

# Familjesamtal på institution - möte med möjligheter?

av Bente Aannestad



Psykoterapisällskapet, Stockholm  
Psykoterapeutexamen i familjeterapi  
Vårterminen 2005  
Handledare: Annika Forsmark

## Abstract

Syftet med uppsatsen har varit att undersöka det familjeterapeutiska arbetet på det behandlingshem där jag själv arbetar som familjeterapeut. Jag har använt mig av en kvalitativ forskningsansats. Tre familjer har tillsammans med mig och en kollega blivit intervjuade av en gästande terapeut.

Frågeställningarna har varit:

- Upplevs samtalen som tvång eller som en möjlighet?
- Har samtalen bidragit till en gynnsam förändring för tonåringen och dennas familj?
- Om de har varit till hjälp, vad har i så fall varit verksamt och vad har varit mindre bra?

Undersökningen har visat att ingen av deltagarna har upplevt familjesamtalen som tvång. Alla har varit införstådda med att familjesamtalen ingår som en del av behandlingen och utifrån det sett det som en möjlighet att få hjälp. Alla uttalade att samtalen hade bidragit till en positiv utveckling för tonåringen och för relationerna i familjen. Bemötandet från terapeuten nämns som en viktig förutsättning för det terapeutiska arbetet.

## Innehållsförteckning

Abstract.....	2
Innehållsförteckning.....	3
Inledning.....	4
Bakgrund.....	5
Syfte och frågeställningar.....	5
Kontext.....	6
Andras erfarenheter.....	7
Forskning.....	8
Teoretiska influenser och terapeutiska förhållningssätt.....	9
Metod.....	12
Resultat.....	13
Resultatdiskussion.....	19
Sammanfattning.....	23
Litteraturförteckning.....	24

## Inledning

Jag är definitivt en praktiker och att skriva uppsats har varit en utmaning utan dess like. Visst älskar jag att undersöka och granska saker från olika håll och kanter, samt tänka i teoretiska och filosofiska banor, men...

Jag uppskattar att vara i samtal, och samtalets konst fascinerar mig. Det mest fantastiska med vår utbildning har varit att få delta i varandras samtal. Samforskningsamtal har varit ett sätt, där terapeuter och klienter gemensamt utvärderar och delar med sig av sina upplevelser av det terapeutiska arbetet.

Med det började mina idéer om uppsatsen att ta form. Jag ville undersöka det egna terapeutiska arbetet tillsammans med dem som varit med om det. Min första tanke var att undersöka familjesamtalen på det behandlingshem där jag arbetar. Parallellt med det arbetet har jag i några år arbetat på en privat terapimottagning samt provat på familjeterapi inom ett manualbaserat program (Multi Therapy Foster Care – MTFC). Utifrån dessa verksamheter har flera intressanta idéer till en uppsats kommit och gått, men min första idé har inte velat ge vika. Det är också det arbetet som vållar mig mest huvudbry. Arbetet på ett behandlingshem är mångfacetterat och omfattar komplicerade processer. Mitt uppsatsarbete är ett försök att lyfta fram några av dessa processer.

Enligt Tom Andersen finns det fyra olika typer av kunskaper som är viktiga för en terapeut att ständigt utveckla. Den rationella kunskapen som handlar om det teoretiska kunnandet, det praktiska kunnandet som omfattar terapeutens repertoar att handla, däribland att uttrycka sig. En tredje form är relationell kunskap, dvs. hur terapeuten förmår att förhålla sig till den andre (sätt att vara-med-annan) från ögonblick till ögonblick. Sist men inte minst tar han upp kroppslig kunskap, som bidrar till att förnimma kroppens reaktioner på det som händer från ögonblick till ögonblick, innan meningen av upplevelsen kan skapas i ord (Andersen 1995).

Uppsatsarbetet har varit en övning som omfattar alla dessa typer av kunskap. Min avsikt är att först och främst utveckla mina kunskaper och medvetenhet om det jag gör tillsammans med de familjer jag möter i mitt dagliga arbete.

Det är flera som deltagit i processen att skapa den här uppsatsen, och jag vill särskilt tacka de ungdomar och föräldrar som delgett mig sina tankar och upplevelser. Tack till min kollega Per Götberg som har deltagit i samforskningsamtalen med sitt arbete och sina funderingar. Tack till Lars Teander som har gjort de här samtalen möjliga genom att hålla i dem på ett utmärkt sätt. Stort tack till min handledare Annika Forsmark för alla inspirerande synpunkter och all hjälp på vägen.

## Bakgrund

Fokus för min undersökning är familjearbetet på det behandlingshem där jag arbetar som familjeterapeut. Behandlingshemmet tillhör Magelungens Behandlingscenter, en verksamhet som bedriver behandlings- och förändringsarbete med ungdomar, unga vuxna och deras familjer. Behandlingshemmet riktar sig till ungdomar i åldern 13-20 år och deras familjer. Målgrupp är ungdomar med psykosociala och/eller psykiatriska svårigheter samt ungdomar med neuropsykiatriska diagnoser.

Behandlingsarbetet bedrivs utifrån ett flerdimensionellt perspektiv, vilket innebär att det erbjuds en sammanhållen behandling som innefattar ungdomens individuella resurser och svårigheter så väl som familj och nätverk som skola. Behandlingsinnehållet består av social och emotionell färdighetsträning (miljöterapi), skola, individualterapi och familjeterapi.

Magelungens Behandlingscenter är sedan många år ett personalägt aktiebolag. Socialtjänst och psykiatri inom olika kommuner och landsting är uppdragsgivare, och är de som köper plats på behandlingshemmet för ungdomens och familjens räkning.

Behandlingen bygger på uppdragsgivarens, familjens och ungdomens behov och önskemål om förändring. Arbetet utvärderas regelbundet tillsammans med uppdragsgivare, familj och ungdom.

Forskning bedrivs sedan några år tillbaka i samarbete med docent Kjell Hansson för att följa resultat och effekter av behandlingen; under behandlingstiden, vid avslutad behandling, samt ett och tre år efter avslutad behandling. Denna forskning ger ingen detaljerad information om kvaliteten i de olika insatserna som görs och hur dessa upplevs av dem som är föremål för dem. Min undersökning är ett litet nedslag i en av dessa delar, nämligen familjeterapin.

## Syfte och frågeställningar

Syftet med denna uppsats är att utforska det familjeterapeutiska arbetet på det behandlingshem där jag arbetar.

Mitt grundantagande är att det är nödvändigt att göra föräldrar, syskon och eventuella andra viktiga personer delaktiga i behandlingen för att uppnå en gynnsam utveckling för tonåringen.

Utifrån detta perspektiv undrar jag vad som är förutsättningarna för att ett sådant arbete skall komma till stånd.

- Upplever de olika familjemedlemmarna familjesamtalen som tvång eller som en möjlighet?

- Har samtalen bidragit till en gynnsam förändring för tonåringen och dennes familj?
- Om de har varit till hjälp, vad har i så fall varit verksamt och vad har varit mindre bra?

## Kontext

Behandlingshemmet är en öppen institution, där verksamheten bygger på att ungdom och föräldrar väljer eller tackar ja till en placering. Denna frivillighet kan vara av väldigt olika karaktär. Många föräldrar har önskat en placering för sin tonåring, medan andra upplever att de inte har några egentliga val. Behandlingshem kan vara ett sista erbjudande i en lång rad av insatser, och tackar man inte ja, kan det finnas hot om tvångsåtgärder. Ibland föreligger redan en tvångsåtgärd som grund för placeringen. Gemensamt för alla ungdomar och föräldrar som kommer till oss är flera år av lidande och kämpande, och att de har provat många lösningar som visat sig inte vara tillräckliga.

Tackar man ja till en plats innebär det att man säger ja till att delta i familjesamtal. Variationerna i ungdomens och familjens faktiska bakgrund för att söka denna typ av behandling, innebär olika grader av motivation från ungdomens och föräldrarnas sida. Det finns föräldrar som har en stark motivation och som har stort förtroende för institutionspersonalen och gärna tar för sig av de möjligheter som finns. Andra kan ha negativa upplevelser av den tidigare kontakten med psykiatri och sociala myndigheter och kan ha känt sig anklagade för sina ungdomars problem. Då är det lätt hänt att man förväntar sig liknande upplevelser i kontakten med personalen på behandlingshemmet, och att familjeterapi innebär att man kommer att syna föräldrarnas brister. Många föräldrar är slutkörda och uppgivna efter att ha försökt allt för att hjälpa sin tonåring och därför inte så hoppfulla inför det kommande arbetet. Tanken på att komma till regelbundna samtal kan kännas som ytterligare en belastning i en stressande och krisig situation.

Sten Lundqvist skriver i kapitlet "När samarbete brister" i boken "Utforska tillsammans" (Wrangsjö, red. 04): "Gemensamt för en stor majoritet av de föräldrar som har barn på miljöterapeutiska institutioner i Sverige är att placeringen inte är ett särskilt frivilligt val. I varje fall har föräldrarna inte haft några egentliga alternativ att välja bland. Och därmed har föräldrarna heller inte frivilligt valt att underkasta sig behandling för egen del. I det perspektivet blir det begripligt att deras medverkan inte blir särskilt helhjärtad." (s.280).

När jag möter föräldrar och ungdomar i mitt arbete är det viktigt att ha detta perspektiv i bakhuvudet och försöka möta de olika inblandade där de är, samt ge dem möjlighet att uttrycka tidigare erfarenheter. Jag är övertygad om att samgående med familjen är en förutsättning för att få till stånd en samarbetsallians. Min övertygelse bekräftas av Sten Lundqvist (Utforska tillsammans s.282): "Den institution som inte lyckas samgå med föräldrarna (familjen) kommer aldrig att kunna uträtta något, därför att man aldrig får något egentligt mandat att arbeta för förändring. Det gäller ju att möta föräldrarna där de

är. Och det är naturligtvis oerhört komplicerat, om föräldrarnas världsbild skiljer sig väldigt mycket från andras – från skolans, socialtjänstens, institutionens.”

Avgörande för samgående är vilken grundsyn man har på familjens svårigheter och det verkliga lyssnande till de olika familjemedlemmarnas röster. Det är att bli bemött som medmänniskor med resurser och möjligheter. Grunden för detta görs i intagningsarbetet, där alla inblandade (familj och uppdragsgivare) får möjlighet att komma till tals om önskad förändring.

Som familjeterapeut på institution är min uppgift att även ge utrymme för tankar och idéer från uppdragsgivare (psykiatri och/eller socialtjänst) samt kollegornas (behandlarteamet) röster under arbetets gång. Det görs genom att dessa olika personer bjuds in till familjesamtal och nätverksmöten, samt att terapeuten bidrar med egna tankar och idéer. Som familjeterapeut på institution är man aldrig fri från påverkan från sina kollegor. Det är viktigt anser jag, att man är öppen med dessa tankar och idéer och provar dem i samtal med familjen. Det är inte alltid så lätt att balansera ett samgående med föräldrar med lyhördhet för kollegors och uppdragsgivares idéer. Det kan vara en risk om det lutar för mycket åt det ena eller det andra hållet. Lyssnar jag för mycket på mina kollegor kan jag tappa relationen till föräldrarna. Samgår jag för mycket med föräldrarna kan möjligheter till möte med andra tankar och idéer förloras, och det kan innebära för lite utmaning.

## Andras erfarenheter av psykoterapeutiskt arbete under tvång eller mindre frivilliga former:

Randi Frieda Bagge beskriver sitt arbete på en familjeavdelning som jobbar på uppdrag av socialtjänsten (Fokus på familjen 1998). Hon och hennes kollegor erfor att tvång kunde övergå i konstruktivt samarbete, men bara under vissa omständigheter. Det var viktigt med öppenhet och tydlighet kring uppdrag, att definiera deras roll som behandlare och socialtjänstens roll som myndighetsutövare. Insyn i behandlarens idéer, kunskaper och metoder skapade nyfikenhet och möjligheter för samarbete, samt bidrog till att ge familjemedlemmarna kontroll över egen utveckling. De betonar vikten av att samgå med familjen och att utgå från föräldrarnas kunskap om sina barn samt deras definition och förståelse av problemen. En annan aspekt var att upprätta och stödja föräldrarna i sin föräldraroll samt skapa utrymme för förändring utifrån föräldrarnas egna önskemål. De var även med om föräldrar som uttalade att de upplevde press som motiverande och inte som hinder för samarbete. Som en förälder hade sagt: ”Jeg opplever det trygt når jag vet att du sier fra.”

Sten Lundqvist (2004) menar att Kjellberg m.fl. (1995) kom fram till samma konklusion i sitt arbete med svårt belastade familjer. De menar att det är möjligt att gå både sociala myndigheter och familjens ärende samtidigt. Deras erfarenhet är att arbetet med reflekterande samtal skapar förutsättningar för att familj och socialtjänst kan delta på lika villkor, och att allas röster blir hörda och respekterade. De som är berörda och engagerade i problemet deltar i kommunikationen. Att vara i lyssnande position gör det möjligt att ta till sig vad andra säger på ett annat sätt. Många föräldrar uttryckte i dessa

samtal att det var första gången de förstod att socialtjänsten var genuint oroliga för deras barn och att de ville dem väl.

En uppsats av Irene Berglund (2005) visar också att det är möjligt att skapa en samarbetsallians med familjer i situationer förknippade med tvång. Det var inte givet från början, men kom till stånd utifrån deras arbetssätt, deras stora engagemang och uthållighet. Samgående med familjerna, att möta dem där de var (både fysiskt och mentalt), stärka befintliga resurser är exempel på viktiga ingredienser som hon lyfter fram i sin undersökning. Nätverkstänkande och stor flexibilitet i val av arbetsmetoder är andra saker hon visar på. Samhandling är ett exempel på det sistnämnda, att de som utredare och behandlare gör aktuella insatser (följer med till sjukhus, deltar i olika möten etc.) tillsammans med olika familjemedlemmar.

## Forskning om familjeterapi på institution

Tore Andreassen skriver i sin bok ”Institutionsbehandling av ungdomar” (2003): ”Den historiska behandlingstrenden är att i alla europeiska länder blir det ständigt fler som anser att det är omöjligt att hjälpa barn och ungdom effektivt utan att ta hänsyn till deras ursprung, familjenätverk och kulturella miljö. Den åsikten kan härledas från systemteori. Utvecklingen av det systemiska tänkandet har inneburit att det anses väsentligt att involvera familjen i behandlingsprocessen.”

Boken redovisar internationell forskning om vilka behandlingsmetoder som har störst effekt när det gäller behandling av ungdomar på institution. Familjeorienterade program är bland dem som räknas som mest lyckade. Institutioner som visar de bästa resultaten uppmuntrar ungdomarnas kontakt med sin familj, engagerar föräldrar i beslut och arbetar med relationen mellan föräldrar och ungdomar. En undersökning av t.ex. Biehal et al. (1995) fann ”att bevarade familjeband och möjligheten att utforska den egna historien under institutionsvistelsen hade samband med en positiv identitet och därmed möjligheten att etablera en tryggare plattform efter utskrivningen. Det gällde också vid dåliga familjeförhållanden och omfattade både föräldrar, syskon och släkt.” (s.323)

Tore Andreassen hänvisar till flera undersökningar som stöder detta. Men det finns också undersökningar med motstridiga resultat, där familjebehandling har förstärkt problemen. Andreassen menar att detta visar att det är viktigt *hur* familjebehandlingen genomförs, och att det har stor betydelse för resultatet vad man inriktar arbetet på. Många studier visar att för att få ett positivt resultat bör arbetet inriktas på att förbättra tvångspräglade samarbetsmönster i familjen, bemästringsfärdigheter, fasta gränser, konsistenta följder av negativt beteende och förbättrad positiv interaktion mellan föräldrarna och ungdomen (s.328). Som jag förstår det handlar de sistnämnda studierna om ungdomar med kriminell problematik. Därför tänker jag att det inte bara är viktigt hur familjebehandlingen görs, utan lika viktigt är *vilka* vi arbetar med!

Enligt docent Kjell Hansson talar all forskning för att om det finns en familj, är det viktigt att inkludera denna i behandlingsprocessen, speciellt då det gäller behandling av barn och tonåringar. Detta tycks gälla både för psykiska och fysiska problem. Undantag finns alltid, men det stör inte den generella bilden. I stora drag behöver terapeuten vara

både strukturerande och ha förmågan att skapa en god relation till klienterna. Hansson hänvisar till forskning som gjorts inom området i boken "Familjebehandling på goda grunder" (2001). Den forskning som redovisas i boken visar på positiva resultat av familjeterapi för olika diagnosgrupper och olika åldrar.

## Teoretiska influenser och terapeutiska förhållningssätt

Allt sedan jag gick en systemisk utbildning på 90-talet har jag varit inspirerad av socialkonstruktionistiska och språkssystemiska tankegångar. Det är teorier som hjälper mig att möta människor där de är och att vara uppriktig nyfiken på deras livssyn och dilemman. Det är synsätt som inte patologiserar människan utan verkar för att få fram samarbete och resurser.

Socialkonstruktionismen menar, att den värld vi upplever och de människor vi upptäcker oss själva vara först och främst är en produkt av sociala processer. Vår kunskap, vår världsbild och våra livsberättelser skapas inte inom individen utan i interaktion mellan individer, genom språket och samtalen. "Vi kan inte äga direkt kunskap om världen; vi kan bara lära känna den genom våra erfarenheter. Oupphörligt tolkar vi våra upplevelser och tolkar tolkningarna. Och som resultat, uppstår kunskap som ständigt vidgas" (Anderson 1999 s.40). Kunskap är således en ömsesidig konstruktion, en produkt av socialt utbyte. Idéer, sanningar och självidentiter är resultat av dessa mänskliga relationer. Utifrån socialkonstruktionismen handlar terapi om att veckla ut en konstruktion av historia och självbiografi genom ett gemensamt utforskande av välkända historier som har berättats och ett gemensamt skapande av nya, ännu-inte-berättade historier. Dessa gemensamt skapade personliga berättelser ger rum för ny mening, ny förståelse och nya möjligheter (Anderson 1999).

Det samverkande språkssystemiska synsättet som Harlene Anderson är förespråkare för är sprungen ur den socialkonstruktionistiska skolan. De betydelser vi tillskriver saker, händelser och människor i våra liv samt våra upplevelser av oss själva, kommer fram i språket. I terapin utforskas den mening och de beskrivningar som är kopplade till det problem som var utgångspunkten för samtalen. Genom detta utforskandet kan meningarna och beskrivningarna förändras och öppna upp för ny förståelse och nytt handlande. Harlene Anderson lyfter fram vikten av att verkligen lyssna till vad klienten säger och att inte genast ta för givet att man förstår vad den andre menar. Det är ett slags nollställande av ens egna idéer för att bekanta sig med och utforska hur det är för den andre utifrån den personens sätt att uppleva världen. Det är inte samma sak som att vara enig med eller tycka lika som den andra personen. Hon kallar detta för att vara i en "not-knowing"- position, vilket betyder att klienterna (och inte terapeuten) är expert på sig och sina livserfarenheter och terapeuten är expert på att skapa ett utrymme för dialog. Att tro sig veta hur det är för den andre och vad som skulle vara bra för honom eller henne, kan hindra eller till och med omöjliggöra den intersubjektiva processen. Vidare talar hon om att tillämpa ett gemensamt ansvar, att terapeuten inbjuder och tillåter klienten att samarbeta. Att klient och terapeut är samtalspartners i berättandet, frågeställandet,

tolkandet och formandet av berättelserna. Utifrån detta synsätt är terapeuten öppen för insyn, det vill säga villig att avslöja sina tankar, fördomar, åsikter och farhågor. Enligt min egen åsikt är det viktigt att terapeuten alltid gör en avvägning om detta är något som tillför och är till gagn för den utforskande processen.

Terapeutens främsta intresse och strävan är att skapa ett utrymme där de som ingår i samtalet "är fria att ströva omkring i ett vidsträckt fält av möjligheter" (Anderson 1999). En annan metafor som Lynn Hoffman (1993) myntade är "kommunikationens vagga", ett utrymme där olika redogörelser eller berättelser kan föras samman.

Tom Andersen är en annan representant för det socialkonstruktionistiska förhållningssättet. Han har en vidare syn på språk och definierar språk som alla uttryck. Alla uttryck är kroppsliga aktiviteter och kan vara på många olika sätt: t.ex. tala, skriva, måla, dansa, sjunga, peka, skratta, gråta, skrika, slå osv.. När dessa kroppsliga uttryck äger rum i andras närvaro blir dessa uttryck en social aktivitet. Han säger att våra uttryck är sociala erbjudanden till medverkan med andra. Uttrycken kommer först, sedan följer skapandet av meningarna. Tom refererar till något som Goolishian brukade säga: "Vi vet inte vad vi tänker innan vi har sagt det." Uttrycken berättar något om oss själva till andra och oss själva. Detta synsätt märks i hur Tom Andersen arbetar. Han ställer ofta frågor utifrån kroppsliga uttryck, t.ex. "om handen som slog hade en röst, vad skulle den säga?" eller "om din smärta fann en röst, vad skulle den säga?" Det talade språket lärs och får sin betydelse i samspel med omgivningen. (Andersen 2003).

Från Milanoskolans mer strategiska teamarbete har Tom Andersen utvecklat en modell med reflekterande team, utifrån sin demokratiska syn på terapeut/klient relationen. Det är ett sätt att erbjuda nya och alternativa sätt att förstå det samtalet har rört sig kring och således vidga möjligheterna för förändring. Ett annat syfte är att ge samtalsdeltagare (både klienter och terapeut) möjlighet att vila i samtalet och lyssna till sina egna inre samtal. Att arbeta med "reflekterande processer" är också möjligt utan tillgång till ett team. Terapeuten för ett samtal med en person i taget och de andra intar en reflekterande och lyssnande position. På så vis växlar klienterna mellan den deltagande och reflekterande positionen.

Tom Andersen menar att för att kunna samtala med en annan människa måste man respektera hans/hennes grundläggande behov att behålla sin integritet. Maturana talade om att människan är strukturell determinerad, vilket betyder att vid en viss tidpunkt kan en person bara vara den personen han eller hon upplever sig vara just då. Detta innebär att han/hon bara kan reagera på en viss situation på ett av de sätt som han/hon har i sin repertoar. Denna repertoar kan emellertid förändras i möte med andra, genom tillgång till nya sätt att vara-med-annan. Tom Andersen pratar om "det lagom ovanliga". Med det menas att det som terapeuten presenterar för klienten i form av frågor eller reflektioner får inte vara för välbekant och inte heller för obekant. För annorlunda frågor gör att personen sluter sig för att skydda eller bevara sin integritet, medan frågor som är för välbekanta inte bidrar till någon skillnad. Det är viktigt att terapeuten är observant på signaler i orden eller kroppsytringar som kan vara tecken på att det finns något i samtalet som personen inte gillar eller känner sig obekvämt med. Tom Andersen jämför

samtalscykeln med andningscykeln och talar om rytm och tempo. Terapeuten bör följa personens tempo och växlingar genom sitt eget lyssnande, tänkande och talande.

Jaakko Seikkula talar om den dialogiska processen i samtal som det väsentliga, snarare än vad som skulle vara det mest rätta eller riktiga. Det är viktigt att de olika deltagarna får komma till tals och att allas ord har lika stort värde. Genom att låta sig beröras och påverkas av andras synpunkter och berättelser kan man nå fram till en gemensam förståelse. Man strävar inte efter att hitta en enda stämma, utan efter att lyfta fram motsättningar och att tala om dem. I motsättningarna söker man ingen vinnare eller entydiga lösningar, utan man strävar efter att i diskussionen hitta nya öppningar.

I konstruktionistisk terapi strävar man efter att tala om det osagda och skapa utrymme för berättelser om nya, annorlunda alternativ (Seikkula 1996).

Inspirerad av den ryska litteraturforskaren Bakhtin talar Seikkula om polyfoni. Bakhtin har skrivit om hur Dostojevski i sina romaner inte låter någon stämma vara överordnad. Berättelsen får sin mening av stämmorna gemensamt. Varje medlem i en familj har oftast en egen uppfattning om ett problem och dets betydelse. Det är viktigt att ge utrymme för dessa olika röster och låta de existera sida vid sida. På samma sätt välkomnar Seikkula den kunskap olika teorier kan tillföra: "Olika teorier och olika arbetsmetoder kan betraktas som olika stämmor i problemet, och man kan inte välja vilken som är den bästa, utan olika stämmor bygger upp en polyfonisk ton om problemet" (Seikkula 1996). Maturana var inne på samma sak när han talade om multiversa framför universum.

Det cirkulära frågandet som utvecklades av Milanoteamet är en viktig grundsten som måste nämnas. Det är ett sätt som möjliggör att prata med människor om det som sker mellan dem och inte bara inuti individerna. Utvecklandet av denna metod skedde utifrån Batesons idé om att förändring sker utifrån information om "en skillnad som gör en skillnad". Cirkulära frågor uppmärksammar och tydliggör dessa skillnader.

Psykoanalytikern och forskaren Daniel Stern är för mig en senare inspiratör. Han skriver om "moments of meeting" i terapirelationen, där terapeuten låter sig beröras, överraskas, bli personlig, vara osäker och med denna hållning bereda plats för genuina möten. Mötet präglas av en ömsesidig närvaro och rör sig om en intersubjektiv samhörighet. Med intersubjektivitet menas att vi under korta stunder delar vårt mentala landskap med en annan, och att vi på det sättet ger varandra ömsesidig bekräftelse av det vi upplevt. Stern menar att relationen utvecklas i intersubjektivitet och att vi alltid är i dialog i någon mening genom att följa andras rörelser, kroppsliga uttryck och tonfall. Talet är i högsta grad en kroppslig aktivitet och ger möjlighet att hitta rytm och samstämmighet i kontakten. (Stern 2004)

Att jag har låtit mig påverkas av den senare utvecklingen inom familjeterapi betyder inte att jag har lämnat tidigare teorier, som t.ex. det strukturella och strategiska tänkandet. Man kan genom det nya tänka om det gamla på ett annat sätt. För mig är det viktigt att ha tillgång till många olika metoder för att kunna skapa en grund eller ram som möjliggör demokratiska och dialogiska samtal.

## Metod

Jag har valt en kvalitativ ansats för denna undersökning, eftersom jag var intresserad av att försöka utforska, upptäcka och förstå hur det kan vara att delta i familjebehandling på institution. Jag har inga anspråk på att ge någon generell bild av hur det har varit för alla de familjer jag har mött inom vår verksamhet.

Jag har använt mig av samforskningsamtal, utifrån en modell inspirerad av Tom Andersen. Det är ett sätt att ta hjälp av sina klienter för att lära sig något om det man gjort tillsammans och utforska vad som varit till hjälp, och vad som inte varit verksamt. Tom Andersen kallar detta ”inifrån”-forskning. Forskaren deltar själv i samtalet och får sin kunskap ”inifrån” det samtal de skapar tillsammans med hjälp av en gästande terapeut eller kollega. Den gästande terapeuten/kollegan intervjuar den behandlare som bjudit in honom eller henne om vad denne vill ha hjälp med medan familjen får lyssna till detta samtal. Därefter vänder han/hon sig till familjen för att höra vad de tänker om det de just hört och sedan tillbaka till behandlaren. ”Den kunskap som en sådan process skapar är en kunskap som både påverkar och berör terapeuten, mot större sensitivitet i hans eller hennes sätt att vara-med-klienterna. Denna kunskap kan kännas i kroppen innan dess mening kan gripas rationellt och därefter bli en ny del av terapeutens praktiska repertoar” (Tom Andersen 1995).

Samforskningsamtalen kan liknas med den kvalitativa forskningsintervjun som går ut på att erhålla kvalitativa beskrivningar av den intervjuades livsvärld för att förstå dennes mening. En sådan intervju kan t.ex. vara explorativ i syfte att utforska och förstå den intervjuades upplevelse av situationen (Kvale 1997). Kvale hänvisar till ett citat av Spradley (1979), som jag tycker visar likheten med samforskningen: ”Jag vill förstå världen ur din synvinkel. Jag vill veta vad du vet på det sätt som du vet det. Jag vill förstå meningen i din upplevelse, gå i dina skor, uppleva tingen som du upplever dem, förklara tingen som du förklarar dem. Vill du bli min lärare och hjälpa mig att förstå?”

Skillnaden är att i samforskningsamtalen är det en gästande terapeut/intervjuare som ställer frågorna och terapeuten/terapeuterna deltar i samtalen på liknande sätt som klienterna.

Jag valde att göra dessa samtal med tre familjer som jag har träffat under en längre tid (1-2 år) och som är i en avslutande fas i behandlingen. Ungdomarna hade avslutat sitt boende på behandlingshemmet, men deltog fortfarande i familjesamtal som en del i ett eftervårdsprogram. Jag ville undersöka mina frågor med familjer jag fortfarande hade en relation till, för att tillsammans med dem utforska vad vi gjort tillsammans. Dels var det enklare att bjuda in de som jag hade en pågående kontakt med, samtidigt som jag hade en förhoppning att det kunde tillföra något i en avslutande process både för dem och för mig. De familjer jag valde är väldigt olika varandra, och på så sätt är de representativa för de familjer som kommer till oss. Ingen familj är den andra lik.

I två av familjerna var jag den ansvariga familjeterapeuten. Med den ena av dessa familjer arbetade jag alltid ensam, och med den andra tillsammans med en kollega som

var reflektör i samtalen. I den tredje familjen var min kollega den ansvarige familjeterapeuten och jag deltog som reflektör.

Jag hade förberett frågor som jag ville ha svar på utifrån min uppsats, som jag inledde med i varje samforskningssamtal. De lade an tonen på samtalet, men utgjorde ingen mall för samtalet. Den gästande terapeuten/intervjuaren var fri att utveckla frågorna utifrån svaren från de berörda. Fokus var samarbetet mellan terapeuter och de olika familjemedlemmarna. Samtalen varade drygt en timme och spelades in på band. Jag skrev sedan ned allt så ordgrant som möjligt.

## Resultat

Jag har valt att kategorisera materialet i samtalen efter det som familjerna har lyft fram som viktigt och det som intresserat mig utifrån de ursprungliga frågeställningarna.

- Tvång/möjlighet
- Förändring
- Bemötande
- Mångpartiskhet
- Följa/utmana

Jag redovisar föräldrarnas och ungdomarnas svar under varje kategori. Redovisningen av resultatet bygger till stor del på citat, som presenteras familjevis. Jag har valt bort citat som lämnar ut för mycket om deltagarna.

Familjerna kallas familj 1, familj 2 och familj 3.

Familj 1: Pappa och tonåringen A, modern var inbjuden, men fick förhinder. Föräldrarna är separerade.

Familj 2: Pappa, mamma och tonåringen B. Föräldrarna är separerade.

Familj 3: Mamma och tonåringen C. Fadern finns inte med i bilden.

Alla tre tonåringar har syskon, och några av dem har deltagit i familjesamtalen, men ingen av syskonen deltog i samforskningssamtalen.

Intervjuare/gästande terapeut: I. Terapeuter: Bente, Per.

### Tvång/möjlighet

De olika familjemedlemmarna fick frågor om de från början hade haft några funderingar kring det här med att gå i samtal eller familjeterapi, att det var något som ingick. En annan fråga de fick var om de hade upplevt det som någon form av tvång eller om de såg det som en möjlighet.

### Familj 1:

Pappa: *Det förstod jag ju, att det ingick. Man är alltid lite rädd själv för att ingå i sådana samtal, jag hade aldrig gått i det tidigare. Jag såg det nog utifrån A's vinkel. Det här är någonting jag måste gå genom för A's skull, för att hjälpa honom, så det var nog mer det just då.*

Tonåring: *Då var allting frustrerande. Jag förstod inte vad som var meningen, jag såg inte meningen med att ha samtal, det kändes rätt meningslöst. I början tyckte jag inte om det alls, men sedan efter ett tag när jag kom in där och såg Bente, Per och pappa höll på att garva, då kändes det "shit" ..., det är lite avslappnat ändå. Sedan det här att man inte fick prata när man ville, jag blev tokig vissa gånger, jag gick bara ut därifrån och smällde igen dörren. Det beror helt och hållet på vilket stadium man befinner sig i. Är man väldigt ledsen, deprimerad och arg och känner det är jag mot världen, då får man inte ut så jättemycket, men när..., man får ju ut en del av att prata, så det funkar också.*

I: *Nu är inte din mamma här, men om jag skulle ställa samma fråga till din mamma. Hur tror du att hon skulle kommentera den här idén med att gå i familjeterapi, att man måste det när man kommer hit?*

Tonåring: *Morsan är ganska öppen med saker och ting tror jag, så att...*

I: *Som du tror, så hade hon inget emot det?*

Tonåring: *Nej.*

### Familj 2:

Mamma: *Det har hjälpt mig mycket, med min son, det har gått framåt hela tiden. Vi har kommit närmare varandra.*

Pappa: *När vi kom till Magelungen så fick vi information om att vi skulle delta i sådan här samtalsterapi. I början kände jag väl lite det här, jaha vad innebär det, hur pass mycket privat kan det vara och så där.*

I: *Du hade inget begrepp om vad familjeterapi var innan?*

Pappa: *Nej, inte direkt. Jag var van att delta i möten med skola och psykologer runt mitt barn. Det här var lite mer att vi skulle diskutera som en familj tillsammans och försöka vara öppen. Det var väldigt givande, för man fick se B föra en konversation, och man fick se honom på andra sätt som man i normala fall inte gör.*

Tonåringen: *Jag visste ingenting om situationen så där i början. Vi fick ju prova på lite, men det var okey. Samtalen har varit bra både för mig och för mina föräldrar. Vi har kommit varandra närmare.*

### Familj 3:

I: *Vad är det första du tänker på när du tänker på samarbetet med Bente?*

Mamma: *Jag tänker att jag fått mycket god hjälp, och god tillgänglighet. Det har ju varit så svårt förut att åstadkomma dylika möten, så att jag känner mig jättenöjd.*

I: *Så om du tittar tillbaka på den tiden som ni har haft kontakt, vad tycker du är den största skillnaden, det som du tycker har hjälpt dig mest så att säga?*

Mamma: *Ja, hon har hjälpt mig att... prata med C kan man säga.*

Tonåringen: *Vi har fått hjälp med vissa problem, t.ex. större eller mindre saker som har behövts redas ut.*

Kommentar: Varken föräldrar eller tonåringar har upplevt det som tvång att vara med i familjesamtalen. De har varit väl medvetna om att det ingick i behandlingen. Båda papporna var osäkra på vad det skulle innebära utifrån att de inte hade varit med om sådana samtal tidigare. Två av tonåringarna ger också uttryck för en viss osäkerhet. Familj 3 fick inte frågan om de upplevde familjeterapin som tvingande, utifrån att de själva hade uttryckt en önskan om familjeterapi vid intagningsarbete. Alla uttalade att samtalen hade gett möjligheter för förändring.

## Förändring

Frågorna handlade om eller huruvida de hade blivit hjälpta av samtalen, och i så fall på vilket sätt. Om samtalen hade ändrat någonting för varje persons egen del.

### Familj 1:

Pappa: *Ja det har hjälpt oss. Dels har A hört vad jag har sagt, om han har tagit till sig det är en annan sak, men han har i alla fall hört det här, att det var på det sättet. Det var bra att gräva genom det här igen, fast jag tyckte inte det när vi började, vi hade en diskussion också, om hur långt vi skulle gräva ...*

Fadern pratar om sitt dåliga samvete.

I: *Har du kunnat släppa något av det dåliga samvetet?*

Pappa: *Det får man alltid ha, men jag lever bättre med det nu. A är duktig på att utnyttja mitt dåliga samvete till och från. Förut kunde det bli jobbigt, men nu vet jag att han vet det här på ett annat sätt.*

Tonåring: *Alltså, pappa och jag ..., bråkade vi förut, då pratade jag inte med honom på en eller två veckor. Nu är det så, visst bråken försvinner inte, men de löser sig nästan lika snabbt. Det är en stor skillnad. Pappa har större förståelse för mig och jag har större förståelse för honom, och vi vet båda ungefär vad som kan reta upp den andra.*

Pappa: *Så här med facit i hand, så har det varit ett väldigt kliv framåt. Det är som med myrstegen, i slutändan blir det ganska stort, man lägger små delar till varandra. Det här som vi har samlat på oss, och som A har samlat på sig under många år, det går inte att lösa på en kvart. Det måste ta lite tid, och det tycker jag är bra att det har fått gjort.*

I: *Din relation till din mamma, har den förändrats på något sätt?*

Tonåring: *Jag var väldigt nära min mamma förut, och jag är väl inte lika nära henne längre, men det är väl det som har förändrats.*

I: *Tror du att du ser på mamma på ett annat sätt eller?*

Tonåring: *Jag ser min mamma som en stark kvinna ändå. Hon har börjat jobba igen.*

### Familj 2:

Mamma: *Vi har kommit närmare varandra.*

I: *Vad är det i den här behandlingen som har hjälpt dig att komma närmare din son tror du?*

Mamma: *Det här att man sitter och pratar med varandra.*

Pappa: *Samtalen har gjort att det har satt igång tänkandet kring hela situationen, att man fått diskutera det. Det har inneburit att min förståelse för B, hur han fungerar och har det, har blivit större.*

Mamma: *Det har varit bra för B. Förut var han dålig att ta kontakt med sin pappa, ringa pappa överhuvudtaget. Nu ringer han för fullt, luren går varm ibland, och det är bra tycker jag. Det var bara mamma förut, då kunde det bli lite för tungt, men nu är det inte så.*

Familj 3:

Mamma: *Det har varit svårt att förstå varandra.*

Tonåring: *Det känns som vi har kunnat prata mer om problemen. Ja....., det är så att under samtalen så känns det som mamma har kunnat ta emot vad jag har att säga. Hon lyssnar mer, och jag kanske mer på henne också.*

Mamma: *Det är just det här med kommunikationen som det känns som vi har fått ett forum att sätta oss ned i. Jag har hört vad C har sagt, och han har hört vad jag har sagt också.*

Tonåring: *Det har liksom varit en länk mellan mig och mamma på något sätt. Nu kan vi prata och förstå varandra bättre.*

Modern beskriver att tonåringen tar större ansvar hemma, och att hans problem påverkar resten av familjen mycket mindre än förut.

Mamma: *En stor tyngd har ramlat från mina axlar. Jag har varit så oerhörd stressad. En annan sak också..., det har blivit lättare att umgås socialt, för det har varit väldigt svårt att ta hem folk till oss.*

Kommentar: Familjesamtalen har gett utrymme för de olika deltagarna att prata om det man tänker och gjort det möjligt att lyssna på varandra. Det har skapat ny förståelse och nya sätt att vara med varandra. Familjemedlemmar som har varit långt ifrån varandra har kommit närmare varandra. I de relationer där det har varit för lite avstånd och lite frihet, har det öppnats upp. Föräldrarna beskriver större välmående, mindre dåligt samvete, mindre oro och större egen frihet. Tonåringarna tycker att de mår bättre, har större självkänsla, är mer självständiga, har färre symtom och känner sig friare. Några av de förändringar som nämns förknippas med andra delar av behandlingen såväl som familjeterapin.

Bemötande

Familj 1:

Pappa: *I början innan man känner för det, är det personligheterna, tycker jag. De är glada och positiva människor, de var trevliga också, inte bara terapeuter. Det första*

*intrycket är så viktigt, så att man vågar sätta sig ned och slappna av. Det kan styra hela fortsättningen faktiskt, för hur blir det om man inte får den första signalen som är bra...? Ja, jag kom ju hit egentligen som en förlorad förälder först. Jag har misslyckats lite grann med det som man borde lyckas med, sitt barn. Då är det viktigt att bli bemött på ett bra sätt, för annars blir man direkt med taggarna utåt, och då hamnar man i försvarsställning.*

*Tonåring: Man har haft sitt eget lilla utrymme, det här är jag, som sin egen lilla sjö, fast man har suttit här. Jag har alltid haft valet att gå utan att någon har tagit tag i en. De låter mig ha mitt eget lilla beteende. Jag kan gå ut, ta en cigg, lugna ned mig och gå in igen. Det är inte alltid jag kommer tillbaka, men... Det känns som de inte har dömt mig på något sätt.*

Familj 2:

*Mamma: Jag tycker Per är en trevlig människa, man är öppen med Per, man kan skratta och ha roligt. Han känns inget främmande.*

Familj 3:

Föräldern beskriver att hon är van med terapeuter och tycker att hon kan prata med de flesta. Tonåringen hade med sig upplevelser av att inte bli respekterad, men tyckte det hade varit annorlunda i familjesamtalen.

*I: Vad är det Bente har gjort som gör att du känner dig respekterad av henne?*

*Tonåring: Det verkar som hon har försökt att sätta sig in i hur det är för mig och inte bara se mig från den andra sidan liksom, som en grej...*

*I: Har hon sett hela dig?*

*Tonåring: Ja, för man kan ju tänka..., jaja, man har problem och att man är konstig då, att hon inte har tänkt att man varit konstig, hon har förstått. Jag har känt att de andra, de verkar inte förstå mig.*

Kommentar: Både föräldrar och tonåringar talar om bemötandet från terapeuterna är viktigt, både initialt och under processens gång. Det är viktigt att bli sedd och respekterad som människa och inte bara som patient. Det är viktigt att terapeuterna är personliga, visar värme och har humor. En tanke jag får är att det för en del tonåringar kan vara lättare att ha samtal tillsammans med en förälder än att ha enskilda samtal.

## Mångpartiskhet

Här har jag inte presenterat citaten familjevis, eftersom inte alla har uttalat sig kring detta. Pappa: *Jag har inte uppfattat att de har tagit någon ställning varken negativt eller positivt. De har konstaterat att det här är historien som varit.*

Däremot tyckte han i början att terapeuterna hade större förståelse för den ena förälderns livssituation.

Kommentar: Som terapeut blev jag förvånad över den ena föräldrarnas upplevelse av att den andra i föräldraparet hade fått mer förståelse. Min farhåga var tvärtom, att jag hade haft mindre förståelse för denna förälder. Det verkade som min ansträngning gett ett annat resultat än det jag avsett.

*Tonåring: Jag har inte känt att de har tagit parti för någon. Däremot har det känts skönt att de har lagt sig i ibland och stöttat en på något sätt. De har pratat med dem när jag har bråkat med mina föräldrar. De har kunnat väga upp det så det har varit lika, så det har varit en rak linje nästan när vi har haft konflikter. Då pappa och jag har skrikit åt varandra så har Per sagt det jag har velat säga fast på ett bättre sätt, och Bente har varit med pappa lite. På så sätt har vi kunnat lösa...*

En annan förälder tar upp att terapeuten har varit en balanserande länk mellan uppdragsgivare, institutionen och de själva, och säger så här:

*Hon har liksom balanserat det där alldeles utmärkt och lyckas vara väldigt neutral.*

## Följa/utmana

### Familj 1:

*Pappa: Jag hade bestämt mig för att inte öppna den dörren. Hade Bente frågat, hade hon fått samma svar: nej, nu lägger vi bort det där, och så tar vi det här istället. Jag tror att det är bättre att inte fråga, men vara observant på vad som händer med personen. Jag kände mig pressad, men så började jag förstå vitsen med det. Jag började förstå att det var ganska bra att få förståelse utifrån hur jag tänkte och tyckte, och hur jag hade det den tiden.*

*I: Kändes det som hon var på dig för hårt?*

*Pappa: Just i ett samtal vart det lite för jobbigt, det vart en reaktion på kvällen. Sedan så pratade vi om det gången efter, och så backade vi lite faktiskt och körde lite framåt, men då hade vi redan öppnat den dörren.*

*Tonåring: Jag tyckte det var, ursäkta – jävligt bra. För att det kändes som min pappa var mänsklig då. Jag har jobbat hos min pappa, han är alltid glad, pratar med folk, är social. Sedan så ringer han på den här (mobilen), och så bråkar vi alltid. Det var skönt att han också hade sina fläckar, förstår du vad jag menar? Det var skönt att kunna förstå att pappa också har smärta, pappa har också sorg för det här. Det är inte bara jag som går och mår dåligt.*

*Pappa: Och jag tycker inte att man skall lyssna till om en säger nej jag vill inte ned där och gräva. Då skall man nog göra som de gjorde och gräva lite ytterligare. Det var nog smart, det var nog smartast att göra det, man skall nog inte lyssna alltför mycket på en.*

### Familj 2:

*Pappa: Det var ju så i början, när vi satte igång med familjesamtalen, så var det för min del koncentrerat runt B. Sedan blir det automatiskt att man pratar även om oss själva, hemmasituationen och allt det här. Då blir det väldigt komplext, och så vet man inte vad*

*man skall prata om, är det B eller är det oss? Hur mycket skall vi beröra? Det är svårt samtidigt att begränsa det och säga här pratar vi om det och att det andra ligger utanför. Utan det blir automatiskt att man berör väldigt många delar. Samtalen har varit bra, givande och intressanta, men man hade kanske velat ha någon översiktsplan eller program vad de innefattar alla de här bitarna. Jag har undrat ibland vad det leder till.*

*I: Okey, där finns någon slags otålighet hos dig, du vill se resultat?*

*Pappa: Precis, även en lösning så att säga.*

*I: Jag förstår vad du menar. Det är svårt det här, man har inte riktig kontroll över vad som händer, lösningen är kanske en helt annan än den vi tänker oss. Men du har ändå stått ut med den här osäkerheten i två år?*

*Pappa: Ja.*

*Per: Jag kan uppleva att det har varit någon sorts kulturkrock, en affärsvärld kontra en terapeutisk värld. Jag kan förstå det här liksom med ett drivet krav på en tydlig agenda, det måste man ha i affärsvärlden, och jag har inte kunnat leverera det.*

Familj 3:

*Mamma: Bente har varit väldigt följsam, lyssnar och tar upp trådar. Ja..., så att det känns inte som hon missar något.*

*I: Är det någonting som du skulle önska nu i efterhand att hon skulle ha tagit upp, drivit eller frågat mer om?*

*Mamma: Nej.*

Kommentar: Det har funnits idéer som vi undrade om vi borde ha drivit mer, och som vi fick tillfälle att ställa frågor runt. Samtliga trodde inte det hade varit framkomliga vägar just då. Det gällde både egna idéer, men också sådant som de själva hade tagit upp, men som ingen av oss hade återkommit till.

## Resultatdiskussion

Det som varit roligast och mest intressant i arbetet med min uppsats har varit samtalen med familjerna. Även om jag ofta frågar de jag samtalar med om vi talar om rätt saker, blev det väldigt annorlunda när en gästande terapeut ställde frågorna om det gemensamma arbetet. Jag tycker att jag själv blev friare att undersöka egna tankar och funderingar kring vad som varit bra och vad som varit mindre bra i samarbetet. Det var en intressant upplevelse att vara vittne i betydelsen stå lite bredvid och lyssna till familjernas upplevelser. Men visst kan jag ha funderingar kring hur fritt klienterna kan uttala sig i ett sådant sammanhang? Tanken är ju att när man, som terapeut är undersökande öppnar upp möjligheten för klienten att kunna vara kritisk. Tillfällen uppstod där det blev diskussioner om vad som varit bäst att göra, som vi hade gjort eller huruvida vi skulle ha gjort på något annat sätt. Sådana synpunkter kom fram under temat eller kategorin följa/utmana, vilket jag kommer till längre fram.

## Tvång/möjlighet

När det gäller min fråga huruvida det känns som tvång att delta i familjesamtal, visade det sig att ingen tyckte det. De var alla inställda på att delta i familjesamtal och tyckte att de hade fått information om att detta ingick som en del av behandlingen. Två föräldrar uttalade att de var osäkra på vad det skulle innebära. En av dessa sade sig vara beredd till det för sin sons skull. En tredje förälder frågade mer aktivt efter familjesamtal. Två av tonåringarna var osäkra på syftet, men var beredda att prova. Den tredje tonåringen deltog utifrån moderns önskemål. Jag nämnde tidigare (under resultatdelen) tanken att det kan vara lättare för en del tonåringar att delta i familjesamtal än att gå i egna samtal. Det blir mindre fokus på dem själva och de kan få draghjälp av föräldrarna att prata om svåra saker. Det betyder inte att de saknar motivation eller längtan efter bättre relationer till föräldrar och/eller syskon. Detta var ingen fråga jag undersökte i samtalen, men som väckte min nyfikenhet i efterhand.

## Förändring

Alla deltagare i undersökningen gav uttryck för att familjesamtalen hade bidragit till en gynnsam förändring. Att relationerna mellan tonåringar och föräldrar hade blivit bättre och att det fanns ett större och bättre samarbete mellan tonåringens föräldrar. I relationer där det hade varit stort avstånd, hade man kommit närmare varandra. I relationer med för lite avstånd, hade det blivit mer utrymme. Familjesamtalen beskrivs som ett forum där det har varit möjligt att lyssna på varandra på ett nytt sätt. Det har gjort att man har fått en annan förståelse för hur den andre tänker och känner. Samtalen har skapat möjligheter att tala om sådant man tidigare inte har pratat om. Ny förståelse har lett till nya sätt att vara med varandra. Två tonåringar umgås mer med sina pappor. Det beskrivs att det är mindre irritation och bråk mellan tonåringen, syskonen och föräldrarna. Både tonåringar och föräldrar berättar att de mår bättre. Föräldrarna är mindre stressade och har mindre oro för sina tonåringar. Tonåringarna säger att de har större självförtroende, ökad frihet och mer tillförsikt till livet.

## Bemötande

Både föräldrar och tonåringar säger att bemötandet från terapeuten är viktig för att det skall kunna skapas en förtroendefull relation. Att de känner sig sedda och respekterade som människor och inte bara som patienter, samt att terapeuten är personlig. Humor är en ingrediens som uppskattas i samtalen. Nyfikenhet och värme nämns också. Jag tänker på vikten att skapa utrymme för mänskliga ”möten” (intersubjektivitet), något som både Harlene Anderson och Stern talar om. De tillfrågade talar också om en icke-dömande hållning samt respekt för t.ex. egna gränser. Jag tänker att människor över lag är rätt bra på att känna in vad andra människor tänker om dem. I en terapisituation är människor extra känsliga och läser snabbt av om terapeuten är beredd att ta reda på vilka de är eller om han/hon redan har gjort sig en bild. Ny forskning inom neurovetenskapen har kommit fram till att människan har något som kallas spegelneuroner, vilket innebär en förmåga att känna hur något känns för en annan människa. Det kanske förklarar människors förmåga att känna in vad andra tycker och tänker om dem?

Terapiforskning (Hubble, m.fl. 2002) visar att den terapeutiska relationen är en förutsättning för att skapa en arbetsallians, och att viktiga terapeutegenskaper är värme, förståelse och bekräftelse. Relationen terapeut/klient har enligt forskningen dubbelt så stor (30%) betydelse som metoden (15%).

## Mångpartiskhet

Mångpartiskhet är en terapeutisk strävan i mitt arbete, men inte alltid så lätt att åstadkomma, vilket också berörs under nästa kategori. Idealet är att skapa ett utrymme där alla kan komma till tals och att allas röster blir hörda. Min erfarenhet är att ibland behöver tonåringens röst få mer utrymme och andra gånger en förälders röst. Det är lätt hänt att någon känner sig mer förstådd än någon annan, och förhoppningsvis växlar detta över tid så att alla kan känna sig förstådda. Egentligen är det kanske mer korrekt att tala om att bli hörd istället för förstådd, för man kanske inte alltid förstår? En tonåring talar om att jag som terapeut har varit en länk mellan honom och föräldern. Jag förstår det som att båda har blivit hörda på ett sätt som har gjort det möjligt för dem i sin tur att lyssna på varandra. En annan tonåring beskriver det som det har blivit en rak linje mellan honom och föräldrarna. Hans upplevelse var att deras röster har varit lika mycket värda. En förälder beskrev att han under en tid tyckte att vi hade haft större förståelse för den andre förälderns situation, vilket han upplevde som orättvist. Min egen känsla var att jag hade haft lättare att förstå föräldern som kände sig mindre förstådd, men tydligen hade inte det märkts och till och med upplevts tvärtom. Jag tänker att jag ansträngde mig för att förstå den andre föräldern och att det var det som märktes.

## Följa/utmana

Under samtalen uppkom oerhört intressanta funderingar huruvida vi som terapeuter skulle ha gjort på det ena eller andra sättet, vilket jag har redovisat exempel på under kategorin följa/utmana. Det var funderingar som knyter an till mina ursprungliga tankar om vikten av samgående utan att förlora möjligheten att föra in nya idéer. Materialet som kom fram i samtalen har gjort mig ännu mer medveten om hur komplicerad eller mångfacetterad denna fråga är. Vem skall man samgå med när det finns olika behov och idealet är att alla skall bli lyssnade till?

I det första exemplet under denna kategori drev jag en egen idé om att något var viktigt att prata om, vilket inte föräldern ville, men inte tydligt motsatte sig. Han tar upp i samforskningsamtalen att det hade varit väldigt svårt för honom. Däremot blev det väldigt bra och betydelsefullt för sonen. I efterhand (under samforskningsamtalen) kom pappan fram till att det var bra att jag hade drivit denna idé, och drar slutsatsen att han tycker terapeuter inte skall lyssna för mycket. Jag tänker att jag hade ungdomens fokus när jag drev denna idé, vilket också föräldern har när han säger att det blev bra. Från en annan synvinkel kan jag tycka att föräldern har rätt i sitt ifrågasättande. Det kunde ha blivit för tufft för honom och hade han då fått det stöd han hade behövt? En egen idé han hade var att det hade hjälpt honom om han visste han kunde nå oss familjeterapeuter direkt på egna mobiltelefoner. Ungdomarna har vi under våra vingar dygnet runt, men

föräldrarna går hem efter samtalet och vi har ingen aning om hur de mår. Samgick jag för mycket med tonåringen och utmanade jag föräldern för mycket? Det kan också vara så att jag gjorde bedömningen att denna förälder skulle klara detta, och att min bedömning visade sig vara rimlig. Som terapeut gör man hela tiden avvägningar och val av vägar att gå och trådar att följa. Det som är bra för en kanske inte är bra för den andra, eller verkar inte det vid första anblicken.

I det andra exemplet hade terapeuten en grundidé om att det skulle vara gynnsamt att tala om relationer. Om hur var och en hade det med varandra, föräldrarnas förståelse av tonåringens olika bekymmer, samt hur föräldrarna kunde hjälpa sin son. Det verkade ha varit en framkomlig väg, för alla uppskattade den förändring som hade skett. Trots detta var den ena föräldern inte nöjd och hade önskat en tydligare agenda från terapeutens sida. Han talade om åtgärdsprogram och konkreta lösningar, vilket har känts främmande för terapeuten. Behandlingsarbetet hade i många andra delar haft en sådan inriktning utifrån önskemål från både föräldrar och uppdragsgivare. I familjeterapin valde terapeuten en annan väg, som var mindre begriplig för denna förälder, men som trots allt fångade föräldrarnas intresse och engagemang. Terapeutens val av arbetssätt verkade däremot passa tonåringen och den andre föräldern. Sistnämnde förälder uttryckte att terapeuten hade arbetat på ett sätt som passade henne, som innebar följsamhet och flexibilitet. En tanke som dök upp i detta arbete är om terapeuten kunde ha utmanat denna förälder mer?

I den tredje familjen beskrevs också terapeuten som följsam och att de hade pratat om det de hade velat. I samförknings-samtalet tog jag upp ett tema som hade varit uppe i början av arbetet, men som sedan hade kommit bort, som något jag hade missat. Både tonåring och förälder trodde inte att det hade varit en framkomlig idé. Jag är inte övertygad om att de var överens om detta. Sonen var inne på att föräldern utmanade sig själv för lite kring detta tema. Själv är jag inte riktigt nöjd med att jag inte arbetade mer på denna idé. Jag tänker att det hade funnits alternativa sätt att genomföra detta arbete på än det som presenterades. Samtidigt får inte mina egna ambitioner och bedömningar av vad som är bra vara överordnade deras.

Tom Andersen talar om att föra in det "lagom annorlunda". Teoretiskt är det lätt att föreställa sig, men i praktiken är det inte alltid så enkelt som det låter. Vad är lagom annorlunda? Det som är lagom annorlunda för en familjemedlem kanske är för annorlunda för en annan i familjen? Harlene Andersen talar om att det är okey att ha egna idéer om man för in dem på ett icke-hiarkiskt sätt och tar hänsyn till mottagarens reaktioner och svar: "Vilken fråga som helst kan ställas, vilken kommentar som helst kan ges, vad som helst kan tas upp. Men det viktiga är utifrån vilket förhållningssätt det sker – sättet, klangfärgen och tajmningen. Oavsett om det är frågor, kommentarer, egna inre tankar eller åsikter, är det bäst att framställa dem på ett försiktigt sätt. Försiktighet är inte detsamma som otydlighet, utan att vara öppen för den andre och lämna plats för hans eller hennes medverkan." (Anderson 1999 s.162)

Det blir inget enklare för det. En tröst är att terapiprocessen också kan beskrivas som att man provar något tillsammans, och när det blir fel, provar man något annat. Inom familjeterapin är "trial and error" - begreppet välkänd. Stern använder begreppet

“sloppyness” om denna företeelse. I en samskapande process sker improvisationer mellan terapeut och klienter, och det tas spontana steg som ibland leder fel. Han menar också att det går och är viktigt att reparera dessa misstag.

Jim Wilson (2001 s.19) skriver att terapeutiskt arbete är ett hantverk som präglas mer av gradvisa och slitsamma förbättringar än av ögonblickliga “botanden”.

Min slutsats blir att det inte finns något enkelt svar på vad som är lagom. Lagom för mig är att både följa och utmana. En undersökning av det familjeterapeutiska arbetet på Viksjö Gård (Psykisk Hälsa 2005 nr.2) är inne på att det inte är tillräckligt att stödja och lyfta fram föräldrarnas resurser. Deras slutsats är att föräldrarna också hade behov av att få bearbeta skuld och skam. Som en förälder i min undersökning sade: ”Det är deras jobb att gräva. Det är inte respektlöst att göra det. Annars kan vi sitta här och fika hela dagarna utan att komma någon vart. Det är ju själva idén att komma framåt, och det har vi gjort.” Jag tänker att detta naturligtvis inte är lika för alla föräldrar. Att följa och utmana är och förblir en balansakt i möte med varje familj. Som terapeut handlar det om att våga utsätta sig för det osäkra och att våga göra misstag, för det gör man i alla fall. Irvin D. Yalom refererar till Winnicott som hävdade att skillnaden mellan goda och dåliga mödrar inte handlar om huruvida de begår misstag eller inte utan hur de hanterar misstagen. (2002 s.60)

## Sammanfattning:

Ingen av deltagarna upplevde familjesamtalen som tvång. Det hade varit tydligt från början vad som ingick i behandlingen och vad de tackade ja till. Om de från början upplevde samtalen som en möjlighet är svårare att svara på. Så här i efterhand hade jag velat ställa fler frågor angående detta. En av fyra föräldrar önskade specifikt familjesamtal, medan de tre andra deltog i familjesamtal för att det var en del av den behandling de tackade ja till. De var motiverade att göra det som krävdes av dem för att kunna hjälpa sin tonåring. Men de hade inga uttalade förväntningar på möjligheter för förändring för egen del, och var tydliga med att de inte visste vad familjesamtal skulle innebära.

I efterhand, med facit i handen, uttryckte alla att familjesamtalen hade bidragit till positiva förändringar för ungdomarna, föräldrarna och för relationerna i familjerna. Utifrån detta kan man dra slutsatsen att familjesamtalen gav möjligheter till förändring. Resultatet är i överensstämmelse med den forskning som har gjorts på området, att det är viktigt att inkludera ungdomarnas familjer i behandlingen.

För att samtalen skulle kunna ge denna möjlighet till förändring är bemötandet från terapeuten det som alla nämner som en förutsättning. Det bekräftar mitt antagande om vikten av samgående och det mänskliga mötet som en förutsättning för att få till stånd ett samarbete i terapeutiskt syfte. Utvecklas det en förtroendefull relation mellan klienter och terapeut går det att föra in det lagom annorlunda. Det handlar om att hitta en ”passform” som gör det möjligt att tillsammans utforska det aktuella problemområdet och hitta nya

möjligheter. Samforskningsamtalen i sig blev också exemplen på detta. I början av samtalen var klienter och terapeuter mer försiktiga, kände in varandra och gradvis utvecklades tilliten till vad som var möjligt att prata om.

Jag tycker att jag lärt mig mycket av arbetet med uppsatsen och framförallt av samtalen med familjerna. Till exempel har jag lärt mig att det är mycket jag inte vet. Det jag tänker på är hur föräldrarna har det när de går hem ifrån våra samtal. Vi möter dem utifrån en viss kontext, en kontext där ungdomarna är i fokus. Även om vi får mycket information om dem som kommer till oss, är det mycket vi inte vet. Vi känner till en bråkdel om deras livssituation. Framförallt är vi inte närvarande i deras liv utanför institutionen. Ett sätt att komma närmare deras vardag är att arbeta med nätverket. Ibland är olika personer från nätverket (förutom uppdragsgivare) med i arbetet, men kanske är det något vi ägnar för lite tid och energi till? Ett annat sätt är att vara mer tillgänglig för dem som går hem. Hur kan det vara möjligt utan att slita ut sig som terapeut?

Något som framträder än tydligare för mig är vikten av samspelet/samarbetet mellan klienter och terapeut.

Arbetet med temat följa/utmana har gett upphov till nya frågor om etik och makt, som skulle vara intressanta att gå närmare in på.

Med denna erfarenhet av samforskningsamtal tycker jag att det skulle kunna vara en mycket användbar metod för att utvärdera familjeterapeutiskt arbete på institution. Det har varit en utmärkt metod för att undersöka terapiprocessen, men kanske inte lika bra för att få svar på specifika frågor? Det behöver i och för sig inte bero på metoden, utan kan handla om att undersökningen jag gjort gett upphov till nya frågor. Så här i efterhand hade jag velat komplettera samforskningsamtalen med en enkätundersökning, dels för att nå fler familjer, men också för att utveckla en del av frågorna. Till exempel hade jag velat fråga mer om vad de tänkte om att delta i familjesamtal innan de började.

Jag avslutar med några inspirerande ord av Harlene Anderson: "Samtal hör till det allra viktigaste i livet. Vi är ständigt i samtal med varandra och oss själva. Genom samtal formar och om-formar vi vårt livs erfarenheter och händelser; och vi konstruerar och rekonstruerar vår verklighet och vårt jag. En del samtal framhäver det möjliga, andra försvagar det. När möjligheter framhävs, får vi en känsla av handlingsförmåga, en upplevelse av att vi förmår ta itu med det som bekymrar eller besvärar oss: våra dilemman, problem, smärtor och frustrationer. Vi får en känsla av att vi kan uppnå det vi vill: våra ambitioner, förhoppningar, avsikter och handlingar." (1999 s.15)

## Litteraturförteckning

- Anderson, H. (1999) Samtal, språk och möjligheter. Psykoterapi ur postmodern synvinkel. Mareld, Stockholm.
- Andersen, T. (1994, 1998, 2003) Reflekterande processer. Samtal och samtal om samtalen. Mareld, Stockholm.
- Andersen, T. Klienter og terapeuter som samforskere for å øke terapeutens sensitivitet. Fokus på familien, volym 23, 1995.
- Andersen, T. Forskning av behandlingspraksis: Hva skal eller hva bør eller hva kan slik forskning være. Fokus på familien, 1996, 1.
- Andreassen, T. (2003) Institutionsbehandling av ungdommar. Vad säger forskningen? Gothia, Stockholm.
- Assarson, N., Hofsten G. (1997) Familjeterapi för barn med neuropsykiatriska handikapp. En utvärdering. Stockholms Läns Landsting.
- Bagge, R. F. Om å støtte foreldre i å støtte barna sine. Fokus på familien 1998, 3.
- Bagge, R. F. ”Processintervju” som terapeutisk virkemiddel. En modell for evaluering av samarbeidet mellom foreldre og terapeut på en familjeavdeling. Fokus på familien 2002, 2.
- Bateson, G. (Graffman, E. red.) (1998) Mönster som förbinder. Mareld, Stockholm.
- Berglund I. ”Skam den som ger sig.” Samforskning kring samarbeidsrelationen under barnavårdsutredning. Psykoterapisällskapet (2005), Stockholm.
- Bernergård L., Kruse M. (2005) Familjeterapeutiskt arbete med ungdommar och deras familjer på behandlingshem. Psykisk Hälsa 2005, 2.
- Buvik, C., Wächter A. (2003) Andningshål. Samforskningssamtal på en BUP-mottagning. Stockholms Läns Lansting.
- Hansson, K. (2001) Familiebehandling på goda grunder. En forskningsbaserad översikt. Gothia, Stockholm.
- Johannesson K., Rhodin K. ”Sa du att det kallades korttidsterapi?” Fyra familjers erfarenheter av barn- och ungdomspsykiatriska korttidsinsatser utvärderas genom samforskningssamtal. Stockholms Läns Landsting, BUP (1999).

Hårtveit, H. & Jensen, P. (2002) Familjen plus en. En resa genom familjeterapins praktik och idéer. Mareld, Stockholm.

Kjellberg, E. (red.) (2001) Man kan inte så noga veta... Mareld, Stockholm.

Kvale, S. (1997) Den kvalitativa forskningsintervjun. Studentlitteratur, Lund.

Nightingale D. J., Cromby J. (2001) Socialkonstruktionistisk psykologi. Studentlitteratur, Lund.

Schjöldt B., Egeland T. A. (1994) Från systemteori till familjeterapi. Studentlitteratur, Lund.

Scott Miller, m.fl. (1999) The heart and soul of change. American Psychological Association.

Seikkula J. (1996) Öppna samtal. Från monolog till levande dialog i sociala nätverk. Mareld, Stockholm.

Starrin, (1991) Från upptäckt till presentation. Om kvalitativ metod och teorigenerering på empirisk grund. Studentlitteratur, Lund

Stern D. (2004) The present moment in psychotherapy and everyday life. Norton, New York.

Wrangsjö B. (red.) (2004) Utforska tillsammans. Handledande förhållningssätt. Mareld, Stockholm.

Wilson J. (2001) Barnets röst i utredning och behandling. Mareld, Stockholm.

Yalom I. D. (2003) Terapins gåva. Natur och Kultur, Stockholm.

