



LUNDS
UNIVERSITET

Institutionen för psykologi
Psykoterapeutprogrammet
Vetenskapsteori 15 hp
Vårterminen 2012

”Alltså det var jag som var problemet från början”

Den terapeutiska processen mellan en
psykoterapeut och en familj

Joakim Frisk
Malin Ekedahl Petersson

Handledare Gudrun Olsson
Examinator Lars-Gunnar Lundh

Sammanfattning

Kunskap om vad som händer i psykoterapeutiska samtal stannar ofta hos dem som medverkar i en terapi. En viktig uppgift för psykoterapiforskning är att göra sådan tyst kunskap tillgänglig. Syftet med vår kvalitativa studie var att undersöka den terapeutiska processen mellan en psykoterapeut och en familj i en långvarig familjeterapi. Psykoterapeuten hade lång erfarenhet av att arbeta med barn, ungdomar och deras familjer. Vi undrade hur familjemedlemmarna och psykoterapeuten upplevde familjeterapin. Samforskning och fenomenografisk analys användes som metod. I analysen framträdde betydelsen av tid, lugn och metodtrohet. Det var också viktigt att familjeterapeuten lyssnade till enskilda familjemedlemmars behov. Vår slutsats är att familjeterapi, som motvikt till stress och föränderlighet i dagens samhälle, behöver stå för tid och lugn.

Nyckelord: familjeterapi, kvalitativ metod, samforskning, fenomenografisk analys, hermeneutik och social konstruktionism.

Abstract

Knowledge of what happens in psychotherapeutic conversations often remains with those participating in a therapy. An important task of psychotherapy research is to make such tacit knowledge available. The purpose of our qualitative study was to examine the therapeutic process between a psychotherapist and a family in a long-term family therapy. The psychotherapist had long experience working with children, adolescents and their families. We wondered how the family members and the psychotherapist experienced the family therapy. Co-research and phenomenographic analysis was used as method. In this analysis emerged the importance of time, calm and method fidelity. It was also important that the family therapist listened to individual family members' needs. Our conclusion is that family therapy, to counterbalance stress and variability in today's society, needs to stand for time and calm.

Keywords: family therapy, qualitative method, co-research, phenomenographic analysis, hermeneutics and social constructionism.

Innehållsförteckning

INLEDNING	5
BAKGRUND.....	5
SYFTE OCH FRÅGESTÄLLNING	7
ETT KVALITATIVT ANGREPPSSÄTT.....	7
<i>Kvalitativ forskningsintervju</i>	7
<i>Samforskning</i>	8
<i>Fenomenografisk analys</i>	9
TEORETISK BAKGRUND	9
<i>Systemteori</i>	10
<i>Cybernetik</i>	10
FILOSOFISK BAKGRUND.....	11
<i>Hermeneutik</i>	12
<i>Social konstruktionism</i>	12
METOD	13
SAMFORSKNING.....	13
FENOMENOGRAFISK ANALYS.....	14
ANALYS	16
INSTÄLLNING OCH INSATS	17
ATT GÅ I TERAPI	18
FÖRÄNDRING.....	22
TIDENS BETYDELSE	25
SAMFORSKNING.....	26
DISKUSSION	27
ANALYS.....	27
METOD.....	29
REFERENSER.....	31

Inledning

Bakgrund

I vardagen pågår en mängd samtal inom den psykoterapeutiska sfären, både runt om i Sverige och i övriga världen. När psykoterapeutiska samtal utvärderas sker det oftast muntligen mellan terapeuten och den behandlade, på initiativ av den enskilde terapeuten. Kunskap om vad som egentligen händer i psykoterapeutiska samtal och vad som bidrar till förändring stannar därmed hos terapeuten, den behandlade och dem emellan. Det innebär att en stor mängd kunskap aldrig blir synlig utanför det psykoterapeutiska rummet. Tar inte terapeuten initiativ till en utvärdering av samtalen blir den behandlades erfarenheter av psykoterapi en outtalad tyst kunskap.

En viktig uppgift för psykoterapiforskningen är att få patienters erfarenheter om vad som är verksamt och vad som är hindrande i psykoterapin explicit och tillgänglig (Werbart, Lilliengren & Philips, 2008). Vår erfarenhet är att arbetsgivare sällan efterfrågar beskrivande kunskap om vad som händer i psykoterapeutiska samtal utan mer är intresserad av kvantitativ data. Det kan ha olika förklaringar, varav en kan vara att sådan forskning är tidskrävande och tar mycket tid i anspråk för den anställde. Ett annat argument kan vara att kvalitativ forskning inte undersöker lika många personers åsikter som kvantitativ forskning. Det var denna diskussion oss emellan som ledde oss in på tanken att göra en kvalitativ studie i form av processforskning, baserad på en familjeterapi mellan en psykoterapeut och en familj.

I processforskning undersöker man aspekter av terapins förlopp och hur dessa hänger samman med andra faktorer, såsom patientens och terapeutens personligheter, beteenden samt med utfallet (Philips & Holmqvist, 2008). Att det blev processforskning i just familjeterapi är ingen tillfällighet. Vi arbetar båda med barn och deras familjer i samtal, i vilka vi ständigt blir påminda om vilken resurs familjen är för ett framgångsrikt arbete. Vi är alla en del av en familj och det är svårt att inte stå i relation till någon. Sedan kan man alltid ställa sig frågan; vad är en familj? Det är emellertid en fråga som kräver sin egen uppsats, så den överlämnar vi till annan kommande student i vetenskapsteori. Så långt det varit möjligt, utan att förändra författares texter, har vi använt oss av begreppen familj och familjemedlemmar och inte patient, klient eller behandlade. Det har vi gjort för att det bättre stämmer överens med vår forskningsansats, att undersöka processen mellan en psykoterapeut och en familj.

Vår önskan om att fördjupa oss i det psykoterapeutiska samtalet lyfte våra ögon mot samforskningsmodellen. Modellen ger inte bara oss ny kunskap, den ger också någonting tillbaka till familjen. Intervjun får ett närmast terapeutiskt syfte, vilket framgår av vår analys. Det finns inte mycket dokumenterat om samforskning och dess resultat, men vid en del verksamheter i Sverige har man genomfört intervjuer med familjer efter att behandlingen avslutats. De flesta har varit genom samforskning mellan familjer, terapeuter och en extern konsult (Assarsson, 2005; Borgengren, 2006; Buvik & Wächter, 2006; Carlberg, Brolin, Bjurmark, Nässén, Parment & Rhodin, 1998; Ringborg, Pettersson & Svensson, 1996; Söderquist, 2003; ref. i Borgengren & Wahlström, 2008). Faktorer som återkom i dessa intervjuer var betydelsen av ett respektfullt bemötande, att terapeuten ställer ”bra” frågor som leder till eftertanke och skapar nya möjligheter och att man som klient har inflytande på samtalets utformning. Något som också ansågs som betydelsefullt var att få lyssna på terapeutens reflektioner.

Kritiker hävdar att den kvalitativa forskningsintervjun inte kan anses vara en vetenskaplig metod. Ett argument som lyfts fram är frånvaron av objektivitet, att det som händer mellan parterna i intervjun påverkar resultatet. Kvale (1997, s. 66) menar dock; ”Sammanfattningsvis är intervjun som sådan varken en objektiv eller en subjektiv metod – kärnan i intervjun är den intersubjektiva interaktionen”. Vi kommer inte att fördjupa oss i huruvida den kvantitativa respektive den kvalitativa forskningsmetoden är bättre eller sämre än den andra. Vi ser de olika metoderna som kompletterande forskningsverktyg beroende på vilken forskningsfråga man vill få belyst. Den kvalitativa forskningsintervjun passar vår frågeställning. Vi önskar detaljrika beskrivningar på processnivå, med möjlighet till uppföljande frågor från medlemmarna av intervjusystemet. Ett för oss viktigt förhållningssätt är tanken att kunskap uppstår och skapas i dialog mellan människor. I samtalet ser vi oss, tillsammans med terapeuten och familjen, vara en del av ett samskapande. Vi är personliga och inbegriper oss själva och vår egen på- och medverkan i diskussionen. Det ligger så att säga i uppsatsens postmodernistiska anda, i vilken vi intagit ett hermeneutiskt och socialkonstruktionistiskt perspektiv.

Det har inte varit enkelt att helt separera vår teoretiska bakgrund med den filosofiska bakgrunden. Till exempel vilar Hermeneutiken och den sociala konstruktionismen båda på teorier som har kommit att utvecklas till filosofiska diskurser. De teorier vi valt som lämpliga att ha med i vår studie går även in i varandra. Till exempel är cybernetiken en systemteoretisk disciplin och epistemologin kan ses som en del av andra ordningens cybernetik. Trots den till

synes svåra uppgiften att dela upp teorier och filosofiska inriktningar har vi rubrikmässigt försökt oss på en sådan uppdelning. Vår utgångspunkt har varit att inta ett hermeneutiskt och ett socialkonstruktionistiskt perspektiv, varför dessa begrepp redovisas under egen rubrik.

Syfte och frågeställning

Syftet med vår studie är att undersöka den terapeutiska processen mellan en psykoterapeut och en familj. Kontakten ska ha pågått under en längre tid och vara avslutad. Psykoterapeuten ska ha lång erfarenhet av att arbeta med barn, ungdomar och deras familjer. Vi undrar hur familjemedlemmarna och psykoterapeuten upplevde familjeterapin.

Ett kvalitativt angreppssätt

Den kvalitativa metoden är enligt oss det mest sensibla av instrument för att fånga vad som är meningsskapande och vad det innebär att vara människa. Genom intersubjektiva möten ger den röst åt tyst kunskap i form av beskrivningar av människors förståelse och upplevelser av olika slags fenomen. Vi vill nedan ge en bakgrund till de metoder vi har valt för att samla in och analysera materialet till uppsatsen.

Kvalitativ forskningsintervju

I den kvalitativa forskningsintervjun är det centralt att erhålla beskrivningar. Genom beskrivningar är det möjligt att se skillnader och variationer i det som undersöks. Resultatet blir att vi erhåller en kvalitativ mångfald av ett fenomen. En annan viktig komponent är att inte enbart söka kunskap på innehållsnivå. Minst lika viktigt är att få tillgång till den innebörd som ämnet i intervjun har för den intervjuade. För att få tillgång till innebörden krävs att intervjuaren inte bara lyssnar på det som sägs. Denne behöver också lyssna på hur det sägs och vad som kanske inte sägs, men som kan vara en underförståelse i ett budskap. När så sker behöver intervjuaren lägga tillbaka det denne uppfattat på ett frågande sätt till den intervjuade, för att få svar på om uppfattningen stämmer eller inte (Kvale, 1997).

Den kvalitativa forskningsintervjun vilar på ett postmodernistiskt tänkande. Det innebär att det inte finns några enhetliga sanningar eller en objektiv verklighet. Ovisshet och oförutsägbarhet är själva livsnerven i intervjun, där kunskap inte ses som stabil utan som föränderlig och produceras mellan dem som deltar. Kvale (1997, s. 42) menar: "Ett postmodernt perspektiv koncentrerar sig på det inbördes förhållandet i intervjun, på den sociala konstruktionen av verkligheten i intervjun, på intervjuns språkliga och interaktiva

aspekter, inklusive skillnaderna mellan muntlig diskurs och skriven text och framhäver de berättelser som konstrueras genom intervjun.”

Samforskning

Samforskning är en modell som framför allt har använts inom det familjeterapeutiska fältet. Modellen går hand i hand med det socialkonstruktionistiska synsättet, vilket innebär att deltagarna i samtalet anses som medskapare till ny kunskap i en slags utvidgad förändringsprocess. Begreppet samforskning dök först upp i tidskriften ”Fokus på familjen”, i en artikel av Tom Andersen (1995; ref. i Buvik & Wächter, 2006). I artikeln beskriver Andersen samforskning som en utvärderingsmodell för hur man kan forska tillsammans med familjer. Tanken är att samforskning ska ge kunskap om vad behandlare och familj gjort tillsammans och vad som varit hjälpsamt eller inte i denna process. En mycket viktig detalj är att familjen har kunskap som är ovärderlig att ta del av och att behandlaren är där för att lära sig något av familjen. I samforskning står samarbetet mellan behandlare och familj i fokus. Man vet därför aldrig i förväg vad ett samforskningssamtal kommer att innehålla. Av frågor utvecklas svar genom tolkning och förståelse parterna sinsemellan och nya frågor aktualiseras. På så sätt skapas ny förståelse, ny kunskap (Buvik & Wächter, 2006).

Andersen (2003) beskriver dialogen som två samspelande samtalsprocesser, en inre och en yttre process. Det inre samtalet för man med sig själv eller med andra man har i tankarna och det yttre förs med den eller dem man är tillsammans med. Det är inte möjligt att helt separera det yttre och inre samtalet från varandra eftersom människan ständigt funderar på sig själv och relaterar i förhållande till andra. Dessa tankar om dialogens process i kombination med en teknik som heter reflekterande position, har kommit att bli viktiga signum för samforskning. Att befinna sig i en reflekterande position och att vila från dialog med andra gör att det inre samtalet får fritt spelrum utan att hänsyn behöver tas till andra. Andersen (2003, s. 92) hävdar; ”En person som befinner sig i lyssnarposition, deltar bara i den inre dialogen. Cirkulärt frågande, på det sätt som Milanoteamet genomförde det, har en mycket stark påverkan på det inre samtalet hos den person, som frågan är kopplad till och som i själva verket befinner sig i lyssnarposition.” För att ni läsare ska förstå sammanhanget i det vi just har skrivit, vill vi förtydliga följande två begrepp: *Cirkulärt frågande* är en familjeterapeutisk frågeteknik som har utvecklats för att hjälpa familjer att uppfatta symptom och vad de gör utifrån ett systemiskt perspektiv (Boscolo et al., 1987; ref. i Olson & Petitt, 1999).

Milanoteamet är en grupp verksamma terapeuter i Italien som har utvecklat systemisk

familjeterapi (Olson & Pettit, 1999). Buvik och Wächter (2006) förmedlar en intressant iakttagelse vad gäller samforskning. De har uppmärksammat att klienten får syn på sin egen process och förändring när denne sätter ord på vad han/hon varit med om. Även Forsberg och Wallmark (2002) ser det reflekterande förhållningssättet som betydelsefullt. De menar att det finns en rikedom i förhållningssättet. Rikedomen består i att samtliga personer som sitter i reflekterande position var och en för sig får tillgång till sina egna intryck och att dessa sedan delas mellan varandra. Eftersom varje beskrivning är beroende av observatören, fås olika beskrivningar av samma situation.

I samforskning brukar en extern konsult först intervjua behandlaren, som är den som tagit initiativ till samtalet, om vad denne önskar hjälp med. Familjen sitter under tiden bredvid och lyssnar på det som sägs i en lyssnande position, även kallad reflekterande position. Sedan byter behandlaren och familjen positioner och familjen får berätta vad den hört sägas. Till sist ges behandlaren möjlighet att kommentera alltihop. Vår samforskning skiljer sig därför något åt eftersom det är vi som forskare som bjuder in en familj och en terapeut till samtal. Vi kallar därför enhetligt det vi gör i vår uppsats för samforskning eller samtal och inte intervju.

Fenomenografisk analys

Vi sökte efter en analysmetod som på bästa sätt kunde ge oss information om hur den familjeterapeutiska processen upplevdes. Vi fastnade för fenomenografisk metod, bestående av både en intervjudel och en analysdel, som med sitt ursprung inom pedagogiken använts för att öka förståelsen av hur inläring sker. Enligt en av centralgestalterna bakom den fenomenografiska metoden, Ference Marton (1981), inriktar sig metoden på att beskriva, analysera och förstå upplevelser. Den syftar till att förstå hur människor upplever ett och samma fenomen, huruvida det finns skillnader eller inte mellan upplevelser och hur dessa i så fall ser ut. Vi har valt att byta ut den fenomenografiska intervjudelen mot samforskning och endast använt oss av metodens analysdel. Samforskning passar bättre för samtal med flera personer samtidigt, medan fenomenografisk intervju är anpassad för intervjuer med en person.

Teoretisk bakgrund

Den teoretiska grund på vilken uppsatsen vilar handlar om människan i samspel med sin omgivning, hur människan uppfattar sin verklighet och hur kunskap genereras. Teorierna är tätt sammankopplade med familjeterapins utveckling och gängse arbetssätt.

Systemteori

Med vissa undantag används systemteorin som ett av de mest grundläggande fundament i alla familjeterapeutiska modeller (Schjodt & Egeland, 1994). Systemteorin har således spelat en väsentlig roll i det familjeterapeutiska fältet och eftersom denna studie rör sig inom familjeterapins ramar är det nödvändigt att redogöra för teorin.

Inom familjeterapin beskriver systemteorin familjen som ett interaktionistiskt system med mellanmännsliga relationer där alla familjemedlemmar ömsesidigt påverkar och påverkas av varandra. Om en familjemedlem förändras påverkar det familjesystemet och vice versa. En skillnad i påverkbarhet är dock att det överordnade familjesystemet har en större påverkan på den enskilde familjemedlemmen än vad denne har på familjesystemet (Lundsbye et al., 2002). Eresund och Wrangsjö (2008) beskriver systemteori på ett liknande men något annorlunda sätt. De menar att systemteori handlar om hur interaktionen mellan olika delar bildar *mönster*, som ger information som förmedlar något utöver summan av informationen om systemets delar. Förändring i systemets delar påverkar systemets helhet via interaktionen mellan delarna.

Cybernetik

Strävan med cybernetiken var att utveckla en förståelse för hur system fungerar och bevarar sin organisering. Wiener (1948/1961; ref. i Lundsbye et al., 2002) utvecklade cybernetiken utifrån definitionen studiet av kontroll och kommunikation i djur och maskiner. En grundläggande idé var att kommunikation och självreglering är grundläggande egenskaper hos system. En annan idé var att självreglerande feedbackprocesser gör att kommunikation om tidigare processer kommer att påverka hur systemet fungerat i nuet och i framtiden.

Begreppet cybernetik utvecklades med tiden. Wieners cybernetik kom att kallas första ordningens cybernetik när Von Foerster (1984; ref. i Lundsbye et al., 2002) introducerade andra ordningens cybernetik. Von Foerster definierade andra ordningens cybernetik som cybernetik avseende *observerande* system, medan första ordningens cybernetik blev cybernetik avseende *observerade* system. Det är en utveckling som var nödvändig för att kunna applicera teorin på system utifrån utveckling och förändring. I den första modellen tog man inte hänsyn till betraktaren av systemet som en påverkande faktor utan systemet sågs som en sluten enhet, isolerad från sitt sammanhang. I den utvecklande andra ordningens cybernetik lades det till ytterligare en nivå – observatörens uppfattning och beskrivning av

systemet som en påverkande faktor av systemets utformning. Följaktligen var det inte möjligt att erhålla någon objektiv sanning.

Epistemologi är viktig att nämna i detta avseende eftersom den blivit nära förbunden med och en viktig del av cybernetik av andra ordningen. Epistemologi, eller läran om hur kunskap utvecklas, är en huvudgren inom filosofi som bland annat handlar om hur vi går tillväga när vi tar fram ny kunskap. På den epistemologiska världskartan finns en mängd teorier, ibland motstridiga sådana, om hur kunskap uppstår och utvecklas. En epistemologi som utgår från ett postmodernt relativistiskt synsätt hävdar att kunskapen är relationell. I frågan om hur vi erfar eller uppfattar världen, betyder det att vi konstruerar vår världsbild utifrån det vi är med om, det vill säga våra erfarenheter (Schjodt & Egeland, 1994). Cybernetiken gav oss kunskap om system, vad som sker inom och mellan dessa och världen runt omkring. Epistemologin gav oss ytterligare en dimension i förståelse av den enskilda personen. Den familjeterapeutiska utvecklingen och dess metoder har influerats väsentligt av denna kombinerade teoribildning. Inom andra ordningens cybernetik ses inte bara terapeuten som påverkande och påverkad av systemet med sin specifika epistemologi, utan det gör också de enskilda familjemedlemmarna. Exempel på detta ger Bateson med sin kunskapsteori (1972, s. 317); ”Or, mind finally, that mind is imminent in the larger system-man *plus* environment.” Bateson menar att ett systems mentala karakteristiska är inneboende i systemet som helhet och att mening (mind) inte är i någons huvud utan i interaktionen.

Med andra ordningens cybernetik och epistemologin började intresset för språk, berättelser och beskrivningar att ta fart inom de familjeterapeutiska kretsarna. Det blev av intresse att beakta hur vi människor organiserar ”mening” i samspel med varandra eftersom det påverkar systemets förändring. Det var dessa teorier och filosofiska tankegångar som kom att finnas med vid den postmodernistiska erans intåg.

Filosofisk bakgrund

Postmodernismen betecknar en filosofisk inriktning i vilken utrymme saknas för enhetliga sanningar eller objektiv verklighet och där mening och förståelse har företräde framför fakta och regler. En postmodernist (Lundby, 2002) är mer intresserad av att undersöka skillnader än likheter och specifika detaljer som är sammanhangsberoende än allmängiltiga teorier. Inom postmodernismen finns tankar om att mening och förståelse är något som människor konstruerar gemensamt och på så sätt utvecklar ny verklighet, ny kunskap.

Det finns två postmodernistiska perspektiv, det hermeneutiska och det socialkonstruktionistiska, som vi särskilt vill lyfta fram. Som en liten påminnelse ligger dessa till grund för vår uppsats. Perspektiven har beröringspunkter även om de är åtskilda. Som med vår teoretiska bakgrund betyder det att begreppen och perspektiven delvis går in i varandra.

Hermeneutik

Hermeneutik är en tolkningslära som kretsar kring forskarens förståelse av ett fenomen. Det är förståelsen och inte förklaringen som är det primära inom hermeneutiken, vilket innebär att det inte finns något absolut rätt svar. I hermeneutiken är kontexten viktig för att förstå de enskilda delarna.

Anderson (2002) skriver att den tidiga hermeneutiken fokuserade på att analysera och försäkra sig om rätt tolkning av texter, inte på den som tolkade dem. Med tiden kom hermeneutiken att utvecklas mot en postmodernistisk riktning. Den gick ifrån sin strikta texttradition mot tolkande och förståelse av också andra fenomen, inklusive människors känslor och mänskligt beteende. Viktigt blev också att ta hänsyn till tolkaren, eftersom man ansåg att denne med sina föreställningar och avsikter påverkade förståelseprocessen. Vi kan nu börja skönja liknande tankar som inom systemteorin och andra ordningens cybernetik, i vilka begrepp som påverkan och process framträder.

Social konstruktionism

Enligt socialkonstruktionismen finns det inget enhetligt sätt att förstå världen. Var och en av oss lever med våra sanningar och bilder och det är i mötet med andra som dessa kommer samman och förblir en social konstruktion. Gergen (1992, s. 174) är den som har formulerat det som har kommit att kallas för den sociala konstruktionismen; ”Within a postmodern frame what we take to be knowledge is a social product.” Med detta menar Gergen att kunskap är socialt konstruerad. Hoffman (1992, s. 8) beskriver social konstruktionism på liknande sätt; ”The social construction theorists see ideas, concepts and memories arising from social interchange and mediated through language. All knowledge evolves in the space between people.” Filosofen Wittgenstein (1953; ref. i Lundsbye et al., 2002) myntade begreppet språkspel. Begreppet har intagit en viktig plats i debatten om språkets betydelse inom den sociala konstruktionismen och vidare till språksystemiska terapier. Med begreppet ville Wittgenstein förmedla att människors tillvaro är en social konstruktion och att de i denna använder språket för att skapa och leva i sin verklighet.

Metod

Samforskning

Vår studie bygger på samforskning med en familj och deras terapeut. Vår frågeställning var hur familjemedlemmarna och terapeuten upplevde den gemensamma familjeterapin. Denna fråga utgjorde ett slags tema i samtalet. I övrigt ansträngde vi oss för att vara följsamma och fånga upp och fråga vidare om det som kom upp i samtalet.

Familjen består av en dotter i övre tonåren och hennes mamma och pappa. När familjen påbörjade terapin var konfliktnivån i familjen hög. Dottern uppvisade stressrelaterade symtom som tog sig uttryck psykosomatiskt. Terapin pågick under ett och ett halvt års tid och avslutades i samförstånd mellan terapeuten och familjen. När samforskningssamtalet ägde rum var terapin avslutad sedan cirka ett och ett halvt år tillbaka.

Den legitimerade psykoterapeut vi valde till studien har lång erfarenhet av att arbeta med barn, ungdomar och deras familjer. Hon är en bekant person för oss båda och arbetar för närvarande på samma arbetsplats som en av oss. Terapeuten ombads att välja en familj som hon hade träffat i terapi under en längre tid, men som var avslutad. På vår fråga till terapeuten om varför hon valde den familj hon gjorde, svarade hon att hon upplevde familjen öppen och tillgänglig. Hon tänkte att det skulle öka chansen att familjen tackade ja. Hon frågade familjen om de kunde tänka sig att ställa upp på samforskning tillsammans med henne och oss och familjen tackade ja.

En av oss ringde familjen och tid och plats bestämdes. Vi skickade en inbjudan per post med bakgrund, syfte och annan information, så att alla familjemedlemmar kunde ta del av den kommande samforskningen. Vi hade i förväg bestämt i vilken ordning vi skulle samtala med deltagarna. Vi ville börja med terapeuten eftersom vi tänkte att hon var minst ovan i situationen och förhoppningsvis skulle bidra till en avslappnad och frikostig berättarstämning. Därefter skulle vi samtala med flickan. Tanken var att inte låta henne bli för influerad av föräldrarnas tankar. Vår erfarenhet sa oss att det är lättare för barn och ungdomar att bli påverkade av vuxnas åsikter i samtalssituationer än vice versa. Tidsaspekten gjorde att vi intervjuade föräldrarna tillsammans och inte var och en för sig.

Samforskningen inleddes med en kort genomgång av strukturen. Eftersom samtalet filmades med en digitalkamera ombads familjen att skriftligen godkänna inspelningen. De fick också godkänna att materialet skulle komma att användas i vår uppsats. Familjen och terapeuten informerades om att materialet skulle transkriberas och avidentifieras. De blev också lovade varsitt exemplar av vår färdiga uppsats. Först samtalade en av oss med terapeuten medan mamman, pappan, dottern och den andra av oss satt i lyssnande position. Sedan skiftade vi positioner. De som hade lyssnat fick reflektera över det de hört medan övriga lyssnade. Strukturen med att skifta samtals- och lyssnandepositioner upprepades tre gånger under en och en halv timmes tid. Mot slutet av samtalet släpptes alla in och det blev fritt fram att säga lite vad man ville. Några dagar senare skickade vi varsin biobiljett till familjemedlemmarna, som tack för deras medverkan.

Nedan följer ett förtydligande av vår samforskningsprocess:

1. Inledning
2. En av oss samtalade med terapeuten medan familjen och den andra av oss satt i lyssnande position.
3. De som hade lyssnat delgav sina tankar medan övriga lyssnade.
4. En av oss samtalade med dottern medan föräldrarna, terapeuten och den andra av oss satt i lyssnande position.
5. De som hade lyssnat delgav sina tankar medan övriga lyssnade.
6. En av oss samtalade med föräldrarna medan dottern, terapeuten och den andra av oss satt i lyssnande position.
7. De som hade lyssnat delgav sina tankar medan övriga lyssnade.
8. Avslutning.

Fenomenografisk analys

Samtalet transkriberades och avidentifierades. Alla namn ersattes med terapeuten, mamma, pappa och Felicia. Namnet Felicia är fingerat och därmed inte dotterns rätta namn. Det gjordes för att det inte skulle vara möjligt att identifiera personerna och för att göra uppsatsen mer lättläst. Fenomenografisk analysmetod innehåller sju steg (Dahlgren & Johansson, 2009, s.127-131). Nedan följer dessa sju steg med efterföljande beskrivning av hur vi gick tillväga:

1. *Att bekanta sig med materialet*

Först bekantade vi oss med materialet genom att läsa igenom den transkriberade texten flera gånger. Vi förde under tiden anteckningar över teman och idéer som kom till oss.

2. *Kondensation*

Vi gick igenom materialet i detalj, i syfte att finna passager eller stycken som var betydelsefulla utifrån vår frågeställning. Dessa utsagor organiserade vi som citat i tabellform, där det framgick vilka personer som sagt vad.

3. *Jämförelse*

Vi jämförde personernas citat för att finna skillnader och likheter.

4. *Gruppering*

I detta steg grupperade vi citaten som vi ansåg hörde samman och gemensamt kunde bilda en kategori.

5. *Artikulera kategorierna*

Vi ville finna essensen i likheterna mellan de grupperade citaten. Här fanns stora subjektiva inslag, där vi fick ta ställning till hur stor skillnaden fick lov att vara inom en kategori och var gränsen gick för att en ny kategori skulle bildas.

6. *Namnge kategorierna*

Vi namngav de kategorier som framkom i analysen. Det var viktigt att namnen gav en tydlig bild av den upplevelse som beskrevs.

7. *Kontrastiv fas*

Vi granskade och jämförde de olika citaten mot varandra för att se om de kunde passa in under fler än en kategori. Tanken var att kategorierna skulle vara kärnfulla, uttömmande och exklusiva. Det innebar att vi reducerade och förkortade de kategorier vi från början tagit ut till ett färre antal kategorier med underkategorier.

Vi valde att utöka trovärdigheten i vår analys genom *förhandlad samstämmighet* (Wahlström et al., 1997). Det innebar att vi i ett första steg analyserade utsagorna var och en för sig för att komma fram till de kategorier som slog an hos oss. Därefter förhandlade vi med varandra i två olika steg för att till sist enas kring en gemensam slutkategorisering.

Analys

Vi ska titta närmare på hur familjemedlemmarna och terapeuten upplevde den terapeutiska processen, genom en beskrivning av de kategorier och underkategorier som utkristalliserade sig under analysprocessen. Varje underkategori exemplifieras med utsagor i form av citat, vilka belyser likheter och olikheter mellan deltagarna. I citaten syftar ibland både familjen och terapeuten på företeelser som inte framgår i texten. Till exempel säger deltagarna man eller henne och syftar då på sig själv eller någon annan. För att underlätta för läsaren har vi inom parantes infogat vad och vem deltagarna syftar på. Kategorierna och underkategorierna sammanställs och presenteras först i tabellform (fig. 1). Därefter fördjupar vi oss i de olika kategorierna.

Kategorier	Underkategorier
Inställning och insats	Syn på problemet
	Alla måste med
	Frustration och rädsla
Att gå i terapi	Lugn
	Både skönt och jobbigt
	Att utmana sig själv
	Familjeterapi är bra
	Bilden man minns
	Egenskaper
Förändring	Att ta hand om och hjälpa varandra
	Att hitta svaren själva
	Förståelse för varandra
	Att lyssna på varandra

	Att förstå varandra
	Att bli lugnare
	Att förstå sig själv
	Att sätta ord på tankar och känslor
	Att tygla humöret
	Tänker på andra
Tidens betydelse	
Samforskning	

Figur 1

Inställning och insats

Kategorin beskrev den inställning med vilken familjemedlemmarna och terapeuten gick in i samarbetet och deras tankar om den arbetsinsats som krävdes.

Syn på problemet

Inledningsvis hade deltagarna olika uppfattningar om problemet.

Felicia upplevde sig själv som problemet.

”Alltså det var jag som var problemet från början.”

Terapeuten framhårdade i att det var fler som var delaktiga i hur Felicia mådde.

”Det var du som uppvisade symtom...men det var fler som var delaktiga i det.”

Mamman beskrev hur hennes upplevelse av problematiken förändrades efterhand som terapin fortskred. Hur hon från början trott att det var Felicias problem för att sedan få insikt i att det var fler som ägde problemet.

”Från början trodde jag ju att det här bara var ett problem för Felicia eftersom hon hade sina krav. Men sedan visade det sej, att vi var fler som inte synkade med varann, så man fick ju börja fundera en massa själv. Men sedan visade sig att det faktiskt var fler som hade problem.”

Alla måste med

Från början var familjen splittrad i åsikten kring pappas medverkan i samtalen. Efter viss övertalning från framför allt terapeuten enades familjen snart om att jobba tillsammans.

Terapeuten beskrev att pappa snabbt var med på konceptet familjeterapi.

”Han förstod tidigt att det här måste man jobba med i familjen...och att det måste till en förändring också hos honom själv.”

Felicia lät sig ganska snart övertygas om arbetssättet.

”Hon (avser terapeuten) sa ju att pappa är ju faktiskt en del av familjen även om han inte är hemma så mycket.”

Vidare tänkte Felicia:

”Hade jag gått själv hade ni inte vetat om vad jag skulle göra, vad jag tänkte...alltså ni skulle fortfarande ha kvar samma beteende och jag skulle försöka ändra mig.”

Pappan beskrev att det var nödvändigt att hela familjen samtalade.

”Jag tror inte att det hade gått om vi bara skickat Felicia...du kan inte måla halva huset och tro att resten ska måla sej själv.”

Frustration och rädsla

Mamman beskrev till en början motstridiga känslor. Hon ville vara med och hjälpa, men var rädd för att man skulle missa att Felicia ställde höga krav på sig själv om familjen kom för mycket i fokus.

”Jag var bara rädd att kärnan i Felicias problem skulle försvinna, men det tog ju du (avser terapeuten) upp väldigt bra för du märkte ju hennes krav hon hade hela tiden.”

Mamman var frustrerad över att de som föräldrar inte kunde hjälpa sin dotter.

”Du (avser Felicia) mår väldigt dåligt och vi kunde inte hjälpa dej.”

Att gå i terapi

Kategorin avsåg att fånga tankar och upplevelser av att gå i terapi, såväl emotionella som strukturella faktorer.

Lugn

Alla deltagare var eniga om den positiva betydelse av lugn som skapades i terapisituationen.

Felicia sa:

”Vi var lugna...vi kunde liksom sitta och prata som normalt folk.”

Terapeuten sa:

”Jag tror att jag bidrog till att skapa en avslappnad atmosfär, att dom kände att dom var okej.”

Pappan sa:

”Att under lugna former få diskutera vad det var jag känner, för det funkade inte innan.”

Både skönt och jobbigt

Både mamman och Felicia beskrev liknande dubbla känslor under terapins gång. De upplevde terapin både som vilsam och jobbig.

Felicia tyckte:

”Det var lite tungt att åka dit, men när man väl satt där så var det jätteskönt, då kunde man ventilera med varandra på ett helt annat sätt.”

Mamman upplevde:

”Även om det var jobbigt att gå dit, så var det ändå en trygghet.”

Mamman berättade vidare:

”Vi kunde bli arga på varann och vi kunde gråta. När vi gick ut och satte oss i bilen då var det glömt, vi gick inte ut och var negativa. Vi fortsatte inte någon diskussion.”

Mamman berättade att hon ibland kunde känna uppgivenhet när hon inte såg någon förändring.

”Ibland kände jag så där att, alltså det hjälper ju inte det här, det spelar ju ingen roll, för vi fortsätter på något sätt i samma spår ändå, så. Jag tänkte så under tiden vi gick där.”

Att utmana sig själv

Terapeuten mindes hur hon försökte hjälpa Felicia att utmana rädslan för att komma för sent.

”Man (terapeuten avser sig själv) kom med förslaget att nu ska vi göra tvärtom, du ska komma för sent...och se hennes ögon. Jag kan minnas dom än. Hon stirrar liksom på mej. Ja men, hur ska detta liksom gå till? Ja men det blir din uppgift. Du ska komma för sent nästa gång till träningen. Och hon var ju jättelycklig när hon kom tillbaka. Det hade gått jättebra. Hon hade ju överlevt.”

Familjeterapi är bra

Pappan hade mycket positivt att säga om att gå i familjeterapi.

”Hade jag vetat resultatet av det här så hade jag gått in för tio år sedan.”

Han sa även:

”Det skulle vara lagstadgat att alla skulle vara tvungna att (skrattar)...(pappan syftar på att gå i familjeterapi).”

Bilden man minns

Felicia mindes hur terapeuten ritade staplar för att visa på förhållandet mellan hennes krav och lust.

”Alltså, jag hade ju mycket problem med det här med krav och lust...förstod inte först vad terapeuten menade förrän hon ritade på tavlan...så ritade hon staplar.”

Mamman berättade hur nöjd hon var med att terapeuten också förstod Felicias egna behov och att hon underlättade förståelsen genom att använda bilder.

”Det var ju jättebra för äntligen var det någon som hon lyssnade på och så, precis som hon säger, dom här staplarna.”

Egenskaper

Under samforskningen lyfte deltagarna fram flera olika egenskaper som påverkade samarbetet. Felicia och pappa pratade om terapeutens lugn som betydelsefullt och passande för deras familj.

Felicia berättade:

”Hon (avser terapeuten) var ju, är ju väldigt lugn och jag tror att det var bra eftersom vi inte är det.”

Pappan upplevde:

”Hon (avser terapeuten)...var lugn och sansad...utstrålade en lugn auktoritet så man lurades in i lugnets vagga (skrattar).”

En annan egenskap som alla tyckte underlättade samarbetet var humorn.

Terapeuten beskrev en egenskap hos familjen:

”Dom hade ju nära till humor, vilket vi väl redan har kunnat konstatera här och det har jag också...man kunde mötas den vägen bland annat.”

Pappan syftade på sig själv när han sa:

”Man såg på henne (avser terapeuten) också att hon var mottaglig för skämten, så att det var inga problem...och då öppna upp sig hos henne.”

Terapeuten lyfte fram familjens raka kommunikation som både en tillgång och ett tillkortakommande.

”En familj som har väldigt rak kommunikation...det gjorde att jag väldigt snabbt blev inbjuden i att jobba med den här familjen...sedan vet vi ju också att vi fick jobba med att dom är ju raka och framåt och behövde lära sig mer att lyssna på varandra.”

Terapeuten tyckte att familjens reflektionsförmåga var betydelsefull för samarbetet.

”Dom var reflekterande och kunde ställa sej lite utifrån och titta på sig själva.”

Terapeuten tyckte att det var viktigt att vara lyhörd inför Felicias starka integritet.

”Hon hade stark integritet, så att man kunde inte klampa på hur som helst, utan hon behövde verkligen känna sej bekväm.”

Att ta hand om och hjälpa varandra

Terapeuten beskrev att det i familjen finns en stor omsorg och vilja att hjälpa varandra.

”Hon var lite trött på skolan, men kunde ändå ro det iland tack vare att mamma och pappa kunde hjälpa till.”

Terapeuten sa också:

”Att kontinuerligt sätta sig tillsammans och prata om det som var viktigt, som man kanske ibland hade lite svårt att få till hemma.”

Att hitta svaren själva

Både Felicia och pappan beskrev hur terapeuten inte gav dem svaren utan hjälpte dem att hitta svaren själva.

Felicia sa:

”Hon (avser terapeuten) sa inte svaren, hon hjälpte oss bara att komma dit.”

Pappan syftade på terapeuten när han sa:

”Hon styrde oss till att räkna ut svaren själva.”

Förståelse för varandra

Terapeuten hjälpte Felicia och pappan att förstå varandra bättre.

Felicia syftade på terapeuten när hon sa:

”Hon försökte få mig att förstå pappas situation och pappa att förstå hur jag tänkte eftersom varken jag eller han kunde förklara riktigt.”

Pappa menade:

”Terapeuten hjälpte till för att Felicia skulle förstå varför jag kanske är högljudd och tvärt om då, åt andra hållet.”

Förändring

Kategorin inbegrep upplevelser av terapin och tankar om förändringsprocessen, från start till det att terapin avslutats.

Att lyssna på varandra

Flera av deltagarna var ense om att familjemedlemmarna hade blivit bättre på att lyssna på varandra.

Felicia berättade:

”Nu tänker jag, varje dag på att, att lyssna mer på andra runt omkring mej, särskilt på pappa.”

Terapeuten tyckte att familjen fick jobba med att lära sig lyssna.

”...dom är ju raka och framåt och behövde lära sig mer att lyssna på varann.”

Pappan berättade hur det var innan familjen blev bättre på att lyssna på varandra.

”Sa jag hur jag kände då var det ju jag som var dum i huvudet.”

Att förstå varandra

Alla familjemedlemmar berättade på olika sätt hur deras förståelse för varandra ökade.

Felicia beskrev:

”Terapeuten hjälpte mig och pappa att förstå varandras situation och tankar som vi inte själva riktigt kunde förklara. Mamma också för den delen.”

Pappan sa:

”Vi är inte så själviska längre (mamma säger att hon håller med).”

Mamman berättade:

”Jag började förstå hur hon mådde och hur hon upplevde familjesituationen. Det hade jag aldrig gjort om hon varit här själv. Jag såg att det kan ju faktiskt hänga ihop med våran familjesituation.”

Att bli lugnare

Mamman och pappan betonade att alla i familjen hade blivit lugnare.

Mamman sa:

”Lugnare är vi. Och vi kan prata och försöker inte hetsa upp lika mycket som vi gjorde innan, utan vi kan ta ett steg tillbaka. Det märker jag på han (avser pappan), jag märker det på mej. Jag märker det på Felicia också.”

Pappan tyckte:

”Förut var vi ju dunk (syftar på dörren som slår igen) innan vi nådde kasta-ut-varandra-ur-huset-tröskeln. Nu tar det en hiskelig tid innan vi kommer dit. Det är mycket bättre.”

Att förstå sig själv

Mamman och pappan tyckte att de förstod sig själva bättre efter terapin.

Mamman berättade:

”Vi var ju inte synkade med varandra, så man fick ju börja fundera en massa själv (pappan säger att han håller med).”

Pappan sa angående sin förändring:

”Jag kom till insikt att jag inte behövde bli förbannad för att vi ska lösa saker. Nu så, mer eller mindre, kan hon få sitta där och vara högljudd...det gjorde jag även yrkesmässigt.”

Att sätta ord på tankar och känslor

Flera deltagare såg hur Felicia hade blivit bättre på att sätta ord på sina tankar och känslor.

Felicia sa själv:

”Jag kan diskutera med mej själv mer och dra fler slutsatser själv.”

Terapeuten berättade:

”Jag blir väldigt fascinerad över huvudtaget av hur Felicia kan prata här och sätta ord på vad hon tänker och vad hon känner. Det gör mej jätteimponerad.”

Mamman riktade sig till Felicia och sa:

”Du började prata. Du vågade säga vad du kände och vad du tyckte.”

Att tygla humöret

Terapeuten och mamman påpekade att pappan hade blivit mycket bättre på att tygla humöret.

Terapeuten sa:

”Den som jobbat jättemycket var pappa. Han jobbar jättemycket med sej själv, att hantera sitt humör och att hitta bättre dialog med Felicia.”

Mamman syftade på tiden under terapin när hon sa:

”Då började han att ändra...han började verkligen lyssna...så försökte han andas och ta det lugnt i stället och dämpa. Han pratade mer.”

Tänker på andra

Pappan beskrev hur han upplevde den förändringsprocess Felicia uppvisade under terapin.

”När vi gick in där, så i Felicias värld så existerade bara hon. Alla andra fanns inte. Mer än dom hon hade behov av. Vilket har blivit helt annorlunda nu.”

Tidens betydelse

Många utsagor i samtalet cirkulerade kring tidens betydelse för förändring.

Felicia upplevde en fördröjning av terapins effekt och syftade på sig själv när hon sa:

”Man har fått bearbeta det ett tag...det tog ett tag innan man började använda sej av...(avser det familjen lärt sig).”

Felicia berättade hur hon fortfarande, mer än ett år senare, kan använda sig av det som hon lärde sig i familjeterapin.

”Fortfarande när vi bråkar hemma, så går man (syftar på sig själv) tillbaka till det där rummet...vad sa hon, vad skulle terapeuten sagt nu?”

Terapeuten berättade hur hon ibland tänkt på familjen efter terapins avslut.

”Jag har tänkt på Felicia och undrat hur det gick när hon skulle börja gymnasiet...om mamma har kunnat lösa det med sin arbetssituation och om pappa har kunna jobba mer på hemmaplan. Och självklart, hur det hållit i sig det vi jobbade kring.”

Mamman reflekterade över att terapeuten fortfarande tänkte på familjemedlemmarna då och då när hon sa:

”Hon tänkte på oss.”

Mamman beskrev en mognadsprocess som hade skett efter terapins avslut.

”Ett år, eller efter sommaren, har jag nog märkt liksom att det blivit förändringar hos oss alla tre. Att vi har blivit mognare (pappa säger att han håller med).”

Både mamman och pappan beskrev en önskan om att kunna få återknyta kontakten med terapeuten.

Mamman ville kunna ta kontakt vid behov.

”Får jag ta ditt visitkort kanske...ifall det skulle börja krisa sej? Alla problem är inte lösta än, det kommer dom aldrig att bli...det är ju ett arbete livet ut (vänder sej mot terapeuten).”

Pappan upplevde ett behov av att rapportera och påminna sig om varandra tillsammans med terapeuten efter något år. Pappan hade även en tanke om att terapeutens arbetsplats kunde lära sig något av en årlig rapportering.

”Ett år efter, så skulle man göra en rapportering om hur man har skött sej för...jag tror att det är bra både i utbildningssyfte, för terapeutens arbetsplats och terapeuten och för oss. Jag tror att det kan vara bra att vi blir påmind om att hon (avser terapeuten) existerar och att vi existerar och att vi finns för varann allihop.”

Samforskning

Deltagarna delade med sig av sina erfarenheter från vår samforskning. Både mamman och pappan upplevde den positiv.

Mamman sa:

”Jag gillar det här för nu kommer man tillbaka till det här igen.”

Pappan sa:

”Man går tillbaks...man kan bli påmind igen. Jag tror det skulle vara nyttigt...att få göra det...komma ihåg vad som sades och vad som gjordes (syftar på terapin).”

Diskussion

Analys

Syftet med vår studie var att undersöka den terapeutiska processen mellan en psykoterapeut och en familj. Kontakten skulle ha pågått under en längre tid och vara avslutad. Psykoterapeuten skulle ha lång erfarenhet av att arbeta med barn, ungdomar och deras familjer. Det verkar som att *tid* och *lugn* är de mest betydelsefulla fynden. Två familjemedlemmar upplever den terapeutiska effekten fördröjd. De märkte av förändringen först ett år efter avslutad terapi. Två familjemedlemmar efterlyser en uppföljande kontakt någon gång per år, för att befästa en positiv förändring. Att tiden framträder som betydelsefull både under och efter terapin är viktig kunskap. Vår erfarenhet säger oss att många terapiformer i dag strävar efter en komprimering och effektivisering. En strävan som går stick i stäv med det som framkommer om tiden i vår studie. Tvärtom bör tiden ses som en betydelsefull aspekt av terapin. Vi hävdar att familjeterapin bör agera motvikt när tidsbrist i dagens samhälle ger upphov till stress hos familjer. Ju mer stressade människor är desto mer lugn och ro behövs i familjeterapin.

Behov av lugn i terapin är som nämnts ett viktigt fynd. Familjen har i början av terapin en hög konfliktnivå, det vill säga ett högt känslomässigt klimat och mår väl av ett lugnt och metodiskt förhållningssätt hos terapeuten. Familjen beskriver att de förändras och blir lugnare under och efter terapin och att terapin är tillfälle för lugn och reflektion. Tidigare forskning visar att familjer med högt känslomässigt klimat verkar hjälpta av terapeutiska interventioner riktade mot familjen. I en studie av Pharoah, Rathbone & Wong (2006; ref. i Borgengren & Wahlström, 2008) beskrivs att kritik, fientlighet och överengagemang från de anhöriga gentemot den drabbade är negativa faktorer. Och att psykopedagogiska familjeinterventioner förbättrar den sociala funktionen och sänker det känslomässiga klimatet. Vi konstaterar att arbetsgivares krav på hög produktivitet sällan matchar hjälpsökande familjers behov av lugn i familjeterapeutisk behandling. Vi behöver samtidigt ställa oss frågan hur generaliserbar vår kunskap om lugnets betydelse är till familjer utan högt känslomässigt klimat? Kanske behöver vissa familjer tillförsel av energi medan andra behöver hjälp att dämpa den.

Terapeutens *metodtrohet* har visat sig vara en viktig faktor i terapi (Lundh, 2009) och det gäller även för vår studie. Terapeuten jobbar till en början hårt med att få med familjen i ett familjeterapeutiskt synsätt, med tanken att fler i familjen är delaktiga i de symtom Felicia

uppvisar. Terapeuten lyckas ena familjen kring sitt arbetssätt, vilket verkar ha varit hjälpsamt inte bara för de enskilda familjemedlemmarna utan för hela familjen. Ett annat fynd i vår analys är ”bilden”. Två familjemedlemmar berättar om hur en bild som terapeuten ritade har stannat kvar hos dem och varit till hjälp. Terapeuten använde bilden för att illustrera en svårighet som Felicia hade. Bilder förekommer ofta som teknik inom familjeterapi, men vår erfarenhet säger oss att tekniken sällan lyfts fram som en terapeutisk intervention. Vi tänker att den kanske borde göra det i betydligt större utsträckning.

Sprenkler (1999; ref. i Borgengren & Wahlström, 2008) menar att en viktig familjeterapeutisk uppgift är att skapa eller återskapa familjemedlemmars emotionella band. Gehart-Brooks och Lyle (1999; ref. i Borgengren & Wahlström, 2008) är inne på samma linje när de konstaterar att familjer får nya perspektiv under familjeterapin. Vår studie visar att familjen får en *ökad förståelse för varandra* under och efter terapin. Det verkar följaktligen som att familjeterapi är hjälpsamt för att öka familjens förståelse för varandra och för att stärka familjebanden. Vikten av en *god behandlingsrelation* mellan terapeut och familj framträder i vår analys. Den belyser komplexiteten i och betydelsen av ett gott samspel, vilket också bekräftas i en studie av Philips och Holmqvist (2008).

Ett annat fynd är mammas *rädsla* att Felicias egna bekymmer inte skulle tas om hand i familjeterapin. Det kan vara ett vanligt förekommande fenomen i familjeterapi, där problem omformuleras från individ- till systemnivå. Om så är fallet behöver familjeterapeuter vara lyhörda inför sådana signaler. Om föräldrar inte säger något om det, behövs nog tanken ändå tänkas av terapeuten. I vår studie är föräldrarnas rädsla ett uttryck för omsorg, vilket vi anser behöver beaktas som något positivt i all familjeterapi. Vidare tyder vår studie på att samforskningen uppskattades och var till hjälp för familjen. Vi har därför blivit inspirerade till att se samforskning som en del av vårt vardagliga arbete, för att kontinuerligt få tillgång till tyst kunskap i psykoterapeutiska samtal. Sett till våra fynd är samforskning lärorik, men också tidskrävande, vilket kan vara en bidragande orsak till att den tyvärr inte används i så stor omfattning.

De mest framträdande fynden i vår studie är tidens och lugnets betydelse. Vi känner oss nyfikna på vad man kan lära mer av dessa fynd. Ett alternativ är att göra en jämförande kvalitativ studie mellan en behandlingsgrupp bestående av familjer som får korttidsterapi och en behandlingsgrupp bestående av familjer som får långtidsterapi. Forskningsfråga kan vara att försöka förstå hur betydelsefull tiden är på gruppnivå. Man kan undra vad utfallet skulle

bli om andra forskare gjorde en reanalys på vår samforskning? Skulle det ge en helt annan analys? Och är detta värdefull kunskap? Självfallet vore det också intressant om andra forskare gjorde om studien med andra familjer, för att berika bilden av den familjeterapeutiska processen. Ett annat alternativ är att åter bjuda in familjen för att reflektera kring tidens och lugnets betydelse, eller över hela samforskningen, som en reflektion på reflektionen. Vad skulle vi då få för ny kunskap? Betänk det faktum att familjen och terapeuten kommer att läsa vår uppsats. De kommer att få nya tankar och idéer som blir en del av ett fortsatt kunskapsalstrande. Alstrandet av ny kunskap tar aldrig slut. Slutligen vill vi säga att all forskning måste bygga på någon slags nyfikenhet. Och vad som gör oss nyfikna är högst individuellt.

Metod

Vår studie visar på vikten av att familjeterapeutisk verksamhet intresserar sig för den erfarenhet som terapeuter och familjer kan bidra med. Sådan erfarenhet låter sig inte fångas i enkäter och tabeller utan kräver en metod som lyssnar till människors berättelser om sina upplevelser. Vi vill betona människan som en social konstruktion, som skapas i språket och i det sociala samspelet. Vi, liksom Kvale (1997), hävdar att det är i mötet mellan två eller flera subjekt som subjektiva berättelser och upplevelser kan förmedlas.

Att vara en del av en metod är en utmaning eftersom det krävs mått av både subjektivitet och objektivitet. Vår objektiva ansats ligger i att vi genomgående har försökt ge en mångfasetterad bild av det vi studerat. Ett stöd i denna ansats har varit metoden. En enkät med frågor är också en metod med vilken man kan fånga människors upplevelser. Men en enkät är inte heller objektiv. En enkäts frågor är valda av en person utifrån erfarenheter, intresse, tro med mera. Utifrån ett epistemologiskt tankesätt påverkar även den person som fyller i enkäten, med sina erfarenheter och upplevelser. Det finns dessutom en risk att personen som svarar på enkäten upplever en distans mellan sig och forskaren, vilket kan påverka hur han eller hon svarar. Distans anses ofta som önskvärt inom forskning, men inte fullt ut vår i samforskning. Vi förenar oss med andra ordningens cybernetik, i vilken man inte kan observera ett system utan att vara en del av det och därmed påverka det (von Foerster, 1984). Lite hårddraget kan man säga att vi konstruerar utfallet i denna studie tillsammans med terapeuten och familjemedlemmarna. Vi menar att detta är nödvändigt i en epistemologisk kunskapsinhämtning som utgår från ett postmodernt relativistiskt synsätt.

Vi konstaterar att flera faktorer kan påverka utfallet i studien. Deltagarna påverkar varandra genom sina frågor och svar, men även genom sin icke verbala kommunikation. Familjens och terapeutens förmåga att uttrycka sig påverkas av deras tidigare relation. Detsamma gäller vår inbördes relation som författare. Utfallet kanske hade blivit ett annat om vi inte hade valt att skriva tillsammans utan blivit ålagda att göra det. Det finns en risk att terapeuten, familjen och vi känner en inbördes lojalitet gentemot varandra. För att inte förstöra relationer kan det vara svårt att framföra negativ kritik. Det är möjligt att familjen hade varit mer öppen med negativ kritik om terapeuten och inte vi hade bjudit in till samforskning. Det kan också vara tvärtom. Vi påverkar genomgående forskningsprocessen, inte bara under själva samforskningen. Vi väljer exempelvis forskningsområde utifrån eget intresse av familjeterapi. Vi har en tilltro till familjeterapins fördelar. Vi gör dessutom ett urval utifrån subjektiva föreställningar om terapeuten och familjen. Vi tar dessa påverkande faktorer i beaktande. Vi menar att metoden möjliggör för ett möte mellan flera subjekt som delar ett intresse för varandras upplevelser. I detta avseende är samforskning en bra metod för utvärdering av familjeterapeutiska samtal. Samforskning har även ett terapeutiskt inslag som vi tror skänker en känsla av meningsfullhet och utveckling till samtliga deltagare.

Den turordning vi använder under samforskningen tror vi inte har så stor betydelse för utfallet. Deltagarna verkar trygga och öppna. Vi är måna om att bidra till ett genuint och öppet samtalsklimat, vilket i sig kan påverka utfallet. Humorn och det faktum att det inte är hela världen att säga ”fel”, som en av oss gör, tror vi bidrar till den fina stämningen. Med tanke på hur deltagarna ändå kan tänkas påverka varandra, tror vi att man bör beakta i vilken ordning man samtalar. Med andra ord kan en annan terapeut och en annan familj behöva en annan turordning, som passar dem. Vi antar att de frågor vi ställer påverkas av att vi har en psykoterapeutisk kunskap. Andra forskare skulle ha ställt andra frågor. Kanske hade studien då givit mer detaljerade beskrivningar av terapin som vi med vår erfarenhet tog för givet. Vår förkunskap inom familjeterapi gör det troligtvis lättare för oss att ställa relevanta frågor och att få en god kontakt med familjen.

Med det antal påverkande faktorer som framträder under forskningsprocessen kan man anta att interbedömarreliabiliteten i studien är låg. Det finns stor risk att andra forskare som gör om studien gör andra fynd. Studien har ingen ansats till att ha en hög extern validitet. Däremot bedömer vi att den interna validiteten är desto högre. Vårt utfall speglar väl deltagarnas faktiska upplevelser av terapin. Ambitionen med vår forskning är inte heller att utveckla någon allmängiltig kunskap, utan att beskriva enskilda upplevelser och erfarenheter.

Att göra analysen enligt den fenomenografiska metodens sju steg innebär en utmaning som är svår att förutsäga. De olika stegen ger ett intryck av struktur och enkelhet, vilket inte stämmer överens med vår upplevelse. Analysprocessen är mer böljande än linjär. Det är svårt att hitta uttömmande kategorier för utsagorna eftersom dessa många gånger passar in under flera kategorier. Den fenomenografiska metoden innebär att man väljer ut vissa uttalanden och väljer bort andra. Man kan fråga sig vad utfallet hade blivit om vi gjort andra val? Vi kunde till exempel ha lyft fram mer av dialogen och samspelet under analysen. Under reflektionen i vår samforskning samtalar deltagarna, vilket vi kunde ha fördjupat oss i. Det samma gäller uppföljande frågor. När vi går igenom materialet dyker det gång på gång upp frågor som vi tycker att vi borde ha ställt för att få bättre och fylligare beskrivningar. Vi funderar på om det finns någon analysmetod som bättre lämpar sig för interaktionistiska frågeställningar och som ger en mer mångfasetterad bild av samforskning.

Referenser

- Andersen, T. (2003). *Reflekterande processer – samtal och samtal om samtalen*. Stockholm: Mareld.
- Anderson, H. & Goolishian, H.A. (2001). *Från påverkan till medverkan – terapi med språkssystemiskt synsätt*. Stockholm: Mareld.
- Anderson, H. (2002). *Samtal, språk och möjligheter*. Stockholm: Mareld.
- Bateson, G. (1972). *Steps to an ecology of mind*. New York: Ballantine Books.
- Borgengren, M. & Wahlström, M. (2008). Vad i det familjeterapeutiska arbetet ger förändringar? I B. Philips & R. Holmqvist (Red.), *Vad är verksamt i psykoterapi?* (s. 120-139). Stockholm: Liber.
- Buvik, C. & Wächter, A. (2006). En utmaning för alla. I A. Wächter (Red.), *Samforskning – att lära av klienten* (s. 9-90). Stockholm: Mareld.

- Dahlgren, L.O. & Johansson, K. (2009). Fenomenografi. I A. Fejes & R. Thornberg (Red.), *Handbok i kvalitativ analys* (s. 122-135). Stockholm: Liber.
- Eresund, P. & Wrangsjö, B. (2008). *Att förstå, bemöta och behandla bråkiga barn*. Lund: Studentlitteratur.
- Forsberg, G. & Wallmark, J. (2002). *Nätverksboken – om mötets möjligheter*. Stockholm: Liber.
- Gergen, K.J. & Kaye, J. (1992). Beyond narrative in the negotiation of therapeutic meaning. I S. McNamee & K.J. Gergen (Red.), *Therapy as a social construction* (s. 166-185). London: SAGE Publications.
- Hoffman, L. (1992). A reflexive stance for family therapy. I S. McNamee & K.J. Gergen (Red.), *Therapy as a social construction* (s. 7-24). London: SAGE Publications.
- Kvale, S. (1997). *Den kvalitativa forskningsintervjun*. Lund: Studentlitteratur.
- Lundby, G. (2002). *Livsberättelser och terapi*. Stockholm: Natur och Kultur.
- Lundh, L-G. (2009). *Vetenskapsteori för psykoterapeuter – del 1*. Intern rapport. Institutionen för psykologi. Lund: Lunds universitet.
- Lundsbye, M., Sandell, G., Ferm, R., Währborg, P., Petitt, B., Fälth, T., et al. (2002). *Familjeterapins grunder – ett interaktionistiskt perspektiv*. Stockholm: Natur och Kultur.
- Marton, F. (1981). Phenomenography: Describing conceptions of the world around us. *Instructional Science*, 10, 177-200.
- Olson, H. & Petitt, B. (1999). *Familjeterapilexikon*. Göteborg: Korpen.
- Philips, B. & Holmqvist, R. (Red.) (2008). *Vad är verksamt i psykoterapi?* Stockholm: Liber.

Schjodt, B. & Egeland, T.A. (1994). *Från systemteori till familjeterapi*. Lund: Studentlitteratur.

Wahlström, R., Dahlgren, L.O., Tomson, G., Diwan, V.K. & Beermann, B. (1997). Changing primary care doctors' conceptions – a qualitative approach to evaluating an intervention. *Advances in Health Sciences Education*, 2, 221-236.

Werbart, A., Lillengren, P. & Philips, B. (2008). Patienters syn på verksamma faktorer. I B. Philips & R. Holmqvist (Red.), *Vad är verksamt i psykoterapi?* (s. 160-179). Stockholm: Liber.