fångade upp Kalle med att fråga honom först. Han ville gå ut och leta, precis som i sagan, och skilde inte ut sina tankar från det som hände Randi-Grå. Mamma och Ylva hjälpte honom att benämna hans älsklings sak, och fick honom på spåret. Han blev nöjd, och klarade av att sitta tyst när de andra pratade. Ylva skulle också gå ut och leta, hon skulle leta tills hon hittade den. Med följdfrågor om vad hon kände, blev hon tydlig med att hon skulle bli arg, mycket arg. När systemen sa så, kom också Kalle på att han skulle bli arg om någon tog hans cykel. Ser man på, den samtalsdygden gick lätt att ta efter. Fazira, däremot, ställde sig likgiltig till det där med en sak som betydde något speciellt för henne, ryckte på axlarna som svar på frågan. ”Fråga mamma.” Om hon blev av med en sak hon tyckte om skulle hon nog leta, men det spelade ingen stor roll, kom hon fram till så småningom. Både mamma och Ylva blev upprörda över Faziras attityd, och jag fick gripa in till stöd och påminna om samtalsregel: alla har rätt att uttrycka sin mening och att de skall bli respekterade. Då utvecklade Fazira sin ståndpunkt varför det inte spelade så stor roll. ”Man glömmer i alla fall efter ett tag.” Mamma talade känslösamt om att hon skulle bli mycket ledsen om hon blev av med sin käraste sak, en speldosa, den enda sak hon hade efter sin farmor. Barnen hakade på, och de prata om speldosan i uppskattande ordalag, hur den såg ut, vad den betydde. Speldosan symboliserade ett band bakåt och utgjorde ett kitt i familjen som blev tydligt under den korta sekvensen. Alla, även Fazira, såg mycket nöjda ut när vars och ens svar på min fråga blev benämnd och jag visade att alla svarade olika, men var lika värdefulla i sammanhanget och de blev respekterade för sina meningar. Så olika kan man tycka och man har rätt att säga det man tycker.

Tema hämnd fick ingen respons, men samtalet började flyta på utan mig som telefonväxel när jag tog upp temat utbytbar. Var personer utbytbara? Blir det bättre om man byter ut personer? Fazira och Ylva önskade att byta ut en av sina fröknar i skolan, och Kalle hakade på detta, men ändrade sig när mamman frågade om han verkligen ville byta ut sin kära Anna på dagis. Hemma då? Alla barnen var överens om att mamma inte var utbytbar för allt i världen. Fazira sa att somliga tyckte det var bra att bo med någon annan. Hon och mamma kom överens om att för en flicka de kände, kunde det vara så.

Tema självbild. Att ha en text att förhålla sig till i samtal med familjer, är en ny erfarenhet och gav samtalet en överraskande vändning. Jag läste högt om Randi-Grå som uppfattade sig själv som en gammal sopa där på soptippen och utifrån detta samtalade vi omkring hur vi uppfattade oss själva och hur vi blir uppfattade av vår omgivning. Hur ser vi på oss själva? Hur vill vi att andra skall se på oss? Vad krävs av oss för att ge ett bra intryck? Ylva gav en beskrivning av vad hon menade var viktigt i detta sammanhang: Att man inte var ful i munnen, kallade andra för olämpliga saker, käfta mot och att man lyssnade på tillsägelse var viktigt. Jag blev tagen av hennes tankar, full av nyfikenhet, och istället för att i rollen som samtalsledare länka över till övriga för att få fram deras åsikt, frågade jag henne hur det blir om man inte betar sig så. Jo, då blir man anmäld. Anmäld? Du menar, polisen lägger sig i om man är uppkäftig? Nej, hon menade att annars kan man få flytta hemifrån. Där svängde samtalet tillbaka till flickan de tidigare hade berättat om, som inte bodde med sin mamma. Ylva utvecklade inte temat vidare. I tankarna kunde jag inte låta bli att koppla det till det hot om omhändertagande av barnen familjen hade haft, dock på grund av andra orsaker än uppförande. Sokratiska samtal blev ett neutralt sammanhang där Ylva kunde uttala de farhågor hon har burit inom sig, men aldrig klätt i ord. Här är vi inne på det jag ser på som gränsdragningen mellan Sokratiska samtal och behandlingssamtal. I rollen som samtalsledare kan man ställa provocerande frågor om värderingar och tolkningar av text/bild för att starta processer, men inte pressa deltagarna genom att gå i djupare dialog med den enskilde. Det sokratiska samtalet blev ett neutralt forum och ett tryggt sammanhang där

Ylva, med association till en katts självbild, fick tillfälle att sätta ord på det som på något plan måste ha rört sig i familjen.

Vid det här laget var Kalles koncentration slut, och han började påkalla mammas uppmärksamhet. Mamman blev brydd över att sonen inte kunde sitta stilla, så det var bara att bekräfta att det var bra gjort av en 6-åring att delta i bort emot 20 minuter som han hade gjort. Efter- seminariet begränsade jag till en absolut minimal runda där alla sa att det hade varit OK att delta.

Vad jag lärde mig, och vilka frågor väcktes?

Att samtala med en familj utifrån ett delvis annorlunda koncept var en värdefull erfarenhet som gav lust att utforska hur jag i mitt arbetssammanhang kan utveckla och anpassa denna metod och även integrera delar i mitt förhållningssätt. Att hålla sig strikt till samtalsregler uppställda av andra, skiljer Sokratiska samtal från hur vi hanterar aggression, konflikter, undanflykter, sabotage, påhopp på andra som dyker upp när människor är mer eller mindre påtvingade att ändra på sitt sätt att hantera vissa problem i vardagen. Människor vi bjuder in till sokratiska samtal måste ha vissa färdigheter i sitt sätt att interagera med varandra. Det krävs också ett visst mått av disciplin. Samtalet kommer att haverera om man ofta blir tvungen att gå ut av sammanhangen sokratiska samtal för att stoppa gräl eller olämpligt, störande beteende som krockar med uppställda samtalsregler. Det kräver inte minst ömsesidigt förtroende mellan ”klient” och terapeut för att skapa ett gynnsamt samtalsklimat. Utsatta familjer behöver ofta lång tid innan de börjar lita på oss. Vi lägger ner mycket möda på att visa oss värda deras förtroende. Ta som exempel familjen i samtalet beskrivet ovan. För en del år sedan nådde inte mamma och dotter fram till varandra, men lyckades förbättra sin interaktion med stöd av samspelsbehandlig med Marte Meo [Aarts1999]. Det hade kommit relationerna i hela familjen till godo, och de kunde nu profitera på att delta i sokratiska samtal. En trygg relation till tonåringen bidrog till att jag avstyrde hennes tendenser till bus som annars hade tvingat fram andra fokus och omöjliggjort det planerade samtalet.

Vad jag anser att sokratiska samtal kan tillföra vårt förändringsarbete

Jag är mycket nyfiken på den kraft som ligger i att involvera hela familjen i ett dialogisk lärande ut ifrån konst, sagor och litteratur. Valet text/bild blir viktig. Min hypotes är: ju större kongruens temat har med familjen och centrala teman i deras liv desto större behållning av samtalet. Jag tror att en diffus bild kan vara till hjälp i att skapa rörelse och öppna upp i en familj där positionerna är låsta.[Minutchin 1976]. I arbete med barn i traumatiserade familjer har jag upplevt att sagor kan vara en läkande kraft. [Lundgren, M. m.fl. 1985] Sagan tar med sitt symbolspråk barnens fantasier på allvar. Den tar upp ämnen som är viktiga för dem, och ger därmed möjlighet för dem att identifiera sig med något i sagan som blir en metafor för den situationen och det livsteman de befinner sig i. Vi kan aldrig förutsäga hur en berättelse och symbolik uppfattas. Även med noggrann förberedelse och analys av textens möjligheter som inspirationskälla i samtalet, har vi ingen garanti för att symboliken träffar rätt. Men vi kan stimulera så väl vuxna som barnens fantasi och kreativitet för att de lättare ska få tillgång till sina resurser. Förutsättningen för att kreativitet skall flöda, är att vi lyckas skapa en tillåtande och accepterande stämning. Sagorna måste ge utrymme för olika tolkningar och sporra samtal om värderingar. Jag märkte i samtalet ovan hur engagemanget ökade när jag förde in frågor som rörde familjens livssituation. Folksagor ändras allt efter som de berättas och återberättas. I modern tappning har många fått en glättig utformning med ett entydigt eller lyckligt slut, och många av poängen har därmed gått förlorade. Vad är en bra saga? Vilket grundkrav ställs på folksagor så väl som konstsagor? Bettelheim[1980] redogör för fyra ingredienser som J R

R T Tolkien anser för en god saga: fantasi, hälsobot, flykt och tröst. Bettelheim lägger till ytterligare ett element av hot. En bra saga undviker inte svåra tankar eller hemska farhågor, den uttrycker en kamp mellan det goda och det onda och erbjuder hopp och tröst.

Det neutrala sammanhang sokratiska samtal äger rum i kan bli grogrund för ett nytt och mera ändamålsenligt sätt att kommunicera. Att lägga till något vidgar terapirummet och kan föra processen framåt. Sagan eller bilden blir en möjlighet för att uttrycka tankar och känslor utan rädsla för att bli ifrågasatt eller pressad att gå djupare in på ämnet än man i stunden vill. Det är ett mödosamt och tålmodskrävande jobb att starta en process som ger familjen goda erfarenheter och positiva upplevelser av att bli lyssnade på, att alla meningar är lika mycket värda och blir respekterade utan värdering och rangordning som bättre eller sämre. Att tala ut ifrån en text eller bild ger ”frihet” att uttrycka hur man tänker och känner. Jag tror att en noggrann genomgång av vad det hela går ut på är avgörande för om de skall våga ge sig in i ett sammanhang med sokratiska samtal. Upplevelsen av att inte duga sitter hårt i många som kommer till oss. I tillägg till en påfrestande livssituation har deras självbild av att inte duga blivit bekräftad av känslan att ha misslyckats i föräldrarollen. I många fall är de även ifrågasatta som föräldrar av sin omgivning och av myndigheter, och de är remitterade till oss för att få färdigheter att ge sina barn det utvecklingsstöd de behöver. I sokratiska samtal tillhandahåller strukturen förväntningar att deltagarna lyssnar och respekterar andras meningar, även om de inte stämmer med deras egna. De förväntas lyssna och styrs in på att samtala utan att försvara sina meningar, eller att bli pressade att gå djupare in på dem, något som kan ge grogrund för nya tankar när positionerna är fastlåsta. Detta kräver övning, förtroende och att samtalsledaren är en bra förebild.

Samtalsledare och terapeut

Ledaren uppmuntrar det ovannämnda med att vara oerhört noga med att inta en ickevetande position.[Anderson 2002] Ickevetande betyder i det här sammanhanget en ödmjukhet om det man vet. Man gör sig heller inte förutfattade meningar om familjen eller teman som vi skall samtala omkring. Man utgår från det som sägs i rummet och är mer intresserad av det klienten säger, de ord hon/han uttrycker än att få bekräftat sin egen kunskap och inriktning. För att få ny kunskap, måste terapeuten gå samman med klienten, samtala och försöka förstå hans eller hennes oro, åsikter och förväntningar. Därigenom kan de tillsammans utvidga berättelsen, skapa ett nytt narrativ, ge det som berättas ny mening och ny innebörd som gör händelser och upplevelser begripliga.

Harlene Andreson [Anderson & Goolishian, 1992] skriver om val av terapeutisk stil: ”Vårt val av tillvägagångssätt beror på vem vi är och vår personlighet. Vi har dragning till teorier och filosofer som passar oss.” Detta blir än mer synligt i sokratiska samtal. Där ger vi aktivt riktning åt samtalet med val av text/bild, ingång i ämnet med inledande fråga, vinklig av diskussionen med förberedda frågor om tolkning och värderingar. Vad jag är nyfiken på och intresserad av att gå djupare kunskap om, styr mitt val.

Vad förenar och vad skiljer?

En gemensam inspirationskälla är Gadamer. Han framhäver att Sokrates var ett geni i att anpassa sig och sitt sätt att diskutera efter deltagarna, sammanhanget och ämnet som var föremål för den aktuella diskussionen. Lars Lindström [Lindström 1988] beskriver fyra olika typer av dialoger, och att *dialogen som samtal* eftersträvar ömsesidig förståelse. Han refererar till Gadamer som talar om att vi därigenom utvecklar ett gemensamt språk. Samtalet skapas i nuet. Tom Andersen uttrycker (som jag uppfattade honom, workshop 2003) det som något gemensamt skapat i det ögonblick någon säger något till mig, jag uppfattar det, jag har ett inre

samtal, vad tänker jag, vad gör jag med det och jag bestämmer mig för vad jag vill svara. Att jobba med reflekterande team i terapier vinner terräng och har visat sig vara en framgångsrik metod. Andersen föredrar i sina senare arbeten att fokusera på reflekterande processer [Andersen 2001]. När vi uttalar något, hör vi det och sätter i gång vår inre dialog. Vi ger oss ofta inte tillräcklig tid och utrymme att lyssna på våra inre dialoger, att tänka efter, prata med oss själva. Kan vi, om vi lånar Tom Andersen ord [Anderson, H 2002], med att ta hjälp av sokratiska samtal, tala med varandra och med oss själva på ett sätt vi tidigare inte gjort? Något av syftet med att använda sig av sokratiska samtal, är att träna tanken. Jag citerar vad Andersen skriver om tankeutbyten:

” Vi tror att det är bra att se en konversation som utbyten av tankar. Man lyssnar på det som sägs, tänker på det och formulerar en fråga som förhoppningsvis föder nya tankar om vad som först sades. De som kört fast vet precis vilka tankar de skulle vilja diskutera, och de leder oss fram till de viktigaste tankarna om de känner sig säkra på att konversationen garanterar att deras integritet bibehålls. Det verkar därför som om det vi bör ägna vår mesta uppmärksamhet åt, är den process vi tar del av då vi samtalar med människor. Detta betyder att de diskuterar alla de konversationer de haft och dem som de kan komma att ha om den låsta situationen i framtiden. Konversationerna leder oss mot problemet, som kan definieras som något man inte kan lämna och måste förändras till något annat.”

Vygotsky [Anderson 2002, s.126] talar också om inre tal, en dialogisk process där tanken formas i språket genom ord. Han skriver:

” Tankens förhållande till ord är inte en ting utan en process, en kontinuerlig rörelse fram och tillbaka från tanke till ord och från ord till tanke. I denna process genomgår tankens förhållande till ordet förändringar som i sig betraktas som utvecklande i funktionell bemärkelse. Tanken är inte endast något som uttrycks i orden; den blir till genom dem. Varje tanke har en tendens till att förbinda något med något annat, att etablera en relation mellan saker och ting. Varje tanke är en rörelse, växer och utvecklas fyller en funktion, löser ett problem.”

Processen med att fatta, att ge mening åt och säga tankar högt, sätta samman bitar i relation till varandra till en helhet som lyfts till en högre nivå, beskriver han som delar i den proxymala utvecklingszonen. Vygotsky skriver: ”Länken mellan tanke och ord är dock vare sig förutbestämd eller konstant. Den uppstår under utvecklingens gång och undergår själv en utveckling.” Språket är enligt Vygotsky ett ”verktyg” för att få fram betydelser och påverka människors beteende. Hans idéer om hur människor genom att använda sig av sina egna sociala aktiviteter, genom att förändra sina egna livsvillkor kan, förändra sig själv.

Här ligger det största värdet av ett tillrättalagt sammanhang som den struktur sokratiska samtal ger. Samtidig som vi tar del i en dialog och påverkas av det de andra uttrycker, pågår ett inre samtal, vår berättelse formas av många inre stämmor som alla är värda lika mycket. Den ryska psykologen Bakhtin myntade begreppet polyfoni, och jag vill föra detta in i sammanhanget, därför att jag upplever att själva samtalsformen har en parallell till det som pågår inom var och en av deltagarna. Processen som startas av att alla meningar och uttryck blir tagna på allvar och väger lika mycket kan ge det var och en berättar och återberättar en ny innebörd.

Detta leder över på det centrala gränssnittet mellan sokratiska samtal som det praktiseras i dag och systemisk familjterapi, främst den språkssystemiska inriktning, [Anderson, H & Gollishan, 1992]. Detta betyder att vi i samtalet håller oss till det som sägs i rummet. Vi lyssnar och är en del i en gemensam process. ”Problem” är skapade i språket och upplöses i att vi samtalar om det på nya sätt. För att återgå till Gadamer, han skriver att varje språklig fras bär med sig en

”cirkel av det uttryckta”. Han kallar detta ”det utsagdas oändlighet”, och menar med det att inga ord eller annan kommunikation är fullständig och entydig. De innehåller betydelser och tänkbara nya tolkningar som vi måste uttrycka och formulera. Kunskapen ökar genom processen att söka efter det utsagda. I dialogen öppnar deltagarna sig för varandra och erkänner att deras ståndpunkt är värd att beakta. På så sätt kan vi i denna process närma oss varandra i språket så vi förstår vad den andra personen säger. Jag tror att mycket av kraften med sokratiska samtal ligger just i att strukturen uppmuntrar till ett fritt sökande efter nya idéer och infallsvinklar. I det sammanhanget finnes förväntningar på vidgade ramar. Anderson och Goolishian [1992] säger om denna språkliga process att den är kännetecknet på den dialog som startar en förändring. De anser att terapi är en process där man vidgar och säger det ”utsagda”, utvecklar nya teman och livsberättelser genom dialog; man skapar faktisk en ny historia. Terapi bygger på de oändliga resurserna i det ”ännu-inte-sagda” i de livsberättelser runt vilka vi organiserar oss själva i vårt uppträdande mot varandra. Vi kan ”vara i språket” med varandra och därigenom gemensamt skapa och utveckla systemiska verkligheter. Andra beskrivningar uppstår, och processen förer till att etablerade uppfattningar förändras.

I språkssystemisk familje- och nätverksterapi såväl som i sokratiska samtal har vi ansvar för att få till stånd en dialog som blir en ram för förändring i stället för att instruera andra. I sökande efter berörningspunkter hittade jag uttalande från Anderson och Goolishian som jag känner igen från samtalsledare uppgifter: ”Terapeuten ställer frågor, så att svaren ger upphov till nya frågor.” Det som skiljer är att frågor skall vara ledda av klientens synpunkter och kunskap hämtade ur dem. De skall riktas så att de ger oss ny information och förståelse. Kravet på att terapeuten eller samtalsledaren skall ta allting på allvar, minnas saker att använda sig av längre fram i samtalet eller i kommande samtal känns också igen. Jag vill understryka humorns betydelse som en faktor i förändringsarbete. Adler [Lindström 1988] skriver att det sokratiska samtalet bör ledas med ett leende och på ett sätt som lockar deltagarna till skämt och skratt där detta känns spontant och riktigt. Han menar att lekfullhet och humor främjar inläring.

All läring tillför något nytt, en skillnad från hur det har varit förut. Gregory Bateson var en av dem som formulerade den teoretiska grunden om hur vi uppfattar ting. Han beskriver att vi gör oss en bild av en människa fristående mot bakgrunden. Bilden består av båda människa och bakgrund. Bakgrunden innehåller skillnader som är tillgängliga för våra sinnen. Vi definierar något skilt från bakgrunden, det Bateson kallade ”the making of distinction.” Det finns alltså i varje situation oräkneliga antal distinktioner att göra. Om vi tar till oss den tankegången och försöker införliva den i samtal, skulle det betyda att vi är nyfikna på det de andra hörde eller såg eller kände i den situationen som vi inte uppmärksammade. Det tillför något nytt till vår bild. Det blir en rörelse över tid. Bateson myntade begreppet. ”En skillnad som gör en skillnad.” Det utgör den grundläggande enheten för information. Skillnaden görs, den görs över tid.

Sokratiska samtal kan i lyckade ögonblick vara det forum där de lagom ovanliga frågorna kan ställas, nya tankar väckas och idéer till nya frågor födas som i sin tur kan föra fram till nya vägar att förhålla sig till det man känner sig fastlåst i. Utifrån svaren utläser vi om våra frågor är för vanliga, lagom vanliga, eller allt för vanliga. Tom Andersen [1994] formulerar detta som uppmaning till reflekterande team; på samma sätt kan samtalsledare sträva mot lyhördhet och öppenhet i syfte att föra samtalet framåt:

”Om tid och plats gör det möjligt, kan man försöka komma med en fråga eller anmärkning, som är en smula annorlunda. Så annorlunda att det blir en överraskning. Inte nödvändigtvis en angenäm överraskning. Men så pass stor överraskning att personerna får en chans att

förflyttas till en annan position och därifrån ta bort och/eller lägga till något när det gäller de beskrivningar de hade förut. När den högra handen kommer med de överraskande frågorna, skulle det vara bra om den vänstra är öppen för att ta emot och känna de personernas reaktioner på vad vi yttrade.”

Som familjeterapeuter utvecklar vi vår personliga stil. Vi använder oss själva i behandlingsprocessen, och de värderingar vi ger uttryck för måste vara väl förankrade. Som nybörjare i användande av Sokratiska samtal kom jag snabbt underfund med att samma sak gäller här. Man tillägnar sig ett antal teorier att luta sig mot, ett sammanhang att anpassa sig efter och en struktur. Harlene Anderson skriver: ”Vårt val av tillvägagångssätt beror på vem vi är och vår personlighet. Vi har dragning till teorier och filosofer som passar oss”.

Grundförutsättningen för att använda Sokrates samtal som del av en familjebehandling, antog jag att medlemmarna måste ha vissa färdigheter i kommunikation. En familj skall kunna sitta och samtala med varandra, och de har en önskan om att förbättra sin interaktion.

Reflektioner jag har gjort under utbildningstiden har utkristalliserat sig i att tre områden måste finnas med

- Att de finner en önskan om att förbättra sin kommunikation.
- Att de har ett sådant förtroende för terapeuten/samtalsledaren att de känner sig fria att uttala sina meningar.
- Att sammanhangen känns lagom annorlunda, men att det är en skillnad som gör en skillnad.

Det skall bli spännande att utforska i vilken utsträckning jag kan använda mig av sokratiska samtal i syfte att ge familjer och enskilda sådana möjligheter att berätta sin historia, återberätta den på ett nytt sätt, i ett annat sammanhang, ge den ny innebörd. Att klä tankar i ord, ord som föder nya tankar. Att bli medveten om sina resurser och få syn på kunskaper och färdigheter de inte visste de hade. Sokrates egen benämning på sin verksamhet ”majevlik” tycker jag passar som beteckning för det en lyckad terapi. Den hjälper människor att få syn på sitt eget värde och komma underfund med sig själva. Så visst känns Sokrates aktuell i dag.

Litteratur.

Adler, Mortimer J: (New York, 1982) The Paideia Proposal

Andersen, Tom: (Stockholm 1994) Reflekerande processer – Samtal och samtal om samtalen

Gadamer, H-G: truth and method. (1975)

Gollishian, H & Anderson, H: (Stockholm 1992) Från påverkan till medverkan

Anderson, Harlene: (Stockholm 2002) Samtal, språk och möjligheter.

Lindström, Lars (konstfackskolan 1988): Den sokratiska metoden.

Lindström, Lars: (Stockholm 1995: Den dialogiska relationen.

Pihlgren, Ann: Sokratiska samtal. Artikel i Svensk Familjeterapi nr 1/2005

Lundgren, M & Borgström Norrby, L: (Stockholm 1988) Sagans läkande kraft