



LUNDS
UNIVERSITET

Institutionen för psykologi
Psykoterapeutprogrammet

Från huvudroll till statist, om konsten att spela roll i någon annans familj

En reflekterande studie om familjerekonstruktion

Simon Bloomfield & Cecilia Örnemark

Psykoterapeutexamensuppsats 2015

Handledare: Anne-Li Hallin & Lars Plantin
Examinator: Gisela Priebe

Ur dikten: "This be the verse" av Philip Larkin

" They fuck you up, your Mum and Dad

They do not mean to but they do.

They fill you with the faults they had

And add some extra.....just for you."

Förord

Att göra en studie och författa den så att den berör många och väcker ett intresse krävs andra, tredje och fjärde person. Det vill säga, i detta fall, har det krävts intervjupersoner, handledare och granskare. Vi vill även här följa vårt synsätt och delar av studiens teori genom att understryka hur viktigt delarna i systemet är. Utan de andra personerna hade inte denna studie kunnat genomföras. Därför vill vi tillägna våra intervjupersoner ett stort tack för att de så tjänstvilligt och med engagemang lät sig intervjuas av oss och samtidigt gjorde intervjustunden till ett trevligt möte. Anne-Li Hallin, vår handledare och inspiratör, har varit en trygghet och ledsagare i vårt roliga gemensamma arbete. Lars Plantin, vår handledare, som noggrant och snabbt har hjälpt oss att föra vårt forskningsarbete framåt. Till sist, ni som varit behjälpliga i förberedelsearbetet, tagit del av vår text, granskat den och ni som står oss nära, tack för ert tålamod.

Cecilia & Simon

Abstract

The study examines the subjective experiences of post-graduate students in family therapy training after family reconstruction. The intention of the study is to gain a deeper understanding of the possible effects of the family reconstruction process on students during training as well as in their work as family therapists.

The survey is based on semi-structured interviews. The data was interpreted by thematic analysis with questions focused on the group process, earlier knowledge about family reconstruction, the feelings associated with the experience and reflections on work as a family therapist.

The result of the study shows that the students welcomed the opportunity to work with their own family of origin, but equally significant was their experience of hearing others relating their own story. It also showed a need for the students to organise themselves and to feel secure in their groups as a condition for positively experiencing the family reconstruction.

The study suggests there are clinical implications for therapeutic work with families in how family of origin issues can be addressed. It raises the question as to how heightened awareness of compassion and empathy during the training of family therapists can be best utilised and developed.

Keywords: Family reconstruction, Satir, family of origin, family therapy, training, genogram

Sammanfattning

Studien undersöker familjeterapistudenters upplevelser av familjerekonstruktion. Syftet med studien är att få en fördjupad förståelse för familjerekonstruktion med hjälp av reflektioner och upplevelser från studenter på psykoterapeutprogrammet, inför sin framtida profession.

Studien utgår från semistrukturerade intervjuer med frågor fokuserade på fyra teman; gruppprocess, tidigare kunskap om familjerekonstruktion, känslor och reflektioner över hur familjerekonstruktionen påverkar deras framtida arbete. Svaren analyserades med tematisk analys.

Undersökningen visar att studenterna välkomnade möjligheten att arbeta med sin ursprungsfamilj, men lika slående var upplevelsen av att höra andra berätta om sina familjer. Den visade att studenterna hade behovet av att organisera sig och känna sig trygga i sina grupper som en förutsättning för en positiv upplevelse av familjerekonstruktionen.

Studien antyder att det finns kliniska implikationer för det familjeterapeutiska arbetet i frågor som berör ursprungsfamiljen.

Det väcker frågan om hur arenan som skapades under familjerekonstruktion, med ökad medvetenhet om medkänsla och empati, bäst kan utnyttjas och utvecklas under utbildningen och i arbetet som legitimerad psykoterapeut inom familjeterapiinriktningen.

Nyckelord: familjerekonstruktion, Satir, ursprungsfamilj, genogram, psykoterapeutprogrammet med inriktning mot familjeterapi, familjeterapi

INNEHÅLLSFÖRTECKNING

FÖRORD	3.
ABSTRACT	4.
SAMMANFATTNING	5.
INTRODUKTION	8.
Inledning	8.
Teoriavsnitt	8.
<i>Systemteori</i>	<i>9.</i>
<i>Kommunikationsteori</i>	<i>9.</i>
<i>Anknytningsteori</i>	<i>11.</i>
Tidigare forskning och litteratur	13.
Syfte	13.
Frågeställningar	13.
HISTORIK	14.
Förgrundsgestalten Virginia Satir	14.
Syftet med familjerekonstruktion	15.
METOD	18.
Forskningsansats	18.
Tillvägagångssätt	19.
<i>Förberedelserna av intervjuerna</i>	<i>19.</i>
<i>Intervjuer</i>	<i>20.</i>
<i>Urval</i>	<i>20.</i>
Procedur och tillvägagångssätt	22.
Bearbetning av intervjuerna	23.
Etik	23.
Etiska riktlinjer	23.

<i>Positiva effekter av undersökningen</i>	23.
<i>Samtycke</i>	24.
<i>Konfidentialitet och aidentifiering</i>	24.
<i>Publicering</i>	25.
Validitet och generaliserbarhet	25.
EMPIRI	26.
Trygghet en förutsättning för förändring	26.
Försoning och förståelse	29.
Ett tre-generationsperspektiv och en känsloladdad upplevelse	32.
Reflektera för att förstå andra	35.
DISKUSSION	37.
REFERENSER	43
BILAGOR	47.

Introduktion

Inledning

"Familjerekonstruktion är en strukturerad teknik för att utforska strukturer och processer i sin egen familjebakgrund och jämföra dessa med den aktuella livssituationen" (Lundsbye, Sandell, Ferm, & Fälth, 1995). Familjerekonstruktionen bedrivs av legitimerade psykoterapeuter inom familjeterapin. Enskilda kan på egen hand söka sig till en grupp där man gör en familjerekonstruktion. Den kan också användas som en del i ett behandlingsarbete med en hel familj, ett par eller som ett delmoment i den obligatoriska egenterapin på psykoterapeutprogrammet inom familjeterapiinriktningen. Författarna har i denna studie intresserat sig för att belysa familjerekonstruktionen som en del av utbildningsterapin, inom ramen för de 75 timmarnas egenterapi.

Hur är det då att genomgå en familjerekonstruktion? Är det som att vara med och spela en huvudroll eller statistroll i en annans familj, och vilka tankar och känslor väcker det? Efter författarnas egna genomgångna familjerekonstruktion väcktes nyfikenhet om andras upplevelser av momentet och om familjerekonstruktion som metod att arbeta med. I strävan efter att få veta mer och bli bättre på att själva kunna använda metoden blev det en överraskning att det inte fanns någon publicerad forskning varken kring upplevelser av att genomgå en familjerekonstruktion eller om metodens upplägg och effekter. Dessutom blev det tydligt att metoden inte hade någon tydlig teoretisk förankring. Därför valdes att titta närmare på metodens förgrundsgestalt, Virginia Satir, samt att bygga det empiriska materialet på intervjuer kring upplevelser av metodens genomförande.

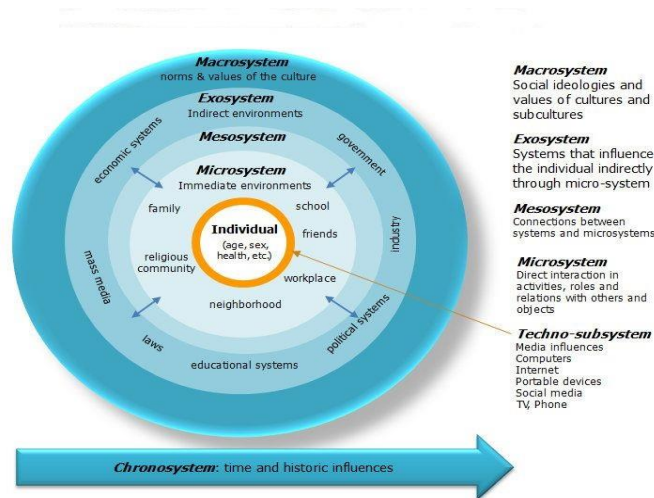
Teoriavsnitt

"We have to remember that what we observe is not nature in itself, but nature exposed to our method of questioning."

Werner Heisenberg

I denna studie om familjerekonstruktion har systemteorin vid sidan om kommunikationsteorin och anknytningsteorin varit de mest centrala teoribildningarna i arbetet med empirin.

Systemteori. Systemteorin inom familjeterapi har sitt ursprung i generell systemteori och utvecklades under tidigt nittonhundrafemtioal. Systemteori är den teorin som visat sig ha störst vikt för familjeterapin och det finns väldokumenterad evidens för hur familjen och individens beteende har ömsesidig påverkan (Lebow, 2012). Familjeterapeuter arbetar med synsättet att individen är en del av sitt sociala sammanhang och alltid i samspel med andra människor. Vi är alltid en deltagare i våra relationer med andra, i våra familjerelationer men också i relation till allt som påverkar vårt liv från mikro, meso-, exo- och makrossystem enligt Bronfenbrenners ekologiska bild. Förståelsen av individen är inte möjlig om vi isolerar individen ur sitt sammanhang.



Figur 2. Bronfenbrenners utvecklingsökologisk modell (Bronfenbrenner & Morris, 2006).

Utifrån litteratur kring metoden familjerekonstruktion blir det tydligt att systemteorin är en teoretisk grund. Den bygger på att helheten är mer än summan av dess delar, där alla delarna i ett system påverkar och påverkas ömsesidigt av varandra och av strukturen. System är uppbyggda i hierarkiska strukturer, system innehåller subsystem och systemet själv ingår som subsystem i ett övergripande system (Schödt och Egeland, 1994). I familjesystemet ser vi bland annat förutsägbara mönster som upprepas för att upprätthålla en balans, en homeostas i familjen.

Kommunikationsteori. Kommunikationsteori är en annan teoretisk grund för familjerekonstruktion som kan förklara vad det är som händer i interaktionen mellan människor Gregory Bateson (1951) skrev boken:

“Communication: The Social Matrix of Psychiatry” om sitt arbete med schizofreni vilken blev början till kommunikationsteorin. Han beskrev bland annat metakommunikation samt analog och digital kommunikation med referenser till cybernetik och informationsteori inom samhällsvetenskap (Lutterer, 2007). Bateson beskrev tillsammans med Don Jackson, Jay Haley och John Weakland (Bateson, 1956) om dubbelbindning (double-bind) vilket kan beskrivas som att när beteende och verbal kommunikation inte stämmer överens kan det resultera i ett dysfunktionellt beteende. När Satir beskriver detsamma talar hon om inkongruens och kongruens.

Kommunikationsteorin vidareutvecklades av andra personer och 1967 kom boken Pragmatics of Human Communication av Paul Watzlawick, Janet Bavelas och Don Jackson. De redogjorde här för en formaliserad teori om kommunikation som resulterade i ett antal välkända kommunikationsaxiom. Dessa har blivit centrala begrepp som har tillämpats under familjeterapins utveckling med vikt på processen mer än på innehållet.

- ❖ Allt beteende är en kommunikation och man kan inte icke-kommunicera vilket speglar hur kommunikation är oundviklig och hur vi ur ett biologiskt perspektiv, som människor, är tvungna att kommunicera.
- ❖ Varje kommunikation har mer än bara ett innehåll. Den har en tillhörande relationsdimension vilket gör det till en meta-kommunikation.
- ❖ Kommunikation sker på två grundläggande nivåer, det digitala (det som sägs eller skrivs) och det analoga (det icke-verbala, relationistiska) som förmedlar hur sändaren ser på sin relation till mottagaren.
- ❖ Kommunikation sker i ett socialt sammanhang. Allt beteende, budskap och upplevelser ska ses i en kontext.

Virginia Satir ingick i Mental Research Institute (MRI) under tiden som Watzlawick med flera utvecklade sina idéer om kommunikationsteori. Satir fortsatte senare att utveckla sina egna specifika idéer om kommunikation inom familjen och hon ansåg att allt beteende, positivt och negativt, är ett uttryck för en strävan efter den personliga utvecklingen. Hon menade att kommunikationsmönster skickas vidare från en generation till nästa, och att dysfunktionella familjer har svårt att utöva kommunikations färdigheter vilket kan hämma individens utveckling. Satir fokuserade på de skadliga effekterna av en inkongruent kommunikation. Det skapar förvirring och upplevs som kritik av mottagaren. Satirs kommunikationsteori ser inkongruens som en ofta använd strategi för att undvika sårbarhet

vilket kan åtgärdas med bland annat positiva omformuleringar. Kommunikationsteori i familjeterapi är en förklaringsmodell i arbetet med familjesystemet och interaktionsmönster i systemet eftersom det ger terapeuten möjlighet att hjälpa familjen till förändring och att hitta nya förhållningssätt.

Anknytningsteori. För att förstå upplevelserna av familjerekonstruktionen gjordes en analys utifrån anknytningsteorin med diskussion och koppling till det intersubjektiva fältet (Bauer, 2007) eftersom Satir talar om att återknyta till och förstå personer i ursprungsfamiljen. Dessutom har vissa av intervjupersonerna som utgör empirin själva nämnt anknytningsperson och anknytningsbrott vilket gjorde det än mer intressant och viktigt att använda anknytningsteorin som en förklaring till empirin. Det har även blivit tydligt att systemteorin och kommunikationsteorin i vissa fall kan te sig otillräckliga som förklaringsmodeller. I organisationer och maskiner, sett ur ett systemteoretiskt perspektiv, interagerar de olika delarna på ett sätt, men de har inga känslor för att längta efter varandra och de sårar inte varandra så att det stör balansen hos enheterna såsom i mänskliga system. Därför behövs anknytningsteorin för att förtydliga processer mellan delarna. Det som uppstår är något mellan två subjekt, det intersubjektiva, (Mårtensson Blom & Wrangsjö, 2013) sorts en samvaro och samverkan. I denna process kan man dela varandras affekter utan att fly från det okända som uppstår när någon blir berörd av det som skett tidigare i ens liv. Detta kan ge en känsla av ”jag vet att du vet att jag vet” eller ”jag känner att du känner att jag känner” (Hart, 2009).

John Bowlby började först använda begreppet anknytning för att beskriva det känslomässiga bandet mellan barn och den primära anknytningspersonen/omvårdnadspersonen (här kallad föräldern). Anknytningsteorin är en teori om mellanmänskliga relationer och affektreglering, hur vi styr känslor. Barnet är beroende av sin förälder för sin överlevnad och när barnet känner sig otryggt signalerar barnet till sin förälder som ger tröst och skydd från hotet vilket skapar en trygg bas från vilken barnet kan utforska sin närmiljö (Fonagy, 2001). Detta samspel utvecklas och en anknytningsrelation grundas. Med upprepningar etableras inre arbetsmodeller där barnet upplever ett eget värde, att hon är älskad och att världen är förutsägbar och pålitlig (Bowlby, 1969). En trygg anknytning i tidiga år ger barnet erfarenheten att andra människor är goda och pålitliga och flera av experterna talar om säker hamn och trygg bas (Hughes 2007; Johnson, 2004) som metafor för en god och trygg relation vilken ger förutsättningar att utforska världen. Avsaknaden av en god nära och trygg relation

ger barnet bilden av att människor är opålitliga (Broberg, Hagström & Broberg, 2012). Barn som inte blir intonat, ett sätt för barn och förälder att dela de inre erfarenheterna, etablerar en otrygg anknytning och visar tecken på att inte vara nyfiket, blir lätt rädd och med svårigheter att lugna ner sig själv (Hart, 2009).

De inre arbetsmodellerna som ger upphov till anknytningsmönstren kan fortsätta som stabila föreställningar om relationer men kan även ändras senare under livet, det samma gäller otrygga anknytningsmönstren (Bowlby, 1969). Arbetsmodellerna hjälper till att organisera minnena av tidigare upplevelser och påverkar förväntningar och tilltro inför framtida händelser i det sociala samspelet i vuxenlivet.

Ainsworth, Blehar, Waters & Wall (1978) utvecklade kategorier för att förklara skillnader i anknytningsstilar utifrån förälderns förmåga att besvara barnets anknytningsbeteende. Enligt Bowlby finns ett utbyte mellan föräldern och barnet som ger det växande barnet ett sammanhang för att organisera sina känslor och hur det kan reglera sin affekt, det vill säga hur barnet ska förhålla sig till sina känslomässiga reaktioner. Anknytningssystemets mål är att uppnå en känsla av trygghet som kan reglera känslomässiga upplevelser, en förmåga som enligt Fonagy (2001) ligger till grund för all psykoterapeutisk verksamhet. Den ömsesidiga relationen mellan förälder/anknytningsperson och barnet, där föräldern visar en känslighet för barnets verbala och icke verbal kommunikation, benämner Tronick (1989) som mutual regulation och Stern pratar om attunement (1985), intoning. Att föräldern bekräftar förståelsen för barnets sinnesstämning och sedan reflekterar detta tillbaka till barnet utgör i sig barnets egna möjligheter till affektreglering, härbärgera känslor.

Anknytningsteori kan ge förståelse för hur individen utvecklar copingstrategier och relationsmönster vilka kan ge upphov till känslomässiga svårigheter. Tidigare inlärda arbetsmodeller kan göra det svårt att tillgodose nuvarande psykologiska och emotionella behov. Schores teoretiska modell (2012) om anknytning från ett neurobiologiskt perspektiv visar hur anknytningsrelationen påverkar den utvecklande hjärnan.

De senaste 15 åren har inneburit ett växande användningsområde för anknytningsteori och hur man kan förklara samt reparera och utveckla relationsmönster vilket har blivit en viktig del i utvecklingen av vissa behandlingsmodeller för vuxna relationer. I Emotionally Focused Couple Therapy (EFT), en metod uppbyggd av främst Sue M. Johnson (2004), används anknytningsteori för att förklara hur kritik och klagande kan vara protest mot anknytningsbrott (Nichols & Schwarz, 2007). Brubacher (2006) har beskrivit EFT som en modell som erbjuder teoretisk struktur till Satirs arbete. EFTs användning av

anknytningsteori liknar Satirs intresse för view of self and other och Satirs beskrivning av coping stances.

Tidigare forskning och litteratur

Mellan februari 2014 och mars 2015 gjordes sökningar på följande databaser:

Education Information Resource Centre (ERIC), Family Studies Abstracts, PsycARTICLES, PsycBOOKS, PsycCRITIQUES, PsycEXTRA, PsycINFO, SocINDEX och Google Scholar med sökorden Family reconstruction. Sökningar gjordes dessutom på Google Sverige med sökordet: familjerekonstruktion.

Vi hittade ingen empirisk forskning om blivande psykoterapeuters upplevelse av familjerekonstruktion under utbildning. Vi fann dock forskning om egenterapi under både psykoterapi- och psykologutbildning där terapin beskrevs först och främst som individuell eller i grupp, men det saknades hänvisning eller beskrivning till familjerekonstruktion som terapival.

I en svensk uppsats (Blomqvist & Stolt, 2008) görs en kort hänvisning till familjerekonstruktion under psykoterapiutbildning där fem verksamma psykoterapeuter intervjuas för reflektioner efter avslutade studier.

I litteratursökningen hittade vi hänvisningar till familjerekonstruktion med tydliga referenser till Virginia Satirs arbete med modellen och dess förändringar. Litteratur om modellen blir allt mindre frekvent ju mer man närmar sig publiceringsår 2015, med några enstaka artiklar i början på 2000- talet. Hänvisningar i litteraturen till familjerekonstruktion ges oftast i böcker som redovisar olika modeller inom familjeterapi där familjerekonstruktion lyfts fram som ett dynamiskt exempel av Virginia Satirs kreativa arbete. Vi har undersökt ett antal böcker om familjerekonstruktion vilka erbjuder fakta om modellens struktur och användningsområde men saknar hänvisningar avseende empiriskt stöd.

Syfte

Uppsatsens syfte är att beskriva upplevelser och reflektioner av familjerekonstruktion från personer som genomför en legitimationsgrundande psykoterapiutbildning med inriktning mot familjeterapi. Genom en sammanställning av deras upplevelse av familjerekonstruktionen vill vi undersöka vilken betydelse den har för var och en, och i deras profession som blivande legitimerade familjeterapeuter. På så vis kan vi möjligtvis närma oss en ökad förståelse för familjerekonstruktion som ett moment i utbildningen.

Frågeställningar

För att kunna undersöka intervjupersonernas upplevelser av och kunskaper om familjerekonstruktionen har författarna behövt ta reda på hur den påverkat var och en, hur det påverkat deras familjerekonstruktionsgrupp och var och ens syn på sig i den blivande roll som legitimerade psykoterapeuter. Därför har nedanstående frågeställningar valts:

Hur valdes gruppen för familjerekonstruktionen?

Vilka kunskaper fanns före genomförandet av familjerekonstruktionen?

Vilka känslor uppkom i samband med familjerekonstruktion?

Vilken påverkan får familjerekonstruktion för den framtida yrkesrollen som familjeterapeut?

Historik

Förgrundsgestalten Virginia Satir

“A basic requirement for the research student is that they should understand the history of the subject they intend to study” (Hart, 1998, s 27)

Som teknik och terapiform inom familjeterapin har familjerekonstruktionen en lång historia. Den sträcker sig 50 år tillbaka då Virginia Satir, en av familjeterapins förgrundsgestalter, år 1965 utvecklade och genomförde den första familjerekonstruktionen (Nerin, 1985). Hennes arbete har sedan dess visat vikten av en öppen och direkt kommunikation och om möjligheter för terapeuten att bidra till individens självkänsla och att bygga nya relationer till sin familj. Idag hörs röster att det saknas ett tydligt teoretiskt underlag för hennes arbete men trots detta är hennes popularitet påtaglig, med många dokumenterade positiva upplevelser av familjeterapi och familjerekonstruktion (Goldenberg & Goldenberg, 2012).

Virginia Satir (1916-1988) född i Wisconsin, USA och äldst av fem syskon har i olika sammanhang berättat hur hon tog hand om sina syskon under deras gemensamma uppväxt. Hon utbildade sig till lärare och upptäckte snart att hennes relation till elevens familjer spelade en viktig roll i hennes framgång som lärare (Banmen, 2002). År 1948 tog hon en Masters i Social Work vid Chicago universitet. Vid denna tid dominerades det

psykoterapeutiska arbetet av manliga psykoanalytiker och Satir har beskrivit hur hon kände sig obekvämd med de rådande omständigheterna, med fokus på individen och svagt intresse för dennes familjemedlemmar (Brothers, 1991). År 1951 arbetade hon med sin första familj. Det började som ett individuellt arbete med en ung kvinna vilket utvecklades till terapisamtal med mor och dotter, efterhand involverades fadern och så småningom brodern. Satir såg kraften och dynamiken i familjeprocessen och hur terapin förbättrades genom att involvera andra i nätverket utöver patienten. Hon började arbeta med olika strategier att intervensera med familjen som system för att förbättra kommunikationen i familjen (Banmen, Gerber & Gomori, 1991). Hon började experimentera med skulptering, ett sätt att åskådliggöra familjemönster genom att flera i familjen fysiskt och rumsligt skapar en skulptur med personer i rummet (Kantor & Duhl, 1973). År 1962, som Director of Training på Mental Research Institute (MRI) i Palo Alto California, kunde Virginia Satir erbjuda det första formella utbildningsprogrammet i familjeterapi. År 1964 publicerades boken *Conjoint Family Therapy* vilken hade sitt ursprung i de utbildningsmaterial hon använde åt sina studenter. Denna blev en klassiker i familjeterapins litteratur och hänvisade till flertal domäner som dans, drama, religion, medicin, kommunikation, hypnos, utbildning, språk, tal, andlighet, Gandhi och vetenskap (Satir, 1983). Satir blev alltmer känd och hon fortsatte skriva och reste över hela världen för att hålla workshops och träningsprogram fram till sin död. Många som träffade Virginia Satir beskrev henne som karismatisk, visionär och oerhört kreativ. Ordet magi och här-och-nu används inte sällan i litteraturen om hennes personlighet, vilken är starkt förknippad med hennes arbete och metoder.

''Virginia's profession was the implementation and enhancement of her person and that of the person with whom she encountered at any given moment in time.'' (Brothers, 1991, s. 5)

Syftet med familjerekonstruktion

Syftet med familjerekonstruktionen är att hjälpa individen komma vidare och lämna gamla idéer om familjeregler och roller från sin ursprungsfamilj som inte längre är relevanta. Processen ska öka medvetenhet hos individen om föräldern som person och utmana individens syn på sina föräldrar (Rasheed, 2011). Individen kan se sig själv och sina föräldrar med nya ögon och få ett nytt perspektiv både på nuet och på framtiden. Resultatet ger individen större möjligheter, större frihet och större ansvar över sitt eget liv. Metoden skulle hjälpa familjemedlemmar ändra inrutade dysfunktionella mönster som de tagit med sig från sin ursprungsfamilj. Processen, med terapeutisk hjälp, skulle leda till en förändring i hur

individen kan förstå sin egen historia och sammanhang i familjen. Satir ville ge individen möjlighet att omformulera sin uppväxt och relation till sin familj. Individens utveckling i familjerekonstruktion skulle öka självacceptans och individuell kongruens vilket skulle ge nya möjligheter att ifrågasätta tidigare hinder till relationsskapande.

Familjerekonstruktion är en strukturerad terapiform starkt präglad av den humanistiska syn på människan vilket också präglade Satirs arbete med utvecklande av familjeterapin. Satir såg familjerekonstruktion som den modell vilken bäst representerade hennes syn på hur människor växer och förändras (Satir & Baldwin, 1983). Satirs arbete med över 1400 familjer låg till grund för en klar uppfattning om hur gamla mönster upprepas i de nästkommande generationerna. Mönstren kan upprätthålla en negativ kommunikation i relationer och bidra till låg självkänsla hos individen. ”De använde sitt förflutna att kontaminera deras nutid som i sin tur skapade en framtid vilken var en kopia av deras förflutna, de blev fast där, i en hopplös träskmark. Då föddes mina idéer om familjerekonstruktion” (Nerin, 1985, s. 8).

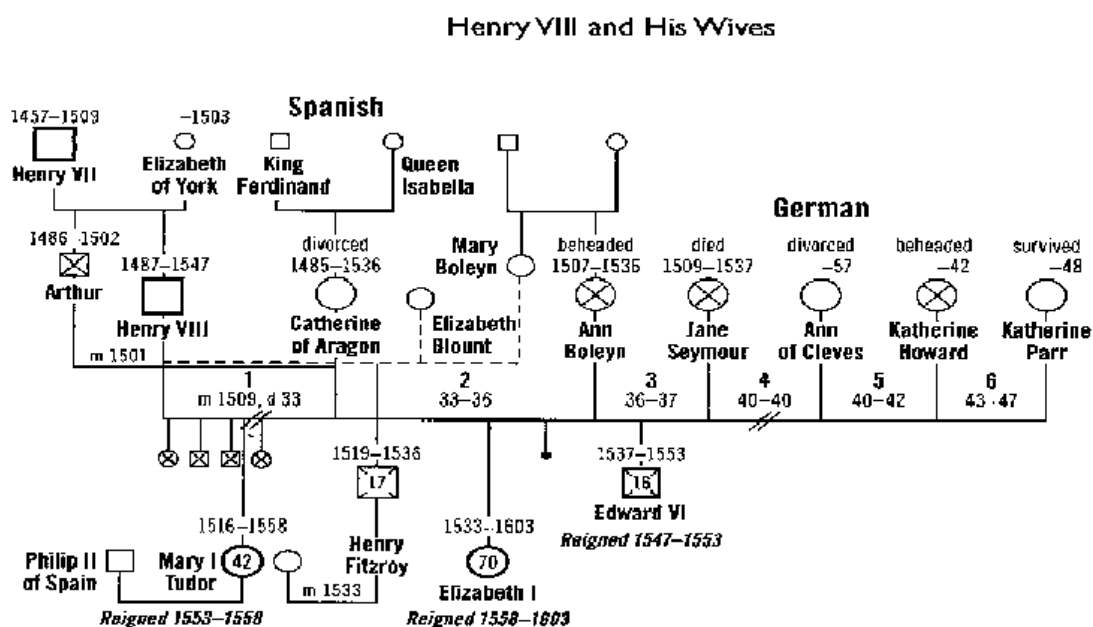
I Conjoint Family Therapy (1983) beskriver Satir sin uppfattning om familjens påverkan på familjen ”Jag ser föräldrarna som arkitekter till sina familjer. De tar med sig det de har lärt sig från sina ursprungsfamiljer och blandar ihop det både medvetet och omedvetet för att forma hur den nya familjen ska vara”. Satir menade att det var vad vi hade lärt oss som barn, när vi är mest sårbara och inte mogna att förstå vad det är som är mest användbart för oss, som vi utvecklar strategier först och främst för att överleva. Detta har stor påverkan på ingången till nuet. Satir nämner inte själv några teorier men en tolkning av hennes texter leder oss till anknytningsteorin vilken vid det tillfället inte var så etablerad som den är nu.

Familjerekonstruktion bygger på delar av systemteori, kommunikationsteori och rollteori (Rasheed, 2011) och det inviterar individen att upptäcka viktiga händelser från familjens historia under tre generationer och processen inkluderar tragedier såväl som triumfer, förluster och segrar (Beaudry, 2002). Modellen fokuserar på kommunikation, mönster och hur en kongruent kommunikation blir ett viktigt steg till personlig frihet. Med kongruent kommunikation menar Satir att inre känslor och upplevelser stämmer överens när det kommuniceras i en relation (Olson & Petitt, 1992).

Cheung (1997) poängterar likheten med socialkonstruktivistiska teorier när terapeuten är både deltagare och möjliggörare och samtidigt ger en uppfattning av individens potential så att förändring kan ske och den enskilde kan göra nya val. Enligt Cheung har

familjerekonstruktion, med en narrativ struktur, möjligheten att ge och ifrågasätta befintliga uppfattningar för att rekonstruera betydelseerna av tidigare upplevelser.

Familjerekonstruktion inleds inte sällan med att individen skapar ett genogram/familjekarta. Genogram erbjuder ett kronologiskt berättande i bild om familjrelationer i tre generationer. Det är till hjälp för att organisera, förtydliga och upptäcka berättelser om familjrelationer. Kartläggningen kan i sin tur synliggöra emotionella mönster som ofta upprepas från generation till generation (Papero, 1990). Ett genogram är baserat på en persons berättelse och därför speglar den individens perspektiv på relationerna i familjen (McGoldrick, Gerson & Petry, 2008) och detta är en anledning till varför en annan familjemedlem skulle ge en annan version. Genogrammet används vidare för att identifiera mönster som skapar en negativ självbild och låg självkänsla, just för att istället kunna utveckla nya positiva mönster hos individen. Terapeuten bidrar med omformuleringar, metaforer, konstnärliga uttryck som poesi, bilder och humor för att framkalla berättelser om tidigare upplevelser i ursprungsfamiljen. Terapeuten aktiverar andra i gruppen för att hjälpa individen utveckla sina berättelser och reflektioner för att väcka och fördjupa den känslomässiga delen i berättandet. Familjemönster och tidigare erfarenheter återskapas och rekonstrueras med terapeutens och gruppens hjälp



Figur 1. Exempel på genogram (McGoldrick, M. 2008)

Metod

I följande metodavsnitt redogörs för studiens upplägg, och genomförande. Dessutom beskrivs valet att arbeta med kvalitativ metod och vad som varit viktigt i utformandet av frågorna i intervjuguiden. Inledningsvis återges vad som var avgörande för att använda en intervjuguide. Därefter redogörs för urval och genomförandet av intervjuerna. Slutligen, i metodavsnittet, beskrivs analysarbetet av intervjuerna samt vad som inspirerat till att välja tema i analysen.

Forskningsansats

Ur ett epistemologiskt perspektiv och i sökandet efter kunskap om familjerekonstruktion och dess påverkan på individen var ansatsen att se intervjuaren som en del av kunskapsmaterialet. Kvale och Brinkmann (2009) beskriver intervjuaren antingen som malmlätare eller som resenär. I den första metaforen uppfattas kunskap som en värdefull metall som ska hittas och visas i dagsljuset. I metaforen med intervjuaren som resenär, vandrar intervjuaren genom ett landskap för att inleda samtal och får ta del av olika berättelser som kommer till resenären/intervjuaren. Resan kan ge ny kunskap och ge upphov till reflektioner hos resenären som i sin tur kan leda till ny förståelse men som resenär kan man vara pilgrim som söker efter sanning eller en turist som vill uppleva nya erfarenheter. Målsättningen i denna studie var, förutom att intervjuaren skulle få mer kunskap om sig själv, sina egna erfarenheter av familjerekonstruktion och sin egen skicklighet i intervjutekniken, också att intervjuaren skulle se sig som en resenär. Det ger mer kunskap och erfarenheter om både sammanhanget och sig själv (Langemar, 2008).

Samtidigt har givetvis dessa erfarenheter, och inte minst det faktum att vi själva genomgått familjerekonstruktion, färgat det sätt som vi planerat och genomfört denna studie.

Förförståelsen handlade dels om att en grupp är nödvändig för att kunna genomföra familjerekonstruktion och att gruppens sammansättning, individerna, har betydelse för grupprocessen. Det sker ingen planerad förberedelse för dessa processer på utbildningen och tidigare kunskaper kan påverka hur och vilken terapeut man väljer. Det kan också ha betydelse hur och om individerna har olika kunskap och om hur det är att genomgå en familjerekonstruktion. Det kan påverka processen hur lätt eller svårt man har för att dela med sig av känslomässiga upplevelser. Det fanns också en förförståelse om att de känslomässiga upplevelserna har sitt ursprung i våra inre arbetsmodeller och anknytningsmönster och att de

i sin tur påverkar hur vi organiserar oss med andra och kan använda våra nyfunna erfarenheter i vårt framtida arbete med klienter.

Tillvägagångssätt

Förberedelser av intervjuerna. ”Den kvalitativa intervjun är en forskningsmetod som ger ett privilegierat tillträde till människors upplevelse av den levda världen” (Kvale & Brinkmann, 2009). Intervjuerna, vilka är materialet till denna studies empiri, liknas vid ett terapeutiskt samtal. I det terapeutiska samtalet söker man kunskap och ställer frågor för att den intervjuade ska få möjlighet att upptäcka och reflektera om sig själv. Kvale och Brinkmann (2015) beskriver hur intervjupersonssubjektivitet i intervjun är konstruerat hellre än avslöjat. Intervjun blir en möjlighet att skapa en ny sorts subjektivitet bunden till ett historiskt och kulturellt sammanhang.

En nyfikenhet på upplevelser och reflektioner av att ha gått i familjerekonstruktion, om det väckt känslor och kanske en större nyfikenhet på sig själv och sin familj styrde utformningen på studien. I strävan efter mer kunskap om familjerekonstruktion, dess betydelse i det framtida yrket som legitimerade psykoterapeuter inom familjeterapiinriktningen och att egenterapin skall vara minst 30 timmars familjerekonstruktion, var det givet att inhämta förståelse om upplevelserna kring familjerekonstruktion och även undersöka familjerekonstruktion som fenomen med denna kvalitativa studie (Kvale & Brinkmann, 2009).

I författarnas begynnande diskussioner fanns det fyra teman vilka ingår i förförståelsen. Dessa var, **gruppen**, som man valt att gå familjerekonstruktion med, vilken **tidigare kunskap** man hade om familjerekonstruktion, **känslor** som väckts i samband med familjerekonstruktion samt hur man trodde att erfarenheten av familjerekonstruktion skulle **påverka den framtida professionen**. Valet att fokusera intervjuerna på olika teman följdes av ett upplägg för en halvstrukturerad livsvärldsintervju/semistrukturerad intervju eftersom det fanns en förförståelse och en nyfikenhet kring om hur dessa teman påverkat intervjupersonerna (livsvärlden, vardagsvärld) i deras genomgångna familjerekonstruktion (Kvale & Brinkmann, 2009; Langemar, 2008). Med halvstrukturerad livsvärldsintervju innebär att man sätter fokus på vissa specifika områden i undersökningspersonens egna upplevda vardagsvärld (Kvale & Brinkmann, 2009; Langemar, 2008) med inspiration från ett fenomenologiskt perspektiv. Halvstrukturerad livsvärldsanalys/semistrukturerad intervju valdes också eftersom den ger utrymme för ett öppet vardagssamtal som guidas med hjälp av

ett antal olika frågeområden. Risken med en helt ostrukturerad intervju skulle kunna vara att samtalet styrts över på en mängd områden som inte är i fokus för studiens syfte. På samma sätt skulle en strukturerad intervju kunna verka alltför begränsande och påverka möjligheterna att fånga ett bredare spektrum av intervjupersonens livserfarenheter. Det undersökande men ändå styrda frågandet utifrån en tematisk frågeguide (se bilaga 1) avgjorde alltså valet av att använda en halvstrukturerad intervju. Bedömningen var att det skulle ge kvalitativa aspekter och underlag till specifika situationer beskrivna av den intervjuade och dennes livsvärld efter att ha genomgått en familjerekonstruktion. Intervjuarna, tillika författare, såg det även som en möjlighet att bli bättre på att få kunskap och se sig som medskapare till intervjuens resultat. Det har varit viktigt att ta till vara på interaktion med intervjupersonen som belyses och värdesätts i kvalitativa intervjuer (Svensson & Starrin, 2000).

Intervjuer. Intervjuerna inleddes med att intervjupersonerna fick information om sina rättigheter, att när som helst avbryta intervjun samt att intervjun skulle spelas in antingen på film eller via röstinspelning. Detta formulerades även i ett skriftligt avtal (bil. 2) som både den intervjuade och intervjuaren skrev på. Intervjuaren beskrev även syftet med studien och klargjorde intervjuguidens olika tema. Intervjuerna pågick mellan 45 minuter till en och en halv timme och de avslutades med en reflektion om hur det var att bli intervjuad.

Från början var det inte självklart att intervjuerna kunde göras via Skype. Intervjuarna var till en början förberedda på att utföra alla intervjuer med ett personligt möte. Men de praktiska detaljerna övervägde vilket gjorde att vi beslutade oss för att prova att intervjua via Skype, och filma eller göra röstupptagning av Skype-intervjun. Det som ansågs mest riskabelt var att inte kunna fånga nyanser i språket och känslomässiga yttringar som tårfyllda ögon eller kroppsrörelser. Tekniken med att använda Skype vid intervjuerna visade sig inte vara ett hinder för att upptäcka nyanser i kommunikationen mellan intervjuare och intervjupersonen. Nu så här i efterhand kan det tolkas som att tilliten var för liten till sin egen fingertoppskänsla att kunna fånga upp dessa små men viktiga yttringar, hos intervjuarna. Det har gett en god lärdom och kunskap om att våga lita på sin egen förmåga i att dra nytta av det som sker i interaktionen och använda sig av redan inlärd familjeterapeutiska tekniker. Som till exempel enactment (Nichols, 2014) att med ord fånga upp det som händer och sker i rummet såsom eventuella tankar och känslor.

Urval. Den första urvalsprocessen innebar att välja mellan att intervjua studenter som var under utbildning eller de som hade avslutat sin psykoterapeututbildning för cirka tre år

sedan. Valet att intervjua kollegor under pågående utbildning gjordes eftersom de rimligen hade sin familjerekonstruktion färskt i minne vilket bedömdes ha stort värde för studien.

För att undersöka upplevelserna av familjerekonstruktion landade valet först på att intervjua författarnas kurskamrater från Linköping vilka nyligen genomfört familjerekonstruktion. Intresset av att delta undersöktes i samband med personliga kontakter vid en tvådagarskonferens i Linköping. Responsen blev positiv och gav vidare inspiration. Detta medförde att syftet med studien och tillvägagångssättet förklarades i ett brev som skickades till kurskamraterna i Linköping via deras respektive studentmailadress (bil.5). Det brev som skickades till studerande i Linköping och Lund formulerades som ett erbjudande att få reflektera kring sin familjerekonstruktion.

Målgruppen i Linköping blev cirka 50 studenter varav tre stycken svarade. På grund av låg svarsfrekvens och efter diskussion med kursföreståndaren på programmet i Lund fick författarna godkännande från psykoterapeutprogrammets prefekt på Psykologiska institutionen i Lund, Håkan Johansson (bil.3) att även maila samma brev till de egna kurskamraterna i Lund, 19 studenter, varav sex stycken svarade (bil4) att de ville delta.

Alla nio svaren bekräftades via mail med löfte om kontakt inom två veckor för att hitta tid till en intervju. Vid tillfället för tidsbokning för personlig intervju föll en person bort då denne inte svarat på det första mailet. Författarna hade ingen annan information om personen förutom adressen och det kan vara så att personen i fråga hade avslutat sin utbildning och inte hade kvar studentmailadressen eller är det så att personen ångrade sig och inte ville bli intervjuad. Därför valdes att avstå från denna intervju och inte göra ytterligare efterforskningar för att komma i kontakt med personen i fråga. Därefter genomförde författarna varsin provintervju med två personer som tillfrågats tidigare om att delta. Dessa intervjuer spelades in med röstupptagning och de ingår även i det empiriska materialet eftersom författarna ansåg att de bidrog med värdefulla reflektioner. Med andra ord blev antalet intervjupersoner tio stycken.

Under den första provintervjun upptäcktes två frågor som irrelevanta och dessa togs sedan bort från intervjuguiden. Efter det togs kontakt med de övriga åtta intervjupersonerna via mail för att avtala tid för en personlig intervju. Studiens empiriska material består alltså av intervjuer med tio personer. Avvägningar gjordes utifrån att antalet intervjupersoner kanske

var för litet men beslut togs att följa minimumkravet för en kvalitativ studie enligt McLeod (2012).

Författarna funderade på troliga förklaringar till studiens låga respons. En del av förklaringarna kan ha varit att ett antal studerande inte hade genomfört sina familjerekonstruktioner under pågående utbildning. Många av de tillfrågade kan ha haft tidsbrist med en tung börda från utbildningen och dess slutliga uppsatsarbete eller från sitt arbete. Ett geografiskt avstånd kan också ha spelat en roll för att de studerande i Linköping kan ha känt mindre engagemang med att delta. Svarsresponsen från studerande i Lund var betydligt högre med 33%.

En negativ erfarenhet av familjerekonstruktion kan också ha påverkat responsen men efter genomförda intervjuer, med reflektioner på andras deltagande, hade författarna inget underlag att tro att det var på det viset. Att det har saknats planerade möjligheter att reflektera över erfarenheten av familjerekonstruktion under utbildningen kunde också vara en möjlig faktor eftersom obearbetade känslor kan ha varit ett hinder till diskussioner med någon man inte känner. Författarna ansåg att uttalade reflektioner eller diskussioner om innehållet i egen terapi skedde sällan under utbildningen och detta kunde därför bidra till en uppfattning att upplevelserna från familjerekonstruktion är svåra att reflektera om. Författarna ville påpeka att bortfallet förmodligen inte skiljer sig från de som deltog eftersom psykoterapeutgruppen kan anses som homogen i vissa avseende som utbildning, etnisk bakgrund och arbete. Troligtvis påverkades inte bortfallet eftersom intervjugruppen representerade en god spridning när det gäller kön och ålder och så vidare, och risken för bias var liten.

Procedur och tillvägagångssätt

Två personer intervjuades via Skype och resterande sju intervjuades vid ett personligt möte med antingen röstupptagningar eller filminspelning. I vissa fall genomfördes intervjun med både filmupptagning och röstupptagning eftersom det fanns viss osäkerhet hos intervjuarna att tekniken skulle fungera. De geografiska platserna för intervjuerna var intervjupersonernas arbetsplatser, hemma hos intervjupersonen och i Lunds universitets lokaler.

Bearbetning av intervjuerna

För att analysera intervjuerna och hitta gemensamma och olika mönster i svaren lyssnade författarna på röstupptagningarna och såg på filmerna både tillsammans och var och en för sig. Samtidigt fördes anteckningar om det som bedömdes mest relevant utifrån de fyra olika teman. Det material som kom fram ur de nio olika intervjuerna lades som grund för studiens empiri vilken analyserades och diskuterades utifrån de tidigare nämnda teoretiska utgångspunkterna, systemteori, kommunikationsteori och anknytningsteori.

En inriktning och vägledning i bearbetningen var att utgå utifrån meningskoncentrering och eventuellt meningstolkning (Kvale & Brinkmann, 2009). Med meningskoncentrering menas att intervjupersonernas reflektioner dragits ihop till kortare formuleringar och dessutom har intervjupersonernas reflektioner och uttryck gett utrymme för att tolka det, meningstolkning. Det var viktigt att belysa huvudteman utifrån en förförståelse och samtidigt använda den interpersonella relationen och de reflektioner som kommer från både den intervjuade och den som intervjuat. Efter en meningskoncentrering och en tolkning av meningar samt ett sökande efter trender och mönster (Wibeck, 2010) framkom tydligt, som författarna valt att kalla, kategorier. Detta beskrivs vidare under varje tema i empirin. De kategorier vi hittat i de olika intervjuerna är trygghet en förutsättning för förändring under temat gruppen, försoning och förståelse under temat tidigare kunskap, ett tre-generationsperspektiv och en känslomässig upplevelse under temat känslor, reflektera för att förstå andra under temat påverkan på yrkesrollen i framtiden.

Etik

Familjerekonstruktion är psykoterapi och dessutom psykoterapi i grupp vilket har varit viktigt att tänka på både vid intervjutillfällena och vid analysarbetet. Respekten för den enskildes berättelse om sina upplevelser av familjerekonstruktionen har varit det viktigaste i empiriinsamlandet. Detta för att inte röja den enskilde eller andras upplevelser och handlingar i gruppen. (Kvale & Brinkmann, 2009)

Etiska riktlinjer

Positiva effekter av undersökningen. Författarna tror att resultatet i undersökningen kommer att ge övriga inom familjeterapiinriktningen, andra verksamma familjeterapeuter, andra inriktningar inom psykoterapeutprogrammet och allmänheten mer förståelse för familjerekonstruktion som en av psykoterapiens tekniker. Om allmänheten får veta mer om en

av familjeterapins tekniker, som familjerekonstruktion, så kan det innebära en större tillgänglighet för den enskilde att söka sig till en terapeut som utför familjerekonstruktioner som en del i en behandling. Dessutom var förhoppningen att blivande familjeterapeuter, vilket intervjupersonerna är, skulle inspireras av sina egna reflektioner av familjerekonstruktionen och påverkas genom att skapa en medvetenhet om sig själv och andra i sitt framtida professionella utövande (Kvale & Brinkmann, 2009).

Samtycke. Ett brev författades med syfte och förklaring kring intervjuerna (bil. 4 & 5). Dessutom författades ett avtal vilket både intervjupersonen och intervjuaren skrev under (bil. 2). I denna studie bedömdes det som tillräckligt att intervjupersonen själv gav sitt samtycke till att bli intervjuad. Inledningsvis gav även prefekten för Psykoterapeutprogrammet, Psykologiska institutionen i Lund, Håkan Johansson sitt godkännande (bil. 3) till att intervjua kurskamrater och föreståndare för familjeterapiinriktningen, Ingemar Ericsson, informerades.

Konfidentialitet och aidentifiering. Redan i inledningsskedet av studien var det viktigt att vara noggrann kring frågorna om konfidentialitet och aidentifiering. Innan ett godkännande getts från prefekt Håkan Johansson, att intervjua klasskamrater, fanns viss tveksamhet inför det faktum att intervjuarna kände intervjupersonerna alltför väl i jämförelse med kollegorna i Linköping. Diskussionerna fördes författarna emellan, med handledare, och med kursföreståndare vid ett lektionstillfälle där även klasskamraterna deltog i diskussionen. Intervjuarna såg, till en början, nästan bara risker med att intervjua egna kurskamrater i Lund men efter att ha ventilerat farhågorna visade det sig att vinsterna kunde vara desto större eftersom intervjuarna redan hade någon form av upparbetad relation med intervjupersonerna. En klar vinst var att det inte behövdes lägga någon tid på att skapa trygghet i den interpersonella kontakten mellan intervjuare och intervjupersonen. Den fanns redan och detta kan ha resulterat i mer fylliga berättelser samt djupare reflektioner.

Intervjupersonerna och likaledes intervjuarna undertecknade ett skriftligt avtal om att förstöra det inspelade materialet när det tjänat sitt syfte m.a.o. då uppsatsen är färdigskriven och godkänd.

Det skrivna materialet kommer inte på något sätt att härleda till viss person och om hänvisning till dialog måste göras så aidentifieras dialogen.

Det var och är av vikt att likna varje intervju vid ett psykoterapeutiskt samtal eftersom frågorna rörde upplevelser som berört den intervjuade känslomässigt och relationsmässigt när

de medverkade i sin familjerekonstruktion. Därför var och är konfidentialitet ett självklart förhållningssätt i samband med intervjuprocessen och hanteringen av det empiriska materialet.

Publicering. Eftersom intervjuerna kom att användas som källmaterial till uppsatsarbetet är alla intervjupersonerna informerade om hur och när resultatet av undersökningen ska publiceras och på vilket sätt de lätt kan få tillgång till den publicerade uppsatsen (Arvill, Hjelm & Sääf, 2010).

Validitet och generaliserbarhet

Validitet i en kvalitativ studie som denna kan ses som mått på hur väl den är genomförd, huruvida resultatet besvarar forskningsfrågan och om metodvalet passade studiens syfte och frågeställningar. Studien har för avsikt att säkerställa trovärdighet och kvalitet med en hantverkarskicklighet som har utvecklats under undersökningen. Det har gjorts med ett ifrågasättande och teoretiskt tolkande av data (Kvale & Brinkmann, 2015). Validiteten och självreflektion stödjer den kvalitativa forskningen (Dallos & Vetere, 2005).

Relevant litteratur har studerats för att få en uppdaterad bild av studiens område och samtidigt hitta en kontext för det som undersökts. Validiteten stärktes med en tydlighet i metodval och genomförandet av studien med inspelade data från intervjuer där citat från intervjupersonerna bidrog till transparens. Syftet med halvstrukturerade intervjuer har varit att ge möjlighet till reflektioner över känslor och funderingar över upplevelsens betydelse. Utifrån ett etiskt övervägande fattades ett beslut att inte intervju med hjälp av fokus grupp för att skydda intervjupersonernas anonymitet.

Författarna är försiktiga med att identifiera några generaliserbara slutsatser eftersom det är en kvalitativ studie med ett fåtal intervjupersoner och på grund av att syftet har varit att titta närmare på ett fenomen. Detta för att öka förståelse för hur detta kan ha påverkat ett antal blivande psykoterapeuter. Studiens metodval med intervjuer ger inget helhetsperspektiv och då är generaliserbarheten låg. Studien bidrar dock med information om klinisk forskning och litteratur kring familjerekonstruktion vilket kan utveckla förståelsen för momentet familjerekonstruktion under utbildningen.

Empiri

Analysarbetet inriktades på och sökte efter trender och mönster som karakteriserade både de enskilda resonemangen och materialet som helhet. I analysarbetet bearbetades varje tema för sig, utifrån den förförståelse författarna hade, genom att jämföra varje intervjupersons svar och jämföra med de övriga intervjupersonernas svar. På så vis uppstod det vissa mönster, trender och som författarna valt att kalla kategorier i respektive tema. Detta gjordes med hjälp av kodning och kategorisering av materialet för att söka efter övergripande teman (Wibeck, 2010). I framställningen var en målsättning att dessutom förtydliga framträdande drag genom att åskådliggöra hur olika värden, egenskaper och relationer präglade intervjuerna. Arbetet med att välja ut vilka egenskaper som skulle lyftas fram skedde genom ett samspel mellan de teoretiska utgångspunkterna och de framväxande kategorierna vilka blev: **tryggheten en förutsättning för förändring, försoning och förståelse, ett tre-generationsperspektiv och en känsloladdad upplevelse samt reflektera för att förstå andra.**

Under detta kapitel kommer empiri och analys att redovisas fortlöpande. Inledningsvis under varje tema ges en kort bakgrundsinformation om de på förhand utvalda temaområdena: **gruppen, tidigare erfarenheter, känslor och familjerekonstruktionens påverkan på yrkesrollen.**

Tryggheten en förutsättning för förändring

Inom ramen för psykoterapeututbildningen gavs utrymme för att studenterna skulle arbeta i grupp. En del av grupperna bildades av lärarna på utbildningen och en del av grupperna fick studenterna själva ta ansvar för att bilda. Familjerekonstruktion är ett exempel på en grupp vilken studenterna själva skulle ta ansvar för att bilda. Därför föll det sig naturligt att, i undersökningen, ställa frågor om gruppen och gruppbyggandet. Författarna visste hur man själva tänkte men ville också ta reda på hur andra hade resonerat inför gruppbyggandet för att förstå familjerekonstruktion. Av temat grupp kunde kategorin tryggheten en förutsättning för förändring utkristalliseras. I följande stycke valdes även att redogöra för valet av terapeut eftersom den frågan ursprungligen ingick i tankarna och den väckte nyfikenhet om dess betydelse för gruppen och dess byggande.

Något om gruppens betydelse i utbildningen:

”I vår utbildning finns det förväntningar på att vi ska vara med i grupp. Är familjerekonstruktion ett sätt att träna oss i att vara med i grupp.”

”Utbildningsledningen lämnade det fritt till oss att bilda familjerekonstruktions-grupp. Jag känner att gruppen valde sig själv.”

”Jag tänkte att det skulle bli ett otroligt personligt arbete, jag vill känna mig trygg och inte få dåliga vibbar.”

Den typ av gruppkonstellation som visat sig vara vanligast när familjerekonstruktionsgrupper bildades var den studiegrupp man redan befann sig i, litteraturgruppen eller basgruppen. Studiegrupperna bildades vid utbildningens inledningsskede och har olika upplägg beroende på om det rör Linköpingsstudenterna eller Lundastudenterna. Litteraturgruppen bestående av cirka fem personer var ett forum för att diskutera och redovisa kurslitteratur. Basgruppen fungerade på liknande sätt men har uppfattats var större med fler antal studenter.

”Vi hade så många andra gruppkonstellationer så att litteraturgruppen, som skulle finnas genom hela utbildningen, var ett givet alternativ och en självklarhet.”

”Vi tänkte till, är det en fördel eller en nackdel att vi känner varandra men vi visste hur man tar hand om varandra. Vår arbetsgrupp hade blivit öppnare än förväntat.”

Processen kring gruppbyggandet upplevdes i något fall riskera att bli en personfråga, vilket också kunde bli problematiskt. Någon kände sig utvald av delar i en grupp och i en grupp var det en person som kom till utöver den ordinarie studiegruppen och i en annan var det en som gick ifrån studiegruppen till en annan familjerekonstruktionsgrupp.

Ett mönster i gruppbyggandet var att man ville känna sig trygg i gruppen, och den geografiska platsen för familjerekonstruktionen, samt vilken terapeut som fanns tillgänglig och vad denne rekommenderade avseende gruppstorlek och geografisk plats med mera.

”Kände varandra lite och det var viktigt för tryggheten. Viktigt för att man blir berörd av att lämna ut sig.”

”Jag skulle kunna tänka mig att vara med vem helst.”

Många sade sig ha en viss aning om att det skulle bli omvälvande och känslösamt att gå i en familjerekonstruktion. Därför var det viktigt att välja den grupp som man kände trygghet hos. Chanserna att kunna hantera det känslösa och okända upplevdes vara bättre då man kände personerna i gruppen något mer än om det varit med andra personer som man inte alls kände.

”Det är bekvämt att gå i en grupp man känner.”

”Tror att trygghetskänslan även var en viktig faktor för grupperandet.”

De flesta hade gjort familjerekonstruktionen hos terapeuten och var nöjda med det som en ny och okänd plats medan en del var mer bekväma med att terapeuten kom till dem. Någon var inte nöjd med att ha varit på en redan känd plats vilken förknippades med andra känslor. Man beskrev, i vissa fall, platsen för familjerekonstruktionen som idyllisk och romantisk. En omhuldande och omfamnande miljö med god grund för att skapa en trygg atmosfär.

Dessutom beskrevs scenografin och terapeutens omhuldande egenskaper varit betydelsefulla för flera av de intervjuade. Någon berättade att de gick ut spontant på kvällarna och åt medan andra hade planerat även för kvällen, när gruppen var utan terapeut, och att dessa stunder var mycket värdefulla och känslofyllda. En del valde medvetet bort övernattningsnätter med gruppen. När grupperna åkte iväg till en gemensam okänd plats aktiverades homeostasen för att upprätthålla en balans i systemet. Den enskilda individen blev mer hänvisad till de andra i gruppen för att få trygghet. Om gruppen istället var på en tidigare bekant plats, såsom någons arbetsplats, medförde det att tryggheten inte behövde stanna i gruppen utan den enskilde kunde mycket väl söka sin trygghet utanför gruppen.

Här följer några citat om betydelsen av geografisk plats:

”Gillade att åka iväg. Jag vill ha en annan miljö för att kunna reflektera mer.”

”Tycker att det är viktigt att byta miljö. Miljön viktigare än personerna.”

”Det praktiska och ekonomin avgjorde att terapeuten kom till oss”.

”Kan vara med vem som helst och kan t.o.m. se fördelar med att vara med okända.”

Vad det gäller valet av terapeut gav det empiriska materialet belägg för att utbudet av legitimerade psykoterapeuter inom familjeterapiinriktningen som bedriver familjerekonstruktioner var markant begränsat. Detta innebär att utbudet av terapeuter är större inom området för egenterapi och flera av intervjupersonerna upplevde därför att det inte var läge att ställa krav på kriterierna på en terapeut.

”Det finns inte så många terapeuter att välja på.”

”Någon annan rekommenderade terapeuten.”

Man har bl.a. valt att söka efter terapeut på nätet. Dessutom var flera påverkade av andras berättelser om vilka terapeuter som andra upplevt var bra. I vissa fall valde någon bort någon terapeut på grund av kännedom om denne ifrån ett annat sammanhang. Valet av terapeut styrdes även av tidsfaktorn, geografisk placering och ekonomi. Vi har kunnat se tendenser till

olika ingång i de olika grupperna vilket berodde på terapeuten och dennes metodik. De nio intervjupersonerna hade två olika terapeuter vilket innebär att två olika arbetsmetoder inom ramen för familjerekonstruktion var aktuella. En terapeut beskrivs mer som narrativ med visst inslag av rollspel och den andre beskrivs mer psykodynamiskt inriktad med rollspel, skulptur och en tydlig förankring i anknytningsteorin.

En beskrivning av både terapeut och gruppen:

”Vi var en ansvarstagande och rolig grupp, 4st., en skulle varit med men valde en annan grupp, inget konstigt med det. Lugn och trygg terapeut med mycket narrativ inriktning.”

Slutligen om gruppens betydelse gav intervjuerna underlag för följande aspekter. Flera hade goda och levande beskrivningar om miljön kring var man hade familjerekonstruktionen och man kände sig delaktiga i varandras familjerekonstruktioner. Vad som framkom var att en person inte kände sig passa in i gruppen, följaktligen var det genomgående temat att det var viktigt att man kände sig trygg i gruppen. Någon grupp hade startat med att rensa luften med varandra på grund av olika personligheter.

”Det var en känslighet mellan två deltagare, jag ville skydda dem och att ingen blev attackerad. Vi pratade om det, att det inte fick förstöra familjerekonstruktionen.”

”Personen fick veta att det fanns en oro och det gav en extra spänning.”

Intervjupersonerna reflekterade över turordningen när man gjorde familjerekonstruktionen. Någon var glad för att vara sist någon hade tydligt uttryckt att det var bra att inte vara sist. Någon var tacksam för att någon annan varit först och någon ville vara först för att ha det gjort.

Försoning och förståelse

Inspirationen till att sätta fokus på begreppet känslor kom från erfarenheten och kunskapen om hur mycket känslorna styr våra liv och de känslorna som kommer ifrån livet med våra ursprungsfamiljer. Det blev därför viktigt att belysa temat känslor ur ett anknytningsperspektiv. Och av temat känslor kunde sedan kategorin försoning och förståelse utkristalliseras.

Känslor som upplevts oftare under familjerekonstruktionen är trygghet, trötthet, ilska, sorg, ödmjukhet, förståelse, försoning, ensamhet och kärlek. Flera hänvisade till att det var som att

se en film när de hörde och upplevde andras berättelser i familjerekonstruktionen. Vilket i sin tur hjälpt flera att bli påverkade och få grepp om sina känslor, såväl sekundära känslor som primära känslor, i sina egna familjerekonstruktioner. Inte alltför sällan fick intervjuarna inta en förhållandevis envis frågande position för att ta reda på djupare, sekundära känslor. Ett genomgående mönster hos de intervjuade var att de hade lättare att berätta om andras upplevda och visade känslor än att prata om sina egna känslor. Flera har sagt att upplevelsen kring familjerekonstruktion har varit som att vara i en bubbla, mystiskt och en aning läskigt. En har liknat det vid att föda barn. Samtidigt berättade flera att det hade funnits en aningen nervositet och en känsla av spänning innan man genomförde familjerekonstruktionen.

I upplevelserna om den första dagens familjerekonstruktion fann intervjuarna att en genomgående känsla hos de intervjuade var en upplevelse av något förlösande och en stark känsla av att vara berörd av andras berättelser. I detta sammanhang beskriver någon en känsla av att inte våga eller kunna röra sig och känslan av att vara förlamad enligt följande:

”Jag vågade inte resa mig och ta av godisskålen. Så pass berörd var jag av den andres berättelse.”

En del beskrev även att de upplevt att det varit skönt att gå in ovetande i familjerekonstruktionen med en stark trygghet i gruppen. Ett tydligt mönster har framträtt vilket innebar att man känt sig öppen och beredd på att ge av sig själv och samtidigt beskriver många en stor trötthet efter första dagen. En av intervjupersonerna har sammanfattat familjerekonstruktionen så här:

Intervjupersonen/

”Vad händer om jag säger min berättelse? Det är oundvikligt att bilden av mig, både ur mitt perspektiv och ur andras ögon blivit förändrad.”

Intervjuaren/

”Hur var det att få bli berörd?”

Intervjupersonen/

”Det var inte kärlek men mycket ödmjukhet och det är motsatens till fördömande. Alla historier var ju ett litet barn. Man får lära känna det lilla barnet i den vuxne.”

Intervjupersonerna pratade ofta om berättelser och då, som ett mönster, att de kunnat se kraften i andras berättelser vilket framkallade ödmjukhet och respekt inför andra, benämnde

särskilt att en ödmjukhet infunnit sig hos dem efter första dagen. Man hade ofta uppfattat en gemensam upplevelse av att alla i rummet blivit berörda av berättelserna. Många har sagt att de fått en känsla av hur det var i den andres liv. Vissa berörde särskilt hur viktigt det varit för dem att känna känslan av att försonas och i att reflektera över och få en ny förståelse för de som skadat dem.

”Försoning gör ingenting ogjort men gör det möjligt att hela det som tidigare var sönder”
(Fred & Hjalmarsson Neiderman, 2014)

”Jag skrev ett brev för att jag ville visa förståelse för honom. Även om inget hade ändrats för honom blev det en utveckling för mig. Jag fick styrka av att göra något konstruktivt, det var en fortsättning av den jag nyss talade om, katarsis, att jag hade fått ut min sorg. Det känns som om det inte var så viktigt om han svarade, eller inte. Jag tar ansvar för vad jag kan göra åt saken. Jag har bjudit in till detta.”

Intervjupersonerna visade i sitt berättande en empatisk förmåga med en lätthet att mentalisera, tänka på hur andra hade. Samtidigt uttrycktes känslan av befrielse för att de kunnat se och höra mer av sina gruppkamrater och fått möjligheten att ta del av deras inre och, i och med det, en förståelse. Någon beskrev mycket öppet hur nära intervjupersonen varit i relation med de andra i gruppen och relaterar till känslor som liknar verkliga familjereaktioner. Såsom nära relationer mellan syskon och mellan föräldrar.

”Det går inte att jämföra glädje eller lidande.”

”Vilken kraft det är i att prata om familjen.”

”Folk var inte på sin vakt.”

”Jag hade bestämt mig för att jag skulle berätta om min barndom och min tonårstid, jag ville att de andra skulle förstå hur jag hade haft det. Jag insåg att detta kunde ge mig ett nytt sätt att berätta och som kunde ge mig en ny berättelse att ha med mig.”

Vi hörde dock av mer än en att familjerekonstruktionen är ett moment man skall bocka av. De poängterade dock att de inte upplevt familjerekonstruktion som något onödigt utan en viktig erfarenhet. Samtliga var noga med att belysa vikten av att ha gått i familjerekonstruktion och att ha det som ett obligatoriskt moment under utbildningen. Någon satte ord på det genom att jämföra familjerekonstruktion med egenterapi och att det har en större relevans för vårt yrke att gå i familjerekonstruktion än att gå i individuell egenterapi. Många kände en stor tilltro till terapeuten och dennes professionalitet och förmåga att ta hand om och lyfta upp känslor till ytan. Man sade bland annat att terapeuten var duktig att få tag på

känslor och anknytningsbrott. Någon sade att man blev trygg och det kändes bra av att se och möta terapeutens vänliga leende, vilket gjorde personen i fråga avslappnad. Terapeutens egenskaper såsom närhet, ömhet och respekt underlättade även var och ens känsla av att få känna att man tillhörde gruppen och var betydelsefull för den. Det som för övrigt framkom angående terapeutens roll var vikten och förmågan av att plocka upp känslor för att åstadkomma en tillåtande atmosfär.

När intervjupersonerna beskriver känslorna de hade en vecka efter familjerekonstruktionen nämner de att det ökat närheten, tilliten och samhörigheten till gruppen samtidigt som man hade känslan av att andra förstod. Många har sagt att de, vid vissa svårare tillfällen som uppkommit så har de sökt sig till de andra i gruppen och pratat mer med dessa, än andra i klassen en vecka efter familjerekonstruktionen slutförts.

Ett tre-generationsperspektiv och en känsloladdad upplevelse

Temat tidigare kunskaper och erfarenheter blev viktigt för att ta reda på vilken förförståelse det fanns för familjerekonstruktionen och vikten av att genomgå den. De kategorier som senare utkristalliserades från detta tema blev tre-generationsperspektivet och att det var en känsloladdad upplevelse.

”Jag är glad för känslor och det hände något i relation till de andra i gruppen, Det blir något speciellt. Starka saker för oss alla och ingen var oberörd. Har samtidigt kunnat släppa vissa saker i mitt liv i relation till de andra levande i mitt genogram. Något har förändrats. Det har inte blivit svårare.”

Genomgående blev det tydligt att alla utom två hade endast lite kunskap om familjerekonstruktionens. De andra två hade gått i familjerekonstruktion tidigare och de var tydliga med att den första familjereflektionen satt sig tydligast i minnet. En berättade att man tydligare kom ihåg de individerna som man bildat grupp med vid det första tillfället. De uppfattades också vara mer positivt inställda till sin första familjerekonstruktion.

”Första gången var en Wow-upplevelse. Det var svårare för mig andra gången.”
Första gången gick mer på ett djupt perspektiv och andra gången på ett bredare perspektiv.”

Det framkom att vissa av intervjupersonerna, innan de gick i familjerekonstruktion, sökt kunskap på nätet men endast funnit lite information. En del hade läst litteratur men de flesta

hade fångades av andras starka berättelser. Många hade sökt kunskap via andra kollegor och vänner som gått i familjerekonstruktion tidigare och genomgående hade man då fått information om att familjerekonstruktion är en känsloladdad upplevelse. När en del frågat kollegor eller andra som gått tidigare upplevdes det också i vissa fall som svårt att få kunskap om vad som ingick i familjerekonstruktion och hur det bedrevs.

”Man förstod att man inte ska prata med andra om detta, det blev så mystiskt.”

Alla som intervjuades var väl medvetna om, innan man gick i familjerekonstruktionen, att man skulle utgå ifrån ursprungsfamiljen i ett tre-generationsperspektiv, belysa relationer och utgå ifrån sig själv. Vissa hade fått uppgifter innan familjerekonstruktionen, från terapeuten, att de skulle göra ett genogram som man skulle ta med sig till familjerekonstruktionen vilket samtliga hade gjort. Dessutom var det några av intervjupersonerna som fått instruktioner att ta med sig fotografi på sina släktingar. En del intervjuade sina släktingar en gång och vissa hade gjort det flera gånger. Någon var, i detta sammanhang, noga med att poängterade att de hade fått rekommendationer, av terapeuten, inte instruktioner om hur de skulle förbereda sig. Utöver ett genogram, foto och intervjuer så hade flera av intervjupersonerna tillgång till dagböcker, brev, anteckningar och övriga dokument om släkten. Någon berättade dessutom att de kunnat använda sig av tidigare släktforskningsdokument. En beskriver att dennes egna förberedelser tog en hel dag. De som har intervjuat sina släktingar har även vittnat om en stor kunskapsskälla samt en bra träning i att intervju. Någon berättar att denne hade en upplevelse av att inte ha förberett sig tillräckligt vilket medförde en stor oro av att inte kunna genomföra familjerekonstruktionen, men att man senare förstod att förberedelsen var fullt tillräcklig.

”Att få se och höra någon annan människas historia och se någons sårbarhet i det, det gör mig ödmjuk inför dem jag möter.”

”Det skulle bli spännande att förstå varför jag är som jag är.”

”Att få min syn på min historia och hur det spelar roll i nuet.”

”Det gav mig mycket större förståelse för mig själv och min familj och för att mina föräldrar burit på en sorg som jag i min tur burit med mig. Att se familjen ur ett tre-generationsperspektiv gav större förståelse utav känslan att bli lämnad.”

Att göra genogram har av vissa upplevts som svårt för att det tog tid, och att det satte igång många känslor men samtidigt förberedde man sig noga på att det inte skulle bli en prestation av det. Det har också upplevts vara svårt att särskilja vad man förberedde med sin grupp och

vad man förberedde individuellt. Någon beskriver en konflikt med en av sina släktingar då man gjorde förberedelserna, vilket innebar en känsla av sorg hos den som berättade det.

Förberedelserna kan väcka många tankar och känslor som gör ont.

”Det har varit bra att utgå från ett tre-generationsperspektiv och jag vill att mina klienter ska få samma djupa känsla av samhörighet, när jag gör deras genogram, som jag fick för min släkt i familjerekonstruktionen.”

”Det skaver i hjärta och själ”

”Skon skaver trots det vill man samtidigt ut och dansa.”

En del beskrev att de sett familjerekonstruktionen som ett moment som skulle bockas av men samtidigt talade de varmt om upplevelsena av familjerekonstruktionen.

Vad gällde förväntningar var det genomgående att man hade haft en önskan att förstå mer om sig själv tillsammans med andra. Någon beskrev det som en kraft att ha med andra i rummet och uppleva både egna och andras berättelser. Förväntningarna var, hos en del, höga samtidigt som man visste att det säkerligen skulle bli jobbigt. Flera stycken har nämnt att de innan familjerekonstruktionen funderat på vad de skulle ta upp när de kom till den grupp som skulle genomföra familjerekonstruktionen.

En av intervjupersonerna sa om temat förberedelser:

”Jag förbereder ju mig inte när jag ska gå och se en bra film. Varför då förbereda mig på detta. Att vara med i familjerekonstruktion och höra andras berättelser var ju som att se en film.”

En beskriver sina förväntningar som att det fick ”komma till” intervjupersonen, därför fanns inga särskilda förväntningar mer än att man i förhand visste att man skulle bli väl omhändertagen av terapeuten och gruppen. Gruppen gav tryggheten.

”Inte viktigt vilka regler vi ska ha i brännbollen utan att vi ska ha trevligt är det viktiga.”

Flera använde resa som metafor för familjerekonstruktion och någon reflekterade vidare med att inför en resa förbereder man sig sällan så mycket.

”Resan började när jag kontaktade vår terapeut, vilket var mitt ansvar.”

”Det var skönt att gå in i detta ovetandes.”

Somliga beskrev att de haft svårt att föreställa sig hur det skulle bli med familjerekonstruktionen. Medan några mer eller mindre gjort en tyst överenskommelse i gruppen att man inte ville göra rollspel. Man upplevde då terapeuten som mycket följsam i dessa önskningar.

Vissa har egentligen tänkt sig en resa ut i det fria medan andra har tänkt sig ett tydligt resmål med förutbestämda utflykter till bestämda sevärdheter inom ett inhägnat område.

Någon var frågande inför benämningen familjerekonstruktion för det hänvisade till något som man återställer inte omformulerar. Vad det gäller tidigare erfarenheter så kan intervjupersonernas upplevelser sammanfattas med att det ska bygga på systemteori, man förstår innebörden av att ha med andra i rummet samtidigt som man understryker vikten av en trygghet och ett ömsesidigt stöd i gruppen.

”Jag kände glädje och ödmjukhet för mina gruppmedlemmar”

Vissa reflektioner om rollen kring sig själv var att det faktiskt fanns möjligheter att vara narcissistisk. Det var spännande att få ta plats. Någon hade funderingar om terapeutens roll som auktoritet. Det var tydligt med att man accepterade detta och hade stor tillit till terapeuten.

Reflektera för att förstå andra

För att än mer närma sig en förståelse för familjerekonstruktionen som metod och som ett obligatoriskt moment på utbildningen blev det viktigt att ställa frågor om hur man trodde det skulle påverka yrkesrollen framöver. Av temat kring yrkesrollen utkristalliserades att det blir viktigt med reflektioner för att förstå andra.

”Herregud, om jag inte fått vara med om detta då hade det ju påverkat hela mitt liv.”

”Svagheterna var för mig svårigheten med att vara åhöraravittne. Det var som om den andre personen försvann när jag skulle reflektera över mina känslor på den andres familj, underligt.”

”Försvinner nog in i den andres berättelse så att jag inte får fatt i mina egna tankar och reflektioner.”

Flera av intervjupersonerna reflekterade även över att familjerekonstruktionen, som teknik, upplevdes svår att använda med sina klienter. Man såg det mer som en utbildningsterapi innan de själva hade gått i familjerekonstruktion. Genomgående i intervjupersonernas

berättelser om sina upplevelser av familjerekonstruktionen är att det väckte tankar om ursprungsfamiljen genom berättandet och genom genogram, som det tidigare inte hade haft. Men någon uttryckte dock, över sina reflektioner, på ett tydligt sätt att de inte gav vederbörande något nytt.

”Jag kan förstå hur det gav möjligheter att reflektera men det gav inget nu men det är ändå bra att det är ett obligatoriskt moment.”

Det flesta har upplevt en större förståelse för sig själva efter att de genomgått familjerekonstruktionen. Man upplevde även att man fått mer förståelse för kollegor och klienter vilket i sig även lett till att de också upplevde att de fått lättare för att kunna plocka fram sina icke-fördömande egenskaper. Flera pratade vidare om minnet, om berättelser som var lagrade i minnet och hur viktigt det var att förstå och plocka fram ett minne hur löjligt ett minne än kan te sig. Några pratar om att man fått en större förståelse av varför man skall jobba med tre generationer i rummet och det har gett mer kraft i det familjeterapeutiska arbetet.

”Det är viktigt att tänka att klienten framför mig har en familj ett genogram vilket gör att man utvidgar ramen om andras historia.”

En av intervjupersonerna hade upplevt och reflekterat kring att vederbörande fått mer inspiration till och verktyg för att ta fram barnet mer i terapirummet. Flera styrktes i att ta tag i det som sker i rummet, enactment, och i samband med det hade de blivit mer modiga att ta fatt i affekterna.

”Kan vi som terapeuter hjälpa barnen att sätta ord på känslor som små så stärker vi dem som vuxna.”

”Mina reflektioner är att jag tänker att det inte finns evidens men jag tror att det har betydelse att jag fått sitta på andra sidan. Har själv tänkt nu flera gånger att ”svarade jag nu rätt”, vilket föräldrar ibland säger. Viktig erfarenhet att ha med sig vilken maktposition vi befinner oss i och förstå vad vi utsätter andra för.”

Ett specifikt mönster i det empiriska materialet var att deltagarna inte hade pratat med någon om sin genomgångna familjerekonstruktion efteråt, inte ens i sin egen familjerekonstruktionsgrupp. Det var en första möjlighet för många att reflektera när de blev intervjuade om familjerekonstruktion och upplevelserna kring det. Flertalet uttryckte sig positiva till möjligheten att få reflektera i intervjun.

”Konstigt men jag har inte pratat med någon om familjerekonstruktionen mer än med de som var i min grupp, men jag gör det kanske nu, efter detta.”

Samtliga var positiva till familjerekonstruktionen och att det var ett obligatoriskt moment. Ingen ville vara utan erfarenheten av att ha genomgått den.

”wow-upplevelse”

”Herregud, vad hade jag varit utan detta”.

”Det är märkligt att inte psykodynamikerna behöver gå i familjerekonstruktion de går ju också bakåt i tiden med sina klienter.”

En svaghet som tydligt framkom var den ekonomiska aspekten. Det var kostsamt för många eftersom de betalat terapeuten och logi.

Det upplevdes också som en svaghet, eller rättare sagt så saknade flera av intervjupersonerna möjligheten att få reflektera kring familjerekonstruktionen på sina respektive psykoterapiutbildningar. Flera hade även önskat få mer information och kunskap om familjerekonstruktion som metod.

Diskussion

Ur Alice in Wonderland and Through the Looking Glass

“I knew who I was this morning, but I've changed a few times since then.”

“Who in the world am I? Ah, that's the great puzzle.”

Lewis Carroll

Att fördjupa sig i en metod som används inom familjeterapiinriktningen och få ta del av andras upplevelser av metoden familjerekonstruktion, är en förmån i vårt framtida yrkesutövande. Vi upplever att familjerekonstruktionen skapat en kraft till förändring och våra frågor uppmuntrar till reflektioner, inte bara hos studenter om deras upplevelse, utan även hos oss själva. Att använda semistrukturerad livsvärldsanalys, som metod, ger en mångfacetterad beskrivning av vars och ens upplevelse samtidigt som det ger intervjuaren utrymme att vara mer nyfiken i varje fråga. Det ger även en träning i intervjuandets konst. De frågor som till en början gav upphov till en tematiserad intervjuguide var viktiga att utforska,

sammanställa i ett resultat, få svar på och samtidigt få dela med andra som gått i familjerekonstruktion. De svar vi har fått är att gruppen valdes utifrån studiegrupper. Man hade få eller inga kunskaper om familjerekonstruktion men de få kunskaper som fanns var att det skulle vara ett tre-generationsperspektiv och att det var känsloladdat. Många djupa känslor väcktes såsom tillhörighet, att kunna vara sårbar och få bli omhändertagen samt tröstad. Dessutom har trygghetskänslan varit en uppenbar faktor. Det har även visat sig vara en bra erfarenhet att ha gått i familjerekonstruktion för att arbeta med psykoterapi i familjer. Många beskriver sig bättre rustade efteråt.

Resultatet i empirin ger en förståelse för och bekräftelse på att studenterna upplevt familjerekonstruktionen som en källa till förändringar i vars och ens syn på egna och andras familjer. Det har tydliggjorts att det finns vissa mer framträdande och viktiga förutsättningar för att förändring ska ske i form av försoning och förståelse. Bland förutsättningarna är tryggheten i gruppen, den platsen där man gör familjerekonstruktionen och tilliten till terapeuten samt dennes metoder och bemötande.

Författarna väljer att förklara familjerekonstruktionen som ett dynamiskt system där nya berättelser uppstår med egna och andras reflektioner. Vad författarna vidare kan förstå är att upplevelser av förändring i systemet sker när individerna i gruppen samtidigt befinner sig i det intersubjektiva fältet. För att individen skall ha möjlighet att känna sig trygg i gruppen krävs att individen har förmågan att kunna göra sig själv trygg och att våga lita på andras goda intentioner. Vad författarna också förstår ger familjerekonstruktionen en vägledning till att leva sig in i, känna för och tänka om andra människor, med andra ord att kunna mentalisera, bygga upp en empatisk förmåga och att bättre förstå det intersubjektiva fältet.

Familjerekonstruktionen är till hjälp för många av intervjupersonerna och möjligheten att få bilda en egen familjerekonstruktionsgrupp har uppskattats trots att någon visat sig inte vara helt nöjd med processen kring gruppbyggandet eller för den geografiska platsen. Vi har dessutom fått beskrivningar på ett utökat socialt umgänge där homeostasen har förstärkts av att gruppen valde att stanna på den geografiska plats där man genomfört familjerekonstruktionen, hos terapeuten. En utökad känsla av tillhörighet till gruppen infann sig på så vis.

Vi väljer att förstå faktorerna för gruppens betydelse utifrån uttrycken trygg bas och säker hamn, vilket beskriver en trygg anknytning, för att kunna utforska det okända. Vidare, om det intersubjektiva betydelseområdet, så är det den enskilde som har en känsla av att vara speglad av andra och att hitta någon som jag. Detta ger en känsla av att vara varandras själsfrände och finna trygghet i det och det är de små intuitiva signalerna via kroppspråket som bl.a. gör att vi känner gemenskap med andra. Man utvidgar det intersubjektiva fältet genom att dela upplevelser och känslor med varandra, man blir berörd tillsammans, visar acceptans och samförstånd. Detta tyder på att man har förmågan att ta emot andras och dela sina egna affekter samtidigt som man har förmågan att trösta sig själv. Man berättar att man känt igen sig i de andras berättelser vilket skapade förhöjda känslor av delaktighet, empati och igenkännande, för oss utgör detta en sårbarhet vilket är en förutsättning till förändring.

Författarna väljer här att använda ordet återanknytning, reconnecting, vilket innebär att på nytt få höra ihop med sin familj och att få uppleva ett samspel med sin ursprungsfamilj, detta för att beskriva andras berättelser och betydelsen av att höra ihop. Det väcker vidare tankar om det lilla barnet och en fråga som uppkommit hos författarna är att det inte är det lilla barnet vi möter i varandras berättelser i familjerekonstruktionen utan att vi är **någons barn** som är det centrala. Vi ställer oss vidare frågan om det är det som är det centrala i metoden, att uppleva sig som barn till någon istället för att hänvisa till barnet i oss.

Känslan av kärlek, empati och medmänsklighet blir inte alls överflödiga i detta sammanhang. Det märks att känslorna som väckts är aha-upplevelser för många och ger en uppfattning om befrielse från gamla tankar, reflektioner och värderingar.

Författarna upptäckte att det inte funnits vidare kunskaper om familjerekonstruktion innan man gick in i den processen förutom hos två stycken vilka hade tidigare kunskaper på grund av att de gått vid tidigare tillfälle. Vidare kan vi förstå att vissa fått information och den har gått ut på att familjerekonstruktion är något som man blir berörd av. Terapeuten bidrar även med viss information innan familjerekonstruktionstillfället om att de skulle förbereda sig enskilt genom att göra ett genogram utifrån det tidigare nämnda tre-generationsperspektivet, ta med fotografier, brev, anteckningar, släktforskningsdokument och dagboksanteckningar. Dessutom fick en del instruktioner om att intervjua individer i sitt genogram. Att förbereda sig inför familjerekonstruktionen har för de flesta varit en positiv och känslomässig upplevelse. En person upplevde dock delar av förberedelserna som negativa. Dessutom förstår författarna att det hos de involverade anhöriga ibland väcktes en misstänksamhet men

mest blev intervjupersonerna bemötta med intresse och glädje från sina anhöriga. Vad författarna förstår så har intervjupersonerna uppskattat de förberedelser som terapeuten erbjöd och de har ibland efterfrågat mer kunskap från utbildningen.

Familjerekonstruktionen beskrivs som ett moment i utbildningen man blivit så starkt berörd av att man uttrycker att man inte kunnat vara utan den och att det erbjöd möjligheter att applicera sina erfarenheter i sitt framtida yrke. Samtidigt upplevdes familjerekonstruktionen, som teknik, svår att använda i sitt dagliga arbete och man ser det mer som en utbildningsterapi. Vidare blir det tydligt i materialet till empirin att intervjupersonerna anser att familjerekonstruktionen har blivit en katalysator till att reflektera mer om sig själv och om sin yrkesroll. Kanske detta är ett uttryck för att man menar att man utvidgat det intersubjektiva fältet för att kanske tänka annorlunda om sina klienter och framförallt om sin ursprungsfamilj. Dessutom är det tydligt att man får en större förståelse och insikt i betydelsen av kongruent och inkongruent kommunikation i olika familjesystem. Författarna upplever att familjerekonstruktion utmanar till ett ifrågesättande av tidigare upplevelser i familjen, vilket ger möjlighet att reflektera över betydelsen av relationer och dess värde. Det blir även tydligt om en enighet att man sett vinster med att diskutera och reflektera mer om modellen under intervjuerna. Vidare görs iakttagelser, utifrån det empiriska materialet, att det inte ges en sammanfattande syn på familjerekonstruktionens funktion på utbildningen. Därför undrar författarna till denna studie om syftet är att stimulera till grupparbete, bidra med metoden som ett verktyg i arbetet eller/och är det ett syfte att bidra till egna reflektioner om ursprungsfamiljens betydelse. Författarna finner att detta moment, som en del, av egenerapi inte finns detaljerat i kursplanen för utbildningen och att terapimomentet inte är inräknat i poängsystemet. Flertalet av intervjupersonerna beskriver en saknad av möjligheten att reflektera om deras genomgångna familjerekonstruktion, i ett särskilt forum inom ramen för utbildningen.

J.K. Rowling (2015) citerar Plutarch "What we achieve inwardly will change outer reality" och av det drar hon slutsatsen, "our inescapable connection with the outside world, the fact that we touch other people's lives simply by existing." I samma anda är familjeterapins grund att det är de externa systemen, omgivningen, som ofta påverkar det interna känslotillståndet i oss som individer. I processen under och efter familjerekonstruktion är individen i en växelverkan med sin omgivning och relationer. Vid tillfället får individen möjlighet att reparera anknytningsbrott med en öppenhet till förlåtelse och känna försoning. Att få

möjlighet att reparera skador i relationen och förståelse för sitt och andras beteende i respektive familjemönster kan ge upphov till en framtida gemenskap och trygghet i familjen. Ursprungsfamiljen förblir en viktig utgångspunkt och vars och ens identitet i relationer. Familjerekonstruktion ger möjlighet att återbesöka den som har format individen, både i positiva och negativa bemärkelse och på nytt bemöta de som har påverkat individen relationsmässigt.

Författarna kan se begränsningar i studien vad gäller generaliserbarhet och svårighet med intern validitet enligt följande. Urval och tolkningar av observationer är subjektiva. Antalet intervjupersoner är begränsade där en avvägning gjorts med ett minimumkrav för en kvalitativ studie. Alla tio tillfrågade intervjupersoner förutom en svarade positivt på att delta vilket väckt frågan om de som svarade redan hade en positiv inställning till ämnet. Majoriteten av de intervjuade var redan kända för de som utförde studien. Variationer i tid efter utförda familjerekonstruktioner kan ha påverkat resultatet där minnet av upplevelserna kan ha förändrats under tid. Bristen på empiri från andra studier och om själva processen familjerekonstruktion begränsade möjligheterna att utveckla flera slutsatser. Uppföljningar efter avslutade intervjuer var inte möjligt med hänsyn till etiska faktorer.

Författarna har försökt att bidra till diskussioner om hur utbildning och familjerekonstruktion har en växelverkan på varandra. Området familjerekonstruktion är lite forskat på och även ämnet som en del av egenerapi, inom ramen för psykoterapiprogrammet. Författarna har läst ett antal studier som undersöker effekterna av egen terapi för den blivande terapeuten både under och efter utbildning (Blow, Sprenkle & Davis, 2007; Ivey & Waldbeck, 2013; Mojta, Falconier & Huebner, 2014). Intresset för forskning inom detta område har vuxit fram de senaste 15 åren särskilt för terapeuten under utbildning och det har visat sig hur viktiga vissa egenskaper hos terapeuten är för *good outcomes* (Wampold, 2011). Enligt andra ordningens cybernetik visar det att terapeuten inte kan stå utanför systemets påverkan och det är viktigt att terapeuten har självkunskap med sig in i familjearbetet.

Den blivande terapeutens arbete med egen ursprungsfamilj under utbildning är ett återkommande tema i litteraturen (Aponte, 1994; Braverman, 1984; McGoldrick, 1992). Röster talar för hur det kan förbättra den kliniska effektiviteten och kapaciteten med att skapa terapeutiska allianser i familjer. Det är långt ifrån alla som tycker att egenerapi ska vara obligatorisk och de betonar hellre tekniska verktyg för att uppnå effektivitet i psykoterapi.

Författarna anser att det finns brist på kvalitativa studier om blivande terapeuters erfarenhet av obligatorisk egenterapi som kan ge nyanserade beskrivningar och reflektioner över detta moment därför finner författarna flera undersökningsområden för framtiden. Framförallt vore det angeläget att utöka antalet intervjupersoner och att specificera frågeställningarna utifrån de teman som kategoriserats fram i denna studie, det vill säga: **tryggheten en förutsättning för förändring, försoning och förståelse, ett tre-generationsperspektiv och en känsloladda upplevelse samt reflektera för att förstå andra**. Detta skulle kunna göras i en egen studie eller i en studie där man kombinerar metoderna och med mätinstrumentet som t.ex. AAI (Adult Attachment Interview). En annan forskningsansats som skulle kunna vara viktig är att göra en jämförande studie med egenterapi.

Förutom ovanstående framtida forskningsupplägg är författarna överens om familjerekonstruktionens utvecklingspotential och möjligheter för fler än blivande legitimerade psykoterapeuter inom familjeterapiinriktningen. Författarna har haft en tanke om att kunna inspirera andra med denna studie och vad författarna vet är att vi själva blivit mer rustade och nyfikna på att arbeta med metoden i framtiden.

“We shall not cease from exploration

And the end of all our exploring

Will be to arrive where we started

And know the place for the first time.”

T.S. Eliot (1943)

Referenser

- Ainsworth, M. D. S., Blehar, M. C., Waters, E., & Wall, S. (1978). *Patterns of attachment: A psychological study of the strange situation*. Hillsdale, NJ: Erlbaum.
- Aponte, H. J. (1994). How personal can training get? *Journal of Marital and Family Therapy*, 20, 3-15.
- Arvill, E., Hjelm, Å., & Sääf, C. (2010). *Etik och juridik för psykologer och psykoterapeuter*. Lund: Studentlitteratur.
- Banmen, J. (2002). Introduction: Virginia Satir today. *Contemporary Family Therapy*, 24(1), 3-5.
- Banmen, J., Gerber, J., & Gomori, M. (1991). *The Satir model: Family therapy and beyond*. Palo Alto, CA: Science and Behavior Books.
- Bateson, G. (1972). *Steps to an ecology of mind: Collected essays in anthropology, psychiatry, evolution, and epistemology*. Chicago: University of Chicago Press.
- Bauer, J. (2007). *Varför jag känner som du känner*. Stockholm: Natur & Kultur.
- Beaudry, G. (2002). The family reconstruction process and its evolution to date: Virginia Satir's transformational process. *Contemporary Family Therapy* 24(1), 79-91.
- Blomqvist, B. & Stolt, H. (2008). *Psykoterapeut eller inte – är det någon idé att utbilda sig? Några röster om kompetens och personlig utveckling i yrkeslivet efter avslutad utbildning till psykoterapeut*. Psykoterapeutexamenuppsats, Umeå universitet, Medicinska fakulteten, Institutionen för klinisk vetenskap.
- Blow, A.J., Sprenkle, D.H., & Davies, S.D. (2007). Is who delivers the treatment more important than the treatment itself? The role of the therapist in common factors. *Journal of Marital and Family Therapy*, 33, 298-317.
- Bowlby, J. (1969). *Attachment and loss, Vol.1: Attachment*. London: Hogarth Press.

- Braverman, S. (1984). Family of origin as a training resource for family therapists. *The Clinical Supervisor*, 2(2), 37-47.
- Broberg, M., Hagström, B., & Broberg, A. (2012). *Anknytning i förskolan: vikten av trygghet för lek och lärande*. Stockholm: Natur & Kultur.
- Bronfenbrenner, U., & Morris, P. A. (2006). The bioecological model of human development. *Handbook of child psychology*. New York: Wiley & Sons.
- Brothers, B. (Ed). (1991). *Virginia Satir: Foundational Ideas*. Routledge : New York.
- Brubacher, L. (2006). Integrating emotion focused therapy with the Satir model. *Journal of marital and family therapy*, 32(2), 141-153.
- Cheung, M. (1997). Social construction theory and the Satir model: Toward a synthesis. *American Journal of Family Therapy*, 25, 331–343.
- Dallos, R., & Vetere, A. (2005). *Researching psychotherapy and counselling*. Maidenhead: McGraw-Hill International.
- Eliot, T.S. (1943). *Little Gidding, Four Quartets*. London: Faber & Faber.
- Fonagy, P. (2001). *Attachment Theory and Psychoanalysis*. New York: Other Press.
- Fred, G., & Hjalmarsson Neiderman, U. (2014). *Försonas med din barndom*. Stockholm: Natur och Kultur.
- Goldenberg, H., & Goldenberg, I. (2012). *Family therapy: An overview*. California: Cengage Learning.
- Hart, C. (1998). *Doing a Literature Review*. London: Sage Publications.
- Hart, S. (2009). *Anknytning och samhörighet*. Gleerups utbildning: Malmö.
- Heisenberg, W. (1958). *Physics and philosophy: The revolution in modern science*. Lectures delivered at University of St. Andrews, Scotland, winter 1955-56.
- Hughes, D. (2007). *Attachment focused family therapy*. Norton & Company Inc.: New York.

- Ivey, G. & Waldeck, C. (2014). Trainee clinical psychologists' experience of mandatory personal psychotherapy in the context of professional training. *Asia Pacific of Counselling and Psychotherapy*, 5(1), 87-98.
- Johnson, S. M. (2004). *The practice of emotionally focused couple therapy*. New York: Brunner- Routledge.
- Kantor, D., & Duhl, B.S. (1973). *Learning, space and action in family therapy: A primer of sculpture*. New York: Grune and Stratton.
- Kvale, S., & Brinkmann, S. (2009). *Den kvalitativa forskningsintervjun*. Lund: Studentlitteratur.
- Kvale, S., & Brinkmann, S. (2015) *Interviews: Learning the craft of qualitative research interviewing*. London: Sage Publications.
- Langemar, P. (2008). *Kvalitativ forskningsmetod i psykologi*. Stockholm: Liber.
- Lebow, J. L. (Ed.). (2012). *Handbook of clinical family therapy*. New York: John Wiley & Sons.
- Lundsbye, M., Sandell, G., Ferm, R., Währborg, P., Petitt, B., & Fälth, T. (1995). *Familjeterapins grunder- ett interaktionistiskt perspektiv*. Borås: Natur & Kultur.
- Lutterer, W. (2007). *The two beginnings of communication theory*. *Kybernetes*, 36(7/8), 1022-1025.
- McLeod, J. (2012). *Qualitative research in counselling and psychotherapy*. London: Sage.
- McGoldrick, M. (1982). Through the looking glass: Supervision of a trainee's trigger family. In: R, Whiffen, R & Byng-Hall, J. (Eds.), *Family therapy supervision: Recent developments in practice*. London: Academic Press.
- McGoldrick, M., Gerson, R., & Petry, S. S. (2008). *Genograms: Assessment and intervention*. London: WW Norton.
- Mojta, C., Falconier, M.K. & Huebner, A. J. (2014). Fostering Self-Awareness in Novice Therapists Using Internal Family Systems Therapy. *The American Journal of Family Therapy*, 42(1), 67-78.

- Mårtensson Blom, K., & Wrangsjö, B. (2013). *Intersubjektivitet*, Lund: Studentlitteratur.
- Nerin, W. F. (1985) *Family Reconstruction: Long day's journey into light*. New York: Norton.
- Nichols, M. P., & Schwartz, R. C. (2007). *The essentials of family therapy*. Boston: Allyn and Bacon.
- Nichols, M. P. (2014). *The essentials of family therapy, sixth edition*. New Jersey: Pearson.
- Olson, H., & Petitt, B. (1992). *Om svar anhålles*. Stockholm: Mareld.
- Papero, D. V. (1990). *Bowen family systems theory*. Boston: Allyn and Bacon.
- Rowling, J. K. (2015). *Very Good Lives*. London: Little, Brown and Company.
- Rasheed, M. N. (2011). *Family therapy: Models and techniques*. London: Sage Publications.
- Satir, V. (1983). *Conjoint Family Therapy (3rd ed.)* Palo Alto, CA: Science and Behavior Books.
- Satir, V., & Baldwin, M. (1983). *Satir step by step: A guide to creating change in families*. Palo Alto, CA: Science and Behavior Books.
- Schore, A. N. (2012). *The science of the art of psychotherapy (Norton series on interpersonal neurobiology)*. London : WW Norton & Company.
- Stern, D. (1985). *The interpersonal world of the infant*. NY: Basic Books.
- Svensson, P. G., & Starrin, B. (2000). *Kvalitativa studier i teori och praktik*. Lund: Studentlitteratur.
- Tronick, E. (1989). Emotions and emotional communication in infants. *American Psychologist*, 44, 112D119.

Wampold, B.E. (2011). Qualities and actions of effective therapists. *American Psychological Association*.

Watzlawick, P., Bavelas, J. B., & Jackson, D. D. (1967). *Pragmatics of human communication: A study of interactional patterns, pathologies and paradoxes*. New York: WW Norton & Company.

Wibeck, V. (2010). *Fokusgrupper: om fokuserade gruppintervjuer som undersökningsmetod*, 2: upplagan, Malmö: Studentlitteratur.

Bilaga 1

Gruppen:

Hur valde du dina gruppmedlemmar?

Vad hade du för funderingar på hur du kunde använda dig av andra i gruppen?

Hur många var ni i gruppen?

Hur bestämdes det hur många ni skulle vara?

Vilka kriterier hade ni för vilken terapeut ni skulle ha?

Tidigare kunskap/erfarenhet:

Vad visste du om familjerekonstruktion innan du genomförde den?

På vilket sätt förberedde ni er innan? Gjorde du detta individuellt eller i gruppen?

Vad hade du för förväntningar och önskningar precis före början?

Hur påverkade din tidigare erfarenhet din syn på ditt deltagande?

Upplevda primära och sekundära känslor:

Kan du ge exempel på känslor kring dina upplevelser av FR första dagen?

Kan du ge exempel på känslor kring dina upplevelser av FR när ni avslutade FR?

Kan du ge exempel på känslor en vecka efter att ni avslutat FR?

Beskriv dina känslor och ge exempel på känslor för gruppen du deltog i före och efter FR?

Beskriv dina känslor och ge exempel på känslor kring din familj före och efter FR?

Upplevelser av hur FR kan påverka i yrkesrollen:

Vad har du för funderingar om hur dina upplevelser från FR kan komma påverka ditt arbete som familjeterapeut?

Vad hade du för tankar runt kravet på att man måste genomgå FR för att man skall bli leg. psykoterapeuter inom familjeterapi?

Hur har du pratat om detta med dina kollegor från gruppen och med andra?

Vad har du för funderingar om det som du upplevt som en styrka i FR?

Vad har du för funderingar om det som du tyckte var en svaghet i FR?

Vad har du för funderingar över att FR är ett obligatoriskt moment under utbildningen?

Vad har du för tankar och känslor nu om dina upplevelser har denna betydelse för hur du kan använda det under utbildningen?

Bilaga 2

Avtal i samband med intervjuer av blivande psykoterapeuter inom familjeterapiinriktningen vt. 2015.

Intervjuerna avser vara huvudmaterial till examensuppsats inom ovanstående inriktning. Intervjumaterialet kommer att hanteras och behandlas av Simon Bloomfield och Cecilia Örnemark , båda psykoterapeutstudenter vid psykologiska institutionen familjeterapiinriktningen vårterminen 2015 i Lund.

Jag..... godkänner med min namnteckning enligt nedan att ,som intervjuar mig, filmar eller spelar in vår intervju i syfte att använda den till uppsatsen enligt ovan.

Jag har fått information om att det inspelade intervjumaterialet sparas och bevaras i ett arkivbeständigt dokumentskåp och därefter förstörs när uppsatsen är färdig och godkänd.

Jag har dessutom fått information om att jag kan avbryta intervjun och deltagandet i undersökningen när helst jag vill. Och då kommer eventuellt inspelat material att förstöras omedelbart.

Intervjumaterialet kommer att avidentifieras i det färdiga uppsatsmaterialet och kommer därmed inte att kunna härledas till mig som person.

..... 2015-

.....
Intervjuperson

.....
Intervjuare

Bilaga 3

2014-10-14 E-mail till Håkan Johansson. studierektor psykoterapiprogrammet, Lunds universitet.

Vi är två studenter som går femte terminen på vår Steg 2 utbildning, familjeinriktning, här i Lund och vi har kommit igång med vårt uppsatsarbete.

Vi har för avsikt att skriva om upplevelsen av att delta i familjerekonstruktion, för att kunna närma oss en djupare förståelse om dess betydelse för vår utbildning och vårt arbete.

Vi har tänkt intervjua åtta blivande familjeterapeuter som går utbildningen i Linköping och i Lund. När vi presenterade detta för Ingemar och våra kollegor för några veckor sedan tyckte Ingemar att vi skulle kolla med dig om det är etiskt acceptabelt att vi intervjuar några av våra egna kurskamrater om deras professionella reflektioner över deltagandet i familjerekonstruktion. Vi har förstås redan pratat med vår handledare om hur vi kan aidentifiera deltagarna.

Vi har ett antal frågor till de åtta studenterna som vi tänker ställa under intervjun. Är du intresserad av att se frågorna innan du tar ställning? Vi komplettera gärna med mer information om det behövs.

Med vänliga hälsningar

Simon Bloomfield

Cecilia Örnemark

2014-10-15 Svar från Håkan Johansson

Hejsan!

Det är helt ok att göra era intervjuer. Jag behöver inte se några frågor.

Etiska aspekter ska på sedvanlig sätt hanteras genom att ni ”kommer att inhämta skriftligt eller muntligt samtycke om deltagande sedan forskningspersonerna blivit informerade om undersökningens syfte, vilka metoder som kommer att användas, eventuella risker som den kan innebära, vem som är ansvarig, och att medverkande i undersökningen är frivilligt och kan avbrytas när som helst utan att detta får några negativa konsekvenser”.

Vänligen
Håkan

Bilaga 4

2014-11-25 Brev till studenter på psykoterapiutbildning Lund, familjeterapiinriktning

Hej du som läser till familjeterapeut!

Vi skulle vilja ta del av dina erfarenheter och upplevelser av ett viktigt moment under Steg 2 utbildningen här i Lund . Vi vill skriva vår uppsats om hur blivande legitimerade psykoterapeuter inom familjeterapiinriktningen reflekterat kring momentet Familjerekonstruktion och hur det möjligtvis kan komma att påverka, både under utbildningen och i den framtida professionen.

Vi hoppas att du kan tänka dig att vara delaktig i vår undersökning där vi erbjuder dig möjligheten att reflektera kring ditt deltagande i Familjerekonstruktionen. Kanske vår undersökning kan bidra till en djupare förståelse av denna upplevelse och hur det kan göra avtryck på vår professionella roll som legitimerad familjeterapeut.

Är du intresserad av att delta så ta kontakt med oss. Vi kommer att inhämta skriftligt och muntligt samtycke om ditt deltagande sedan du har blivit informerad om undersökningens syfte, vilka metoder som kommer att användas, eventuella risker som den kan innebära och vem som är ansvarig. Medverkandet i undersökningen är frivilligt och kan avbrytas när som helst utan att detta får några negativa konsekvenser. Vi tar också kontakt med studenter som går på Steg 2 utbildning vid Linköpings universitet.

Vi hoppas att du är intresserad av att delta i vår undersökning om familjerekonstruktion. Vi beräknar att en intervju med dig kommer ta mellan 60 och 90 minuter. Om det inte går att träffas i Lund åker vi till dig vid lämpligt tillfälle. För att delta i vår reflekterande studie anmäl ditt intresse till:

Cecilia Örnemark (cecilia@ornemark.info)

Simon Bloomfield (simonw.bloomfield@gmail.com)

Vänligen

Simon Bloomfield och Cecilia Örnemark

Bilaga 5

Lund 2014-11-05

Hej du som läser till familjeterapeut!

Vi är två studenter som går femte terminen Steg 2 utbildning, familjeinriktning i Lund.

Vi vill skriva vår uppsats om hur blivande legitimerade psykoterapeuter inom familjeterapiinriktningen reflekterar kring momentet Familjerekonstruktion och hur det möjligtvis kan komma att påverka, både under utbildningen och i den framtida professionen.

Vi hoppas att du kan tänka dig att vara delaktig i vår undersökning där vi erbjuder dig möjligheten att reflektera kring ditt deltagande i Familjerekonstruktionen. Kanske undersökningen kan bidra till en djupare förståelse och samtidigt göra avtryck på vår professionella roll som legitimerad familjeterapeut.

Är du intresserad av att delta så ta kontakt med oss. Vi kommer att inhämta skriftligt och muntligt samtycke om ditt deltagande sedan du har blivit informerade om undersökningens syfte, vilka metoder som kommer att användas, eventuella risker som den kan innebära och vem som är ansvarig.

Medverkandet i undersökningen är frivilligt och kan avbrytas när som helst utan att detta får några negativa konsekvenser.

Vi hoppas att du är intresserad av att delta i vår undersökning om familjerekonstruktion vilket är ett viktigt moment under utbildningen. Vi beräknar att en intervju med dig kommer ta mellan 60 och 90 minuter. Vi åker naturligtvis till er i Linköping vid lämpligt tillfälle.

För att delta i vår reflekterande studie anmäl ditt intresse till:

Cecilia Örnemark (cecilia@ornemark.info)

Simon Bloomfield (simonw.bloomfield@gmail.com)

Vänligen

Simon Bloomfield och Cecilia Örnemark