

Badeliv

Et magasin fra MODUM BAD



HOVEDTEMA:

Familie og samliv

Samlivskurs i fengsel

Møt Inger Lise Rypdal ved brønnen



OL på hjemmebane

Ingen er så sterke at de klarer seg alene. Ikke engang Petter Northug – om han er aldri så sterk. Laget løfter han fram, og hjelper ham til å få fram det beste i seg. Konkurrenten Odd-Bjørn Hjelmeseth stoppet opp under innspurten på 5-mila i Vancouver for å heie kameraten inn til seier. Ola Wigen Hattestad gav fra seg plassen på sprintlaget og (de gode) utsiktene til gull for at gullsjansene skulle øke. Øystein Pølsa Pettersen grep sjansen – og visste hvem han skulle takke for et gull det skinte spesielt av fordi en hadde satt fellesinteressen foran egeninteresse.

Hva er overgangen fra Vancouver til Modum Bad? For en sportsidiot (et idiotisk uttrykk!) er overgangen fra den ene arenaen til andre arenaer alltid enkel, de glir over i hverandre. For det handler om det samme: om energi, pasjon, kamp, mål, spenning, utholdenhet, samhold. Om å være seg selv – men ikke seg selv nok. Og oppleve at vi blir sterke og gode av å stå sammen. Og svekket når samholdet blir borte og vi motarbeider hverandre.

Behandling og forebygging for bedre familieliv har funnet hverandre. Den tradisjonsrike Familieavdelingen fant ut at skal vi leve opp til vårt eget stolte selvbilde, kan vi ikke være oss selv nok. Pionerinstitutionen Samlivssenteret møtte motgang, – som pionerinstitutioner ofte gjør etter en stund – men saken overvant stoltheten, og de søkte sammen med Familieavdelingen – i varig, forpliktende og prestasjonsfremmende fellesskap.

Hvorfor? Fordi familieliv er under sterkt trykk i vår tid, med negative virkninger for barn og pårørende som sprer seg som ringer i vannet. Vi får slå oss sammen og bli sterke for at andre kan holde av hverandre, holde sammen og holde ut – og høste fruktene.

Hvordan? Vi ser noe, nye ideer har kommet, og endringer er gjort. Men mye mer vil komme, og endringer vil det bli. For vi kan ikke endre andre hvis vi ikke vil endre oss selv.

Om et år blir det mer moro – med VM i Holmenkollen! Blir Hjelmeseth med? Gi mannen et PREP-kurs – så lar kona han få lov!

Ole Johan Sandvand
direktør

“ Vi får slå oss sammen og bli sterke for at andre kan holde av hverandre, holde sammen og holde ut ”

Badeliv
Et magasin fra MODUM BAD

Årgang 19

Ansvarlig redaktør:
Ole Johan Sandvand

Redaktør:
Unni Tobiassen Lie

Redaksjonsråd:
Jon-Erik Bråthen
Gry Stålsett
Tone Skjerven

Grafisk design:
Nina Teigen Olsen

Årsabonnement:
Gratis

Henvendelser til bladet:
Modum Bad
“Badeliv” v/informasjonsleder
3370 Vikersund
Tlf: 32 74 97 00
Fax: 32 74 97 97
infoleder@modum-bad.no

Adresser og telefonnummere:
KLINIKKEN
Tlf: 32 74 97 00
Fax: 32 74 97 97
klinikken@modum-bad.no

POLIKLINIKKEN
Tlf: 32 74 98 70
Fax: 32 74 97 97
poliklinikk@modum-bad.no

FORSKNINGSINSTITUTTET
Tlf: 32 74 97 00
Fax: 32 74 98 68
forskning@modum-bad.no

SAMLIVSSENTERET
Tlf: 32 74 94 00
Fax: 32 74 94 01
info@samlivssenteret.no
www.samlivssenteret.no

VILLA SANA
Tlf: 32 74 97 00
Fax: 32 74 98 88
villasana@modum-bad.no

www.modum-bad.no

INSTITUTT FOR SJELESORG
Tlf: 32 78 81 55
Fax: 32 74 98 43
sjelesorg@modum-bad.no



HOVEDTEMA: Familie og samliv



- 4. - En naturlig sammenslåing, sier leder av det nye Senter for familie og samliv, Bente Barstad
- 6. Presentasjon av Modum Bads Senter for familie og samliv
- 8. Familien Larsen fikk hjelp til familielivet
- 14. Klar for nye PREP
- 16. Samlivskurs i fengsel
- 18. Kristin Asbjørnsen om foreldrenes opphold på Modum Bad
- 20. Samlivskurs for par berørt av rus
- 24. Fortsatt Foreldre - for barnas skyld
- 25. Reidar Hjermann: "Forebygging av samlivsbrudd er en lønnsom investering"
- 26. Forskning på par -og familieterapi
- 28. Modum i bevegelse
- 29. Ved kilden
- 30. Inger Lise Rypdal ved brønnen
- 32. Rommet, møtet og håpet



- En naturlig sammenslåing

Siden 1. september har Samlivssenteret og Familieavdelingen ved Modum Bad vært samlet i én ny stor enhet. - Jeg tror sammenslåingen vil inspirere til spennende faglig utvikling, sier leder Bente Barstad.

Bente Barstad, som sammen med assisterende leder Kristin Tafjord Lærum utgjør ledelsen i det nye senteret, synes det har vært et hektisk og givende halvår.

- Den nye enheten har et veldig stort spenn. Vi håndterer alt fra innleggelser innen voksenpsykiatri til kursing av friske voksne. Det er både flott og utfordrende å dekke et så stort spekter, mener Barstad.

To flaggskip

Fram til i fjor høst var Familieavdelingen og Samlivssenteret to separate

enheter på Modum Bad. Hver for seg har de høstet stor anerkjennelse innenfor sine fagområder. Familiebehandlingstilbudet innen voksenpsykiatrien er den eneste i sitt slag, i Norge og på verdensbasis. Par og familier som opplever omfattende relasjons- og samspillsproblemer, bor på Modum Bad i 6- 12 uker og følger et behandlingsopplegg som består av par- og familiesamtaler, uttrykksterapi, undervisning, trim og miljøterapi. Familiene bor i egne hus som utgjør en landsby på området.

Det tidligere Samlivssenteret er kjent for utadrettet forebyggende arbeid, blant annet gjennom kommunikasjonskurs for par, PREP. Modum Bad står for den norske versjonen av PREP og er ansvarlig for opplæringen av kursledere og videreutvikling av kursene som nå holdes over hele landet.

Samme mål

- I innhold og drift har Familieavdelingen og Samlivssenteret vært ganske

forskjellige. Fokuset og perspektivet er likevel identisk: Det handler om å styrke relasjoner i familien og parforholdet. Derfor var det på mange måter logisk å knytte disse avdelingene tettere sammen, mener Barstad.

Motivasjon for alt arbeid ved senteret er å arbeide for gode relasjoner som et viktig grunnlag for livskvalitet, psykisk helse og vekst.

Psykologer, psykiatere, sosionomer, familieterapeuter, psykologer, pedagoger, barnevernspedagoger, psykiatriske sykepleiere, førskolelærere, aktivatorer, til sammen 40 ansatte – jobber i det nye senteret, som er blitt den største enheten ved Modum Bad.

- Sammenslåing byr alltid på en del utfordringer. Vi kommer fra to forskjellige kulturer, med hensyn til organisering, driftsgrunnlag og målgruppe. Det har tatt litt tid å bli kjent og finne ut av hvordan vi best skal jobbe sammen. Men jeg er sikker på at det å samle fagkompetansen på denne måten er positivt.



Ønsker poliklinisk tilbud

Modum Bads Senter for familie og samliv, som er navnet på den nye enheten, dekker et bredt spekter av tilbud for en stor målgruppe, fra innleggelse til behandlingsopphold for par og familier, til forebyggende virksomhet gjennom veiledning og kurstilbud for familier, par eller enkeltpersoner. I tillegg utvikler senteret undervisningsopplegg og formidler fagkunnskap til andre fagmiljøer.

- Ved å samle hele spekteret i ett senter, får vi økt fleksibilitet og større mulighet for faglig utvikling. Dette betyr også bedre mulighet for å utvikle nye tilbud ved Modum Bad, understreker Barstad.

Hun ønsker seg blant annet et psykiatrisk poliklinisk tilbud til par og familier, for dem som ikke trenger innleggelse, men som trenger mer enn kurs og veiledning.

- Jeg ser for meg at det må være en mulighet å få til dette på sikt. Et annet mål er å få mer fagutvikling og

formidling som bygger på den totale erfaringsbakgrunn og kompetanse senteret samlet sett innehar. Fokus på forskning, både på familiebehandlingen og på kursvirksomheten, er også en sentral del av virksomheten.

Relasjoner

- Det er et ordtak som sier "It takes a village to raise a child". Den "landsbyen", eller familienettverket, er det ikke mange som har lenger. Foreldre og par skal klare alt selv. For noen blir det en for stor utfordring i forhold til krav og forventninger til å lykkes på alle områder. Heldigvis er det blitt mer legitimt å søke råd og få hjelp, både som forebygging og når det virkelig begynner å butte. Likevel vet vi at det kan være et stort skritt å oppsøke slik hjelp. Derfor har jeg stor respekt for alle som kommer hit til Modum Bad, sier Bente Barstad.

● ● Tekst: Marit Kleppe Egge
Foto: Unni Tobiassen Lie

FAKTA

Senter for familie og samliv:

- Tilbyr døgntilbud, familie- og parbehandling, rådgivning, formidling, forebygging, kompetanseutvikling og forskning
- Består av en avdeling for familiebehandling og en avdeling for forebygging
- Har 40 ansatte og er den største enheten ved Modum Bad
- Bente Barstad er leder for senteret. Kristin Tafjord Lærum er assisterende leder, med avdeling for forebygging som hovedansvarsområde
- Fysisk skal Senter for familie og samliv samles i ett hus i løpet av 2010



Modum Bads Senter for familie og samliv

Felleshuset:



Aktivitets-
tilbud

Villa Danica er felleshuset hvor familiene kan samles til morgenmøter, lunsj og sosialt samvær på kveldstid og i helger. Villa Danica inneholder oppholdsstuer, aktivitetsrom, kjøkken og vaskerom. Felleshuset har egne aktivitører.

Familiesenteret:



Undervisning



Forskning

Skole og Nova barnehage:



Skolen ved Modum Bad er en liten grunnskole hvor det vanligvis går 14 -16 elever og hvor det arbeider fire lærere. Vårt mål er både å legge til rette for at den enkelte elev skal få en best mulig faglig og personlig utvikling under oppholdet, og for at det skapes et inkluderende og trygt sosialt miljø.

Barnehagen har plass til ca. åtte barn. Den holder til i trivelige lokaler og er omgitt av flott natur som innbyr til aktiviteter og opplevelser hele året.

Familielandsbyen:



Familiene som kommer til Modum Bad blir tildelt et hus i avdelingens egen lille landsby.



Familie-
behandling



Behandlingsprogrammet er lagt opp med en kombinasjon av parsamtaler, familietimer, undervisning, uttrykksterapi, trim og ulike aktivitetstilbud.

Dagen starter med besøk i huset av miljøterapeut, som sjekker ut hvordan familien har det, og utveksler informasjon om planer og behov for dagen.



Kompetanse-
utvikling hos
fagpersoner



Kurs-
materiell



Modum Bads Senter for familie og samliv arbeider for å fremme gode relasjoner, livskvalitet og helse for voksne og barn. Vi har behandlingsopphold for par og familier som strever alvorlig i samlivet, vi tilbyr forebyggende kurs og veiledning for par som vil styrke forholdet og kurs for enkeltforeldre som har opplevd samlivsbrudd.

Vi utvikler undervisningsopplegg og gir opplæring til fagpersoner, legger til rette for forskning innen feltet, og formidler fagkunnskap gjennom media, faglitteratur og forskningspublikasjoner.



Fortsatt
Foreldre
kurs



Parsamtaler
og
PREPkurs





Lene Vad Larsen og Kjell-Thore Larsen fikk hjelp til å takle utfordringene i familielivet. Samtidig ble barna Jonatan og Silas godt ivaretatt i barnehagen på Modum Bad.

Fant svarene på Modum Bad

Hva skjer med barna når voksne mister grepet på livet? Hvordan påvirkes de når familien ikke fungerer? Hvor mye skal vi si og hvilke ord skal vi bruke? Familien Vad-Larsen fikk hjelp med familielivet.



Det er raus vårsol i Asker. Likevel holder snøen stand i trassige fonner og dekker nesten fuglehuset Villa Quisiana - oppkalt etter det gule huset på Modum Bad der familien Larsen bodde for en vinters tid siden.

- Vi laget fuglehuset i snekkerverkstedet der, og pappa og jeg laget spikkekniver. Jeg lærte å veve også. Vil du se?

Jonatan (7) henter teppet med sterke, glade farger og viser at det er kjempelangt. Denne ettermiddagen er han midt mellom skole og vårens første fotballtrening. Lillebror Silas (5) skal på skøyter med mamma. Men først skal de fortelle om tre helt spesielle måneder.

- Egentlig er det litt vanskelig å beskrive oppholdet på Modum Bad, sier pappa Kjell-Thore Larsen.

Det skyldes ikke manglende vilje til åpenhet, men rett og slett utfordringer med å sette ord på en slags "unntakstilstand" i livet. Lene slet med tunge depresjoner, samlivet var vanskelig og det foregikk mye i hodet til Jonatan som de ikke greide å få tak på. Hele tiden lå bekymringen der: Når vi som foreldre ikke fungerer, når jeg som voksen sliter - hvordan påvirker det barna våre?

-Jeg tenkte på det hele tiden. Jeg tenker fortsatt mye på det, men jeg er nok blitt bedre til å legge det bort. Noe av det første vi lærte var at unger tåler mer enn vi tror, så lenge vi er åpne om det. Nå er vi blitt mye flinkere til å snakke om hvordan vi har det, sier Lene Vad-Larsen.

La barna få vite

- Foreldre er naturligvis veldig redd for at deres voksenutfordringer skal gå utover barna. Derfor prøver de så godt de kan å skjerme barna sine, uten at de helt vet hvordan de best kan gjøre det. Det er et ordtak som heter "det barn ikke vet, har de ikke vondt av". I

familiebehandlingen tenker vi motsatt: Det barn ikke vet, har de vondt av. Mange foreldre trenger hjelp til å skille mellom hva barn bør vite og hva de ikke trenger å vite.

Gunvor Aarsland Lunde er behandlingskoordinator og Terje Landro jobber som familieterapeut ved Modum Bad. De vet hvor usikre barn og ungdom blir når de kjenner at det er noe, men opplever at dette noe ikke blir snakket om.

- Foreldre skjuler problemene i beste mening. Men barn er ekstremt vare og sensitive, og de blir usikre når foreldrene later som. Fantasiene som da kan oppstå blir mye vanskeligere å forholde seg til enn virkeligheten.

På Modum Bad får foreldrene hjelp til å forklare barna hvordan de har det.

De blir også oppmuntret til å fortelle om verden hvorfor de har kommet dit.

- Barna som kommer hit forlater en sosial sammenheng - skole eller barnehage - som de snart skal tilbake til. Det er best om de slipper å rote seg inn i en spiral av usannheter, noe som ofte blir konsekvensen hvis en for eksempel later som at familien har vært på ferie, sier Landro.

En enkel og god forklaring overfor omgivelsene er å si at "vi reiser til Modum Bad for å få det bedre som familie". Det bør alle ha stor respekt for! mener Aarsland Lunde.

Trivsel - og beinhard jobbing

- Vi har bare fått positive tilbakemeldinger på åpenheten vår!

Familie, venner og barnehagen til Silas og Jonatan hjemme i Asker visste godt hva de skulle og hvorfor de reiste. Etter at de kom hjem, har de opplevd at folk er støttende og positivt nysgjerrige.

Det var Lenes lege, i samråd med barnepsykolog, som henviste til Modum Bad. Den 31. oktober 2008 flyttet de inn i Villa Quisiana. Ungene fant seg til rette med en gang i et miljø som opplevdes som oversiktlig, trygt og godt.

- Jeg synes vi ble veldig mye bedre til å finne på ting sammen som familie. En blir helt klart mer kreativ når det ikke er tv i huset, mener Kjell-Thore.

- Vi voksne brukte nok lenger tid enn ungene på å finne oss til rette. Jeg husker at jeg tenkte: Du verden, hva skal vi bruke dagene til nå, vi skal jo ikke på jobb eller noe? Men et slikt opphold er ekstremt krevende, og vi trengte mye tid til å tenke og takle de emosjonelle reaksjonene, supplerer Lene.

Familien hadde flotte opplevelser sammen. Samtidig var det tøffe måneder, særlig for Lene.



Villa Quisiana er én av ti villaer i familielandsbyen.

- Jeg var veldig langt nede da vi kom dit. Vi slet som par, og Jonatan hadde lenge krevd veldig mye. Det er liten hensikt å gruble over hva som utløste hva og i hvilken rekkefølge det dukket opp. Uansett trengte vi hjelp som familie, understreker hun.

Når barn blir foreldre

Familieavdelingen tar utgangspunkt i voksenpsykiatri, selv om opplevelsen av "vanskelige barn" kan være en drivkraft til at noen foreldre søker hjelp.

- Vi hjelper barna gjennom å hjelpe de voksne. Alle barn er avhengig av hvordan voksne tolker tilværelsen, understreker Gunvor Aarsland Lunde og Terje Landro.

Familien som et sosialt system handler om medlemmer som er avhengige av hverandre. Det er imidlertid viktig å skille mellom likestilte og ikke-likestilte relasjoner. Barn og voksne er ikke likestilte. Dermed må voksne ta ansvar for barna, i tillegg til seg selv. Ofte skjer det vi i fagterminologien kaller parentifisering. Det er når barn tar ansvar for foreldrenes følelser og nærmest tar en foreldrerolle for sine egne foreldre. For eksempel kan barna opptre som meklere i familien, også mellom mor og far. Eller de gjør seg selv til problemet. Barn har en utpreget evne til å

tilpasse seg det de tror er de voksnes forventninger. "De vanskelige barna" er ofte barn som kommer i en psykisk klemme. De blir en slagmark for en krig som føres av voksne.

- Noe av kjernen i familiebehandlingen ved Modum Bad er å hjelpe foreldrene til å bli tydelige og samstemte ledere. Hvis barna selv havner i en psykisk myr, må ikke de voksne trå etter, men lede barna ut av myra.

Positive forandringer

Selv om barna selv ikke er til behandling, får de naturligvis mye

“

- Vi hjelper barna gjennom å hjelpe de voksne. ”

Gunvor Aarsland Lunde og Terje Landro.

hjelp og oppfølging under oppholdet. Silas og Jonatan gikk i barnehagen, og mamma og pappa skryter av hvordan personalet jobbet med ungene deres. Samspillet i familien ble observert flere ganger daglig av terapeuter på hjemmebesøk i Villa Quisiana.

- Vi fikk hjelp til å se det som var bra og til å legge merke til framskrittene vi gjorde. Vi lærte også

mange kommunikasjonsverktøy som gikk på hvordan vi skal snakke sammen som par og hvordan vi skal snakke til ungene.

Lene og Kjell-Thore synes guttene har forandret seg etter oppholdet. Silas er blitt mer utadvendt og trygg. Jonatan er roligere. Begge er blitt flinkere til å sette ord på hvordan de har det og hva de føler.

Men overgangen til hverdagsliv fra tre intense måneder på Modum Bad var tøff for alle fire.

- Det var fryktelig vanskelig å komme hjem til jobben og til tempoet og kravene i dagliglivet.

Fagfolk fra Modum Bad har fulgt opp barna gjennom samtaler med skolen og barnehagen, og det har vært flott. Likevel kunne vi nok ha tenkt oss et "re-opphold" som ga mulighet for en oppsummering av hva vi har klart og ikke klart. En ekstra liten dytt videre ut i verden.

Trygt å være med

Modum Bad tar imot familier med barn fra cirka ett år til ut ungdomsskolen. Behandlingsoppholdet går som regel over en periode på 12 uker. Det hender at familier kommer tilbake til ny

behandling, men det er relativt sjelden, og da er det gjerne spesielle forhold som åpner for det.

- En av fordelene med vår behandlingsmodell er at vi har familiene 24 timer i døgnet i flere uker. Vår største styrke er imidlertid helhetstenkningen vår. De ulike behandlingsarenaene gir pasientene mulighet til å se problemstillingene



"På Modum Bad er det mange muligheter for lek og utfoldelse"



"Både store og små ble ivaretatt. Her fra familieterapitime"



Private bilder



Familieterapeut Terje Landro og behandlingskoordinator Gunvor Aarsland Lunde.

sine fra flere vinkler. Det tenker vi er betydningsfullt for å fremme en terapiprosess, sier Aarsland Lunde og Landro.

I Familieavdelingen er vi opptatt av at barna skal tørre å fortelle hva de føler og opplever uten å være redd for å søre eller vekke andre reaksjoner hos foreldrene. Når spørsmålet er: Hvem skal tåle? er svaret foreldrene – ikke barna. Det er avsatt tid til familietimer, der det er naturlig at disse temaene blir tatt opp.

Et spørsmål som ofte kommer opp, er: Hva med barn som er over ungdomsskolealder som ikke er med foreldrene hit? Vi tenker at disse barna selvsagt også er en del av familien og antakelig har sine egne spørsmål og opplevelser som det kan være godt for dem å snakke om sammen med foreldrene. I mange tilfeller blir disse i samråd med foreldrene gitt tilbud om å bli innskrevet for en kortere periode. For øvrig tenker vi at det er godt for de

hjemmeværende barna å bli kjent med omgivelsene og miljøet foreldrene og resten av familien er i under oppholdet på Modum Bad. Det gir trygghet å være en del av det som foregår.

Tillitserklæring

Både Landro og Aarsland Lunde kjenner det som en stor tillitserklæring å få jobbe med familier på denne måten.

- Å komme hit er ingen lettvinnt vei å velge. Det står stor respekt av valget. Alle har vi problemer i større eller mindre grad i ulike faser av livet. Problemer er normalt. Men noen ganger trenger vi noen utenfor vår egen familie og omgangskrets som kan være medvandrere et stykke på veien.

Utgangspunktet for behandling er at relasjoner skal bli bedre og at samlivet skal fortsette. Men noen ganger betyr det å ta ansvar for et valg om å fortsette hver for seg. Når dette blir utgangen, er det viktig å fokusere

på foreldreskapet, ikke parforholdet. Selv om mor og far ikke lenger er kjærester, skal de være foreldre for barna sine livet ut. Og da er det godt for barna at foreldrene klarer å samarbeide, slik at barna ikke igjen blir slagmark i foreldrenes krig. På forebyggingssiden kan kurset Fortsatt Foreldre være et tilbud til foreldre som velger å gå fra hverandre.

Et godt fellesskap

Jonatan har funnet fram fotballstrømper og "leggingser". Det begynner å haste nå.

- Det kan bli litt travelt her av og til, men vi merker likevel at vi er blitt flinkere til å sette ned tempoet. Vi sørger for å få dager og stunder der det ikke skal skje noe hele tida. På Modum Bad merket vi hvor utrolig godt det var for guttene å ha mindre stress og mas rundt seg. Vi prøver å ta noe av det videre i hverdagen, forteller Lene og Kjell-Thore.

På Modum Bad levde de sammen med ni andre familier i et landsbymiljø og opplevde et givende fellesskap med flere av dem, både under oppholdet og i etterkant. Å møte andre i omtrent samme situasjon er med på å normalisere det som føles vanskelig. Nå ligger det to fotobøker på stuebordet i Asker med bilder av aketurer, lek i gymsalen, klatreturer, julespill, snekring og middag med venner. Foreldrene mener det er viktig for Jonatan og Silas å ha minnebøker fra en spesiell tid.

- Vi er veldig takknemlig for oppholdet på Modum Bad. Vi hadde fantastiske terapeuter, og ungene snakker fortsatt varmt om barnehagen, Danica og den spennende klatrestien. Ikke sant, Jonatan?

Men nå synes seksåringen det får være nok. Strømpene er på beina og kompisene venter. Jonatan er klar for fotballvåren.

●● Tekst og foto: Marit Kleppe Egge

- Lurer på hvordan pappa har det...

- Mange av barna vi har her i barnehagen føler at de heller burde vært hjemme og passet på foreldrene sine, sier Gudveig Aa. Gunnerød, leder for barneseksjonen ved Modum Bad.

Gunnerød har arbeidet i barnehagen Nova i 19 år. Hun har sett mange eksempler på at veldig små barn går inn i en omsorgs- og ansvarsrolle overfor foreldrene sine.

- Vi opplever veldig ofte det vi kaller energilekkasje. Barna mister konsentrasjonen, er urolige og greier ikke å fokusere på lek og aktiviteter. De lurer på om mamma og pappa har det bra.

Store utfordringer

Gudveig Aa. Gunnerød og de andre i barnehagen jobber med alt fra svært ressurssterke og velfungerende barn til barn som tydelig mangler utviklingsstøtte. De møter barn som strever med å holde mål, barn som strever med sorg og barn med intense følelsmessige svingninger. Men først og fremst møter de barn som har overtatt ledelsen i familien.

Foreldre som har gitt fra seg ledelsen er nok den vanligste utfordringen. Vi merker det på barna både i tanker og væremåte at de har gått inn og tatt en rolle som ikke er ment for små barn.

Et utfyllende perspektiv

Barna går enten i barnehage eller skole i den perioden foreldrene følger behandlingsopplegget ved Modum

Bad. Barnehagen har plass til åtte barn, og er en observasjons- og behandlingsbarnehage. Det gjennomføres cirka fire veiledningssamtaler med foreldre, samt en oppstartssamtale i løpet av oppholdet.

- Vi blir godt kjent med barnet og barnets behov, og vi ser også foreldre/barn-relasjonen veldig tydelig. Dette er utgangspunktet for foreldreveiledning, forteller Gunnerød.

Selv om familiebehandlingen har et voksenpsykiatrisk utgangspunkt, jobber barnehagen mer direkte ut fra barnets perspektiv.

- Vi skal hjelpe foreldrene til å ta best mulig vare på barnet, og vi veileder i forhold til det. Hovedfokus er å få foreldre til å bli sterkere og tryggere i foreldrerollen sin.

● ● Tekst og foto: Marit Kleppe Egge



- Vi ønsker å hjelpe foreldrene til å ta best mulig vare på barnet sitt, sier leder Gudveig Aa. Gunnerød (til venstre) og førskolelærer Marit Holte Bråthen i behandlings- og observasjonsbarnehagen Nova.



Kristin Tafford Lærum, leder av avdeling for forebygging ved Modum Bads Senter for familie og samliv.

Klar for nye PREP

PREP brukes i fengsel og på spa - i Forsvaret, Olympiatoppen og i familiebehandling ved Modum Bad. Nå skal den norske versjonen av kommunikasjonskurset oppdateres for å komme i takt med utviklingen av PREP i USA.

Prevention and Relationship Enhancement Program er de lange ordene bak forkortelsen PREP. Programmet ble utviklet i USA på 1980-tallet.

- Den første norske versjonen av PREP ble utviklet ved Modum Bad i 1998, forteller Kristin Tafford Lærum, som leder avdeling for forebygging

ved Modum Bads Senter for familie og samliv.

Fra amerikansk til norsk

Tafford Lærum har arbeidet med PREP i sju år, både ved tidligere Samlivssenteret og Familieavdelingen. I arbeidet med å revidere PREP skal den nyeste amerikanske versjonen

oversettes og bearbeides for norske forhold. Håpet er at den nye utgaven skal lanseres i 2011.

- Men for å få det til så raskt, er vi avhengig av å motta økonomisk støtte til oversettelsesarbeidet fra Barne-, ungdoms- og familiedirektoratet allerede i år, sier Tafford Lærum.

Språket er én ting, men det kreves

også mange andre tilpasninger. Vi skal blant annet lage en norsk utgave av illustrasjonsfilmen som følger med PREP-kursene. Situasjonene som vises på filmen er ikke automatisk overførbare til norske forhold.

- Det er for eksempel veldig få norske menn i dag som aldri har rørt en vaskemaskin, smiler Tafjord Lærum.

Heldigvis starter de ikke med blanke ark i denne prosessen, i og med at det allerede er gitt ut to norske versjoner av programmet.

Positiv dreining

PREP-kursene består av parvise øvelser og samtaler innledet med korte foredrag, rollespill, tegninger, film, dikt og musikk. Det teoretiske utgangspunktet er kognitiv adferdsteori med innflytelse fra adferdsorientert parterapi. PREP-programmet tar tak i de faktorene som påvirker parforholdet negativt. Samtidig handler mye av samlivskurset om å lete etter de beskyttende faktorene, det vil si det som sørger for positive følelser i forholdet. Det positive vil bli enda tydeligere i nye PREP.

-Det er tatt inn bidrag fra emosjonsfokusterteori. PREP vil handle enda mer om å ha det bra sammen. Det blir økt fokus på vennskap, sensualitet, seksualitet og humor, forteller Tafjord Lærum.

Håndtering av stress blir også en større del av de nye PREP-kursene. Dessuten vil PREP være tydeligere på temaet vold i parforhold. Det vil si, det går som en rød tråd gjennom hele programmet at trygghet, både rent faktisk og følelsesmessig, er helt fundamentalt for et godt forhold.

- Jeg synes det er veldig bra at betydningen av trygghet nå blir understreket i PREP. Det er i det hele tatt mye bra i den dreiningen som nye PREP legger opp til, sier Tafjord Lærum.

Finnes i mange varianter

Om lag 10 000 norske par har gått på PREP-kurs, og 1 200 personer har tatt kurslederutdanning. Modum Bad har tilpasset kursene for mange ulike målgrupper. Det finnes blant annet kurs for foreldre til funksjonshemmede barn og for foreldre til kreftsyke barn, og for samliv når partneren sitter i fengsel (se s.17). Målet med alle kursene er å knekke kommunikasjonskoder, lære å kjenne igjen hva slags konflikter som kan skade forholdet og få verktøy til å løse dem.

I terapi

- PREP gir mye nyttig kunnskap om relasjoner som passer godt å formidle i en terapeutisk sammenheng. Ved avdeling for familiebehandling arrangeres PREP-kurs jevnlig og målet er at alle innlagte par skal få anledning til å delta.

- Pasientene er kjempefornøyd med kursdagene, og mange forteller om viktige a-ha- opplevelser. I tillegg bruker mange av terapeutene tale- og lytteteknikken i terapitimene, forteller Tafjord Lærum.

- Det har vært veldig spennende å se hvor godt PREP fungerer i en terapeutisk sammenheng. Jeg brukte selv PREP i terapi da jeg jobbet som miljøterapeut, og veiledet på teknikker og formidlet kunnskap i den enkle formen som PREP har. Det opplevde jeg som utrolig meningsfullt. For den videre utviklingen av PREP og bruken av programmet, vil det være berikende med den bredden i kompetanse som vi har i det nye senteret, mener hun.

Sentrum for PREP

Modum Bad arrangerer ikke mer enn åtte-ti PREP-kurs i året. Hovedoppgaven er å videreutvikle kurs og utdanne kursledere. Dessuten har Modum Bad inntil nylig vært administrativt og faglig senter for PREP i Skandinavia.

- Nå verken trenger eller bør vi ha den rollen lenger overfor Sverige og Danmark, for der blir PREP ivaretatt og utviklet videre av svært forskjellige, men på hver sin måte sterke miljøer. Nå er vi blitt likeverdige samarbeidspartnere, mener Tafjord Lærum.

Forskning

- Alle PREP-par gjør en evaluering når kurset er over, og 85 prosent gir uttrykk for at de er godt fornøyd eller svært godt fornøyd med kursene. Men vi har ingen norske effektstudier av PREP, og det er et savn. Målet må være å få til et slikt forskningsprosjekt, understreker Kristin Tafjord Lærum.

PREP-tall:

- PREP passer for par i alle aldre og med ulik lengde på samlivet sitt.
- Aldersspennet for kursdeltakerne er fra 21 til 69 år.
- Gjennomsnittlig alder er 41 år for menn og 39 år for kvinner.
- Gjennomsnittlig varighet på forholdet for de som kommer på kurs er litt over 13 år.
- 74 prosent er gift og 22 prosent er samboere.
- Hvert år er om lag 1000 par på PREP-kurs rundt om i landet.

● ● Tekst og foto: Marit Kleppe Egge

FAKTA

Forebygging:

- Modum Bads senter for familie og samliv har en egen avdeling for forebygging.
- Avdelingen skal skape arenaer for læring og mestring hos par, familier og enkeltpersoner, og sørge for kompetanseutvikling hos fagpersoner.
- Avdeling for forebygging utvikler og administrerer blant annet kursene PREP og Fortsatt Foreldre.

PREP samlivskurs

— et godt tilbud også når samlivet er avbrutt lenge

Modum Bad viderefører Ringerike fengsels pionerarbeid: En egen fengselsvariant av PREP er blitt et viktig tilbud til de innsatte. Nå utgir Senter for familie og samliv et ressurshefte for PREP i fengsel.

Anslagsvis 70 par der en av partene soner i Ringerike fengsel, har vært på PREP-kurs i løpet av ti år. Tallet er imponerende når man vet at antall soningsplasser er 160. I tillegg har mange av de innsatte i dette høysikkerhetsfengselet lange dommer, mange er ikke i parforhold og mange er utlendinger med stor avstand til familien.

Spesialtilpasset opplegg



Senter for familie og samliv gir i vinter ut et eget ressurshefte for PREP i fengsel.

- Hftet bygger på erfaringene fra

Ringerike, samt fra fem andre fengsler og to av kriminalomsorgens overgangsboliger som har fulgt Ringerike fengsels eksempel, sier Liv Marie Rudmoen(bilde), som har utformet heftet. Rudmoen har ti års erfaring med sosialarbeid i fengsel.

Det spesialtilpassede kurset for innsatte i Ringerike fengsel er resultatet av en pionerinnsats som ble gjort av fengselets daværende sjef og sosialkonsulent i 1999. De hørte om PREP som da var helt nytt i Norge, og tok kontakt med Samlivssenteret ved Modum Bad. Dermed var grunnlaget lagt for at fengselspresten og to sosialkonsulenter gjennomgikk kurslederopplæring.

Anne Marit Borg, i dag rådgiver i Ringerike fengsel, var den ene av disse.

Borg er også en av skuespillerne i en film om parkommunikasjon som Ringerike fengsel selv produserte allerede i 2000. Også etter at en norsk PREP-film kom i 2003, har Anne Marit Borg og hennes kolleger foretrukket å bruke sin egen, fordi eksemplene der av kursdeltakerne oppleves som spesielt relevante og aktuelle. Med samme formål har PREP-teamet i fengselet bearbeidet og tilpasset hele kursopplegget, men de har i høy grad vært trofaste mot originalen.

Parsamtaler

Borg forteller at det siste kurset var lagt opp som et helgekurs, men uten overnatting. Det foregikk i fengselets besøkshus som er en nyskaping, åpnet i 2008. Huset har stue og to soverom, og er beregnet på at en innsatt med små barn skal kunne ta imot sine nærmeste på overnattingsbesøk. Det betyr betydelig større grad av kontakt enn det vanlig besøksordning gir rom for.

- Jeg syntes det var i trangeste laget med fem par og fire kursledere i ei lita stue, men både deltakerne og de andre lederne mente det var plass nok. Hovedsaken er at deltakerne er fornøyd.

- Ved PREP-kurs i fengselet legger vi ekstra vekt på at deltakerne skal

være skjermet når de har kommunikasjonsøvelser og andre parsamtaler. Ut fra de lokalene vi har til å holde kurs i, er fire til seks par et passelig deltaker-tall, sier Borg.

Høyt prioritert

Før helgekurset i besøkshuset har PREP i Ringerike fengsel vært kveldskurs over seks uker med én kurskveld per uke. Anne Marit Borg forteller at noen deltakere har kjørt helt fra Grenland og Østfold for å delta. Når dette gjelder kvinner som er alene med små barn mens mannen sitter fengslet, er det ingen tvil om at tilbudet blir høyt prioritert av enkelte.

- Et ekstra viktig moment ved kursene er nok at det skapes nettverk av kvinner som har sin mann i fengsel, sier Borg.

Deltakernes egen aktivitet i PREP-kurs består vesentlig i parvise samtaler, men Borg forteller også om fine plenumsdiskusjoner på fengselskursene. Et tema har vært prioritering av familiers ressurser. Kan man bytte bilen i en bedre modell, når man ikke har sett seg råd til ny barnevogn? Et annet tema som berører mange fengselspar sterkt, er sjalusi.



Rådgiver Anne Marit Borg møter de innsatte både som hjelper og som en formidler av fengselets korreksjoner av uønsket atferd. Dessuten er hun veileder for og tar imot innsattes familier på omvisningsbesøk.

Avgjørende

Det er ikke godt å vite hvor mange av fengselsPREPparene som holder sammen fortsatt i dag, men dette er da også et diskutabelt suksesskriterium. Det kan jo være svært gode grunner til at noen parforhold blir oppløst. Også for par som bestemmer seg for å bryte forholdet, kan det være svært nyttig å ha gjennomgått et slikt kurs. To innsatte som Borg har hatt kontakt med, sa uavhengig av hverandre at de ved samlivsbrudd brukte PREPs tale-lytteteknikk til diskusjonen om samværsordning. I begge tilfeller hadde denne gode kommunikasjons-teknikken vært avgjørende viktig for å få til ryddige avtaler.

● ● Tekst og foto: Håvard Altern

FAKTA

PREP

- PREP er forkortelse for Prevention and Relationship Enhancement Program - et forebyggende program som styrker parforhold
- PREP er siden 1980 utviklet og revidert av et team ved universitetet i Denver, Colorado, og bygger på forskning om hva som skaper gode og varige samliv, og hva som ødelegger
- PREP-kurs handler om kommunikasjon, konflikthåndtering og avklaring av forventninger om alle viktige sider ved samlivet
- PREP ble tatt til Norge av Samlivssenteret ved Modum Bad i 1998, oversatt og bearbeidet for norske forhold
- PREP tilbys i flere formater og i alle landsdeler, av kursledere skolert av Samlivssenteret



Senter for familie og samliv gir i vinter ut et eget ressurshefte for PREP i fengsel. Hftet bygger på erfaringene fra Ringerike, samt fra fem andre fengsler og to av kriminalomsorgens overgangsboliger som har fulgt Ringerike fengsels eksempel. Utformingen av heftet har blitt ledet av Liv Marie Rudmoen som har ti års erfaring med sosialarbeid i fengsel.



-Det kompliserte og fantastiske livet

På kvinnedagen 8. mars underholdt jazzsanger og spelemannsprisvinner Kristin Asbjørnsen i Olavskirken. Det ble et hyggelig gjensyn med kirkerommet hun så ofte søkte ro i da hun som tolvåring tilbrakte tid på Modum Bad med familien sin.

-Eksotisk

- Vi var fem søsken fra to til tolv år som bodde med mor og far i en av villaene noen måneder. Det er mange



Spelemannsprisvinner Kristin Asbjørnsen var tilbake på gamle tomter da hun holdt konsert i Olavskirken 8. mars. Da hun var yngre var hennes familie til behandling ved Familieavdelingen. (Pressefoto)

år siden nå. Vi spiste middag i Café Thaulow én gang i uken og jeg husker mitt første møte med wiener schnitzel. Det virket så eksotisk for meg den gang, smiler Kristin Asbjørnsen.

Da familien var til behandling på Modum Bad, hadde hun selv vært syk lenge.

- Jeg var litt redd for Modum Bad, fordi jeg hadde vært utsatt for mye rar type behandling som jeg følte ikke hadde vært bra for meg. Men perioden på Modum Bad var en frikobling for meg. Vi fikk ro og jeg fikk være på mine egne premisser.

-Godt sted

Kristin husker at det var mest de voksne som var i samtaler under oppholdet. Selv fikk hun mye tid på egenhånd.

- Jeg husker at det var et godt sted å være. Det var en viktig fase for oss og de utfordringene vi stod i som familie, forteller den åpenhjertige artisten.

- Jeg har alltid hatt stor respekt for Modum Bad. Det gjøres et fryktelig viktig arbeid med både forebygging og krisehåndtering der, og de har svært dyktige ansatte, sier hun.

Øvde i Olavskirken

Kristin husker at hun brukte mye tid på øvingsrommene i hovedhuset - og spesielt i Olavskirken. Den var åpen

hele tiden og var stort sett tom.

- Det var et godt rom å være i og jeg satt mye for meg selv og lagde låter.

Siden den gang har hun vært tilbake på Modum Bad ved flere anledninger og satte stor pris på å få spille i Olavskirken på kvinnedagen.

- Livet er jo en sirkel. Vi får lov til å komme tilbake til de samme stedene og situasjonene på nye måter med nye erfaringer. Jeg valgte nettopp Olavskirken fordi rommet passer godt til sangene mine. Tekstene handler litt om å undersøke hva som beveger seg når noe ramler fra hverandre. Det å miste, lengsel etter tilhørighet og omdannelser i livet. Å våge å gå inn i det som er og gi seg hen uten å miste seg selv, forklarer hun.

Musikk i sorgarbeidet

Kristin forteller at dette også har hjulpet henne gjennom sitt eget sorgarbeid.

-Min siste plate er en feiring av kjærlighetens vesen, det å lengte etter å bli omfavnet. Det er et viktig arbeid mot at mennesker skal få være og oppleve det kompliserte og fantastiske som livet og kjærligheten er.

●● Tekst og foto: Mona M. Lindseth

Samlivskurs for par berørt av rus og avhengighet

I løpet av de siste to årene har Senter for familie og samliv arrangert egne samlivskurs for par berørt av rus. Deltakerne forteller i etterkant om viktige og nyttige opplevelser og erfaringer. Nå planlegges nye kurs.

Modum Bads Senter for familie og samliv leder prosjektet "Samlivskurs for par berørt av rus" med støtte fra Helsedirektoratet. Målet med prosjektet har vært å utvikle og prøve ut en modell for spesialtilpassede samlivskurs for denne målgruppen. Utviklingsarbeidet har vært gjennomført av en prosjektgruppe.

- I tillegg har vi samarbeidet med Senter for Livsmestring i Bergen, der psykologspesialist Cecilie Thorsen er med som prosjektmedarbeider, opplyser Solbjørg Aune Hovde.

I samarbeid med senteret i Bergen vil kursmateriell nå utarbeides. I løpet av prosjektperioden har det blitt avholdt fire helgekurs og ett oppfølgingskurs med til sammen 46 deltakere. Deltakerne har gjennomgående gitt ut-

trykk for stor tilfredshet med tilbudet. Med forbehold om videre finansiering, vil det avholdes nye kurs høsten 2010.

Flere utfordringer

Prosjektleder Solbjørg Aune Hovde peker på at for mange par i denne situasjonen er det store utfordringer å ta tak i også etter at en har fått mer kontroll over rusavhengigheten. Å skape tillit, endre roller, og bryte ut av samhandlingsmønster preget av redsel for å utløse tilbakefall, er utfordringer parene kan ha i tillegg til alminnelige temaer som par flest må forholde seg til.

- For mange har rusen vært et tabube-

Skifte fokus

Vi forstår rusproblemer som relasjonelle i tillegg til forståelsen av at det er et individuelt problem, og dette ligger til grunn for prosjektet. Mange pårørende forteller om at de trenger å snakke om rusrelaterte temaer og få hjelp til å skifte fokus fra negative følelser og fortid til positiv samhandling og nåtid.

- Det er sentralt å se at familiens samhandlingsmønster har mye å si for videre rehabilitering, sier Hovde.

-Man kan lett fanges i onde sirkler, der den enes atferd forsterker den andres. Det å bryte slike sirkler er viktig for at begge partnere skal kunne trives og få bedret livskvalitet.

“

Kurset var på en måte vår siste utvei.

Vi føler at vi tar hverandre mer på alvor

og står hverandre nærmere etter kurset.”

Sitatene er hentet fra samlivskurs for par berørt av rus.

lagt tema. Noen beskriver det som å gå rundt en flodhest i dagligstua - alle ser, men ingen snakker om det, forteller Hovde.

Økt forståelse

Solbjørg Aune Hovde forteller at de har snakket med kursdeltakerne tre-fire måneder etter at de gikk på kurs. På spørsmål om hva som var det viktigste kurset bidro med, fortalte de fleste om positive endringer:



Prosjektgruppen som står bak samlivskurs for par berørt av rus. Fra venstre: Britt Drolsum, rustemaet, Vestre Viken HF, Ringerike sykehus, Solbjørg Hovde, prosjektleder, Senter for familie og samliv, Berger Hareide, BUF-etat, Christina Aaseth og Synnøve Bentzen, Famileklubbene, Terje Knutheim, FOU avd, Borgestadklinikken, Liv Marie Rudmoen, Modum Menighet, Anne Håvardrud, ARP Ruspolitiklinikken Drammen og Helene Aspelien, Mette Grøslund, ARP Tyrifjord, Vestre Viken HF, var ikke til stede da bildet ble tatt.

"Kommunikasjonen mellom meg og partneren min forandret seg etterpå. Å snakke med andre med lignende erfaringer økte vår forståelse for hverandre".

- Folk forteller at de har blitt bedre til å lytte, at kurset har hjulpet dem til å ta tak i og håndtere tøffe livshendelser, eller at de rett og slett har fått det bra sammen. Disse tilbakemeldingene tilsier at det nytter å jobbe med de dynamiske faktorene i samlivet - slik som kommunikasjon, konfliktløsning og mestring av følelser, sier Hovde.

Positivt for barna

Når klimaet mellom partnerne blir bedre, får dette positiv betydning for barna. "Dette er ubetalelig for unga våre," skrev en deltaker på evalueringsskjemaet. Dette er ifølge Hovde ett av hovedmålene for kursene: 70 prosent av deltakerne bor med barn. Disse barnas situasjon bedres gjennom at foreldrene forbedrer sin samhandling.

Hva går kurset ut på ?

Kursene har vært holdt på Villa Sana, Modum Bad. Programmet er satt sammen på grunnlag av forskning på

avhengighet og relasjoner, prinsippene i PREP, klinisk erfaring og tilbakemeldinger fra kursdeltagere/ brukerorganisasjoner.

- Kursene er pedagogisk innrettet, med vekslende mellom korte innlegg, parvise samtaler og plenumssamtaler der det er frivillig om man vil komme med innspill. Det gis rom for både humor og alvor, forteller Hovde.

- Kursdeltakere har påpekt at det er en avslappet og god stemning på kurset, og de har verdsatt god mat og rolige omgivelser.

Et par sier følgende om kurset - et år etter:

Intervju ved Trine Kvalnes, Bygdeposten høsten 2009

Sitat:

"Siste utvei- og hjelp !

Et par fra Buskerud kan gå god for kurset, etter at de har fått det mye bedre takket være fjorårets pilotkurs.

"- Kurset klargjorde en god del for oss, og vi har lært å forstå hverandre bedre. Kurset var på en måte vår siste utvei, og det ble lærerikt og morsomt. Det er mange som kunne trengt dette kurset, dessverre.

Vi føler at vi tar hverandre mer på alvor og står hverandre nærmere etter kurset. Vi skal bli foreldre og vi har det veldig bra nå", forteller paret, som ønsker å være anonyme.

● ● Tekst og foto: Solbjørg Aune Hovde / Helle Myrvik

FAKTA

Samlivskurs for par berørt av rus

På kurset tematiseres:

- forståelse og ferdigheter knyttet til kommunikasjon
- følelser og konflikt
- vennskap, lek og moro
- tillit, tilgivelse og forsoning

- Kursledere er fagpersoner med erfaring fra rus, psykiatri og samlivsfeltet

- Helgekurs med maks åtte par pr. kurs

- Pris pr par: 1000,-

For mer info og påmelding:
Se modum-bad.no/ kurs og seminarer.

For mer utdypende informasjon:
Kontakt avdeling for forebygging, tlf: 32 74 94 00 eller e-post: forebygging@modum-bad.no

Fortsatt Foreldre

— for barnas skyld



Bente Barstad, Kristin Tafford Lærum, Frode Thuen og Egil Halleland er opptatt av å bedre den situasjonen barna er i etter et samlivsbrudd.

Fortsatt Foreldre er utviklet ved Modum Bads Senter for familie og samliv. Kurset er for enkeltforeldre som ønsker støtte til å skape et godt nok foreldresamarbeid med en ekspartner - til beste for barna.

Egil Halleland er påpasselig med å understreke at det ikke primært er foreldrene man tenker på i prosjektet Fortsatt Foreldre. Barnas situasjon er hovedsaken.

Prosjektleder

Badeliv tok en kantineprat om Fortsatt Foreldre med fire representanter for Modum Bads Senter for familie og samliv (SFS). Bente Barstad leder senteret. Nestleder Kristin Tafford Lærum har hovedansvar for det forebyggende arbeidet ved SFS. Professor Frode Thuen ved Høgskolen i Bergen er knyttet til senteret på deltid, nå

primært for å arbeide med Fortsatt Foreldre.

Egil Halleland leder dette prosjektet. Han er nylig vendt tilbake til Modum Bad etter å ha arbeidet noen år i hjemkommunen Øvre Eiker. I forrige periode ved Modum Bad var han leder for **Hva med oss?** – et prosjekt som utviklet samlivskurs for par med særlig krevende omsorgsoppgaver. Dette arbeidet videreføres nå av Barne-, ungdoms- og familiedirektoratet (BUFDIR) som et landsdekkende, permanent program. Ambisjonene for **Fortsatt Foreldre** er tilsvarende.

- For barnas skyld

- Egil skal iverksette prosjektet, sier Kristin Lærum.

- Det handler om spredning, sier Bente Barstad.

De to ber Frode Thuen formulere prosjektets mål:

- Mange foreldre som ikke bor sammen har konflikter, som de har behov for å finne ut av. De må for barnas skyld bli bedre samarbeidspartnere for hverandre, sier Thuen.

- Ja, for barnas skyld, sier Egil Halleland.

For ham er det spesielt viktig å understreke at hele ideen med prosjektet er å bedre den situasjonen barna er i etter et samlivsbrudd mellom to voksne. Fortsatt Foreldre retter seg til skilte foreldre, til fagfolk som skal hjelpe dem, og til lærere, førskolelærere og andre som møter barna deres i hverdagen.

- Hele poenget er at man gjennom alle disse voksne styrker barnas stilting.

Psykiske vansker

Prosjektet er nå i en finpuss- og klar- gjøringsfase. SFS har samarbeidet med en rekke fagfolk utenfor institusjonen. Finpussen bygger også på erfaringer og evalueringer fra de forsøkskursene som Fortsatt Foreldre hittil har holdt, for cirka 150 deltakere.

Mange av de 150 forteller om betydelig personlig belastning og psykiske vansker etter samlivsbruddet. Kurset har hjulpet dem til mestring - særlig ved at de ser hva de selv kan gjøre for å endre situasjonen til det bedre.

Noen har gått på kurs kort tid etter bruddet, andre så mye som sju år senere. Det elementet i kursene som har vært evaluert som viktigst, har vært erfaringsdeling mellom deltakerne.

Alle de 150 har vært påmeldt enkeltvis. Hvis begge i et tidligere par har gått på kurs, har de gått på hvert sitt.

Bok og film

En bok som ble utgitt i prosjektets regi for to år siden, skal fortsatt selges. Det som er nytt nå, er en kursfilm på 45 minutter, en veileder for kursledere, og et arbeidshefte for deltakerne. Opplegget for spredning og bruk av dette materiellet er i støpeskjeen.

Modum Bad har hatt ansvar for utviklingsarbeidet, men det betyr ikke at Modum Bad ønsker å drifte opplegget når utviklingsfasen nå er over. Primært søker SFS samarbeid med BUFDIR, med fylkesmannsembetene og med kommunenes regionale samarbeidsorganer.

Et meget viktig ledd er BUF-etats lokale fagteam, i samarbeid med barnevernet i den enkelte kommune. Barnevernet møter de barna som aller mest trenger at foreldrene tar imot tilbud fra Fortsatt Foreldre.

Tre kursnivåer

Meningen er nå å komme ut med kurs på tre nivåer. For det første ønsker SFS å spre kompetanse om hvordan man best møter barn i samlivsbrudd, til skoler, barnehager, helsestasjoner og andre som er i kontakt med alle barn. For det annet skal fagfolk som vil bruke Fortsatt Foreldre i egen praksis, for eksempel som familieterapeuter og meklere, få et eget opplæringsprogram. Og for det tredje skal det læres opp kursledere som skal undervise foreldre etter samlivsbrudd.

Flest kvinner

- Fortsatt Foreldre-kurs er på 10-12 timer og kan eksempelvis deles på fire-seks kvelder eller serveres konsentrert - en fredag kveld og en hel lørdag, opplyser Kristin Tafjord Lærum.

Seks - ti deltakere er ideelt, med to kursledere - en mann og en kvinne. Hittil har om lag åtte av ti kursdeltakere vært kvinner, men dette er det et klart mål å få endret. Det er viktig å få tak i flere fedre.



FAKTA

Fortsatt Foreldre

- Et kursprogram om foreldresamarbeid etter samlivsbrudd
- Målet er å bidra til en trygg og stabil oppvekst for barn når foreldrene ikke lever sammen
- "Fortsatt Foreldre" er et pedagogisk materiell og program, som skal være en ressurs for fagpersoner og foreldre
- Programmet er utviklet av Modum Bads Senter for familie og samliv

Fortsatt Foreldre passer for deg som ønsker:

- Faglige innspill og støtte til å skape et godt nok foreldresamarbeid med en ekspartner - til beste for barna
- Å møte konflikter på en konstruktiv og løsningsorientert måte
- Å legge samlivsbruddet bak deg, og se framover i livet

Fortsatt Foreldre tilbyr:

- Boken Fortsatt Foreldre
- Pedagogisk veileder/kursmanual for fagpersoner
- Film (under produksjon)
- Kurs for foreldre og fagpersoner

Kursdeltakere om Fortsatt Foreldre:

"Min ekskone gikk på forrige kurs, og jeg merker forskjell på henne etter det. Vi samarbeider bedre allerede.

Jeg har også hatt stort utbytte av kurset og tror samarbeidet vårt vil bedre seg enda mer nå".

Far

8. november 2010

Modum Bads Senter for familie og samliv inviterer til:

Opplæringskonferanse

i kurs- og kompetanseprogrammet

**FORTSATT
FORELDRE**

Hvordan støtte foreldre slik at de kan få til et godt nok samarbeid etter samlivsbrudd?

Tid og sted:

Radisson Blu, Gardemoen, mandag 8. november
kl. 09.00 - kl. 18.00

Målgruppe:

Fagpersoner som møter foreldre etter samlivsbrudd

Konferanseform:

Konferansen legges opp som en opplæringsdag i Fortsatt Foreldre- programmet og gir fagpersoner anledning til å kjøpe kurs- og kompetansemateriellet. Materiellet består av en grunnbok, kursledermanual for fagpersoner som vil holde foreldrekurs, arbeidsbok for foreldre, illustrasjonsfilm m.m.

Pris: Konferanseavgift kr. 1800,- inkl lunsj.

Påmelding: www.modum-bad.no/kurs_og_seminarer
eller tlf.: 32 74 94 00

Velkommen til en spennende og lærerik konferanse

Materiellet til Fortsatt Foreldre:



Pedagogisk veileder



Arbeidsbok



Boken



Illustrasjonsfilm til programmet



Professor
ODD ARNE TJERSLAND
Å SE BARNAS LIVSSITUASJON - barns vanligste reaksjoner på bruddet, og barns ulike strategier for å mestre sin opplevelse. Hva kan de voksne gjøre for å ta best mulig vare på barna i denne situasjonen?



Professor
FRODE THUEN
BRUDDPROSESSEN - vanlige reaksjoner hos den som forlater, og den som blir forlatt. Ulike faser i brudd-og sorgprosessen.



Advokat og psykolog
GRETHE NORDHELLE
SAMSPILL, KONFLIKT OG KOMMUNIKASJON - Ulike samspill-former, ikke-provoserende kommunikasjon og hva er godt nok samarbeid?



Psykolog
KATRIN KOCH
FORELDRESAMARBEID - hvilke kvaliteter bør et godt nok foreldresamarbeid inneholde, og hvordan kan fagpersoner hjelpe dem med å få det til?



Psykolog
KIRSTI R. HAALAND
VEIEN VIDERE - hvordan legge bruddet bak seg for å gå videre i livet, ny partner, ny familie og barnas opplevelse av en ny livssituasjon.

Barneombud Reidar Hjermann om satsing på forebygging av samlivsbrudd:

- Den mest lønnsomme investeringen

Barneombud Reidar Hjermann (41) tror ikke samfunnet ennå har forstått den enormt store gevinsten det ligger i å forebygge at mor og far går fra hverandre.

-Rundt 25 000 par gifter seg årlig i Norge. Nærmere 12 000 par skilles. Hvor viktig er det å drive forebyggende arbeid for familiene?

- Samlivsbrudd er kanskje den vanligste årsaken til at barn strever med hverdagen. Jeg tror vi ikke ennå har forstått den enormt store gevinsten det ligger i å forebygge at mor og far går fra hverandre. Forebygging av samlivsbrudd er nok en av de mest lønnsomme investeringer samfunnet kan gjøre.

- Gjøres det nok i Norge i dag?

- Når vi ser mengden av foreldre som skilles, kan vi ikke være fornøyd med innsatsen samfunnet gjør for å bevare parforholdene.

- Hva bør gjøres på den forebyggende siden, etter din mening?

- Samlivskurs og andre forebyggende programmer har nok sin misjon. Gode tilbud innen psykisk helsevern for både barn og voksne er også med på å sette mennesker i stand til å beherske eget liv og egne personlige relasjoner. På den måten forebygger vi også havarerte parforhold.

Samtidig skal vi ikke glemme at arbeidsgivere landet rundt har ansvar for å legge til rette for at begge foreldre i et parforhold skal kunne være hjemme med syke barn og bidra på hjemmefronten på mest mulig likeverdig måte.

En arbeidsgiver som ser at en ung småbarnsmor eller – far tilbringer kvelder og netter på jobben skal ta ansvar for å sende dem hjem. Foreldre skal prioritere barna, ikke jobben. Når de ikke klarer dette, bør arbeidsgiveren være tydelig på at det skal være mulig både å jobbe og være mor eller far. Både private og offentlige arbeidsgivere er i utgangspunktet i stand til å forstå at det å sette barn til verden er den største verdiskapning vi har. Alle har et felles ansvar for dette.

-Hvilke behov ser du som barneombud når det gjelder forebygging?

- Jeg tror at ungdom i videregående skole burde kurses i samlivsspørsmål, slik at de lettere unngår de verste fellene når de etter hvert begynner å inngå parrelasjoner.

-Hva er, etter din mening, det viktigste satsingsområdet?

- Jeg ønsker at alle barn i grunnskolealder skal ha tilbud om samtalegrupper (såkalte PIS-grupper) hvis de opplever samlivsbrudd hos foreldrene. Dette vil ofte forebygge de følelsesmessige problemene som dessverre ofte oppstår hos barn med foreldre i to hjem.

- Modum Bad slo nylig sitt Samlivs-senter sammen med Familieavdelingen for å danne en sterk enhet for behandling og forebyggende arbeid. Hvilke tanker gjør du deg om dette?

- Jeg er vel kjent med Modum Bad som en bauta i norsk familierapi. Det gleder meg at det nå utvikles videre med både forebygging og behandling hånd i hånd. Jeg ønsker alle ved Modum Bad lykke til med arbeidet for den gode og trygge familien.



FAKTA

Barneombud Reidar Hjermann (41)

- Fra Bærum, nå bosatt i Tønsberg.
- Psykolog, spesialist i klinisk barne- og ungdomspsykiatri
- Har vært privatpraktiserende psykolog
- Arbeidet som psykolog ved Barne- og ungdomspsykiatrisk avdeling i Psykiatrien i Vestfold
- Fra 2004 (med avbrudd i 2008) har han vært ansatt som barneombud i Norge
- Som barneombud har han blant annet oppfordret kirken til å ta ordet «tukt» brukt om barn ut av Bibelen, også i håp om at andre trossamfunn skal følge etter. Han har vært med på å bringe kultur for barn og unge opp på barneombudets agenda og ivret for å bringe barn og unges egne stemmer inn i det offentlige rom



- Onlinetilbakemeldinger fra pasientene via internett er et veldig interessant konsept, sier Arnstein Finset.

Professor Arnstein Finset om forskning på par- og familieterapi:

- Banebrytende forskning

- Multisenterprosjektet i par- og familieterapi er banebrytende på flere områder. Det mener professor Arnstein Finset ved Avdeling for atferdsfag, Det medisinske fakultet ved Universitetet i Oslo.

I midten av februar deltok han på en samling på Gardermoen, hvor styringsgruppen for forskningsprosjektet STIC (Systemic Therapy Inventory of Change) møttes, sammen med veiledere og superbrukere.

- Det har dessverre vært lite

forskning om familieterapi i Norge, selv om det finnes viktige unntak. Det at vi nå har fått til et forsknings- og utviklingssamarbeid mellom tre så vidt forskjellige aktører; Modum Bad, Universitetet i Oslo og professor William M. Pinsof i USA, er uhyre spennende, sier Finset.

Han mener online tilbakemeldinger fra pasientene via internett er et veldig interessant konsept.

-Vi gleder oss stort til at prosjektet nå settes ut i livet.

Skape fremskritt

Daglig leder for multisenterprosjektet, Terje Tilden, har stor tro på at STIC vil skape fremskritt innenfor fagfeltet.

-Til nå viser forskning at cirka halvparten av klienter i psykoterapi

rapporterer bedring. Den andre halvparten oppnår ikke ønsket endring i terapi. Det er derfor en viktig målsetting å redusere denne andelen, slik at flere får hjelp i ønsket retning gjennom terapi, sier Tilden.

Det som kjennetegner klientene innen sistnevnte grupper at de lar være å si i fra til terapeuten om manglende framgang. Terapeutene har gjerne en formening om at terapien går i rett retning, på tross av at klienten ikke opplever bedring.

Tilbakemelding via nett

STIC-prosjektet innebærer å samle inn informasjon fra klienter før oppstart av terapien og mellom terapitimene.

- Dette skjer via internett og terapeuten vil kort tid etter motta en

rapport som oppsummerer klientens svar, opplyser Tilden.

I løpet av terapien vil klienten jevnlig bli spurt om sin opplevelse av framgang og prosess i terapien, og om samarbeidsforholdet til terapeuten. Tilden mener dette er svært viktig.

- Et godt tegn på varig ønsket endring, er at klienten opplever et godt samarbeid med terapeuten, og at terapien går i rett retning tidlig i forløpet. Jevne tilbakemeldinger (feedback) til terapeuten vil kunne bidra til dette.

Tilpasset hjelp

På Gardermoen-møtet ble det gjort opp status, erfaringer ble delt og rollen som superbruker/veileder for andre terapeuter ble diskutert. Åshild Tellefsen Håland er et av medlemmene i styringsgruppen som har store forventninger til multisenterprosjektet i par- og familierapi. Håland er doktorgradsstipendiat/psykologspesialist og til daglig lokal koordinator for prosjektet ved ABUP Kristiansand.

- Det jeg er mest spent på er om



systematisk feedback faktisk vil bedre terapien som klientene mottar. Jeg er også svært spent på om innføring av STIC vil oppleves som et meningsfullt verktøy for terapeutene i prosjektet, som jo er helt avgjørende for om det skal gi mening å forske på dette.

Håland håper prosjektet kan bidra til at både terapeuter og klienter ser nytteverdien av å "forske" på prosess og progresjon i den enkelte terapi.

- Jeg håper også at den fortløpende tilbakemeldingen fra klientene vil gjøre terapeuter bedre i stand til å gi mer fokusert og tilpasset hjelp.

Pinsof til Norge

Pinsof, som har utviklet feedback-systemet STIC, kommer til å gjeste Modum Bad to ganger i 2010. Først kommer han sammen med Michael Lambert som foreleser på Forskningsinstituttets 25-års jubileum 8. – 9. september. Deretter kommer han til et treningsseminar som holdes for deltakende enheter i STIC-prosjektet i oktober.

- Det er en forutsetning for vårt norske prosjekt å få veiledning av og tilknytning til The Family Institute i USA, sier Tilden.

I følge Pinsof er Modum Bad unikt i verdenssammenheng fordi

stedet i så stor grad tilrettelegger for klinisk forskning. Deltakelse fra flere enheter muliggjør også internasjonal sammenlikning av data til forskningsformål.

● ● Tekst: Terje Tilden/Kristin T.Lærum/

● ● Foto: Kristin T.Lærum

FAKTA

- STIC (Systemic Therapy Inventory of Change)
- Et kartleggingsinstrument som vil gi både terapeut og klient feedback før og mellom terapitimene
- Utviklet under ledelse av William M. Pinsof, ved The Family Institute, Northwestern University, Chicago
- Klientene fyller ut et elektronisk spørreskjema via internett og terapeuten mottar rapport som oppsummerer klientens svar kort tid etter
- Målet er å skreddersy terapien slik at det gir klienten utbytte
- STIC har vært i bruk i USA i tre år ved fire universitets-klinikker med over 1 000 klienter
- Fra 15. mars 2010 ble STIC tatt i bruk innen tre norske par- og familierapienheter



Knut Hunnes,
leder for familievernkontoret i Ålesund, Rolle i

prosjektet: Koordinator for Ålesund og medlem i styringsgruppen.

-Vi synes det er en spennende mulighet å få delta i dette prosjektet. Det er ambisiøst og innebærer samarbeid med mange forskjellige miljøer. Det blir spennende å prøve ut hvordan STIC vil passe inn i vår sammenheng, på et familievernkontor, hvor vi oftest ikke treffer klienter over lang tid, og hvor vi ikke har en tradisjon for å samle inn mye bakgrunnsinformasjon.



Margit Langerak
familierapeut. Familieenheten på FUT(Familie- og ungdoms-

team)ABUP (Avdeling barn og unge psykisk helse) Kristiansand.

-Jeg håper styringsgruppen, og terapeutene som skal være superbrukere, får anledning til å reise på studietur til USA og se STIC i bruk ved The Family Institute.



Rune Zahl-Olsen,
miljøterapeut med master i familierapi. Akutteamet i

Familie- og ungdomsteam i ABUP, Kristiansand.

-Det viktigste jeg skal gjøre i prosjektet, er å bidra til den lokale implementeringen ved å inspirere og motivere kollegaene til å ta i bruk STIC i sin kliniske praksis.



Gunhild Sønsterby, Øyvind Christensen, Håkon Asbjørnsen, Bjørnar Johannessen og Jorunn Killingstad.

FAKTA

- Et prosjekt som skal styrke de lokale helsebedriftene til å utvikle nye helsetilbud, tiltrekke seg kompetent arbeidskraft og nye kundegrupper
- Prosjektet eies av: Modum kommune, Modum Bad, Vikersund Kurbad, Modum Sparebank, Tyrifjord Hotell, Buskerud Fylkeskommune, Innovasjon Norge
- Styringsgruppe: Ingunn Dalaker Øderud, Ann Helene Skyberg, Vikersund Kurbad, Ole Johan Sandvand, Modum Bad Hans Kjensjord, Modum Sparebank, Randi Haldorsen, Buskerud Fylkeskommune

Rett før jul var det "kick off" for det nye prosjektet Modum i bevegelse.

Modum kommune satser på forebyggende helsearbeid. Gjennom prosjektet Modum i bevegelse, samarbeider kommunens ulike helseinstitusjoner med kurstilbud og helsepakker i samarbeid med blant annet kulturinstitusjonen Blaafarveværket.

-Det er også et mål at alle de ulike idrettsanleggene kan utnyttes mer større deler av året, forteller prosjektleder Gunhild Sønsterby.

Kick off

Rett før jul ble det arrangert et stort "kick off" for Modum i bevegelse med fakkeltog og gratis konsert på det flotte furumoene ved Vikersund.

- Det ble en stemningsfull kveld, hvor flere hundre møtte opp til et stort sprakende bål og flott konsert ute i skogen, forteller Sønsterby.

-Der ble også vår logo avduket, etter en logokonkurranse for hele lokalbefolkningen.

Aktivitetstilbud

I vinterferieuka ble det laget et aktivitetstilbud til ungdom fra 8.kl. – 18 år. Prosjektleder utfordret de ulike aktørene innen idrett og skisport til å lage aktiviteter.

- Det var positiv respons fra de frivillige, og vinterferieuka hadde tilbud hver dag, forteller Sønsterby.

Spennende kurspakke

Kurset "Leve livet... som småbedriftsleder" arrangeres 12. – 14. april og 7. – 9. juni. Modum Bad, Vikersund Kurbad, Frisklivsentralen og Modum i bevegelse står bak kursprosjektet.

(se www.modum-bad.no).

Gunhild Sønsterby opplyser at det arbeides med å utvikle andre kurspakker for ulike målgrupper.

-Kurset "Fortsatt foreldre" for skilte foreldre er en av kurspakkene det jobbes med. Vi ønsker også å få funksjonshemmede ut i de tilrettelagte mulighetene på Koboltgruvane.

Et samarbeid med Drammen og omegn turistforening om aktiviteter, samt St. Hans feiring ved Blaafarveværkets koboltgruver er også under planlegging.

●● Tekst: Unni Tobiassen Lie/Gunhild Sønsterby
●● Foto: Caroline Bartos Huseby

Taj Mahal, Sacre Coeur og Olavskirken



- Hysj! Vær stille!

For et år siden hørte jeg samme oppfordring bli gitt to ulike steder i verden.

Først var det i Taj Mahal i India, et av verdens syv underverk. Selv om flere plakater utenfor det vakre mausoleet oppfordret til stillhet, var det overraskende mange som ikke fulgte oppfordringen. Vakter hadde sin fulle hyre med å hysje på høyrøstede turister både på engelsk og hindi :

- Please be quiet! Cupa rah!

Noen uker senere opplevde jeg det samme i Sacre Coeur, den populære katedralen øverst på Montmartre i Paris. Selv da stedets nonner holdt messe midt på dagen, gikk praten høylydt blant turistene som vandret i kø gjennom kirkerommet. For å dempe lydnivået måtte myndige vakter gå mellom turistene og si:

- Silence, s'il vous plaît!

Det var helt sikkert flere grunner til at turistene ikke fulgte oppfordringen til stillhet i Taj Mahal og Sacre Coeur. Noe handlet om et påtrengende behov for å dele vakre opplevelser, om forskjellige kulturforståelser som møttes og om ulik oppfatning av respekt for hellige rom.

I tillegg lurte jeg på om det også handlet om beskyttelse mot indre uro og ubehag i møte med rommenes stillhet?

Taj Mahal og Sacre Coeur er bygget for ro og refleksjon. Å tre inn i rom som inviterer til lytting innover i eget liv eller utover mot livets store spørsmål og sammenhenger, kan være krevende. I slike rom kan savn, sorg, angst, skam, det ulevde eller istykkerlevde i eget liv som en ikke er på hils med, dukke opp og skape uro og ubehag. Praten kan gi beskyttelse som holder uro og ubehag på avstand.

I skogen på Modum Bad har vi en liten katedral som strekker seg mot himmelen, godt plantet i lyng og dype fururøtter. Som Taj Mahal og Sacre Coeur, gir Olavskirken mulighet for ro og ettertanke.

I Olavskirken er det ikke behov for vakter som hysjer på besøkende. Det skyldes ikke få besøkende. Olavskirken er alltid godt besøkt. Døgnet rundt. Kombinasjonen av kirkerommets symboler og utforming, den vakre altertavlen av levende natur, samt fornemmelsen av Guds stille nærvær, gjør at mange søker dit. Der er det alltid stille nok og trygt nok til å la det gode og vonde, hvile og uro, trivsel og ubehag, det levde og ulevde, det som er helt og det istykkerlevde, tre frem i ens indre.

Visst kan det i møte med Olavskirkens stillhet være nødvendig for noen å skjerme seg mot indre uro og ubehag som måtte dukke opp. En kan prate som turistene i Taj Mahal eller Sacre Coeur, eller gå ut. Men dersom en våger og klarer kjenne på det vonde og vanskelige, det gode og meningsfulle, gir Olavskirken mulighet for noe annet: Å sette ord på det en bærer på overfor Gud. Ikke som beskyttelse, men som bønn. Det kan gjøres ved å be, tenne et lys, skrive en bønnelapp, bruke håpstreet eller bare ved å være i kirkerommet.

Det er ikke sikkert bønner fører til nevneverdige forandringer i livssituasjonen. Men den kan være et uttrykk for trassig eller forsiktig håp om at det i alle fall fins en som kjenner våre liv til bunns og som aldri vender sitt ansikt bort fra oss. Det kan gjøre et av hav av forskjell, likevel.

Hver søndag det er gudstjeneste i Olavskirken, blir denne bønner bedt:

Sammen med alt som lever
kommer vi frem for deg.
Ta imot våre sukk og vår lovsang,
vår styrke og vår svakhet.
Gud, vær oss nær!
Gi oss legedom for kropp og sjel.
Gi oss ny tro, nytt håp og ny kjærlighet.
Amen.



● ● Tekst: Jon-Erik Bråthen,
ledende prest ved Modum Bad

Inger Lise ved brønnen

Den samaritanske kvinnen, Maria Magdalena eller Elisabeth. Det er én kvinne i alle roller når Inger Lise Rypdal gjør forestillingen *Kvinnen ved brønnen*. 6. mai besøker hun Modum Bad.

- Det er nesten to år siden sist jeg gjorde denne forestillingen. Nå gleder jeg meg veldig til å vise den for publikum igjen, forteller Inger Lise Rypdal.

Hun møter Badeliv på Bristol i Oslo for å fortelle om forventningene til en ny vår med *Kvinnen ved brønnen*. Vinteren har gått i Prøysen-takt. Sammen med blant andre Viggo Sandvik har hun vært på turné med publikumssuksessen Tango for to. Rypdal synes veien fra Prøysen til Bibelen er ganske kort. Det er mye himmel i den prøysenske jordnærheten.

- Språket er ulikt, men i innhold finnes det mange likhetstrekk mellom Prøysen og Det nye testamentet når det gjelder menneskesyn og menneskeverd, mener hun.

En drøm

Inger Lise Rypdal hadde en gang en drøm. Da hun våknet sto det klart for henne at hun ville gjøre en forestilling som handlet om å tro og om de kvinnene som møtte Jesus. Hun ville vise evangeliet fra et kvinneperspektiv.

Rypdal la ikke igjen drømmen på

puta. Hun tok kontakt med regissør Thea Stabell, og i samarbeid med to kvinnelige prester fikk de hjelp til å finne de sterkeste historiene. Forestillingens kjerne ble fortellingen om kvinnen som går til Sykars brønn. Der møter hun en mann som forteller henne om det levende vannet - det vannet som gjør at hun aldri skal bli tørst igjen.

- Alle tekstene i *Kvinnen ved brønnen* er gjengitt ordrett slik de står i Bibelen. Og alle prater totning - ja, med unntak av Jesus. Mange har sagt at de får en helt ny opplevelse av disse kjente bibelhistoriene når de hører dem på dialekta mi, forteller Rypdal.

Gammelt og nytt

Forestillingen vises i 22 kirker på Østlandet fra mars til mai. Noen musikalske endringer er gjort fra den opprinnelige forestillingen som ble til i 2001. I årets utgave bruker Inger Lise Rypdal flere sanger fra albumet Ansikter som hun ga ut i 2007.

- Først var jeg usikker på om jeg skulle endre noe i det hele tatt, siden *Kvinnen ved brønnen* har blitt så godt mottatt. Men jeg tror det var lurt

likevel. Jeg synes sangene med tekst av Erik Hillestad har gitt bibeltekstene en ny dimensjon, sier Rypdal.

En halvannen times forestilling er krevende når en er alene om å gjøre alle de ulike rollene, Rypdal innrømmer at det har vært en stor tekstmasse å sette seg inn i.

- Å innstuderte forestillingen var en kjempejobb. Jeg leste bibelhistoriene om igjen og om igjen, først i sin helhet og så i stadig mindre bolker. Først da jeg kunne alt utenat, var jeg klar for å gå inn i kjernen av tekstene og virkelig forstå innholdet. Tekstene er så sterke og flotte at de gir meg en ny opplevelse hver gang jeg framfører dem, sier skuespilleren.





Inger Lise Rypdal legger ut på ny turné med "Kvinnen ved brønnen". De nye sangene hun har lagt inn i forestillingen gir også en ny dimensjon til bibeltekstene, mener Rypdal.

Mye kjærighet

Selv om Rypdal er alene om å framføre tekstene, blir hun ikke den eneste som skal synge. *Kvinnen ved brønnen* framføres sammen med lokale kor.

- På Modum Bad vil det bli et kor bestående av pasienter og ansatte, foreller prest Jon-Erik Bråthen.

Morten Reppesgård og Marius Rypdal sørger for den musikalske rammen.

Svar og løsninger

Fungerer det godt med mor og sønn sammen på turné?

- Ja, absolutt. Det er veldig hyggelig å ha med Marius. Vi har stor respekt for hverandre som musikere, understreker Inger Lise Rypdal.

Hun ser fram til å holde konsert på Modum Bad for aller første gang og håper *Kvinnen ved brønnen* vil bli en god opplevelse for alle som kommer til Olavskirken denne kvelden.

- Jeg har fått mange sterke tilbakemeldinger fra publikum som forteller at forestillingen har gitt optimisme og trygghet. Jeg tror det er fordi den er så full av håp og kjærighet. Vi mennesker strever så mye, og sliter med mange vanskelige spørsmål. *Kvinnen ved brønnen* viser at svarene ofte er enkle og at løsningen mange ganger er mye nærmere oss enn vi tror, avrunder Inger Lise Rypdal.

● ● Tekst og foto: Marit Kleppe Egge

“Jeg har fått mange sterke tilbakemeldinger fra publikum som forteller at forestillingen har gitt optimisme og trygghet”

Inger Lise Rypdal

Rommet, møtet og håpet

Gjestene på Institutt for Sjelesorg tilbys det frie ”rommet”, et møte med seg selv og et håp om en Gud som ser.

Når en av oss i fagstaben første kvelden i en rekreasjonsuke skal gi en kort informasjon til de som akkurat denne uka er gjester på Institutt for Sjelesorg - er det noen perspektiv som alltid går igjen: Det frie ”rommet” som tilbys gjestene tegnes med frihetens og hvilefarger. Det frivillige, selvvalgte ”møtet” med en selv og det en bærer med seg, med samtalepartnern og med de andre gjestene, tegnes med varsomme farger.

Når fagstaben på fredag morgen har sin samling i ”jordkapellet” før dagen begynner, er det ofte at håpet blir tema. Bønnen om at håpet som har funnet fram, får bli et jordnært og himmelvendt håp for de som reiser på søndag, eller at det må spire og finne veien dit hvor håpløsheten har grepet om livet.

Jeg har tenkt å la dette; *rommet, møtet og håpet*, få være overskriften over refleksjonene.

Rommet

De ytre rammene er så tydelige: Beliggenheten utenfor allfarvei. Skogen og stiene. Fargene, varmen, den rolige estetikken inne – med vinduene ut mot naturen. Maten som er enkel, men med de gode sporene av omsorg og vilje til å skape trivsel. Kapellene som hjelper til ettertanke.

I disse omgivelsene er det mange som har gitt tilbakemeldinger om at ”her finnes det rom for hele meg. Det er mulig å være her med det som er meg – nå.”

Det kreves ikke noen spesiell problemstilling, diagnose eller

livssituasjon. Det kreves ikke tilslutning til en tro. Det kreves ikke deltakelse i fellesskapet utover det en selv vil. Rommet er for mange en oase i et samfunn og en hverdag hvor kravet til å være sosial eller fylle visse kriterier for å få ut gevinst, er stort.

Det kravløse rommet understrekes fra første møte med gjestene. Men vi vet også at dette er den stadige utfordringen i rekreasjonsukene: Å bidra til at rommet forblir åpent og fritt. Kanskje gjennom i samtale å oppmuntre konfidenten til å være så lite eller mye sosial som man egentlig ønsker – selv om man skulle oppdage at det er vanskelig, eller at det gir skyldfølelse å gjøre noe man ikke vanligvis tillater seg. For de indre kravene slutter ikke å hamre selv om de ytre stilner, – men blir tvert imot tydeligere.

Rommet er tilrettelagt for hvile. Erfaringene av veien dit, gjennom ukas dager, er imidlertid ulike for den enkelte. Det er en kjent mekanisme at det å endre omgivelser, få avstand til det vante, gir mulighet til nye innsikter og erfaringer. Det er mye som virker inn på om veien til hvilen er kort eller tar tid; om den er smertefull eller lett å gå. Men rommet, dagsrytmen og samtale gir hjelp i denne prosessen.

Møtet

Møtene i fellesskapet blir for mange en berikelse. Oppfordringen til ikke å bruke hverandre som sjelesørgere eller hjelpere og til varsomhet i møte med hverandre og med egne nødvendige grenser, er viktige. Allikevel er det for mange en hjelp å gjenkjenne hos andre det man kanskje trodde seg alene om. ”Det er ikke bare jeg som forsøker å skjule tårene eller strever med livet.” Uten å bli involvert, kan den gode



Institutt diakon Kristin K. Bakkevig

gjenkjenningen skje – som gir hjelp til å våge sin egen vandring inn i vanskelig terreng.

Møtet med sjelesørgeren i tre samtaler gjennom uka blir også en viktig mulighet til å åpne for et møte med det en bærer med seg og et møte med seg selv. I søknaden er det på forhånd beskrevet en livssituasjon med få eller mange ord. Men alt er allikevel åpent når de to som skal snakke sammen møtes. Og det er et ønske om at den enkelte skal kjenne det som en god åpenhet og en hjelp til å kunne komme med livet som det faktisk er.

Kanskje er det tid for å rydde og sortere i erfaringer og relasjoner som har blitt vanskelige eller forsømt, eller som har blitt liggende som hindringer foran ”landet innenfor”. Kanskje trengs det en å gå sammen med i et vanskelig landskap av tap og sorg. Kanskje er det så lenge siden det har vært mulig å se inn i et ansikt hvor det var mulig å speile seg i uten å gå i stykker. Kanskje

“Når livet er for vondt, hender det ikke sjelden at en strime av håp allikevel finner veien – og gir mot til å begynne en vanskelig prosess.”

er livet godt – og det ligger et nytt landskap foran. Men også da er det godt å kunne snakke med noen om det som er framtida eller få hjelp til å lukke noen dører bak seg. Kanskje har de eksistensielle tankene og spørsmåla så lenge blitt satt på vent, men her kan spørsmål om tro og undring i forhold til møtet med Den andre, få lov å være tema uten noen betingelser eller krav.

Det er ikke mulig å være samtalepartner i disse ukene uten å kjenne en stor ydmykhet i forhold til det livet som gjør så mye med oss, og som møter oss så forskjellig.

Det hadde ikke vært mulig å være samtalepartner uten troen på, og erfaringen av, at det finnes et stort potensiale for mestring, vekst og utvikling – og for godhet – i alle mennesker.

Sjelesorgen i rekreasjonsuka har en helt spesiell mulighet fordi den enkelte før og etter samtalene har tid for refleksjon og fordi hverdagens krav ikke avsporer de følelser som måtte komme.

Håpet

Det er en erfaring at rekreasjonsuka ofte er en tid og et sted hvor nye veier kan åpnes eller hvor kreftene til å gå den veien en skal gå, kan komme tilbake. Når livet er for vondt, hender det ikke sjelden at en strime av håp allikevel finner veien – og gir mot til å begynne en vanskelig prosess. Ikke få har funnet veien inn i terapi, eller finner veien tilbake til regelmessige samtaler ved instituttet når dette lille håpet om en større frihet eller forsoning med livet har vært på besøk.

Gjennom hele uka tegner tidebønnene med sine tekster og salmer også opp håpet som er knyttet til troen på en Gud som ser. En Gud som kjemper med, og lider med. En Gud som åpner veien inn mot en framtid. *Rommet og friheten. Møtet og muligheten. Håpet og livsmøtet. Det er ikke tomme ord i en rekreasjonsuke – hvor re-kreasjon, nyskapelse, skjer.*

● ● Tekst: Institutt diakon Kristin K. Bakkevig

INSTITUTT FOR SJELESORG våren 2010



Vi ønsker velkommen til følgende arrangementer:

Rekreasjonsopphold:

Dette er uker som tilbyr livsassistanse gjennom samtaler, hvile og fellesskap. Ukene kan også brukes til studieopphold. Opplegget går normalt fra mandag ettermiddag/ kveld til søndag middag.

Uke 12	(22.03. - 28.04.)	Uke 24	(14.06. - 20.06.)
Uke 16	(19.04. - 25.04.)	Uke 25	(21.06. - 27.06.)
Uke 17	(26.04. - 02.05.)	Uke 26	(28.06. - 04.07.)
Uke 23	(07.06. - 13.06.)		

Åpne kurstilbud:

Seminar om Mimi Falsen: Kreative prosesser i sjelesorgen

15. april – 18. april

(Påmeldingsfrist: 15. mars)

Nyreligiøsitet og sekterisme som sjelesørgerisk utfordring
10. mai – 12. mai

Dette seminaret vil belyse temaet paranormalitet.

(Påmeldingsfrist: 12. april)

Uke for misjonær ”barn”

18. mai – 23. mai

(Påmeldingsfrist: 18. januar)

Sjelesorgens teologiske grunnlag – jeg en sjelesørger?

27. mai – 30. mai

Dette kurset er første trinn i et kursopplegg som tar sikte på teoretisk og praktisk innføring i sjelesorg. Målet er å ruste mennesker til omsorgstjeneste i menighetsfellesskapet og i andre mellommenneskelige sammenhenger. Dette første kurset konsentrerer seg om hva sjelesorg egentlig er, hva som er god bruk av Bibel og bønn i en samtale, sjelesorg i evangeliene og hvordan en skal lytte til menneskers livs- og troshistorier?

(Påmeldingsfrist: 19. februar)

Rep. Kurs for innføringskurs

04. juni – 06. juni

(Påmeldingsfrist: 18. januar)

Trekning Institutt-lotteriet 2009

- 1.gevinst Offroad sykkel, Solveig Sørmo, Lillehammer
- 2.gevinst 1 ukes opphold på Instituttet, Rune Stray, Vikersund
- 3.gevinst 1 ukes opphold på Instituttet, Torbjørn Jakobsen, Skien
- 4.gevinst Slumreteppe i lappeteknikk (grønt), Berit Årstad, Borgenhagen
- 5.gevinst Slumreteppe i lappeteknikk (rødt), Klara Myhre, Oslo
- 6.gevinst Fargetresnitt ”mannen ved kilden”, Gunnlaug Foldnes Wåge, Straume
- 7.gevinst Gavekort 600,- (Gressvik sport), Gunnlaug Foldnes Wåge, Straume

Spesialitetskomiteen på besøk



Fredag 12. februar var spesialitetskomiteen i psykiatri på dagsbesøk på Modum Bad. De møtte legene, avdelingslederne i de kliniske avdelingene og personalsjef.

Hovedtema var Modum Bad som utdanningsinstitusjon for psykiatere samt drøfting av forslag til nye spesialistregler i psykiatri som nylig har vært ute til høring.

Bak fra v.: Overlege Benedikte Dahl Slaastad, Diakonhjemmet sykehus, LIS-lege Randi-Luise Møgster, Sandviken sykehus, LIS-lege Tone Kaldestad, Akershus universitetssykehus, konst.overlege Nina Burkeland, St.Olavs hospital, påtroppende leder Morten Selle og LIS- lege Saeed Moradi, Sykehuset Innlandet divisjon psykiatri, Reinsvoll. Foran fra v.: Prof. Edvard Hauff og avtroppende leder overlege Tordis Sørensen Høifødt, Universitetssykehuset Nord-Norge.



FESTSALEN

Onsdag 14. april kl.19.30

"Tonen va alt ho behøvde"

Eva Dons tolker Herbjørg Wassmo poesi

Entré kr 200,-. Barn gratis

NYTT KURS

- Kurs for deg som er småbedriftsleder

Modum Bad, Vikersund Kurbad og Frisklivssentralen inviterer til tre dagers kurs spesielt rettet mot deg som er småbedriftsleder.

INNHold:

- Vedlikehold din egen motor
- Min lederstil
- Harmoni i lederklemma
- En småbedriftsleders historie
- Det nære nettverk og jobb

For mer informasjon se våre nettsider eller ta kontakt med Tove Bergsrud på 32 74 97 00

Vikersund Kurbad AS
Badet for rehabilitering og mosjon



Ledige plasser 7. - 9. juni 2010

... som SMÅBEDRIFTSLEDER



Tredagers kurs for sykepleiere

Nullstille for å omstille

- Vi lærer deg teknikkene som forebygger utbrenning, fremmer din helse og bedrer din livskvalitet!

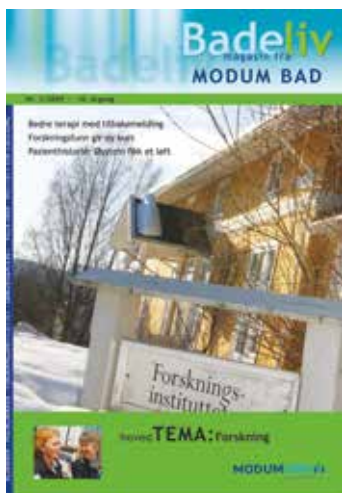
Tre dager med fokus på livsmestring, turer, hyggelige måltider, kulturopplevelser og gode samtaler.

- Dag 1. Mindfulness
- Dag 2. Stressmestring - fra gjøre til være
- Dag 3. Balanse - motstandskraft og engasjement
Sluttforedrag med Per Arne Dahl
"Å gjøre håpet konkret"

LEDIGE PLASSER: 05. - 07. mai - 16.-18. juni

Gå inn på www.modum-bad.no eller ring 32 74 98 89

Badeliv i ny drakt



Ved starten på et nytt tiår ville vi la Badeliv fremstå i en litt mer moderne drakt.

Vi håper du liker den nye designen. Ønsker du å abonnere finner du link på vår nettside www.modum.bad.no eller du kan sende en mail til: infoleder@modum-bad.no
Badeliv er fortsatt et gratis magasin.



HISTORIER OM SÅRBARHET

"Modum Bad er stedet for mennesker som har erfart en tøff virkelighet. De har beveget oss"

Forfatterne: Catharina Jacobsen og Ketil Bjørnstad

Pris kr. 100,-

Ordinærpris 298,-



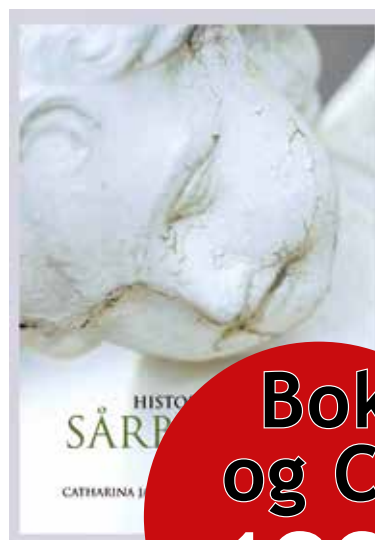
SANGER OM SÅRBARHET

Modum Bads jubileums-CD
"Sanger om sårbarhet".

Pris kr 99,-

Ordinærpris 150,-

CD-en ble spilt inn under en live konsert i Festsalen søndag 13. januar 2008. Hele 16 norske musikere stilte opp gratis for å bidra til platen.



**Bok
og CD
199,-**