

Vad är speciellt med att vara  
familjeterapeut?

Tällberg 2009

# Vad är speciellt med att vara familjeterapeut?

- **Förmånen att få arbeta med "livets stoft"**
- **Förmånen att träffa familjer. Familjen - det mest betydelsefulla sammanhanget i de allra flesta människors liv**

# Människan en flockvarelse

- Som familjeterapeuter har vi nu i snart 70 år utmanat en av västvärldens mest ståndaktiga illusioner - att människan är en ensamvarelse och att självständighet och autonomi är detsamma som att klara sig själv.

# ”Mädchen für alles”

- Vi familjeterapeuter är också rustade för att förhålla oss till komplexitet, mångfald och att balansera flera människors uppfattningar samtidigt om hur verkligheten är beskaffad just nu. Vi kan hantera flera relationer och vara till hjälp för flera samtidigt.



# Som familjeterapeuter rör vi oss i ett nätverk av relationer

- Familjeterapeuten kan röra sig mellan intrapsykiska och interpersonella fenomen i "real time"
- Familjeterapeutens perspektiv balanserar mellan individens inre och yttre liv - sammanhanget är avgörande

# Ramen ska förstärka motivet

- Vi kan röra oss över generationsgränser, vi kan upphäva traditionella psykoterapeutiska ramar och skapa de som gynnar sammanhanget.
- Vi är experter på att skapa sammanhang som gynnar SAM (arbete, ordning, verkan, spel...)

**Vi kan möta människor i många olika  
konstellationer och med olika  
gemensamma projekt.**

.

# Vi rör oss mellan nivåer

- Som familjeterapeuter är vi bekväma med att flytta oss i förhållande till förklaring, förståelse av och fokus för intervention



# Olika nivåer för förklaring, förståelse och intervention (Pinsof)

- Biologiska nivå
- Intrapsykisk nivå
- Interpersonell nivå



# Piller och Prat

- Oavsett på vilken nivå interventionen sker tänker familjeterapeuten att förändring på vilken nivå som helst kan ha effekter på andra nivåer och det gäller att få olika nivåer att samverka

- **”It was striking that the children’s problems could be understood as a reflection of the parents’ problems”**

**(Bowlby, 1947)**



# Familjeterapeutens arbetsmaterial är berättelser

- Familjeterapeuten rör sig mellan individers olika berättelser och strävar efter att stimulera till samskapande berättelser som går att leva med
- Olika tekniker för detta allt från reflektioner frågor, rollspel, skulpturer till inspelade videosekvenser i föräldrautbildningssyfte

# **Familjeterapins förhållande till diagnoser**

- **Speciellt för oss familjeterapeuter är vårt förhållande till den diagnostiska berättelsen som utgångspunkt för vårt arbete**

# Vem, vad, vilka?

- **Genom att vi förflyttar oss mellan nivåer så uppenbarar sig genast frågeställningen från vilken nivå skall informationsunderlaget som ska skapa diagnosen hämtas. Vilken berättelse ska styra?**




# Familjeterapi - diagnos

- **Vad blir konsekvenserna då vi väljer en viss nivå att utgå från för att fastställa en diagnos**
- **Hur påverkar den diagnostiska berättelsen individen och familjemedlemmarna**

# **Familjeterapeut – socialpsykologisk tradition**

- **Avkommans överlevnad**
- **Garanterar ekonomisk trygghet för familjen**
- **Tillfredställa emotionella behov av kärlek och trygghet**
- **Försäkra att barnen blir adekvat socialiserade, självreglerande – rådande normer vad gäller barn och föräldrars beteende**
- **Att ge individerna en plats och position i samhället**



# Familjeterapi – Utvärdering

- ◆ Teori – mångfald
- ◆ Metod – mångfald
- ◆ Utvärdering - mångfald

Metod för utvärdering –

Systematiska kvalitativa/kvantitativa, godkända, kontrollerade metoder,

Samforskningsmetoder

Kundnöjdhet eller/och beprövad erfarenhet,

# Familjeterapeutens val

- Vår uppfattning om familjeterapeutens professionsutövning i förhållande till dessa punkter styr våra val vad gäller utövningen av vår profession



# Teori

- Familjeterapins historia är liksom andra idétraditioner en påse gott och blandat av teorier och metoder där man hämtat sin inspiration allt från tidiga dagars cybernetik, epistemologi, idéhistoria, Wittgensteins tes om språkspel etc

# **Teoretisk utveckling**

**Vi har gått från första ordningens  
cybernetik till fokus  
på världen som ett samskapat fenomen**

- ◆ **Från universum till multiversa**
- ◆ **Från normativt till icke-normativt**
- ◆ **Från intervju till konversation**
- ◆ **Från föreskrift till sam-arbete**
- ◆ **Från påstående, tolkning till dialog**
- ◆ **Från observatör till observerande system**

# SAMSPEL

- ◆ **Affektteori – att i samspel med andra kunna reglera våra affekter på ett socialt accepterat sätt**
- ◆ **Anknytningsteori – behovet av trygghet tillhörighet och en trygg bas – att ge omvårdnad – att söka omvårdnad**
- ◆ **Social inlärningsteori – att inlemmas i flocken genom att få hjälp att handla enligt med samt omfatta flockens normer och värderingar**

# Forskningsstöd för familjeterapi

Familjebaserade interventioner har visat sig vara effektiva för en lång rad av problem hos barn och ungdomar

”The bulk of evidence based treatments come from the cognitive-behavioural, structural and strategic Traditions, but there are also some studies of systemic family therapy. There are few or nonexisting of psychodynamic family therapy” (Carr, 2000)

# Resultat av Meta-analyser:

- För barn och vuxna med psykisk ohälsa och med relationssvårigheter är familjeterapi en effektiv behandlingsmetod.
- I genomsnitt mår en behandlad klient bättre än 70 % av de obehandlade klienterna.

(Shadish et al, 1993)

# Mera specificerat:

- Par och Familjeterapi är effektivare än ingen behandling
- Åtminstone lika effektivt som individualterapi och i vissa fall mera effektivt
- Finns begränsat stöd för att vissa modeller av Par och Familjeterapi är mer effektiva än andra modeller

(Shadish & Baldwin 2003)

# **Familjeterapi med barn och ungdomar är effektivt vid:**

- **Uppförandestörningar**
- **Missbruksproblem**
- **Ätstörningar**
- **Komplement till annan behandling vid depression och kroniska sjukdomar**

(Cottrell & Boston 2002)

# Familjeterapi med barn och ungdomar är effektivt vid:

- Barnmisshandel och "neglect"
- Trots och uppförandeproblem
- Problem med uppförande och överaktivitet
- Missbruksproblem
- Emotionella problem, ångest och depression
- Psykosomatiska problem

(Carr 2000a)

# Familjeterapi med vuxna är effektivt vid:

- Psykos
- Depression
- Drog- och alkoholproblem
- Anorexia och bulimia
- Äktenskaps och relationsproblem

(Asen 2002)

# Familjeterapi med vuxna är effektivt vid:

- Psykos
- Depression
- Drog- och alkoholproblem
- Anorexia och bulimia
- Äktenskaps och relationsproblem

(Asen 2002)

# **Familjeterapi med vuxna är effektivt vid:**

- **Svår mental sjukdom**
- **Alkohol- och drogmissbruk**
- **Relationssvårigheter**
- **Kronisk fysisk sjukdom**

**(Sprenkle 2002)**

# Depression:

(familjeinterventioner i flera studier lika bra som individualterapi)

- **Syfte:** Minska familjestressen som barnet är utsatt för samt öka den sociala supporten inom familjekontexten.
- **Typ av interventioner:** Familjeterapi eller parallella föräldra- och barnsessioner. Klar/tydlig föräldra-barn kommunikation. Familjebaserad problemlösning. Minska negativ och kritisk "hög EE".

# Familjeterapi på 2000-talet

- ◆ Staten gör tydliga anvisningar om familjestöd
- ◆ Evidensinformerade modeller implementeras inom hälso- och sjukvård
- ◆ Olika föräldrautbildningar introduceras
- ◆ Manualbaserade familjeterapimodeller introduceras

**Hur ska vi som familjeterapiprofession förhålla oss till den ”nya vågen” som förefaller så välbekant?**

- Kan vi förena icke-normativ kunskap med normativ kunskap?**
- Kan vi använda våra ”systemiska” teorier och metoder i samverkan med normativa teorier och manualiserade modeller ?**

# Hur ska vi veta vad vi gör?

- **Omfatta systematisk praktik**
- **Manualer är en karta där vi kan tillämpa våra familjeterapeutiska kunskaper för att nå ett önskat mål**
- **En hjälpreda för terapeuten och innebär transparens för arbetet**
- **Manualer fokuserar på frisk- och hälsobringande faktorer**



- **Familjeterapeuter som är trogna sina modeller uppträder ofta ytterst systematiserat**
- **Ofta blir dessa terapeuters beteende förknippat med deras personlig förmåga eller karisma vilket till del givetvis är sant men också ett resultat av gediget och noggrant arbete i att ta en metod och en idé på allvar**

# **Vi rör oss i livets stoft!**

- **De som söker hjälp i sina relationer – är oftast i nöd, förenat med skam, skuld, dålig självkänsla, vacklande hopp och ibland låg tillit till både sig själv och eventuella hjälpare**
- **Att verka i detta "livets stoft" är ansvarsfullt och lätt att gå vilse**

# **Familjeterapeuter besitter unik kompetens**

- **Om vi nu kan enas om att som familjeterapeuter besitter unik kompetens för att möta människor i olika situationer, att vi genom våra teorier och metoder kan bemöta de allra flesta människor att vi kan integrera nya/gamla teorier, metoder och rön. Hur ska vi då förvalta detta?**

# FÄLT OCH FORSKNING

- Fält och forskning närmar sig varandra inte minst genom FHI:s satsningar där kommunerna plötsligt blivit mycket aktiva i att vilja samarbeta med forskarsamhället kring modeller och metoder att stärka barn och familjer

# FÄLT OCH FORSKNING - HUR NÄRMA SIG VARANDRA

- ◆ Ömsesidig anpassning
- ◆ Avmystifiera forskning
- ◆ Validera klinisk erfarenhet
- ◆ Ge utrymme på arbetsplatser för att ta del av nya ny kunskap genererad genom forskning

# Personliga tips - om Du vill forska

- Välj ett område som du brinner för!
- Hitta en försonligt inställd representant för forskarsamhället!
- Ta fatt i din egen nyfikenhet!
- Hitta välvilliga och stödjande kamrater!