

Mitt intro i Tällberg 10-15 minuter

Hjärtligt välkomna till Dalarna Leksand och Tällberg!

Så fantastiskt att se så många förhoppningsfulla familjeterapeuter framför sig. Jag hoppas av hela mitt hjärta att ni alla får meningsfulla dagar här och att ni kommer att åka härifrån med en berikande upplevelse med er i bagaget!!

När vi började planera för den här kongressen, så blev det ganska så snart självklart vad den skulle handla om: Det var en upplevelse hos oss i kongresskommittén kring familjeterapins utsatta situation som kliniskt alternativ som stämde väl överens med mångas funderingar i förslagshörnan som fanns nere i Tylösand kring familjeterapins framtid.

”Påspaning efter familjeterapin” fick bli rubriken som sammanfattade ett mycket starkt behov av att bidra till en mobilisering för att först och främst inför oss själva lyfta fram vad familjeterapeutisk metod är, vad den är bra för, vad som är speciella styrkor med den, för att vi, stärkta av denna genomlysning ska kunna gå tillbaka till våra arbetsplatser med huvudet litet högre, som företrädare för ett utmärkt och ett mycket gångbart psykoterapeutiskt alternativ.

Detta kräver saker av oss själva:

Vi behöver uppdatera oss kring ”Familjeterapins State of the Art”.

Vi behöver se nya möjliga utvecklingsvägar och broar där vi hittills bara ser motsättningar och konflikter.

Vi behöver få tillbaka en grundad tilltro till oss själva som familjeterapeuter, att vi representerar ett fullt gångbart alternativ i den kliniska vardagen även om det blåser andra, snåla eller kalla vindar runt om oss. Vi måste bli starkare på att klara den ”felande länken” nämligen att göra familjeterapi av beskrivna problem, att koppla gemensamt framtagna terapeutiska mål mer direkt till en för klienterna begriplig interaktionistisk metodik i ett ”förändringsspråk” som har mening – att skickligare kunna etablera

”ETT FAMILJETERAPEUTISKT TEMA”

Utgångspunkten för oss som familjeterapeuter är tilltron till läkande och helande krafter i interaktionen i nära relationer. Potentialen som där finns att utveckla! Begreppet familj kanske av vissa betraktas som mossigt men det handlar om det biologiskt förankrade sociala system som vi som människobarn föds in i och växer upp i. Förutom kunskap i systemisk teori måste vi därför förstå krafterna i hur vi blir till som kännande och tänkande människor i ett ekologiskt utvecklingsperspektiv. Familjeterapin måste därför vidga sina teoretiska referensramar och söka integration med forskningsbaserad anknytningspsykologi och neuropsykologi. Då kommer det att finnas många nya utvecklingsvägar för familjeterapeuten.

Vi blir till som sociala varelser långt före språket. Våra metoder måste möta klienterna just på denna resa mot språkets utvecklande möjligheter till socialt fungerande. Som psykoterapeutisk metod är familjeterapin till sina mål inget undantag i den meningen att den

ska bidra till utvecklingen av ett inre psykologiskt liv, självreflektion och mentalisering. Våra interaktiva metoder är dock speciella och viktiga att lyfta fram som starka alternativ för att göra psykoterapi tillgänglig för den vanliga människan ute på våra kliniker. Vår metod ger en känsla av sammanhang, skapar förutsättningar för hållbar motivation att fullfölja ett terapeutiskt arbete, och skapar hållbara förändringar. Det är därför som familjeterapi är bra för många.

Låt oss därför använda dessa kongressdagar till att koncentrera oss på 3 stora frågor:

Den första handlar om "VAD ÄR FAMILJETERAPI?"

Låt oss leta efter och hitta det specifika och det genuina, de terapeutiska styrkor som utmärker familjeterapin och som gör familjeterapeuter viktiga. Kanske kan vi också fundera över hur en fungerande familjeterapeutisk struktur och process kan se ut, vilka kärnmoment som den innehåller, var vi behöver spetsa vår kompetens för att tydligare se oss som ett terapeutiskt alternativ och kunna vara goda ambassadörer för vårt arbetssätt. Vi måste samla oss till en tydlig beskrivning av momenten i en sådan process och få dem forskningsbaserade: terapeutisk allians, uppdrag, målformulering, terapeutiskt tema, avstämning/korrigerande, avslutning etc.

Den andra frågan handlar om "VAD ÄR BRA FAMILJETERAPI?"

Hur vet vi att vi har på fötterna när vi agerar ambassadörer för vår modell för psykoterapi? Vilka bevis har vi för att det vi håller på med inte bara är humbug? Vi kan ha olika uppfattningar kring tyngdpunkten i fördelningen mellan våra inspirationskällor. Debatten om huruvida psykoterapi är konst eller vetenskap har väl de flesta av oss lämnat vid det här laget. Diskussionen står snarare kring hur adekvat och relevant forskning bör bedrivas för att den ska kunna vara en bra ledstjärna i utvecklingen.

Begreppet EVIDENS som egentligen betyder "BEVIS" har fått en onödigt kontroversiell klang i dessa tider. Det är klart att vi behöver vetenskapliga bevis på det vi gör. Olika forskningsmetodiska skolor kompletterar varandra med olika former av ny information. Ett är dock glasklart för mig och det är att om vi fortsättningsvis ska hävda oss i den kliniska världen måste vi även förstå, stötta och aktivt verka för den traditionella kvantitativa jämförande forskningen kring vår metod. Effekt och kostnadseffektivitet som begrepp kan vi inte hålla oss för goda för. Om vi inte på allvar ger plats även för den kvantitativa forskningen kommer familjeterapin att utvecklas till en alternativ rörelse utanför de etablerade offentliga klinikerna och det tvivlar jag på att de flesta av oss vill se. Det ligger naturligt för oss som terapeuter att i första hand vara intresserade av processfrågor och kvalitativa frågeställningar. Men vi måste helhjärtat också bjuda in outcome-forskningen även om den kanske genomförs av andra som kan den och är genuint intresserade att driva den. I samma anda måste vi ansvara för att de universitetsbaserade utbildningarna för psykoterapeuter på familjeterapeutisk grund försörjs med kunniga lärare från vår krets.

Den tredje stora frågan som vi ställer är ”VAD GÖR EN BRA FAMILJETERAPEUT?”

Den handlar om olika kunskaper och förutsättningar som måste finnas för att vi ska ge oss chansen att fungera så bra som möjligt. Här vill jag förutom att hänvisa till plenumet i morgon förmiddag också be er titta på hur ett 60-tal av er tyckt kring detta i den enkät som legat ute på vår hemsida under våren.

Vi behöver mötas i dialog och samtal om allt detta. Inte för att i första hand övertyga varandra utan för att bli tydligare själva var vi står. Familjeterapin som metod måste ta steg ur en defensiv position. Detta utvecklingsarbete som jag hoppas att dessa dagar kommer att bidra till, kommer dels att följa principen om co-evolution. Jag tänker på Stierlin och hans resonemang om varje parts utveckling i en gemensam process. Men jag tänker också på att varje utvecklingssteg också innebär differentiering och att olika utvecklingstrender i vår rörelse också kan och kanske ska innebära förgreningar och avknoppningar som gör att viktiga behov och intressen på ett bättre sätt tillvaratas än idag. Konfliktlösning mot situationer som innebär att båda parter vinner är ju en av våra styrkor som familjeterapeuter vare sig det innebär att parter fortsätter tillsammans eller finner bättre lösningar var för sig.

Tanken under dessa dagar är nu att vi alla låter oss inspireras av de speciellt inbjudna plenumdeltagarna och att vi sedan livfullt tar aktiv del i seminarierna i ett spännande idéutbyte. Vi skulle vilja att var och en använder seminarierna till att söka svar på tre stora frågor:

1. Vad sa man i plenum?
2. Vad var huvudbudskapen?
3. Vad tänker jag om detta?

Det viktigaste för oss som arrangerar dessa dagar är att just du ska få tillfälle att ta reda på mer noggrant vem du själv är som familjeterapeut och vilka utvecklingsvägar som du stakar ut på din fortsatta professionella resa. Jag ber dig därför att trots ett ansträngt tidsschema komma i tid till seminarierna för att underlätta för våra seminarievärdar att strukturera dessa så att alla deltagare får ut mesta möjliga.

Jag önskar all lycka på färden under dessa två dagar!

Än en gång Välkomna så väldigt mycket till oss i Dalarna