Tejping

![MCj03519380000[1]]()

en lekfull metod för att arbeta med inre och yttre relationer

Digitalt baserad grundutbildning i Tejping via Zoom

Barbro Sjölin-Nilsson

24 september, 8 oktober, 22 oktober och 5 november 2025

**Upplägg:** Zoom-undervisningen ges under fyra onsdagsförmiddagar med två veckors mellanrum.

Under veckorna mellan varje kurstillfälle utför deltagarna några praktiska tränings- och reflektionsuppgifter relaterade till Tejping. Dessa sänds in till kursledaren som tar upp deltagarnas erfarenheter och frågor vid nästa tillfälle och ger viss personlig återkoppling.

Ett basalt Tejpingmaterial med minifigurer, tejp, hus, möbler och en del annan rekvisita behöver finnas tillgängligt för deltagarna inför dessa uppgifter.

**Kurslitteratur:** Varje deltagare får ett digitalt kurskompendium samt några artiklar och uppsatser om Tejping. Psykolog Jan Nilssons bok *Tejping – det lekfulla samtalet* ingår.

**Deltagare:** Max. 12 deltagare som följer undervisningen via plattformen Zoom. De får en inbjudan som innehåller länkar till de olika Zoom-mötena.

**Tid:** Onsdagsförmiddagarna den 24 september, 8 oktober, 22 oktober och 5 november. Kursen pågår kl. 9 – 12 i arbetspass på 45 - 60 minuter med två pauser.

**Kostnad:** 5 200 kr + moms (kursavgift) samt 350 kr inkl. moms (kursboken) per deltagare.

Barbro Sjölin-Nilsson Psykologkonsult AB och Jan Nilsson Psykologkonsult

Uppsala

070 – 644 38 72

nilsjo.psyk@telia.com

 [www.bof-tejping.com](http://www.bof-tejping.com)

Tejping

![MCj03519380000[1]]()

en lekfull metod för att arbeta med inre och yttre relationer

Rent praktiskt innebär Tejping att vi låter barnet/tonåringen/föräldern/familjen eller den vuxne visuellt gestalta sitt nätverk, sin livssituation, en konflikt eller en traumatisk upplevelse med hjälp av målade träfigurer. Det hela utspelar sig på en ”scen” som tejpas upp på ett bord. För mindre barn kan scenen utgöras av en sandlåda på ett bord.

Samtalsledaren deltar själv i gestaltandet med hjälp av sin alter ego-figur, som bidrar till att skapa dialoger, berättelser och samspel mellan figurerna på scenen. Dessa kan representera såväl yttre personer som sidor eller delsjälv inom klienten.

Genom gestaltandet med figurerna skapas ett mellanområde, där vi tillsammans kan se på problemet. Detta skapar en viss distans och genom externaliseringen blir klienten friare att berätta och även att finna lösningar i låsta situationer.

I utvecklandet av arbetssättet har vi praktiskt och teoretiskt blivit inspirerade främst av den norske psykologen Martin Soltvedt som utvecklat Tejping eller leksamtal för barn, tonåringar och familjer, men även av Michael Whites och David Epstons externaliseringsbegrepp och Tom Andersens tankar om yttre och inre samtal.

Tejping kan användas både vid inre och yttre problem. Via ett mer lekfullt arbetssätt kan vi närma oss svåra teman och hitta lösningar både konkret och symboliskt. Gestaltandet, som kompletterar samtalet, underlättar för klienten att ge en berättelse eller beskrivning av hur situationen eller problemet ser ut, att bearbeta trauman eller att experimentera med vägar att nå uppställda mål. Själva kan vi använda Tejping för att informera och förbereda klienter inför kommande händelser och förändringar.

Tejping passar för såväl utredning som uppföljning och behandling. Det visuella gestaltandet förstärker klienternas narrativa förmåga.

Under kursen går vi igenom teori och metodik för Tejping och illustrerar med filmer och vinjetter från Tejpingsamtal med klienter i olika åldrar och konstellationer. Den praktiska träningen sker mellan kurstillfällena.

Barbro Sjölin-Nilsson Psykologkonsult AB och Jan Nilsson Psykologkonsult

Uppsala

070 – 644 38 72

nilsjo.psyk@telia.com [www.bof-tejping.com](http://www.bof-tejping.com)