

Familieterapi og -rådgivning

Udgangspunktet for familieterapi er, at det ofte er hele familiens problem, når én i familien har det skidt. Familien opfattes som et sammenhængende system, hvor ét familiemedlems adfærd påvirker adfærden hos de andre familiemedlemmer. Det er derfor i familiens indbyrdes samspil at mulige løsninger skal findes.

Formålet med familieterapi er at hjælpe familiens medlemmer til en bedre forståelse af sig selv og hinanden. Terapiens indhold og målsætninger, der defineres i et samspil mellem familien og psykologen, kan ændres efter behov i forløbet. I det terapeutiske rum skabes et bedre overblik over situationen i familien, og der oparbejdes flere ressourcer og fokuseres på nye løsningsstrategier og -muligheder.

Stedfamilier ses ofte i et familieterapeutisk forløb. Stedfamilien er anderledes end kernefamilien, fordi den har flere medlemmer, der skal kunne fungere indbyrdes. En sådan ”storfamilie” kan naturligvis medføre både fordele og ulemper. En af ulemperne kan være det enkelte familiemedlems manglende overblik og overskud til at agere i et ofte indviklet familienetværk.

Familieterapi kan ofte være gavnlig i tilfælde med følgende problematikker:

- Usikkerhed som forældre
- Konflikter i familien og stedfamilien
- Problemer med børn og delebørn
- Konflikter i parforholdet
- Den nye stedfar eller stedmors manglende accept fra børnene
- Stedmor eller stedfars opfattelse af at være uvelkommen i familien
- Den fraskilte forælder føler skyld overfor børnene
- Jalousi mellem tidligere og nuværende ægtefæller
- Skilsmisse
- Relationer i den sammenbragte familie
- Sorg og krise hos børn og voksne

Efter den første familiesamtale vil terapeuten kunne vejlede forældrene med hensyn til det videre forløb. Det er ikke en forudsætning, at børnene deltager i samtlige sessioner. Uden børnene kan psykologen gennem parterapi hjælpe forældrene til et bedre indbyrdes forhold.

Kontakt os, hvis du vil vide mere om familieterapi og -rådgivning eller dertil knyttede problematikker.