

Så gör vi familjeterapi – nyklassicism,
vetenskap och beprövad erfarenhet.

Avslutningsplenum vid SFFT:s konferens
i Växjö, augusti 2015

Magnus Ringborg

FÖRKORTAD VERSION

Kom ihåg namn!

Vänta med att föreslå utredning!

Närvaro!

Affektiv intoning!

Sänk tempo för att höja
intensiteten

Ge alla utrymme!

Vänta med att ge goda råd!

En hemuppgift bör vara begriplig,
hanterbar och meningsfull

Familjeterapi behöver förklaras!

Använd egna känslor och
erfarenheter med måtta!

Papegoja inte mekaniskt sista
meningen!

Det kan bli lite för mycket
”Spännande!”

Fundera på om din metafor
verkligen är till nytta för familjen!



Klassisk period 1956 – 1986

Postmodern period 1987 –
2004

Nyklassicistisk period 2005 -

Nyklassicism inom familjeterapi

- ⊗ Från social-konstruktionism till kritisk realism
- ⊗ Från konkurrens mellan skolor till en ackumulerad kunskapsstock
- ⊗ Från one-size-fits-all till specifika metoder för specifika problem
- ⊗ Från filosofi till psykologi

BIO-PSYKO-SOCIAL FÖRSTÅELSE

- ⊗ Genetikforskningen med arvets respektive miljöns betydelse.
- ⊗ Individuell problematik och familjemönster påverkar varandra ömsesidigt cirkulärt.
- ⊗ Familjen påverkar kroppen, men kroppen påverkar också familjen.

SYSTEMTEORIN FÖRANKRAS I VETENSKAPLIGA TEORIER

- ⊗ Inläringsteori
- ⊗ Kognitiv psykologi
- ⊗ Affektteori
- ⊗ Utvecklingspsykologi
- ⊗ Anknytningsteori

GENERELLA STRATEGIER FÖR FÖRÄNDRING

- ⊗ Förändra familjens struktur
- ⊗ Använda inlärningstekniker
- ⊗ Utmana kognitiva konstruktioner
- ⊗ Utveckla livsberättelser
- ⊗ Affektmedvetande och affektiv kommunikation
- ⊗ Meningsskapande
- ⊗ Hemuppgifter
- ⊗ Psykopedagogik
- ⊗ Hämtas ur gemensam interventionskatalog

BYGGER PÅ DE GEMENSAMMA FAKTORERNA

- ⊗ Engagera familjen
- ⊗ Terapeutisk allians
- ⊗ Hopp
- ⊗ Positiv förväntan

FORMAR STRATEGIER KOPPLADE TILL SPECIFIKA SVÅRIGHETER

- ⊗ De generella familjeterapeutiska principerna och teknikerna anpassas till:
 - ⊗ den specifika problematiken
 - ⊗ de speciella livsomständigheterna
- ⊗ Bygger på specifik kunskap om dessa

VERKAR FÖR HÅLLBAR FÖRÄNDRING

- ⊗ Utgår från ett realistiskt förändringsmål
- ⊗ I modellerna ingår interventioner för att upprätthålla uppnådda förändringar över tid
- ⊗ Förebygger återfall

KOMBINERAR OLIKA KONSTELLATIONER

- ⊗ Kombinerar familjesamtal, parsamtal och individuella samtal
- ⊗ Pragmatisk hållning - vad som bäst gagnar de mål man har
- ⊗ Varje person blir förstådd och hörd för att bygga allians

ÖKAD MOTIVATION FÖR FÖRÄNDRING

- ⊗ Använda ett lösningsorienterat språk
- ⊗ Bygga på familjens styrkor
- ⊗ Utgå från familjens och de olika medlemmarnas mål
- ⊗ Salutogen hållning – begriplighet – hanterbarhet - meningsfullhet

EN FAMILJETERAPI

- ⊕ 1900-talet: Olika ”skolor” som tillämpade samma metod på alla problem och situationer
- ⊕ 2000-talet: En familjeterapi med gemensam kärna men med diversifierade praktiska tillämpningar

Den teoretiska kärnan

- ⊗ Systemteori som organiserar subteorier:
 - ⊗ Inläringsteori
 - ⊗ Kognitiv psykologi
 - ⊗ Affektteori
 - ⊗ Utvecklingspsykologi
 - ⊗ Anknytningsteori

- ⊗ Multisystemiskt fokus

- ⊗ Biopsykosocial helhetssyn

- ⊗ Förankring i empirisk forskning

Den metodiska kärnan

- ⊗ Interaktionssystem:
 - ⊗ struktur
 - ⊗ kommunikation
 - ⊗ hemuppgifter
- ⊗ Affektsystem:
 - ⊗ Anknytning
 - ⊗ affektiv kommunikation
- ⊗ Meningssystem:
 - ⊗ socialt meningsskapande
 - ⊗ gemensamma livsberättelser
 - ⊗ psykopedagogik

Ethos
Talaren

Logos
Budskapet

Pathos
Känslorna

Arete
Dygd:

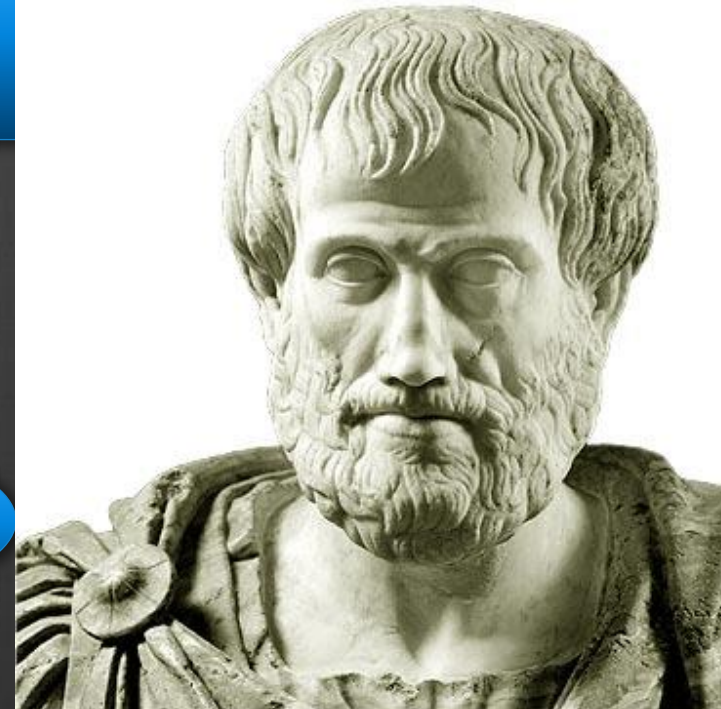
Fronesis
Kunskap

Eunoia
Välvilja

Modig,
rättrådig,
klok, måttfull

Copia
Verktyslådan

Kairos
Timing



Fem beprövade specifika modeller

Funktionell Familje Terapi FFT

”Maudsleymodellen” vid Anorexia Nervosa

Emotionellt Fokuserad parTerapi EFT

Anknytnings Baserad Familje Terapi ABFT

Psykopedagogisk familjeterapi vid psykos

Gemensamma faktorer i de fem modellerna

- ⊗ Bygger på klassiska modeller
- ⊗ Tydliga band till strukturell familjeterapi
- ⊗ Flera använder sig av iscensättning
- ⊗ Förändrar Expressed Emotion
- ⊗ Alla är strukturerade i faser

Från FFT - terapeuten

- ⊗ Icke dömande, icke anklagande (Eunoia)
- ⊗ Humor, värme och acceptans (Eunoia)
- ⊗ **Teoretiskt förstå familjeterapi.** (Copia)
- ⊗ Ha en **absolut vilja att fortsätta** terapin och hålla fokus på vad det handlar om. (Arete)

FFT

- ⊗ Change viewing + feeling: Positiv omformulering
- ⊗ Change doing: föreslår experiment, annan turtagning, systemiska förändringar

Från Maudsley

- ⊗ Interventioner session 1
- ⊗ *Väga patienten*
- ⊗ *Hälsa familjen på ett **uppriktigt och allvarstyngt sätt** (Arete)*
- ⊗ *Få en berättelse från var och en så att de engageras i processen (Eunoia)*
- ⊗ *Skilja sjukdomen från patienten*
- ⊗ *Förmedla budskapet att det här handlar om en **allvarligt** sjukdom som **det kräver** mycket för att bli frisk ifrån (Kairos)*
- ⊗ *Ge föräldrarna **uppgiften** att nära patienten*

Maudsley session 2

- ⊗ *Väga patienten*
- ⊗ *Få en berättelse och observera familjemönster **under matlagning,** servering*
- ⊗ *Hjälpa föräldrarna att övertyga dottern om att äta åtminstone en mun mer än vad hon hade tänkt sig*
- ⊗ ***Koppla ihop** patienten med syskon för stöd*

Maudsley 3-10

- ⊗ *Väga*
- ⊗ *Styra, styra tillbaka och fokusera samtalet på mat och ätande tills oron kring mat, vikt och ätande har lättat*
- ⊗ *Diskutera, stödja och hjälpa föräldradyadens ansträngningar till närande*
- ⊗ *Diskutera, stödja och hjälpa familjen att utvärdera syskonens försök att hjälpa sin syster*
- ⊗ *Fortsätta att modifiera kritik från föräldrar och syskon*
- ⊗ *Fortsätta att skilja patientens intressen från sjukdomens*
- ⊗ *Avsluta alla sessioner med att gå igenom framstegen*

Från EFT - Skapa allians

- ⊗ Tona in med båda klienterna
- ⊗ Skapa klimat av trygghet
- ⊗ Validera var och en utan att ta ställning
- ⊗ Var närvarande , genuin och genomskinlig

Evokatitv gentsvar

- ⊗ Fokusera på det oklara eller förbisedda i klientens upplevelse
- ⊗ Terapeutens försöker utvidga upplevelsen genom att peka på ickeverbala reaktioner, önskningar, föreställningar och tendenser till handling

Empatiskt gissande

- ⊗ Inte insikt, utan att skapa en mer intensiv upplevelse
- ⊗ Terapeuten går ett steg före
- ⊗ Försöker genom klargörande skapa ny mening

Omstrukturering

- ⊗ Följa upp, spegla och repetera samspel
- ⊗ Omtolka i termer av interaktionscykeln
- ⊗ Omtolka i termer av anknytning
- ⊗ Iscensätta existerande samspel
- ⊗ Iscensätta önskat samspel
- ⊗ Strukturera specifika responser

RISSSC

⊗ R – Repeat

⊗ I – Images

⊗ S – Softly

⊗ S – Slowly

⊗ S – Simple

⊗ C – Client specific

Från ABFT

- ⊗ Arbeta med peripeti
- ⊗ Specifika allianssamtal
- ⊗ Förbered iscensättning
- ⊗ Håll kvar de sårbara känslorna

Och bygg ett starkt kontrakt!

Från psykopedagogisk familjeterapi

- ⊗ Fler-familj-effekten (multi-family therapy)
- ⊗ Arbeta med Expressed Emotion
- ⊗ Pedagogik
- ⊗ Ödmjukt samarbete

Det post-moderna credot

- ⊗ Nyfikenheten
- ⊗ Samarbetsrelationen



**TACK FÖR UPP-
MÄRKSAMHETEN**