

# Familieterapi

---

Familieterapi er en hjælp til familier, hvor børn mistrives eller har det svært af forskellige årsager. Det viser sig enten ved at børnene agerer ud af og bliver "besværlige" at være sammen med, eller ved at de vender mistrivslen indad og udviser symptomer som eksempelvis angst eller depression, skolevægring mm

Der kan også være mange andre årsager til, at familier har gavn af terapi. Eksempelvis et højt konfliktniveau i familien, sorg, skilsmisseproblematikker, psykisk sygdom, misbrugsproblematikker, osv.

Men uanset de udfordringer en familie har, er det helt essentielt, at jeg altid betragter en familie som et samlede hele, der påvirker og indvirker på hinanden.

**Mistrives et enkelt medlem af familien, påvirker det alle familiens medlemmer.**

## Kontakt mig

---

Bjelkes Allé 17A, 1. sal - RUM3  
2200 Kbh. N.

+45 27521159

Kontakt@saskiacarlsen.dk

saskiacarlsen.dk

# Familieterapeut Saskia Carlsen

---

**Familieterapi er en hjælp til at håndtere familiens udfordringer og skabe bedre trivsel og sund udvikling**



## Om mig

---

Gennem mine uddannelser som pædagog og familierapeut har jeg specialiseret mig i at hjælpe forældre og professionelle til at skabe de bedste mulige betingelser for en sund udvikling hos børn gennem velfungerende samspil og trygge relationer.

Qua min kandidat i pædagogisk psykologi besidder jeg endvidere et solidt teoretisk grundlag, som jeg orienterer mig ud fra i alt mit arbejde med psykologiske og terapeutiske processer.

Alt afhængig af den enkelte families behov, anvender jeg min viden om og erfaring med hhv. den narrative og systemske tilgang, en oplevelsesorienteret og eksistentiel tilgang samt en socialpsykologisk tilgang.



***Meget hurtigt inde i vores forløb hos Saskia var stemningen i vores familie vendt fuldstændig på hovedet. Vi voksne skælder mindre ud og børnene er gladere både herhjemme og i skolen.  
(Naja, 37 år)***

## Min vision

---

Der er intet i verden børn ønsker mere end harmoni i deres familie. De ved bare ikke, hvordan de skaber og opretholder netop det.

Forældrene i familien bærer derfor altid ansvaret for kvaliteten af relationerne og for samspillet i familien. Et barn, der bærer på skylden for et dysfunktionelle samspil, kan ikke trives og udvikle sig mentalt sundt.

At hjælpe forældre til at få øje familiens dynamikker og alternative handlemuligheder er derfor et helt centralt og vigtigt element i mine samtaler med familierne.

Så snart forældrene begynder at gøre tingene på nye måder, skaber det grobund for at børnene også begynder at gøre tingene på nye måder. Med øjeblikkelig virkning.