

FAKTA

Annika Helgadóttir Davidsen

Útbúgving

2006: cand.psyk frá Københavns Universitet

2010: autorisatión frá Dansk Psykolognævn

2010: serútbúgving innan etingarólag

Arbeiðsøki

2007: sálarfrøðingur hjá Københavns Kommune, á viðgerðarstaði fyri misnýttarar í metadon-viðgerð

2008-2010: sálarfrøðingur á Psykoterapeutisk Center Stolpegård, Ambulatorium for Spiseforstyrrelser

2011: ph.d.-lesandi í samstarvi við Københavns Universitet og Psykoterapeutisk Center Stolpegård

– Tað er torført at broyta ella ávirka tað, sum longu er hent. Harafturat gerst viðgerðin eisini serfrøðingur við tað, at hann í hægri mun stýrir samrøðunum og tulkar útsagnir og atferð hjá sjúklinginum, sigur Annika

MYND: REBEKKA RAFAEL

At arbeiða systemiskt merkir í høvuðsheitum at síggja familjuna sum eitt system, og at hava fokus á sambandið millum familjur, í parløgum, vinarbondum og so framvegis heldur enn bert at hava fokus á sjálvan einstaklingin. Útgangsstøðið er, at trupulleikin liggur ikki hjá bert einum familjulími, men at hann í stóran mun verður ávirkaður av samskiftinum millum familjulími, og sostatt er partur av eini størri heild. Tí er neyðugt at skilja, at tað finst ikki bert ein veruleiki, men fleiri veruleikar – alt eftir úr hvørjum sjónarhorni mann hyggur.

– Harafturat leggur systemiskt/narrativa tilgongdin til psykoterapi eisini dent á at fokusera á framtíðina og ressursirnar hjá sjúklinginum heldur enn einans trupulleikan, fortíðina og vantandi ressursirnar. Hetta er sera orkugevandi og gagnligt fyri sjúklingin og viðgerðargongdina. Tað, sum mær eisini dámar við hesi tilgongd, er, at hon leggur upp til, at tað er sjúklingurin, ið er eksperturin í sínum lívi.

– Í eitt nú psykodynamisku tilgongdini til viðgerð meini eg, at mann stundum problematiserar sjúklingin við at leggja upp til, at orsøkin til trupulleikan liggur í fortíðini og í einstaklinginum. Tað er torført at broyta ella ávirka tað, sum longu er hent. Har-

afturat gerst viðgerðin eisini serfrøðingur við tað, at hann í hægri mun stýrir samrøðunum og tulkar útsagnir og atferð hjá sjúklinginum. Eg haldi tað vera meira gagnligt fyri sjúklingin at hyggja at støðuni her og nú heldur enn at leita aftur í fortíðina og eisini at hava sum útgangsstøði, at sum terapeutur veit eg als ikki betur um hendan persónin og hansara liv enn hvat hann ger sjálvur, og tí er hann serfrøðingurin – ikki eg.

Frá kliniskari praksis til gransking

1. desember fór Annika undir eina Phd útbúgving við eini granskingarverkætlan, ið skal snúgva seg um, hvussu ber til at bøta um psykoterapeutiska viðgerð fyri fólk við etingarólagi.

Hóast Annika soleiðis skiftir praktiska kliniska arbeiðið út við lívið sum granskari, er tað tó sama teoretiska grundfatan, hon tekur støði í.

Við støði í spurnarbløðum fer Annika at granska, hvussu sjúklingurin metir um hvønn terapitíma. Sjúklingurin fær høvi til at siga, hvat hjálpir og ikki undir einum viðtalutíma, og hvussu hann ella hon upplivar sambandið við viðgerðan. Soleiðis ber til at broyta viðgerðina, soleiðis at hon betri hóska til sjúklingin.

Sum terapeutar gloyma vit stundum at spyrja sjúklingin, hvat hann heldur hjálpir honum – kanska tí terapeuturin sjálvur stundum óttast fyri atfinningum, og hvat aftursvar hann fær. Mín granskingarverkætlan skal taka støði í sjúklinginum, og vitanin um, hvat hjálpir og ikki, skal koma sjúklinginum til góðar. Tað skal ikki vera ein vitan, ið

kemur úr erva og niður – tvs. frá einum abstraktum ástøði og niður í praksis – men umvent: Frá sjúklinginum í praksis og upp.

Bæði í teori og praksis heldur Annika sostatt fast í tí sjónarmiði, at tað er sjúklingurin, ið er serfrøðingurin – ikki sálarfrøðingurin.

Fokus á sálarfrøðina

Á várið 2011 skipaði ein bólkur av sálarfrøðingum saman við felagnum »Føroyskir Sálarfrøðingar« fyrri tí fyrsta føroyska sálarfrøðiliga fakfestivalinum. Endamálið við fakfestivalinum var at menna sálarfrøðiliga vitan, innlit og førleika í Føroyum, og at bjóða øðrum fakbólukum møguleika at ogna sær vitan og íblástur innan júst hetta økið.

Endamálið var eisini at varpa ljós á, hvussu margfeld og fjølbroytt sálarfrøðin er. Tískil vóru verkstovurnar á fakfestivalinum eisini býttur í fimm breytir: »Børn og Ung«,

»Arbeiðis og Organisatiónssálarfrøði«, »Læring og Menning«, »Klinisk Sálarfrøði og Viðgerð« og »Likam og Sál«.

Sálarfrøðiligi fakfestivalurin verður aftur 22 og 23 mars 2012, og í tí sambandi hevur Súsanna O. Skaale forkvinna fyri Sálarfrøðiliga fakfestivalin 2012 gjørt eina greinarøð við samrøðum við ein sálarfrøðing frá hvørji breyt. Samrøðurnar snúgva seg í høvuðsheitum um valda evnið hjá sálarfrøðinginum. Hendan samrøðan er við Anniku Helgadóttir Davidsen.