



LUNDS
UNIVERSITET

Institutionen för psykologi
Psykoterapeutprogrammet

Terapeutens val av teori och metod

-en närstudie av psykoterapeutiskt arbete

Mikael Hörnebrant & Åsa Jeppsson

Psykoterapeutexamensuppsats. 2024

Handledare: Mats Hilde
Examinator: Lars-Gunnar Lundh

Abstract

The aim of this study was to explore which factors psychotherapists' believe influence their choice of theory, model and techniques in their practical work and how psychotherapists experience their choice of therapeutic tools is adapted to clients' situations and needs. Seven semi-structured interviews were conducted, six certified psychotherapists and one psychotherapist student participated. The interview material was analyzed using Interpretative Phenomenological Analysis, which led to identification of four main themes: Congruence, Responsibility, Context and Flexibility. The results showed that the practical and theoretical knowledge needs to be allowed to marry with the individual practitioner's basic personality, in a way that allows the psychotherapist to experience being himself at the same time as being professional. When professional and personal identity lands in with the psychotherapist and security is created in their own professional style, space is given for flexibility and to use methods and techniques. The study showed that there was a collective consciousness, habitus, among the psychotherapists based on training, supervision and collegial discussions that form a mutual language. The psychotherapists showed a consensus that, as professionals, they need room for action in their work context, they also see a need to be able to design their work process themselves. In that, permissive and supportive organizations are an important factor, as is access to colleagues and networks. The psychotherapist constantly walks an invisible line between being an expert and taking a "not knowing position" to match clients and their needs. The study's interview material brought forward common keywords for psychotherapists clinical work, such as curiosity, presence and a co-creation with client in order to do good therapy.

Keyword: psychotherapist, profession, judgement, habitus, phenomenology

Sammanfattning

Studiens syfte var att undersöka vilka faktorer som psykoterapeuter menar inverkar på deras val av teori, modell och teknik i det klientnära arbetet samt hur psykoterapeuter upplever att deras val av terapeutiska verktyg anpassas till klienters situation och behov. Detta undersöktes genom sju semistrukturerade intervjuer, sex legitimerade psykoterapeuter och en blivande psykoterapeut deltog. Intervjumaterialet analyserades med tolkande fenomenologisk analys (IPA), där fyra huvudteman kunde urskiljas; Kongruens, Ansvar, Kontext och Flexibilitet. Resultaten visade att psykoterapeuternas praktiska och teoretiska kunskap behöver få gifta ihop sig med den enskilde praktikerns grundpersonlighet, på ett sätt som gör att psykoterapeuten kan uppleva sig vara sig själv samtidigt som hen är professionell. När professionell och personlig identitet landar in hos psykoterapeuten och trygghet skapas i sin egen professionella stil, ges utrymme för flexibilitet och användande av metoder och tekniker. Studien visade på ett kollektivt medvetande, habitus, bland psykoterapeuterna utifrån utbildning, handledning och kollegiala diskussioner som formar ett gemensamt språk. Psykoterapeuterna visade på en samsyn i att de som professionella är i behov av handlingsutrymme i sin arbetskontext, för att själva utforma "huret" i sitt arbete. I det är tillåtande och stödjande organisationer en viktig faktor, liksom tillgång till kollegor och nätverk. Terapeuten rör sig på en osynlig linje mellan att vara expert och inta en "not knowing position" för, att matcha klienter och deras behov. Studiens intervjumaterial förde fram gemensamma ledord för psykoterapeuters kliniska arbete, nyfikenhet, närvaro och ett samskapande med klienten, för att skapa god terapi.

Nyckelord: psykoterapeut, profession, omdöme, habitus, fenomenologi

Tack!

Vi vill tacka informanterna som ställde upp på våra intervjuer och delade med sig av sina tankar och upplevelser på ett öppet och personligt sätt utifrån sin professionella roll. Vi vill också tacka vår handledare Mats som med stort engagemang och nyfikenhet har hjälpt oss att vidga våra perspektiv på ett kreativt och lustfyllt sätt. Vi vill till sist också tacka våra familjer som stått ut med oss i skrivarprocessen på slutet som tagit tid från annat som också ska hinnas med i det som kallas livet.

Innehållsförteckning

Terapeutens val av teori och metod - en närstudie av psykoterapeutiskt arbete.....	1
Begreppsdefinitioner.....	2
Psykoterapeut.....	2
Klient.....	2
Teori.....	3
Profession.....	3
Människobehandlande profession och organisation.....	4
Professionellt omdöme.....	5
Professionellt habitus.....	7
Tidigare forskning.....	7
Syfte och frågeställningar.....	10
Metod.....	10
Metodbakgrund.....	11
Interpretative Analysis, IPA.....	11
Förförståelse.....	12
Deltagare.....	13
Urval.....	14
Mätinstrument.....	14
Procedur.....	15
Dataanalys.....	15
Etik.....	16
Validitet och reliabilitet.....	17
Resultat.....	18
Analysprocess.....	18
Redovisning av resultat.....	19
Kongruens.....	19
Ansvar.....	24
Kontext.....	27
Flexibilitet.....	32

Diskussion.....	36
Sammanfattande tolkning.....	36
Diskussion om studiens resultat.....	37
Inre faktorer som påverkar flexibilitet.....	37
Yttre faktorer som påverkar handlingsutrymme.....	39
Terapeutens förhållningssätt och anpassning till klient.....	40
Studiens styrkor och svagheter.....	41
Framtida forskning.....	42
Slutord.....	43
Referenser.....	44
Bilaga1.....	48
Bilaga2.....	49

Terapeutens val av teori och metod

– en närstudie av psykoterapeutiskt arbete

Vi är snart klara med vår utbildning till psykoterapeuter och är nyfikna på att få veta mer om hur legitimerade psykoterapeuter utövar sitt yrke. Under handledningsmomentet på utbildningen har vi arbetat mycket på att bli medveten om vilka teorier och interventioner som vi använder oss av i mötet med klienten. Frågor har dykt upp som varför gör vi på ett visst sätt och inte på ett annat, är vi förälskade i våra egna teorier och metoder eller vågar vi utmana oss själva gällande olika tekniker i det terapeutiska arbetet? Våra tankar i samband med valet av uppsatsämne började alltmer gå i riktningen mot vilka val av teorier, metoder och tekniker som psykoterapeuter gör i det klientnära arbetet och vad som påverkar deras val i mötet med klienten.

Inom professionsforskningen beskriver bland annat Brante (2014) att professionerna dominerar vår värld och att de bygger på akademisk utbildning och baserar sin verksamhet på vetenskaplig forskning och kunskap. Den professionella terapeuten har ett problemformuleringsprivilegie, rätten att äga ett problemfält och därmed rätten att ange vad som bör göras (Brante, 2014). Den legitimiteten ger en viss makt och auktoritet i relation till klienten som överlämnar sig till terapeuten. Tendensen i samhället är samtidigt enligt professionsforskaren Evetts (2011) en ökad extern kontroll och styrning, vilket ger en minskad autonomi för den professionelle. Evetts (2011) har beskrivit att det byggs in mer regler och rutiner i verksamheters organisationer, vilket leder till ökad vertikal styrning, standardisering och kontroll som följs av inskränkning i den professionelles autonomi. Bergmark och Lundström (2011) har hävdad att det bör göras en åtskillnad mellan den *upplyste praktikern*–yrkesprofessionalism och den *manualstyrde praktikern*–organisationsprofessionalism. Ur ett aktörsperspektiv kan terapeut och klient ses som centrala aktörer men även andra aktörer kan ha en avgörande betydelse (Blom & Morén, 2015). Det får oss till att fundera på vilken slags professionalism som styr professionella psykoterapeuter idag och hur det påverkar psykoterapeuters handlingsutrymme i terapeutiskt arbete? Vi behöver också veta någonting om den kontext psykoterapeuter verkar i.

Det finns en diskussion upplever vi, mellan manualbaserade modeller och ett mer eklektiskt användande av teori. Payne (2015) diskuterade användande av teori eklektiskt och selektivt. För att använda en teori på ett selektivt sätt ska man gå igenom teorierna och sedan välja en teori som är av speciell relevans för en klient i en viss situation. Eklekticism innebär

att man hämtar idéer från flera olika teorier och kombinerar dem för att få fram en arbetsstil som passar arbetsplatsen och de individuella praktikernas förmågor och referenser. Forskningen talar också om ”common factor informed family therapist”, psykoterapeuter som arbetar utifrån principer om att teorier är av vikt men att vi behöver anpassa teori utifrån familj, behov och kontext (Davis & Hsieh, 2019).

Varje terapeut och varje klient är unik och likaså rör vi oss ständigt inom en ny kontext. Positiva effekter av psykoterapi beror på något annat än olika terapeutiska inriktningar, nämligen själva relationen mellan terapeut och klient (Pawson, 2012). Terapeuten har sig själv som redskap i det kliniska arbetet och förutsätts ha expertkunskap inom sin profession samtidigt som terapisen bedrivs i varierande kontext och understöd. Vi har valt att vilja veta mer om hur terapeuter själva upplever möjligheter och skapande för att utföra god terapi med hjälp av sina teorier, metoder och tekniker.

Begreppsdefinitioner

Den här studien har sitt intresse riktat mot psykoterapeuters praktiska arbete och kontext, med fokus på klinikers upplevelse av att välja terapeutiska verktyg. Vi har i den här uppsatsen valt att använda oss av både ordet psykoterapeut och ordet terapeut utan att göra någon särskilnad av benämningarna. Användandet är helt enkelt styrt till det ord som vi i texten funnit mer läsarvänligt. Den som terapeuten möter i sitt kliniska arbete har vi valt att omnämna med ordet klient.

Psykoterapeut

Psykoterapeut är en skyddad yrkestitel i Sverige sedan 1985 och bara den som har psykoterapeutexamen med efterföljande legitimation från Socialstyrelsen kan anställas som psykoterapeut (Psykoterapistiftelsen, 2012.). Socialstyrelsen (2020) har utfärdat specifika krav¹ för att en ansökan om legitimation för psykoterapeut ska godkännas. Legitimationen borgar för att den yrkesutövande psykoterapeuten är välutbildad och arbetar enligt väl beprövade teorier och metoder. Den legitimerade psykoterapeuten står under tillsyn av IVO (Institutionen för Vård och Omsorg) vilket innebär att om det uppstår fel i behandlingen, klienten inte är nöjd eller misskötsel från psykoterapeuten så kan en anmäla göras (IVO, 2023a). Om det visar sig

¹ Den som ansöker om legitimation för psykoterapeut ska uppvisa underlag för psykoterapeutexamen från utbildningsinstans som innehar examinationsrätt. Det innebär att psykoterapeuten har bedömts inneha fullgod teoretisk och praktiskt kunnande samt ha genomförd egenterapi. Sökning i Polisens belastningsregister görs vid Socialstyrelsens prövning. Ansökningsavgift ska vara inbetald (Socialstyrelsen, 2020).

att psykoterapeuten inte utfört sitt arbete på ett tillfredställande sätt, kan som yttersta konsekvens hans legitimation dras in (IVO, 2023b).

Yrkeskåren psykoterapeut, har i likhet med andra yrkesgrupper specifika etiska koder som förväntas efterföljas av den professionelle psykoterapeuten. I en etisk kod för psykoterapeuter uttrycks till exempel att:

Psykoterapeuter ska upprätthålla och utveckla sin kompetens för psykoterapi och eftersträva etisk medvetenhet, personlig integritet och självinsikt.

(Akademikerförbundet, SSR, u.å. sid16)

Etiska koder har till syfte att vara guidande i hur man utifrån sin profession bör resonera och handla i vissa situationer.

Klient

Det är inte ovanligt att den som psykoterapeuter träffar i terapeutiskt arbete omnämns med olika namn, så som tex. klient, brukare eller patient. Vi har valt att genomgående använda oss av ordet klient, vilket kommer sig utav att majoriteten av studiens informanter använder sig av detta begrepp.

Teori

Teoriavsnittet innehåller fyra områden, profession, människobehandlande profession och organisation, professionellt omdöme samt professionellt habitus. Våra teoretiska utgångspunkter hänger samman med studiens forskningsproblem. Vi är intresserade av teorier som hjälper oss förstå psykoterapeut som profession och kontexten som terapeuten verkar i, samt inre och yttre påverkansfaktor på terapeuten som omdöme och socialt habitus. Tanken är att teorierna ska interagera med varandra för att sedan vara till hjälp vid tolkningen av det empiriska materialet.

Profession

En profession har sin grund i akademisk utbildning och vetenskaplig forskning. Den kombinerar element från två eller tre skilda ontologiska nivåer den kognitiva, teoretiska och den sociala samt ibland även den individuella professionelles habitus. De tre förstnämnda nivåerna har resonerats kring av professionsforskare Brante (2014), vi behöver veta någonting om dessa för att förstå hur psykoterapeuters livsvärld ser ut. Professionsidentiteten är kultur-

och strukturberoende och inte universell. Det spelar in vilka rollförväntningar som finns, krav, den samhälleliga kontexten och förväntningar (Brante, 2014). Om normen för handlandet är härledd från vetenskapen kan vi kalla den professionell. Den ska vara grundad i principer, teorier, fakta eller trosföreställningar. Här kan nämnas vetenskapliga teorier, tradition, auktoritet, moraliska och etiska principer, egen erfarenhet och tyst kunskap samt empati. Situationen definieras och diagnostiseras av den professionelle. Diagnosen härrör från situationen plus den teori som den professionelle använder, där definition och diagnos är styrd av teori (Brante, 2014).

Den professionella strukturen är karaktäristisk för professionell praktik, innehållande tre storheter, vetenskap, profession och objekt. Vetenskap undersöker objektet genom att observera och diskutera det, samt teoretiserar kring objektet genom att förse det med en begreppsapparat. De professionella intervenerar i objektet, är en förmedlande länk av praktik eller implementering mellan vetenskap och objekt (Brante, 2014).

Legitimiteten är en viktig grund för förtroendet för den professionella yrkeskåren. Förtroendet backas upp av en strikt yrkesintegritet, etiska regler, kollegialitet och även betoning på altruism. Det ger den professionelle en speciell auktoritet, vilket är en form av makt. Klienten behöver underordna sig den professionelles bedömningar. Det handlar om en maktform som bygger på expertkunskap. Professionella har också en viss autonomi, självständighet att fatta egna beslut i interna frågor. Brante (2014) har framfört att professionella innehar ett problemformuleringsprivilegie, dvs. rätt att äga ett problemfält och därmed rätt att ange vad som behöver göras.

Människobehandlande profession och organisation

En gemensam professionell identitet är förknippad med en form av delad erfarenhet, förståelse och kunskap, om hur vi väljer att se på problem och möjliga lösningar. Det normativa värdesystemet påverkar hur den professionelle inom organisationen interagerar med klienten. Det blir en socialisation på arbetsplatsen hur den professionelle ska agera och förhålla sig, vilket kan ses som att den professionella yrkeskåren i stor utsträckning själv står för kontroll av den professionelle utövaren genom kollegial översyn och guidning (Evetts, 2006).

Under senare årtionden har en ny professionalism vuxit fram, vilken ses som en kontextuell kompetens, snarare än en generell kapacitet. Mänskligt kapital och klientfokuserat arbete är värderat högre, vilket stärker behovet av förtroende och tillit inom organisationer samt ökat inflytande för klienter. Det görs fler brukarundersökningar och organisationens förtroende

gentemot allmänheten har ett större fokus (Svensson, 2006). En organisatorisk professionalism i kontrast till tidigare yrkesprofessionalism. Det utmanar de yrkesutövandes kontroll över sitt arbete. Det organisatoriska vetandet och marknaden, management och kommersialismen får ett större inflytande. Profession hotas av byråkratisering och kontroll och det blir alltmer viktigt att försvara professionell bedömning och omdöme samt professionell integritet (Evetts, 2010). Organisationsprofessionalism verkar inom en managementkultur där vi finner rationell rutin och auktoritet med standardiserade processer och hierarkisk struktur för beslutsfattande. Målformulering och utförande granskas och regleras. I dess motsats, yrkesprofessionalism, återfinns diskursen inom yrkesgruppen med ett kollegialt bestämmande samtidigt som integritet och egen kontroll ses som något väsentligt. Det är praktiker som har kontrollen. Den professionella etiken är övervakad av yrkesförbund (Evetts, 2010). Förmågan att stå emot byråkrati och kontroll är begränsad till expertis och med kunskaper som är förmodade vara unika och bestående. I det betonas kollegors betydelse, så som att ha en kollegial solidaritet, samverkan och självkontrollerande system mellan kollegor (Svensson, 2010).

I organisationer byggs det in kontroll via manualer och den kollegiala självkontrollen tappas. Man behöver skilja på begreppen ansvar och ansvarighet. Ansvar handlar om att ha friheten att välja och agera samt att ta ansvar för sina val och agerande. I det är professionell diskretion central och att kunna motivera sitt agerande. Det som blivit mer vanligt inom organisationer är att prata om ansvarighet, vilket handlar om att vara ansvarig inför någon annan och där förklara sitt handlande. Delegation innebär att hålla någon ansvarig för någonting, att ha mandat att agera men ta konsekvenserna av det, att svara inför någon annan (Svensson, 2010).

Professionellt omdöme

Ett möte inbegriper dem som är berörda. Ett möte berör. Terapeutens tankar och känslor spelar roll, liksom dennes hållning. De egna livserfarenheterna sätter sin prägel och påverkar det terapeuten tycker sig se och höra. Egna upplevelser, liksom teoretisk tillhörighet, påverkar handlandet och meningsskapandet. Möten mellan människor levandegör minnen. (Håkansson, 2020, s.5)

Att förhålla sig professionellt kan ses från två utgångspunkter, dels att inkludera den professionelle som en subjektiv varelse, dels utifrån föreställningen att den professionelle är

neutral och inte påverkas av det hen är del av i arbetet. Den senare definitionen är den för dagen mest gällande och påverkar i hög grad såväl bemötande som beskrivningar av människor i professionella sammanhang (Håkansson, 2020). Vi lever i en tid som dominerats av en stark tro på mätbarhet och glömmer av och till med bort känslans absoluta nödvändighet för engagemang och handling. Terapeutens närvaro i rummet har betydelse, där hen är en del av rika upplevelser samtidigt som det är ett svårt arbete förenat med tvivel och många valsituationer (Håkansson, 2020). Omdömet är vår förmåga att stå i relation till horisonterna av icke-vetande och vetande, där vi kan fånga upp vad som är viktigt och kunna handla i en situation som inte funnits förut (Bornemark, 2020). En terapeut kan fastna i saker som varit i fokus tidigare eller missa att ta in nya faktorer. Att vara känslig för såväl vad som händer i rummet som att sortera vad som är viktigt och inte inom terapi, är terapeutiska utmaningar (Bornemark, 2020). Förundran gör att vi släpper oss själva och det bekanta för en stund och tar in världen med ett öppet sinne. Det står lite i kontrast till det professionella handlandet som ska vara effektivt och evidensbaserat, det vill säga att vi ska veta vilka effekter handlingen får och vad som är den bästa handlingen i en viss situation (Bornemark, 2020). Det finns plats för båda i ett professionellt omdöme, vilket också krävs (Bornemark, 2020).

Vi fångar upp vad som är viktigt med vår sinnlighet, vår känsllopparat och tänkandets anande. Sinnligheten fångar upp något konkret unikt, känslan ser vad som är viktigt för oss, samt anandet ser mönster vi tidigare inte sett, vilket gör att nya begrepp och teorier kan födas. Sinnlighet, känsla och tänkande samarbetar på ett specifikt sätt i omdömet (Bornemark, 2020). Yrkeserfarenhet är lager på lager av konkreta situationer som sätter sig i blicken, i handlandet och i tänkandet. Den erfarna har en arsenal av metoder och förhållningssätt som ger referensramar och handlingsalternativ. Beslut eller analyser kan komma blixtnabbt men de kommer inte från tomma intet utan från material som samlats ihop under yrkeslivet (Bornemark, 2020). Kvalitativa diskussioner med andra gör att omdömet blir sammanvävt med andras till ett kollektivt omdöme. Ett omdöme hör till en miljö och har utvecklats historiskt. Det är ett omdöme som man skolas in i och utvecklar vidare. I en levande tradition är omdömet inget som står still (Bornemark, 2020).

Professionellt habitus

Begreppet habitus belyser vanans och traditionens roll, vilket kan ses som en form av kulturellt kapital med anknytning till ett socialt fält (Bourdieu, 2016). Det är beständiga sätt att vara, som förkroppsligas i våra kroppar. Det handlar om smak, erkännande, rätt att bedöma. Det kan vara kulturella föreställningar, hur vi tolkar och uttrycker oss. Habitus kan finnas inom ett yrke, ett kapital av tekniker, referenser och en samling trosföreställningar. Alla människor som är engagerade i ett fält har ett visst antal fundamentala intressen gemensamt, vilket skapar en objektiv samhörighet (Bourdieu, 2016). Det finns en paradox i att mänskligt handlande kan vara målinriktat utan att den handlande har målet klart för sig. Habitus blir som en inre kompass utifrån vilken individen navigerar i sociala kontexter. Individens position i samhället, vägen eller banan dit samt mängden och sammansättningen av kapitalet ger upphov till ett vanemässigt sätt att förstå och handla (Bourdieu, 2016).

I en strävan om att vilja förstå så väl enhetlighet som variation i praktikers yrkesutövande stil, kan begreppet habitus vara hjälpsamt (Bourdieu, 2016). Habitus låter oss förstå att beteenden bedöms och upplevs olika och kan i sin tur påverka praktikers sätt att uppträda, fungera i sociala sammanhang, inta position och göra val (Bourdieu, 2014).

Tidigare forskning

I syfte att ta del av tidigare forskning som anknyter till vår studie så sökte vi artiklar och forskningsstudier med hjälp av databaserna, LubSearch, SocINDEX och PsycINFO. Sökord som användes var; therapist* OR psychotherapist* AND culture OR “work context” OR “therapeutic work” AND habitus. Vi fick upp till 19 träffar i de olika databassökningarna. Här valdes fem artiklar ut, vilka vi bedömde ha relevans för studiens syfte och frågeställningar. Vi har även använt oss av utvalda artiklars referenslistor och på så vis funnit ytterligare fem relevanta artiklar. Sammantaget redovisas här uppgifter från tio antal artiklar.

I forskning med empiri från ungefär 3000 psykoterapeuter, medlemmar i nationella yrkesförbundet, PACFA (Psychotherapy and counselling Federation of Australia) har visats att psykoterapeuters arbetskontext, teori- och metodtillhörighet varierar samt att det är vanligt att terapeuter har flera uppdrag förutom att möta klienter i terapi (Schofield, 2008). Studien gav också möjligheter för att inleda internationella jämförelser rörande yrkesgruppen psykoterapeuter. Rønnestad och Skovholt (2003) har sen tidigt 1990-tal studerat professionen psykoterapeut, psykoterapeutens utveckling och vilka faktorer som kan bidra till en gynnsam professionell växt. Att utöva terapi, att fortsätta teoretisk kunskapsinhämtning, erfarenhet i livet

samt möjlighet till professionellt nätverk för reflektion över terapeutiskt arbete, är faktorer som enligt yrkeskåren bidrar till egen professionell utveckling (Kumaria et al, 2018, Lorentzen et al, 2011, Rønnestad & Skovholt, 2003). Forskning har även framhållit att en faktor som kan ses som fördelaktig i ett skeende, kan även vara en negativ faktor beroende på förutsättningar, där möte med klient i terapi samt arbetskontext kan omnämnas som exempel (Kumaria et al, 2018).

Från forskning har röster hörts att terapeuten är av betydelse i terapi, frågan har funnits om vilken betydelse modellerna ska ges? Simon (2006) har understrukt vikten av att det finns en matchning mellan terapeut och modell. När terapeuten väljer en terapeutisk metod som överensstämmer med hen som person, så som värderingar och människosyn samt personlig stil, så för det med sig att terapeuten kan nyttja sitt bästa professionella jag i terapirummet. Det innebär i någon mån att terapeuten väljer metoden före klienten. Blow et.al, (2007) förde i sin forskning fram att första steget i stället bör vara att terapeuten arbetar för ett samgående med klienten och därefter kommer val av metod. De båda forskningsstudierna har en samstämmighet i terapeutens viktiga roll och att modeller har en stor betydelse (Blow et al, 2007, Simon, 2006). Om terapeuten har tillgång till fler metoder och modeller så borgar det för större möjlighet att uppnå den förändring hos klienten som eftersträvas. Metoder blir professionellt användbara via terapeuten, dvs. blir ett verktyg på ett fördelaktigt anpassat sätt via terapeuten, och det är terapeutens val bland metoder och tekniker som blir av betydelse (Blow et al., 2007).

I resultat från en meta-analysstudie med fokus på terapeuters karaktärsfaktor, visade Heinonen och Nissen-Lie (2020) att personliga faktorer som förmåga till empati och allians, självkänedom och tilltro till egen yrkesskicklighet, samt attityd till terapi är påverkansfaktorer för god terapi. Grundläggande för att terapi ska omges av goda förutsättningar är att terapeuten besitter en varm och närvarande personlighet, har förmåga att knyta en tillitsfull relation med klienten (Heinonen & Nissen-Lie, 2020).

I det terapeutiska samtalet möts terapeut och klient, två individer med personlig erfarenhet och kunskap, vilka båda medverkar till att lämna intryck hos sig själv och den andre (Håkansson, 2015). Som terapeut väljer hen, vissa tillfällen oreflekterat, intuitivt och andra tillfällen väl avvägt, bemötande, tekniker eller interventioner i terapirummet (Håkansson, 2015). Personliga kvalitéer har studerats av forskare Bernhardt et al. (2019), där personlighetsdrag som att se sig som hjälpare, närvarande lyssnare, någon som kan handha ilska och avvisande samt att kunna balansera avstånd och närhet framstod som avgörande. Studiens resultat visade att framkomna personliga kvalitéer samtidigt kunde utgöra ett hinder i terapin,

vid tillfällen då terapeuten i terapin skulle bli överrumplad av personlig sårbarhet. Det blir av vikt att terapeuter tar ansvar för att ha kunskap och beredskap om att ta hand om och möta såväl klient som egen person (Bernhardt et al., 2019). Samtidigt så kan det vara vilsamt för en terapeut att ha med sig in i terapin, att klienter inte behöver en perfekt terapeut utan någon som är känslomässigt närvarande tillsammans med hen i terapin (Håkansson, 2015).

Det är inte ovanligt att vi som terapeuter ibland ställer oss frågor som, gör jag nytta? Är jag tillräckligt bra som terapeut? Forskarna Gold och Gold (2023) har studerat terapeuters tvivel på egen kompetens och menar att "självtvivel" kan bidra till såväl positiva som negativa följder. Dessa följder kan beskrivas inom ett kontinuum, där en positiv ytterlighet är att sporras till utveckling och dess motsats i andra änden är stark kritik riktad mot det egna personliga självet. Som terapeut behöver vi värna vårt själv, både det professionella och det personliga. Att dela sina känslor av otillräcklighet med kollega eller via handledning, har genom forskning påvisats vara till god hjälp för att möta upp terapeuters självtvivel (Gold & Gold, 2023).

Den praktiska psykoterapin möter idag svårigheter att tillmötesgå forskningens krav på tydlighet i att kunna utläsa samband mellan orsak och verkan, dvs. denna form av terapi ger detta utfall (Bornemark, 2018). Forskning har sen lång tid studerat metoder och dess inverkan på terapi, samtidigt som flera forskare även har uttalat behov av mer nära och fördjupad kunskap kring terapins sociala kontext samt om den terapeutiska processen (Pawson, 2012, Bernhardt et al, 2019)

I yrkesrollen som psykoterapeut ägs rätten att styra över vad som ska ske i terapirummet, därmed ansvara för att skapa förutsättningar för god praktik. Vårt intresse har väckts för att få veta mer om psykoterapeuters egen upplevelse av, intentioner, omdöme och möjligheter till att vara flexibel i förhållande till teorier, metoder, och tekniker i terapirummet. Med psykoterapeuters bild över hens förhållande till sina terapeutiska verktyg och dess utrymme i terapirummet, vill vi bidra med praktisknära kunskap som kan komplettera bilden av skapande av god terapi.

Syfte och frågeställningar

Syftet med studien är att undersöka vilka olika faktorer som psykoterapeuter menar påverkar deras val av teori, metod och teknik i det psykoterapeutiska arbetet.

Studiens frågeställningar är;

- Hur påverkar professionstillhörigheten psykoterapeutens val av teori, metod och teknik?
- Hur påverkar psykoterapeutens subjektivitet valet av teori, metod och teknik?
- Hur påverkar arbetskontext, dvs. arbetsorganisation/arbetsituation psykoterapeutens val av teori, metod och teknik?
- Hur påverkar klientens behov och situation psykoterapeutens val av teori, metod och teknik?

Metod

Vi har valt att använda oss av kvalitativ metod utifrån att vi är intresserade av enskilda psykoterapeuters upplevelser, förståelser och tankar. Kvalitativ metod bedöms som lämplig när en studie har för avsikt att förstå och finna fördjupad kunskap kring hur intervjupersonerna ser på sin verklighet eller det fenomen som avses undersökas (Kvale & Brinkmann, 2015). Kvalitativa studier riktar också sitt intresse till meningar och innebörder snarare än till statistiska verifierbara samband (Alvehus, 2019). Vi har utifrån vår empiri försökt ta fram lämpliga teorier och med hjälp av dessa tolka, förstå och finna svar på studiens frågeställningar, dvs. vi använder en induktiv metod. Till skillnad mot dess motsats deduktiv metod som är intresserad av att testa hypoteser, teorier och finna det ”sanna”, så vill induktiv metod finna begriplighet eller hypoteser med stöd från data (Langemar, 2008).

En epistemologisk ståndpunkt utgör relativismen, vilken ser kunskapen som beroende av sitt sociala sammanhang, där all kunskap är relativ i förhållande till det kunskapssökande subjektet (Eliasson, 1995). Vår uppfattning är att vi lever i en upplevelsevärld, där vi skapar ny kunskap genom aktiv tolkning av våra erfarenheter. Utifrån Berger & Luckmann (1966) kultursociologiska perspektiv behöver vi vara medvetna och öppna om våra egna värderingar, för att förstå vår egen subjektiva tolkning av verkligheten. Det går inte att förstå kunskapen om världen som enbart objektiv utan den är socialt konstruerad. Vi är även influerade av symbolisk interaktionism som enligt Blumer (1969) ser människan som en tänkande individ och aktör i

sitt liv som agerar på olika arenor och intar olika sociala roller utifrån förväntningar och tidigare erfarenheter.

Vårt socialkonstruktionistiska perspektiv ledde oss till en fenomenologisk ansats i studien och den fenomenologisk-hermeneutiska forskningsmetoden tolkande fenomenologisk analys (IPA), är väl lämpad att använda utifrån vårt syfte med studien. Nedan ges en introduktion till IPA och dess grundvalar; fenomenologin och hermeneutiken.

Metodbakgrund

Interpretative Analysis, IPA

IPA är en kvalitativ analysmetod som är förankrad i fenomenologisk och hermeneutisk teori. Metoden är intresserad av att tolka, förstå och finna mening i personers unika upplevelser och reflektioner över något. Metoden har en ideografisk ansats och har fokus på det utmärkande, specifika i det enskilda fallet. Det är ett unikt perspektiv i en speciell kontext och utgår från detaljerande beskrivningar (Smith et al, 2009).

Fenomenologi. Fenomenologin är en gren av filosofin som inriktar sig på hur människor skapar mening av sina erfarenheter samt hur det kommer till uttryck. Den moderna fenomenologin grundar sig på Edmund Husserls teorier men har utvecklats vidare av bland annat Martin Heidegger och Jean-Paul Sartre (Smith et al., 2009). Fenomenologin är en forskningsmetod som betonar subjektivitet snarare än objektivitet, beskrivningar snarare än analys och tolkningar före mätningar. Infallsvinkeln koncentreras på att få en tydlig bild av saker så som de upplevs direkt av människor. Ett fenomen är någonting som behöver förklaras, något som vi är medvetna om, men fortfarande bara är bekant för oss på det sätt som det uppfattas av våra sinnen (Denscombe, 2018). Livsvärlden är den värld vi till vardags lever i och innefattar förutom olika objekt även andra människor, andra ”jag”. Den fenomenologiska forskaren har en intentionell hållning som består av empati och det är viktigt att se det allmänna i det enskilda och upptäcka tidigare oreflekterad mening (Alvesson & Sköldberg, 2017). Kvale (1997) har beskrivit att fenomenologin har relevans för den kvalitativa forskningsintervjun, utifrån strävan efter förståelse och fokusering på den mening som de intervjuade upplever i sin livsvärld.

Hermeneutik. IPA:s tolkande inslag kommer från hermeneutiken. Ett huvudtema för hermeneutiken är hur mening och intentionalitet kan uttolkas ur texter. Det finns inom hermeneutiken inte någon tydlig gräns mellan beskrivning och tolkning vilket gör att all beskrivning också är en slags tolkning (Willig, 2013). Hermeneutiskt ser man att meningen hos

en del endast kan förstås om den sätts i samband med helheten. Omvänt består helheten av delar och kan därför endast förstås ur delarna. Det brukar kallas för den hermeneutiska cirkeln, vilken är central för beskrivningen av metodologin inom hermeneutiken (Alvesson & Sköldberg, 2017). Den hermeneutiska tolkningens syfte är att vinna en giltig och gemensam förståelse för en texts mening. Det innebär att försöka söka en allt djupare förståelse av meningen och samtidigt vara medveten om sin påverkan vid tolkningen (Kvale, 1997). I tolkande fenomenologi är det vanligt att man använder sig av sin tidigare erfarenhet för att få en fördjupad kunskap (Smith et al., 2009).

Förförståelse

Vi bär alla med oss olika tankar om, erfarenheter och kunskap om vår livsvärld och för att kunna utöka vår kunskap, kunna fråga och förstå ett fenomen så behövs förförståelse (Langemar, 2008). Vi har valt att utforska inom ett fält som vi själva verkar inom. Vi är båda socionomer och blivande psykoterapeuter med långvariga arbetserfarenheter inom socialt arbete och behandlingsarbete i olika verksamheter. Det innebär att vi inte är oskrivna blad när det kommer till olika teorier, metoder samt tekniker inom behandlingsarbete. Det finns även en förförståelse över att arbeta inom olika organisationer och ha olika uppdragsgivare. Sammantaget innebär det att vi behöver vara extra observanta på oss själva avseende tolkningar, förutfattade meningar, värderingar samt bevara en nyfikenhet inför det vi studerar. Det finns en risk annars att vi har en tyst kunskap som vi inte är medvetna om som gör att vi tror oss förstå fenomen utan att problematisera det. I vår ambition med att få ett öppnare och mer distanserat förhållande till vårt forskningsfält, var vi angelägna om att i ett inledningsskede av uppsatsarbetet ta del av litteratur som rör vårt studerade område. Det har även varit hjälpsamt att vår handledare har en annan förförståelse och inriktning som sociolog vilket gjort att handledaren kan problematisera vår tysta kunskap och gjort oss mer kritiskt reflekterande över den.

Smith et al., (2009) beskriver att i kvalitativ forskningstradition, även i IPA, framhålls vikten av ett reflexivt förhållningssätt. Förförståelsen behöver medvetandegöras så att forskaren kan förhålla sig till den och därmed begränsa dess påverkan. Vid intervjuerna har vi försökt ställa oss vid sidan om vår erfarenhet, reflektera över våra personer och med nyfikenhet fokusera på den andre och inte ta saker för givet. Det är kanske så som Justesen & Mik-Meyer (2010/2011) påtalar att med en intervjuare med hög förförståelse skapas förutsättningar för att den intervjuade enklare hittar ett "gemensamt" språk, det finns igenkänning om det som pratas

om hos båda. Det kan innebära att intervjun löper smidigare, intervjusvaren behöver inte avbrytas med förklaringar över det som är känt för båda. Likaså är det av vikt för intervjuaren att behålla en öppenhet och nyfikenhet för att informantens ord får ha sin subjektiva innebörd.

Deltagare

I studiens empiri ingår intervjuer med totalt sju personer. Samtliga informanter är socionomer i sin grundutbildning och sex av dem är psykoterapeuter medan den sjunde är under utbildning till psykoterapeut. En person har psykodynamisk terapeutisk inriktning medan övriga informanter har familjeterapeutisk inriktning.

Tabell 1

Informanternas arbetskontext, antal år som leg. psykoterapeut och huvudsaklig målgrupp

	Antal informanter	Antal år som leg. psykoterapeut	Huvudsaklig målgrupp
Arbetskontext			
Enbart egen verksamhet	2	9 & 9	Individ & par
Privat anställning varav även egen verksamhet	2	3 & 6	Individ & familj Individ & par
Kommunal anställning varav även egen verksamhet	3	0 & 6 & 6	Familj Individ & par
	1		

Fyra av studiens informanter är yrkesverksamma terapeuter inom enbart en arbetskontext, två genom eget företag och två via kommunens öppenvårdsverksamhet. Tre av informanterna har både egen verksamhet och är anställda. Två av dessa tre informanter är anställda inom privat verksamhet och en av dem arbetar i kommunal regi. Antal yrkesverksamma år som legitimerad psykoterapeut skiljer sig mellan informanterna med ett tidsspänn på 3 – 9 år. Vanligen möter psykoterapeuter enskilda klienter eller par i egen verksamhet. De informanter som huvudsakligen träffar familjer gör det via sin anställning inom kommunal eller privat verksamhet. Informanter med privat anställning uppger att de även träffar enskilda klienter i sitt arbete.

Urval

Vi har gjort ett icke slumpmässigt urval som varit strategiskt genom att vi valt ut deltagare utifrån olika kriterier. Vi bestämde att inkluderingskriterie för studien skulle vara, att deltagaren är legitimerad psykoterapeut och att deltagarna hade erfarenhet av terapeutiskt arbete. Deltagarna skulle kunna säga något om det vi önskar studera och ha specifik erfarenhet, vilket möjliggör att de kan svara upp mot studiens syfte och frågeställningar (Langemar, 2008, Alvehus, 2019). Deltagarna fick gärna vara verksamma inom olika verksamhetsområden, möta olika målgrupper samt ha olika uppdragsgivare och anställningsformer. Vi bedömde att sex intervjuer skulle vara ett rimligt antal för vår studie, utifrån studiens syfte, fenomenologiska ansats och tidsaspekten vi hade till vårt förfogande. I studiens insamlade material ingår även en provintervju, där en kurskamrat till oss var informant. Då vi bestämde oss för att ta in provintervjun i vår empiri så valde vi att göra undantag för urvalskriteriet, legitimerad psykoterapeut. Deltagaren i provintervjun svarade väl upp mot vår önskan om erfarenhet av terapeutisk behandling. Vi valde att ha en öppenhet för att deltagarna kunde vara skolade i olika terapeutiska inriktningar. Vi resonerade oss fram till denna hållning och utifrån att studien snarare har fokus på hur psykoterapeuter upplever att göra val än vilka specifika val de gör, så ville vi inte snäva in kriterier.

Mätinstrument

Vi har använt oss av en semistrukturerad intervjuform med en intervjuguide (se bilaga2) som innehåller några få öppna, utforskande frågor. Intervjuformen har valts utifrån att vi vill uppmuntra informanterna till att lämna reflekterande, fylliga och detaljerade svar och berättelser vilket eftersträvas i IPA. Intervjuguiden innehåller också underfrågor som användes vid behov eller följsamt utifrån informantens svar. Det är på så vis explorativa intervjuer, där vi introducerar en fråga, ett område som ska kartläggas, följer sedan upp svaren och söker ny information samt nya infallsvinklar. Som intervjuperson har vi varit måna om att försöka styra intervjun till att bli mer av ett samtal, där vi försökt vara följsamma inför informanterna. Kvale och Brinkmann (2015) har beskrivit intervjuer som samtal, där intervjuaren försöker förstå och utveckla mening samt avslöja informanternas levda värld. Vår avsikt har inte varit att inhämta en objektiv bild som kan kontrolleras för sanning, utan som Justesen & Mik-Meyer (2010/2011) har nämnt, erhålla en subjektiv bild med vetskap om att samma bild kan finnas hos fler i liknande kontext.

Procedur

Vi kom i kontakt med deltagare för studien med hjälp av våra kurskamrater på psykoterapeutprogrammet, som frågade i sina nätverk och på sina arbetsplatser om någon var intresserad att medverka i studien. Vi hade utarbetat ett informationsbrev (se bilaga 1) där vi beskrev vad studien avsåg handla om, ramarna för själva intervjun samt vilka vi är som ansvarar för studien. Det var sex personer som svarade att de ville medverka i studien. Innan första intervjun genomförde en av oss en provintervju. Syftet var att prova på formen för intervjun, dvs. att utverka att intervjun blir mer av ett samtal med öppna frågor och för att ge en vink om våra huvudfrågor uppmuntrar till svar som ger fyllighet och detaljer. De övriga sex intervjuerna har vi delat upp lika mellan oss och genomfört tre var.

Samtliga intervjuer utom provintervjun har genomförts med verkliga möten, dvs. ”face to face”. Fyra intervjuer har genomförts på informantens arbetsplats. Lokal på Lunds universitet har varit intervjuplatsen för 2 intervjuer. Provintervjun genomfördes digitalt, via TEAMS. Vid val av plats för intervjuerna prioriterades vad som underlättade för informanterna. Intervjutillfällena har ägt rum i februari - mars 2024 och intervjuerna har varit mellan 55–75 minuter långa. Intervjuerna spelades in och transkriberades i sin helhet. Vi har båda sedan delat med oss till den andre av det utskrivna materialet. Det insamlade datamaterialet har vi analyserat med stöd av analysmetoden IPA.

Dataanalys

Inom forskningsfältet ses IPA som fördelaktig analysmetod då studien är intresserad av att tolka, förstå och finna mening i personers unika upplevelser och reflektioner över något (Smith et al, 2019). I analysen går vi från det särskilda till det gemensamma, från beskrivande till tolkande, med fokus på det meningsskapande i en speciell kontext. IPA som analysmetod innebär i korthet, dels att vanligen används semistrukturerad intervjuform för datainsamling, dels att intervjumaterial transkriberas och efterföljs av analys, vilken sker systematiskt och kvalitativt i olika steg. Analysresultat presenteras med tolkning av informanters detaljrika beskrivningar, där nära berättelser och reflektioner från informanten får ta plats (Smith et al, 2019). Under analysprocessen är det viktigt att växla mellan att förhålla sig till närhet och distans. Där närhet står för inlevelse och distans för att kliva ifrån materialet och vara öppen för nya kunskaper och tolkningar (Justesen & Mik-Meyer, 2010/2011).

Analysprocessen sker enligt följande steg (Smith et al, 2019).

- 1. Börja med att förstå varje respondent för sig.
- 2. Identifiera mönster, både likheter och skillnader och se nyanser. Gå från det individuella till att jämföra med andra.
- 3. En mer tolkande hållning av vilken mening saker får för respondenterna, i relation till vår kunskap och erfarenhet.
- 4. Utveckla en struktur som gestaltar relationen mellan olika teman.
- 5. Redovisa materialet tema för tema med detaljerade exempel och våra tolkningar av det, samt med en reflektion över vår perception, medvetande och process.

Etik

Uppsatsens upplägg har tagit hänsyn till Helsingforsdeklarationen (1964) som lade grunden till forskningsetiken och den grundläggande principen att målet inte helgar medlen i kunskapssökandet. Som Denscombe (2018) tar upp ska deltagarnas intressen skyddas, deltagandet sker frivilligt och baserat på informerat samtycke, undvika falska förespeglingar och att arbetet bedrivs med vetenskaplig integritet samt följa den nationella lagstiftningen. Deltagarna ska inte riskera att fysiskt eller psykiskt skadas av medverkan i studien eller komma till personlig skada genom att konfidentiella uppgifter röjs som deltagarna lämnat. Det ska också finnas en tanke att deltagarna ska kunna ha nytta av studiens resultat.

Vi har förhållit oss till dessa forskningsetiska principer under hela processen. Alla som deltagit har fått både skriftlig och muntlig information om studiens syfte och metod samt att de kunde när som helst avbryta sin medverkan. Informanternas identitet kommer att hållas anonyma. För att informanternas anonymitet ska garanteras har citat och textstycken anonymiserats för att undvika potentiellt identifierande. Under datainsamlingen och analyskedet har vi arbetat med integritet och ärlighet i vårt sätt att analysera samt att inte manipulera materialet. Materialet har förvarats och behandlats på ett konfidentiellt sätt.

Vi har i enlighet med Kvale och Brinkmann (2015) reflekterat kring möjliga konsekvenser av studien. Vi är medvetna om att en medverkan i intervjuer kan ha en påverkan på den som svarar. Då vi har vänt oss till verksamma psykoterapeuter menar vi att det är rimligt att anta de som informanter kan hantera de frågor som ställs. Det är dock viktigt att ha i åtanke att forskningsintervjun inte är ett möte mellan jämlika parter, eftersom det är intervjuaren som definierar och kontrollerar situationen. Det är som Kvale & Brinkmann (2015) beskriver

intervjuaren som presenterar ämnet för intervjun och det är även intervjuaren som kritiskt följer upp den intervjuades svar. Detta bör beaktas under hela processen, för att hålla oss medvetna om vår personliga inverkan och förhållningssätt, i både mötet med intervjupersonerna och i analysen av det empiriska materialet.

Validitet och reliabilitet

Den kvalitativa forskningens trovärdighet är inte lätt att bedöma med hjälp av de kriterier som brukar användas för kvantitativ forskning. En av orsakerna är att det är praktiskt omöjligt att kopiera en social inramning. En annan orsak är att forskaren har en tendens att bli nära involverad i insamlingen och analysen av data, vilket gör det svårt för någon annan att producera identiska data och komma fram till identisk slutsats (Denscombe, 2018). Inom den kvalitativa forskningen uppnås god vetenskaplig kvalitet genom ett aktivt reflekterande och hänsynstagande till fakta som påverkar forskningsresultatet. Det är viktigt att diskutera argument och motargument och att nå det rimligaste resultatet, med utgångspunkt i aktuell kunskap, i vilken teoretiska aspekter, metodologiska aspekter och faktaaspekter interagerar (Alvesson & Skoldberg, 2017).

När det gäller validitet handlar det om vi har ställt rätt frågor och tittat på rätt saker. De data som har samlats in måste ha en direkt relevans för de frågor som undersöks (Denscombe, 2018). Med validitet menas också att det ska finnas en god överensstämmelse mellan våra tolkningar och våra teoretiska idéer. Det innebär att vi behöver vara transparenta och beskriva hur vi gått till väga, vår förförståelse och våra avvägningar samt val i metoden (Bryman, 2018). Validitet handlar också om studiens data överensstämmer med tidigare forskning på området och förmågan att förklara liknande fenomen på en generell nivå (Denscombe, 2018). Vi har försökt att vara noga med att redovisa vår kunskapssyn, förförståelse och studiens metodbakgrund för att visa på hur de olika delarna hänger ihop och påverkar studiens upplägg och resultat. Vår studie har haft ett explorativt syfte och vi har försökt skapa en ökad förståelse för psykoterapeuters val av tekniker och metoder.

Reliabilitet hänför sig till forskningsresultatets konsistens. Det är frågor om reliabilitet under intervjun, utskriften och analysen men även intervjuarens reliabilitet till exempel avseende ställa ledande frågor och inverka på intervjuvaren (Kvale, 1997). Reliabilitet handlar också om i vilken utsträckning en undersökning kan upprepas, vilket kan vara svårt i kvalitativ forskning. Ett sätt är att som forskare försöka inta en liknande roll vid varje intervju. Intern reliabilitet handlar om man är flera som gör undersökningen tillsammans att vi är överens om

hur vi ska tolka det vi hör och ser (Bryman, 2018). Vi har gemensamt konstruerat intervjuguiden och utgått från den vid samtliga intervjuer. Vilka följdfrågor vi ställer under intervjun skiljer sig dock åt genom att vi är två olika personer samt att vi har träffat olika individer. Vi tolkar även under intervjun och försöker förstå underliggande meningar. Tolkningarna blir ofrånkomligt i hög grad påverkat av vårt omdöme och erfarenhet. Det faktum att forskaren är människa och erkänner sitt perspektiv behöver enligt Eliasson (1995) inte ses som ett hinder för trovärdighet i sökande efter kunskap, utan som en nödvändig förutsättning. Vi har båda läst igenom alla utskrifter och analyserat dem. Kodning gjordes först individuellt sedan gemensamt för att jämföra och stärka reliabiliteten. Vi har försökt skildra likheter och olikheter i informanternas upplevelser vilket är viktigt inom fenomenologin. Vi har försökt vara tydliga och redogjort för beslut och processer som vi övervägt och som lett fram till våra slutsatser.

Resultat

Analysprocess

Vi började med att läsa vår transkriberade intervju för sig och då med en hållning om att försöka förstå och tolka den enskilde informantens värld. Vi noterade i kanten uttryck eller andemeningar som vi upplevde som utmärkande i någon form. Det kunde vara något specifikt som informanten vill understryka eller som upplevs antingen berörande eller mer ovidkommande för informanten. Ambitionen var att försöka fånga just den enskilde informantens personliga berättelse utifrån hans perspektiv. Detta medförde att vi läste intervjun flera gånger. Därefter lästes intervjun igen med en mer ”utifrån hållning”, då i syfte att lägga märke till olika teman. Dessa teman skrev vi i andra kanten av den utskrivna intervjun. Det möjliggjorde att vi kunde ha tillgång till både det nära och lite mer distanserade noteringarna, tillsammans med informantens egna ord på samma gång. Denna arbetsgång gjorde vi sen båda två, med alla sju transkriberade intervjuer. Fram till nu hade vi arbetat enskilt, var och en med intervjuerna. Vid nästa steg i processen träffades vi och presenterade för varandra de teman som vi upplevde oss ha funnit. Vi skrev upp dem på en whiteboard och sorterade in dem i grupper och därifrån utkristalliserades fyra huvudteman med åtta tillhörande underrubriker. Teman som inte kopplades till studiens syfte och frågeställningar sorterades bort. Vid detta tillfälle hade vi diskussion och reflektion kring hur vi uppfattade informanternas olika svar och berättelser. Vi var måna om att försöka förstå varandras tolkningar av materialet och på så vis utarbetade vi också en ram för hur vi kunde redovisa materialet. Därefter delade vi åter upp arbetet mellan

oss, där var och en av oss gjorde ett utkast till redovisning av två huvudteman med tillhörande underrubriker. Därefter har vi gemensamt gått i genom analysen i sin helhet.

Redovisning av resultat

Studiens resultat redovisas här utifrån fyra huvudteman, *kongruens*, *ansvar*, *kontext* och *flexibilitet*. Utifrån det empiriska materialet har vi även tolkat och mejslat fram två underteman till vart huvudtema. Varje huvudtema avslutas med en tolkande summering över temat.

Tabell 2

Studiens empiri redovisas under fyra huvudteman med vardera två underteman

Huvudtema	Undertema
Kongruens	Yrkesroll Terapeut och metod
Ansvar	Ansvar i rummet Ansvar utanför rummet
Kontext	Terapeutens syn på klientkontext Terapeutens arbetskontext
Flexibilitet	Terapeutens flexibilitet i förhållande till sig själv Terapeutens flexibilitet i förhållande till klient

För att bevara informanternas anonymitet så presenteras de här med nya namn, Siv, Pia, Liv, Gun, Anna, Lena och Lars. Vi har även av samma anledning valt att ta bort vissa ordval eller specifika uttryck som kan vara igenkännande. Likaså har några ändringar gjorts i en del citat dels utifrån bevarande av anonymitet, dels utifrån att göra texten mer läsbar. Vi har här varit måna om att citaten har fått behålla sitt språkliga innehåll och informantens framförda andemening har fått komma fram.

Kongruens

Ur det insamlade materialet framkommer att samstämmighet är något som är angeläget i rollen som psykoterapeut. Att det råder kongruens, mellan förväntan och utförande av terapi,

i samklang med terapeuten som person. Vi har valt att redovisa material rörande temat kongruens med hjälp av två underteman, yrkesroll och identitet samt terapeut och modell.

Yrkesroll och identitet. Ämneskunskap, erfarenhet och känsla av trygghet i arbetet, är återkommande beskrivningar hos informanterna när de berättar om sin syn på den egna yrkesrollen. Informanterna har arbetat som utbildade psykoterapeuter olika länge, spännvidden är 3–9 yrkesår (se tabell 1). Flera informanter tar avstamp från sin grundutbildning när de sätter ord på sin yrkesidentitet, så som; jag ser mig som socialarbetare, familjeterapeut, systemisk psykoterapeut eller dynamisk psykoterapeut. Ur informanternas berättelser gavs en bild av att psykoterapeutrollen är något som växer fram genom åren hos individen själv, med stöd av teoretisk och praktisk kunskap. Gun menade att en större trygghet har infunnit sig. ”Jag känner mig lugnare i stolen”. Ut med åren har en mer acceptans tagit plats hos psykoterapeuten, för vem jag är i min yrkesroll. Det är någonting som även Lars uttryckte ”Ja, så där känner jag nog, där landar jag väldigt mycket i att, det här är jag, i liksom grunden. Jag som terapeut”. Från intervjun med Liv gavs följande:

Jag har inte känt mig särskilt trygg när jag började jobba. Jag kände mig osäker och funderade mycket på om jag sa rätt saker och gjorde rätt saker. Och hur jag uppfattades och så? Jag känner mig inte alls så där orolig längre. Och mycket mer noggrann med att fråga också, hur blir det här då?

Erfarenhet och praktisk övning samt att livserfarenhet i sig, verkar vara viktiga faktorer för att skapa förutsättningar för informanterna att finna sin terapeutidentitet. Lika så verkar upplevelse av trygghet i rollen och hur jag vill framföra den, vara en angelägen faktor som kan infinna sig efter hand. En målande och praktisk beskrivning på hur yrkesrollen kommer till uttryck i det terapeutiska arbetet är från Anna:

Jag bidrar absolut med att hjälpa dem att ägna sig åt rätt saker, att styra ex antal samtal, att höra, alltså på ett tränat öra med vad som vi behöver sikta in oss på. Ja, att lotsa och styra liksom, så att det faktiskt gör någon skillnad i slutändan.

Ytterligare beskrivningar av hur studiens informanter beskrev sin roll som terapeut ges här med Guns och Sivs ord. Gun använde ordet bollplank som beskrivning av sin roll. ”Gå vid sidan om och vara bollplank. Bollplank säger jag nog rätt ofta att jag är”. Vi tolkar det som att Gun plockar upp saker som klienten tar upp och ger tillbaka. Siv uttryckte sig: ”Jag är inte expert på andras liv, men jag kan ju använda min kunskap och jag försöker vara till nytta, men jag måste

fatta vad som är viktigt för dig”. Båda exemplen visar på hur viktigt det blir att förstå den andre och vad den vill.

Informanterna berättar att psykoterapeutrollen kan sägas kännetecknas av olika ledord eller egenskaper. Nyfikenhet är något som återfinns i samtliga informanternas intervjuer. Att vara nyfiken och utforskande efter hur saker upplevs och vad som eftersträvas ses som avgörande. Liv ställde sig frågan ”kan man vara familjeterapeut utan att vara nyfiken.” Ett annat ledord som omnämndes av flera informanter är, närvaro. Här exemplifieras vikten av närvaro av två informanter, Lars och Siv. Lars säger: ”närvaro är oerhört viktigt och den är en viktig grund”. Siv säger:

Man kände att man fick bekräfta, bekräfta, bekräfta, för om inte hon känner sig förstådd av mig, att jag fattar hur jobbigt hon har det, så kommer hon att avsluta. Då kommer hon inte tillbaka och då blir det inget bra för den här flickan.

Vi upplever att informanterna förmedlar att det kan inte nog understrykas vikten av att klienter ges möjlighet att känna av terapeutens engagemang och nyfikenhet, för just hen i den rådande terapistunden. Det framträder en bild av att terapeuter har med sig personliga grundvärderingar in i terapirummet, så som tilltro till människors egen förmåga och med stöd av hjälpmedel och ledord tar sig terapeuten an uppgiften att vara hjälpare. Det framkommer i intervjuerna att det behöver finnas en samstämmighet mellan psykoterapeutens syn på sin yrkesroll och hens sätt att utföra terapeutiskt arbete, där den egna personligheten också har utrymme. Ett annat sätt att uttrycka det skulle kunna vara att det behöver finnas en överstämmelse mellan yrkesroll, yrkesidentitet och personlighet. Nu kommer ett citat från intervjun med Siv som speglar detta.

Ja, men jag tänker lite så det är lite som man kanske har en politisk tillhörighet eller man har liksom en grund att ja men det här är mina värderingar, de kan man inte bara switcha. Det är inte bara så här utan grunden finns och det är också lite i det här, att det måste stämma överens. Jag skulle inte kunna göra någonting som inte blir rätt för mig, för då skulle inte jag vara bra. Det skulle liksom inte funka.

Samtidigt pekade informanter på en gränsdragning mellan professionell och privat personlighet. Det är av vikt att vara personlig och nära i mötet med klient men ändå kunna hålla sin privata del av sig själv utanför klientmötet. I en av våra intervjuer menade Pia att: ”jag är väldigt personlig men inte privat... jag har liksom en inre kompass”. Här följer ännu ett exempel på att förhålla sig till det personliga och privata:

Jag tänker att personligheten är jätteviktig. Det är ju den jag använder för att skapa förtroende, att folk ska känna sig trygga med vem jag är. Att jag är ganska, försöker vara ganska öppen, bjuder på mig själv utan att bli alltför privat. (Liv)

Vi tolkar det som att för Liv är det viktigt att vara autentisk och att det skapar en förutsägbarhet samt trygghet i rummet för klienten samtidigt som hon värnar om sitt privata liv.

Terapeut och modell. Samtliga informanter beskriver att de upplever sig ha en teoretisk plattform eller basmodell som grund i sitt praktiska arbete. Just vilken basmetod det har blivit, kom till mer av en tillfällighet berättar fem av informanterna. Flera mötte sin basmetod tidigt i sin behandlarkarriär. Basmetoden har med åren gjorts till sin, formats med sina egna ord och mejslats fram på ett sätt, så metoden och terapeutens personliga professionella stil upplevs sammanflätade. Gun berättade: ”Jag kan säga att det är färre tekniker och trix nu men jag tror jag har införlivat dem på ett helt annat sätt efter de här åren”. Den insamlade empirin visar på att terapeuters modeller är till nytta på flera sätt för terapeuten. Informanterna nämner här bland annat att skapa förståelse, vara vägvisare, upprätthålla intresse och nyfikenhet samt att den kan vara hjälpsam till att hitta tillbaka om man kommer på villovägar. I intervjun med Anna uttrycktes följande:

”Den (metoden) innebär att jag håller en röd tråd. Att jag inte tappar intresset. Den gör mig mer, jag tänker det är så otroligt viktigt med nyfikenheten och intresset. När jag märker i samtalet att jag zoomar ut och det kan ju vara massa olika anledningar till det. då är metoden hjälpsam.”

Vi tolkar det som att metoden både är en kompass och en väckarklocka om terapeuten är på fel kurs eller börjat tappa intresset. Lena tar hjälp av metoden för att förstå. ”Sen måste man kanske ha den där grunden, vad den nu är då. I någon slags bank. Annars tror jag man skulle lite gå sönder. Om man inte skulle försöka förstå det. Om det bara kom över en.” Användbara metoder får här lite formen av en trygg hamn, ett ställe att stanna upp och se vad man har varit med om samtidigt som även ny energi inhämtas och nya resurter görs upp.

Frihet i hantverket eller med ett annat ord, handlingsutrymme, är något som samtliga informanter höll fram som viktigt. Att i rollen som psykoterapeut ha möjlighet att forma och använda sig av verktyg som överensstämmer med en själv och på ett sätt som passar in i terapiarbetet. Liv uttryckte att: ”Jag behöver variationen och behöver ha friheten att jobba med utifrån liksom den metod eller den erfarenhet som jag tror blir bäst.” Alla Informanter berättade

att de inte är främmande för att plocka in delar av metoder och tekniker som är utanför deras basmetod. Detta framgår bland annat i intervjun med Lena:

Ju fler metoder man har någon slags kännedom om, ju friare blir man väl. Sen vet jag inte om det kan vara någon risk i att det blir liksom för fladdrigt. Om man har för mycket, för många ingredienser liksom. Men jag tror inte det. För mig känns det inte så. Då tar man ju bort det man inte vill ha.

I likhet med annat personligt växande, så framstår det som att terapeuter också blir modigare, villigare att pröva ytterligare nytt när väl grunden har kommit på plats. Liv ger ett exempel på det i sin intervju.

Min upplevelse var kanske från att när jag hade jobbat kortare tid och hade en metod, ...,så applicerade jag den på väldigt många familjer som uppfyllde kriterierna. Jag kan ju träffa de familjerna idag och kanske ändå väljer att jag inte jobba med den metoden. För att jag har fler alternativ på något sätt och jag tycker det är roligare att kunna vara flexibel.

Processen att lära nytt innehåller även efter hand att förkasta det som inte passar in. Med ökad erfarenhet och trygghet i sin yrkesroll så skapas även större mod och tillit till att gå utanför metoden.

Tolkningar av huvudtemat; kongruens. En tolkning av yrkesrollen terapeut verkar vara något som utöver teoretisk kunskap, behöver tid och praktisk övning för att mogna fram hos den enskilde terapeuten. Praktisk och teoretisk kunskap behöver få gifta ihop sig med den enskilde terapeutens grundpersonlighet, på ett sätt som gör att terapeuten kan uppleva vara sig själv samtidigt som hen är professionell. Ord som hjälpare, lots, stöttare och bollplank används i beskrivning av sig själv som terapeut, vilket kan tolkas som att terapeuter ser sig som hjälpmedel till att klienter kan uppnå förändring. I sin tur har terapeuter hjälpmedel till hands för egen del, så som egen personlighet och ledord samt teorier, metoder och tekniker. När terapeutens hjälpmedel upplevs ha tagit en bekväm plats hos den professionelle terapeuten, så öppnas upp för att fler nya hjälpmedel tas in samt att de hjälpmedel som finns får utrymme att visa sig i olika former i terapirummet. Allt eftersom terapeuten innehar ett lugn och tillit till sin terapeutiska stil och kunnande, ökar modet till att också våga välja bort det som inte passar in i den egna professionella verktygslådan.

Ansvar

Från samtliga informanter hörs att begreppet ansvar är en viktig faktor för dem i deras arbete och i rollen som psykoterapeut. Vi har sammanställt materialet gällande temat ansvar under två underteman, terapeutens ansvar i rummet och terapeutens ansvar utanför rummet.

Terapeutens ansvar i rummet. Studiens insamlade material visar att informanterna är överens om att terapeuten har till uppgift att leda och styra i rummet, så att man pratar om rätt saker och på ett sätt som blir hjälpsamt för klienten. Ur informanternas berättelser framkom att terapeuten inledningsvis i terapin arbetar aktivt för att skapa trygghet. Något som ger förutsättningar till att samtidigt fråga klienten, vad det är som behöver bli annorlunda? Vad är det som gör att vi träffas? Anna och Siv uttryckte det på skilda sätt men förmedlar en samstämmighet. ”Det är mitt jobb att se till att vi inte hamnar i det som för dem bakåt eller isär. De ska få ut någonting av samtalet” (Anna). Siv säger, ”jag sätter upp tydliga ramar för samtalet och hjälper klienten att formulera vad som är viktigt för hen”. Att ta ansvar för att göra rätt saker, menade några informanter handlar om att ta ut en riktning för terapin. En utstakad färdriktning för terapin verkar upplevas som trygghetsskapande för klienten men även för terapeuten själv. ”Jag har ett stort ansvar i rummet och behöver känna mig trygg i vilken riktning vi ska gå” (Lars). Terapeutens egen trygghet i rummet verkar ha betydelse när terapeuten arbetar för att skapa trygghet för klienten. Till terapeutens hjälp kommer tekniker som, att använda struktur, tydlighet, rak kommunikation men också att direkt fråga klienten hur det blir för hen. Informanterna lyfte vikten av att ha en medvetenhet om sin person i terapirummet, kunna ta ansvar för och förhålla sig utifrån privat och professionell personlighet. Lars beskrev det så här:

Jag tar ansvar för situationen och kan hantera känslomässigt det som klienten kommer med. Jag är också någon annan utanför terapeutrollen och påverkas av saker i mitt liv. Det tycker jag är viktigt att uppmärksamma och vara medveten om.

Ovanstående citat ger uttryck för att terapeuten kan ta med sig känslor in i terapirummet, känslor som inte hör samman med klienten men som kan påverka terapeutens sätt att handla i terapin. I likhet med Lars framkom från fler informanter, att terapeuten har ansvar för att sätta klienten och hens behov i centrum. Gun uttryckte att ”Jag är inte den viktiga utan det är dem jag träffar”. Informanterna gav en bild av att terapeuten dels bär ansvar för vilka känslor hen tar med sig in i terapin och dess inverkan samt dels bär ansvar för hur personlig terapeuten är i terapisessionen. Siv berättade att egna känslor blir en vägvisare. ”Jag använder mig själv jättemycket i samtalen, att våga gå nära och beröra samt bli berörd. Det går inte att förhålla sig neutral för känslorna är

till hjälp och de visar vilken väg vi ska gå”. En annan personlig gräns som flera informanter omtalade, är att berätta om sitt privata liv. Pia uttryckte sig på följande vis: ”jag är väldigt personlig men aldrig privat”. Det verkar finnas en personlig gräns som var terapeut förväntas ansvara för, med acceptans om att gränsen inte är lika för alla.

Terapeutens ansvar utanför rummet. Det framkom från studiens empiri att det finns en upplevelse om att terapeuter utifrån sin yrkesroll, har ansvar för att se till att vara bra rustade för att kunna utföra god terapi. Flera informanterna menade att de har ansvar för att hålla sig a jour med utbildning och metoddiskussioner för att ha tillgång till förfinade verktyg i möte med klienter. Liv berättade att ”Jag vidareutbildar mig för att bättre bemöta klienternas behov och ha fler verktyg i min verktygslåda. Jag behöver hålla mig a jour med vad som händer”. Två av informanterna gav uttryck för att yrkesrollens ansvar också styrs utifrån, dvs. att vara legitimerad psykoterapeut medför både att leva upp till förpliktelser och till förväntningar. Gun uttryckte att ” jag behöver ta reda på mer ... så jag inte gör något kontraindicerat, så det inte blir något tokigt. Och eftersom jag är legitimerad också”.

Med kontinuerlig påfyllnad av kunskap och möjlighet till att reflektera kring arbetsutförande, är det rimligt att förutspå en ökad känsla av trygghet hos terapeuten i hans arbete. Det kan ses som ett sätt att vara väl förberedd innan hen går in i terapirummet. Anna beskrev det på följande vis: ”Vidareutbildning och handledning är viktigt för att ha rätt verktyg med sig in i rummet med klienten”. Fortsatt förkovring kan också i någon mån handla om den egna lusten och intresset, att det helt enkelt är kul. Som Lena berättade ”Jag tycker om att utbilda mig och vill inte stagnera”. Det verkar som att det finns ett ansvar hos terapeuter att både se till att ha bra verktyg och att se sig själv som ett instrument, som behöver tas om hand för att vara i gott skick över tid.

Handledning nämndes av alla sju informanter som en viktig faktor för terapeut och hans arbete. Här visas på två röster, Pia och Lena, som satte ord på handledningens betydelse. Pia sa: ”handledningen är också viktig för att få syn på sig själv” och Lena uttryckte det på följande vis: ”Är skönt med handledning och få prata av sig, blir en del överföringar från patienter som mår ganska dålig ”.

Några informanter nämnde att det blir viktigt att förmedla, både inom den egna organisationen och till andra berörda instanser, terapeuters kunskaper och deras behov för att kunna fortsätta utföra ett gott arbete. Uppgiften kan ses som ett ansvar och något som ligger

utanför terapeutiskt möte, samtidigt som det behövs för att skapa möjligheter för terapeutiskt arbete. Från intervjun med Siv:

Att kunna informera och sprida kunskap till andra samt lyfta fram behovet av kompetensutveckling bland personal. Det är även viktigt att värna om det terapeutiska handlingsutrymmet i olika sammanhang när det blir alltmer manualstyrda metoder inom socialtjänsten.

Flera av informanterna menade att som terapeut finns ett ansvar att hålla klientperspektivet levande i olika sammanhang. Det kan vara inom en organisation men även på samhällsnivå med andra aktörer. I det direkta klientarbetet finns uppgifter för en terapeut som sker utanför terapirummet, vilket Lena satte ord på: ”Jag hjälper patienter ibland till annan vårdgivare när det behövs och det ingår också i mitt professionella ansvar att kunna lotsa vidare”. Ur informanternas berättelser synliggörs att klienters behov och förutsättningar kan ha en inverkan på terapeuters handlande och ansvar utanför terapin. Två exempel på situationer som kan medföra handlande och ansvar utanför terapirummet ges här av Lars och Siv. Lars lyfte fram följande: ”När klienten kommer från trassliga och svåra omständigheter är det viktigt att hålla kontakten även mellan samtalen för att inte tappa klienten”. Siv gav ett annat exempel på att utöka sitt ansvarsområde, där även närstående inkluderas. ”Jag tänker också på vad som händer utanför rummet och eventuella konsekvenser för en tredje part och barn i synnerhet”. Det verkar som att det terapeutiska yrket även innehåller förväntningar och ansvar om arbetsuppgifter som sträcker sig utanför själva terapirummet.

Tolkningar av huvudtemat; ansvar. Det framstår som att terapeuters ansvar kan ses på flera områden, där det för denna studie kan fördelas med tre utgångspunkter, klient, sig själv som terapeut samt tredje part. En gemensam faktor för de tre utgångspunkterna verkar trygghet vara. Det blir angeläget för terapeuten att erhålla en tillitsfull kontakt med klienten för att kunna utföra sitt arbete. Något som förutsätter att klienten upplever trygghet i rummet och därifrån i ett samutforskande med terapeut kan staka ut, till vad och på vilket sätt terapin ska sikta mot. Det är viktigt för terapeuten att få feedback från klienten om man är på rätt spår, en form av guidelina. Med en ökad trygghet hos terapeuten över sina egna metoder och tekniker, via kontinuerlig kunskapsinhämtning och återkommande reflektionstillfällen skapas förutsättningar för en ”öppen och bred” terapeut i möte med klient. Förutom att ta ansvar för det som sker i terapirummet och att som terapeut hålla sina terapeutiska verktyg i god form, så pekade informanter på vikten av medvetenhet om sig själv. Genom att känna sig själv, ha klarhet

över sin gränsdragning mellan privat och professionell person, upprätthålls ansvar över att vara flexibel och hålla lagom distans respektive närhet i det praktiska arbetet. Terapins språk kan ske i olika former så som bland annat ord, mimik eller gester. Studiens empiri visade att personlig gränsdragning kan ha olika innehåll så som, att visa känslomässig närvaro, handla utifrån känslomässig närvaro men också att via orden berätta om sig som person eller sin situation. Tryggheten för tredje person verkar också vara i någon mån ett ansvarsområde som finns hos terapeuter. Barn har ett särskilt och lagstyrt skydd. Däremot är det fler av informanterna som förde fram att omsorg för närstående har betydelse.

Både att sprida kunskap och att förmedla att det är viktigt att kompetens fylls på hos terapeuter, verkar vara uppgifter som tillhör yrkesrollen terapeut. Uppgifter som sker inom organisationer, till chefer och politiker men även i kontakt med andra samhällsinsatser.

Kontext

Från intervjumaterialets informanter gavs en bild, att vilket sammanhang terapeuter arbetar i och vem de träffar har betydelse för utformningen av det terapeutiska arbetet. Vi redovisar materialet avseende temat kontext under två underteman, terapeutens arbetskontext och terapeutens syn på klientkontexten.

Terapeutens arbetskontext. Studiens informanter arbetar inom olika verksamheter med varierande arbetsförhållanden, som helt eller delvis anställd eller som egen företagare i olika omfattning (se tabell 1). Med enad röst uttryckte informanterna att det är viktigt för dem som terapeut att ha inflytande över sitt sätt att arbeta. Det framstår som att handlingsfriheten kan finnas inom olika delar av terapeuters arbete. Här nämndes av informanter, möjlighet att själv välja terapeutiska verktyg, så som teori, metod och teknik, men också handlingsutrymme när det gäller antal terapissessioner samt möjlighet att påverka hur stor del av arbetstiden som ska innehålla terapi. Omständigheter och förutsättningar på en arbetsplats kan också förändras, där handlingsutrymmet för förändringen och till vad som planeras för kan vara begränsat för en terapeut. I intervjun med Anna framkom följande:

Tidigare var vi inte begränsade i antalet samtal och var ganska fria att använda oss av olika verktygslådor, men det ser annorlunda ut nu och vi har mycket mindre metodstöd. Jag behöver känna en frihet inom organisationen för att få arbeta på ett sätt som jag tror på annars blir det inte bra.

Fyra av informanterna berättade att de har erfarenhet och vana av att ha arbetat utifrån en manualbaserad metod. Av dessa fyra nämnde tre att de har upplevelse av att det finns gott om handlingsutrymme inom ramen för manualen. Gun menade:

Jag har en enorm frihet nu som min egen och för mig är det viktigt att känna den friheten. Jag hade det också väldigt bra de sista tjugo åren som anställd. Även om vi arbetade utifrån en manualbaserad metod fanns det ändå en frihet inom ramarna för metoden att själv kunna skapa.

Lars uttryckte sig kring sitt manualstyrda terapeutiska arbete: ”Det är ju modellen vi jobbar med, inom ramen ..., så finns mycket frihet. Där kan du så länge du jobbar systemiskt, så länge du jobbar med familjer, så är det ganska fritt. Alltså hur du gör”. Det ger en bild av att kontexten som terapeuter verkar i, understöd och direktiv från organisationen, kan ha betydelse för känslan av handlingsutrymme vid användande av manualstyrda metoder.

Organisationen som man jobbar inom som terapeut behöver vara stöttande på flera plan, något som framkom från flertalet av informanterna. Likaså att stödet finns förankrat uppåt i beslutshierarkin. Liv belyste det på följande vis: ”vi har haft som målsättning att hålla hög nivå och kunna ge dem möjlighet att kompetensutveckla sig vilket är ett chefsbeslut som är förankrat längre upp i min organisation”. Studiens empiri visade att när upplevelsen är att möjlighet till delaktighet är svag eller alltför lågt stöd från organisationen finns, så blir risken att terapeuter letar sig till annan verksamhet. Anna beskrev hur det kan bli när stödet saknas.

Det är lite av en sjuka i kommunal verksamhet att det blir lite på mode med någon metod och då ska alla göra det. Sedan ändras det lite nyckfullt och byts ut till något annat. När det blir omorganisationer och direktiv uppifrån blir det inte alltid bra för dem som vi är där för.

Lena berättade att hen alltid har haft önskan att starta eget, vilket kom tidigare i hens yrkeskarriär än vad hon trott.

”Det har nog alltid funnits där, dit skulle man vilja prova och nå. Det var kanske en viss del av det när man började läsa. Då jobbade jag inom psykiatrin och så började man göra massa omorganisationer... då kändes det som att det inte var så roligt, så det gick mycket snabbare än vad jag hade tänkt”.

Lars menar att drivet eller önskan om att starta en egen praktik många gånger startar i samband med att man börjar psykoterapeutprogrammet. ”jag kommer ihåg när jag läste steg 2. Det var nästan så att det förväntades att man skulle göra något eget. Och så har jag aldrig tänkt överhuvudtaget. Jag tror jag kände viss press”. Det faktum att fem av studiens sju informanter arbetar i egen praktik (se tabell 1), kan ses som att efter hand så framstår en egen verksamhet som attraktiv för terapeuter, en önskan som också drivs fram av den egna yrkeskåren.

Organisationers uppmuntran och möjliggörande för kollegialt stöd är något som sågs som angeläget av informanterna. Närhet till kollegor och nätverk där det finns utrymme för diskussion och reflektion upplevs som en viktig faktor för utveckling och trivsel. Det var något som en informant gav uttryck för så här: ”vi arbetade alltid i team och hade ett forum där vi kunde prata om hur vi jobbade. Det var väldigt positivt och att vi kunde diskutera vår arbetsmodell” (Gun). Studiens empiri lät oss också förstå att om öppenhet och kollegialt samskapande i form av metoddiskussioner uteblir så är risken att var och en på arbetsplatsen utför arbetet enligt sitt sätt och utan direkt insyn. Här kan frågor resas som vad är det egentligen som erbjuds klienterna? Och blir det på ett sätt som är hjälpsamt för klienterna?

Flera av informanterna har erfarenhet av att arbeta i egen verksamhet. Här visade empirin på att terapeuter kan bli av med vissa oönskade uppgifter genom att arbeta i egen verksamhet, som tex. behöver inte delta i möten som inte är självvalda och försätts inte i oannonserade omorganisationer och får inte direktiv om att vissa metoder eller modeller ska implementeras. Den privata verksamheten kan dock också ses behöva anpassa sig till styrande faktorer som, att vara ett attraktivt val för klienter. De betalande vill uppleva att de får valuta för sina pengar, annars är risken att de inte kommer igen. En informant uttryckte:

”Det finns mer tid som anställd att etablera en relation till klienten än i det privata. I det privata kan de avsluta när de själva vill. De har nog lite andra förväntningar och krav när de söker själva, de är mer tydliga i vad de vill ha hjälp med” (Liv)

Att som privatpraktiserande terapeut, anställd eller egen företagare, kan hen uppleva krav på anpassning från uppdragsgivaren om hur det terapeutiska arbetet ska utföras, något som kan verka styrande och begränsande. Terapeuter kan via avtal å ena sidan remitteras klienter men å andra sidan även behöva utföra arbetet på ett sätt som ligger inom ramen för avtalet.

Samarbete och kollegialt stöd verkar vara något som är väldigt viktigt för terapeuter oavsett vilken arbetsform hen arbetar i. Skillnaden för den privatpraktiserande terapeuten är att det är upp till hen att hitta vägar för att forma och skapa nätverk. Två informanters röster:

Vi är några stycken som arbetar inom samma lokaler, är lite som en frisörsalong, har olika terapeutiska inriktningar. Vi ger varandra tips och jag som dynamiker kan få in tex lite KBT inslag i behandlingen. Det är viktigt för mig att ha kollegor och finnas i ett sammanhang och att bygga nätverk. (Lena)

I min privata verksamhet är vi två som arbetar och det är jätteviktigt för mig att vi stöttar varandra. Vi har en samsyn på arbetet och en gemensam värdegrund som är viktig.
(Lars)

Ovanstående kan ses som att formen för närverk kan se olika ut och ta avstamp från såväl kompletterande som likformande synsätt på det praktiska arbetet. Att verka och uppleva sig ha tillhörighet i ett professionellt sammanhang verkar ha stor betydelse för terapeuter.

Terapeutens syn på klientkontext. Vilka resurser klienten har gällande utbildning, ekonomi, motivation och handlingskraft har enligt informanterna betydelse för det terapeutiska arbetet. Likaså berättade samtliga informanter att det gör skillnad på vilket sätt klienten aktualiseras hos terapeuten, för hur ingång och utformning av terapin blir. Det gör skillnad om klienten har sökt själv av eget intresse, kommer utifrån ett bistånd från socialtjänsten som kan vara format under mer frivilliga former eller omges av ett visst underliggande hot om tvång. Från informanterna gavs en bild av att deras eget handlande tar avstamp ifrån var klienten befinner sig, dvs. att de använder sina terapeutiska verktyg olika avvägt till klientens motivation och förutsättningar.

Klienterna vill inte alltid vara där utan är där för att socialtjänsten tycker att de har problem. Drivkraften finns inte alltid där och många är arbetslösa. Jag får arbeta mycket med vad klienterna vill använda mitt rum till. I min privata verksamhet är det en annan målgrupp. Det är personer med hög utbildning, oftast en god ekonomi, har en annan motivation när de kommer. (Pia)

Att möta upp klienten för att matcha dennes behov är prioriterat. Samtidigt är tydlighet en faktor som är extra viktig när klienter inte själv har valt att kontakta.

Jag behöver alltid ta hänsyn till i vilket sammanhang vi träffas. När folk söker själva blir det viktigt att ha ett samtal och frågor som gör att jag förstår vad som blir viktigt för dig. Vid ett ärende där de kommer på bistånd och socialsekreterare har en stor oro, blir jag kanske mer direktiv, har en agenda vad vi måste prata om. Jag behöver vara tydlig med uppdraget och ramarna, upprepa det för klienten så att det blir begripligt för klienten (Siv).

Det visades i studiens empiri att ekonomi är något som påverkar vem och vilka den enskilde terapeuten träffar för terapi. Det verkar som att familjer som efterfrågar terapi vanligtvis inte syns till där egen betalning krävs. Däremot är det vanligt att parterapi och enskild terapi eftersöks av privatpraktiserande terapeuter som har egen verksamhet. Flera av informanterna ger uttryck för någon form av uppdelning av klientgrupperna som de träffar, att

de ser skillnader i vem de möter beroende på var de arbetar den dagen. ”I min privata verksamhet blir det mest par, för familjerna från socialtjänsten kommer inte för de har inte råd. De har själva sökt sig hit och är ganska tydliga med sina mål”. (Lars) Det träder fram en bild om att klienters ekonomi kanske helt inte styr vilken terapeut de träffar, då det inte verkar osannolikt att en terapeut har flera arbetsplatser, men däremot kan formen och verktygen för terapin vara styrta. Om du inte kan betala för det du önskar, så kan det som erbjuds både vara något som passar och vara precis tvärtom, trots att det är med ”rätt” terapeut.

Informanterna beskrev över lag att klienterna är ganska ointresserade av att veta om teorier och metoder utan de vill ha hjälp med det som är deras problem. En informant berättade att det händer att någon vill berätta att de har sökt hjälp tidigare och då stött på någon specifik metod, vilket har gjort att de idag antingen efterfrågar samma metod eller söker någonting annat. En informant menade: ”de är inte speciellt intresserade av teorier utan vill ha hjälp. Jag brukar tänka att vuxna människor som sitter här har en förmåga, de vill ha en förändring annars hade de inte suttit här.” (Gun) Med avstamp från att klienter önskar förändring, visas här hur Liv tänkte för att möta upp klienten i det.

Jag är mycket mer noggrann idag att fråga klienten hur det blev för den och om det vi gör passar, ibland får jag feedback som gör att jag får tänka annorlunda, då kanske vi gör någonting annat nästa gång vi ses.

Genomgående var informanternas inställning att klienten behöver ha en delaktighet i terapin, att det blir ett samskapande för att det ska fungera.

Tolkningar av huvudtemat; kontext. Att kunna ha inflytande över sitt arbetssätt och att verka i en kontext som visar tillit och stöd för terapeuten och hans arbete, framstår vara mycket angeläget för terapeuter. En tillåtande och stödjande organisation med en förstående arbetsledning är betydelsefullt. Bra kollegor och att vara en del i nätverk, där det finns utrymme för diskussion samt reflektion skapar goda förutsättningar för både professionell utveckling och trivsel. Om terapeuten inte får önskat handlingsutrymme, kan det finnas risk för att hen söker sig till egen praktik för att slippa styrning och ha en ökad frihet i arbetet. Det finns samtidigt alltid även yttre saker som styr, vilket kan vara avtal med region, klienters krav eller ekonomiska intressen. Det framstår också som att idéer eller förhoppningar om en egen praktik aktualiseras inte sällan i samband med utbildningssituationen inför att bli psykoterapeut. Att befinna sig i ett forum, där flera har liknande intresse och gemensamma frågor om framtiden ger högst troligt en bra grund för kreativitet.

Om klienter själv söker terapi eller om de kommer med stöd av bistånd från socialtjänsten, har betydelse för terapins utformning. Likaså har klienters utbildning, ekonomi, motivation och handlingskraft stor betydelse för det terapeutiska arbetet och dess möjligheter. Det verkar som att klienter är ganska ointresserade av att veta om teorier och metoder i offentlig verksamhet. Möjligtvis är intresset något högre när klienter söker privat och betalar själv men ganska lågt intresse då också. Klienter vill ha hjälp med det som är ens problem. Genomgående verkar inställningen vara hos terapeuterna att det behöver vara ett samskapande med klienten och klienten behöver ha ett visst inflytande för att det ska fungera.

Flexibilitet

Fem av sju informanter arbetar på mer än en arbetsplats, vilket i sig säger att det inte är ovanligt att samma terapeut möter olika målgrupper och även bedriver terapi i olika konstellationer, individualterapi parterapi och familjeterapi. (se tabell 1) Likaså framkom av studiens insamlade material att klienters förutsättningar och bekymmer kan variera stort för yrkesgruppen psykoterapeut. För att möta klienters behov och psykoterapeuters strävan om att utföra god terapi så framstår flexibilitet som ett viktigt verktyg. Informanten Lena menade:

att det är ju inte vad jag är, utan jag får ju anpassa mig till den jag möter, tänker jag. Jag kan inte hålla samma hållning hela tiden. Ibland får man vara mera på och ibland får man vara mera av.

Vi har här nedan valt att redovisa informanternas svar med hjälp av två underteman, terapeuts flexibilitet i förhållande till sig själv och terapeuts flexibilitet i förhållande till klient.

Terapeuts flexibilitet i förhållande till sig själv. I informanternas beskrivning av sin psykoterapeutroll så framhölls att det är en roll som ständigt är i "växt", i den bemärkelsen att som person och psykoterapeut fylls individen på med erfarenhet och kunskap, dels genom att möta många klienter dels av livet själv då vi ständigt blir äldre. Dessutom framhöll informanterna att utbildning och kontinuerlig påfyllning av kunskap är viktigt och hjälper psykoterapeuter att bibehålla intresse och ork för terapi. Strävan till fortsatt utveckling beskrivs av här av två olika informanter:

... annars hade jag tänkt lite så här, ok nu har jag gått steg 2 och det var ju för att öppna lite dörrar, att det kan föra en vidare. Och sen när jag var klar så visste jag inte riktigt vart jag ska ta vägen nu med det här? Men sen så kom ju den här möjligheten med att öppna familjerådgivning och då kändes det som ja, men det är jag intresserad av. Det

blir någonting där jag kan fortsätta att utvecklas och det blir en utmaning och någonting nytt. (Siv)

Lusten att lära mera och nytt, sätter också Lena ord på:

Jag tycker det är roligt att utbilda mig på andra än traditionellt dynamiska tänket... för att få lite mer. Det känns som man behöver nya hela tiden... Alltså det är roligt att ha någon sådan grej på gång. Nu har man väl tröttnat efter steg 1 och 2, sen gjorde jag steg 3 också. Men efter det så känns det som man vill hålla sig till mer de här som man behöver, till där man genom upplärning och träning får lägga till något.

Fortsatt förkovring kan utöver specifik kunskap bidra med ökat engagemang i arbetet hos terapeuten. Det är något som Lars menar att han har lagt märke till.

När jag blev klar med steg 2 tänkte jag att jag ska aldrig, aldrig läsa någonting mer. Men det har blivit en del på vägen... Och när jag väl gör det, så känner jag också att det ger en bra skjuts i jobbet. Så det är bra att ha med sig i ryggsäcken. Det är verkligen det. (Lars)

Likaså vill informanter hissa varningsflagg för att man som psykoterapeut inte får bli för bekväm eller att vi kommer in i en lunk av att göra som vi alltid brukar. Lars uttryckte det som;

...så gör man kanske inte det man ska göra, utan blir lite bekväm. Och jag tror aldrig det är bra när vi blir för bekväma. För då kanske vi också tappar den här närvaron. Att saker går på rutin.

Vana, trygghet och lugn kan öppna upp för mer flexibilitet hos terapeut. Det kan bidra till en ökad kreativitet och spontanitet, vilket ses genom en informants beskrivning:

Men det är väl övning ger färdighet, tänker jag... Det är det här lugnet, metoder eller trixandet som sätter sig och då har man det med. Ja man lär sig cykla liksom. Då tänker man ju inte på att nu ska jag trampa den trampan så eller så, utan man bara gör det. Så, men också att, så jag känner inte att jag har blivit, det går inte på rutin... Alltså det får inte bli en rutin så att jag, att människor upplever att jag bara levererar en manual eller ett program. (Gun)

Likaväl som olika klientgrupper och arbetsplatser kan bidra till psykoterapeuters känsla av att yrkesrollen möter skilda utmaningar, så kan förändrat yrkesuppdrag bidra till professionell flexibilitet. Studiens intervjusvar återgav exempel på olika uppdrag för psykoterapeut förutom terapi med klienter, bland annat handledningsuppdrag och uppdrag att vara chef. Lena berättade att det är till fördel att som psykoterapeut kunna arbeta med olika saker.

Jag gjorde valet att läsa till handledare... Så det har varit lite av det, sen har det varit lite andra grejer. Nu vill jag tillbaka och göra det lite mer igen. Så nu har jag inget men jag hade under ett par år och det var väldigt roligt.

Vi uppfattar det som att terapeuter själva upplever stimulans och ökat engagemang av att finna nya utmaningar genom förnyade och oprövade uppdrag, där det också ges utrymme för påfyllnad av både praktisk och teoretisk kunskap. Lust och mod verkar vara extra angeläget att värna om för en terapeut.

Terapeuts flexibilitet i förhållande till klient. Samtliga informanter berättade på olika sätt att klienters behov, förmågor och motivation ofta ser olika ut, att det alltid är nya förutsättningar i terapirummet. En informant beskrev att klientens förändringskapacitet blir en faktor som inverkar på vad som ska ske i terapirummet.

...inom socialtjänsten alltså kan det verkligen vara familjer där man känner att det finns en utveckling och förändring och sen kan det vara där, ja men här är mer utav en stödjande karaktär och det finns ju också. Och då får det vara så. (Siv)

En informant beskrev att vissa familjer kräver en aktiv och styrande familjeterapeut och i andra terapier är behovet mer ett samskapande där hen mer har fokus på att hålla i gång processen. Sex av informanterna berättade att de inledningsvis gör en form av bedömning och därifrån tar ut en riktning eller färdväg för var terapin ska gå och önskar uppnå. Lars uttryckte: ”Jag skulle känna mig ganska osäker av att inte ha någon riktning, något sätt, nej men vilket håll vi ska gå”. En annan av informanterna menade:

Alltså när man gör den här analysen och någonstans försöker förstå, förstå en familjeproblematik eller ett individuellt problem för dig liksom men att få den analysen är ändå att kunna någonstans bestämma sig för vilken riktning man vill ta. (Liv).

Härifrån görs val hur arbetsvägen ska se ut med hjälp av psykoterapeutens egen basmetod som grund, samt med flexibilitet med tillägg av metod och användning av olika verktyg eller tekniker. Genom informanternas intervju svar synliggörs att paletten för terapeuters tekniker kan vara väldigt stor och varierande. För att nämna några; närvaro, nyfikenhet och fråga mer samt be om hjälp. En informant uttryckte sig på följande vis:

det finns massa verktyg om man öppnar den, metodlådan liksom, så jag kan hjälpa mig själv och bli nyfiken. Och kan jag bli nyfiken igen, så kommer jag att fatta dem bättre och hjälpa dem bättre. (Anna)

Att vara i nära kontakt eller med ett annat ord, hög närvaro, med klienten i rummet, var också återkommande i informanternas berättelser. Lars menade att närvaron är oerhört viktig, där att fortsätta nyfiken fråga, fördjupa och stanna kvar i stunden, är användbara tekniker. Känslomässig närvaro och att använda sin egen resonanslåda är något som fördes fram av flera informanter. ” man kan ju själv känna i rummet när man kommer dit att man blir berörd. Det känns i rummet när man liksom ja, folk tar fram och vågar berätta för varandra” (Siv) Ur studiens material framkom att just terapeutens egen känsla är ett viktigt styrverktyg. Lena menade:

Man blir någon och man ser det och förvaltar, gör om det till någonting bra. Och så behöver man också se det, det känner man oftast. Jag vet inte hur jag ska, det är mer en känsla... Det är väl lite det som kanske är, lite känsla för det då.

Andra tekniker som informanterna nämnde var bland annat humor, tempo, ändra konstellation i rummet och använda figurer eller böcker. Dessa val av tekniker kan ske både planerat och i stunden och ibland blir det att man behöver backa eller stanna upp just här och nu. Det uttrycks här av en informant:

...det kan nog ske både i stunden och att man tänker efteråt. Som att jag tror att jag ska prova det här, jag tror att jag ska testa och göra någonting kring någon sådan här övning kring, ja stabilisering...ibland hamnar man bara någonstans också. (Lena)

När det sker plötsliga förändringar eller det sker något oplanerat, då behövs något annat än det tilltänkta av terapeuten. Det är något som här visas med två av informanternas röster:

som ibland så kommer de ändå med en ungdom, ja man får ju ändra om snabbt. Det hände senast häromdagen. Ok vänta, då kan vi inte jobba med det jag hade tänkt jobba med så helt plötsligt var den här ungdomen med. Och då får jag lägga om min plan. (Liv)

Att terapeuten behöver backa vid vissa tillfällen, gav Lars uttryck för.” För det är ju så att ibland när man väljer spår, att det kan vara för tidigt, det kan vara alldeles för svårt att prata om. Då får man bara försöka packa ihop det.”

Tolkningar av huvudtemat; flexibilitet. Det träder fram en bild av att, som god terapeut så eftersöks en ständig påfyllnad av kunskap. Det kan uttryckas som att man aldrig blir färdig terapeut, dvs. befinner sig i någon mån i ständig rörelse och flexibilitet. Denna formbarhet är också till hjälp för att kunna matcha sig till olika klienter och deras varierande

behov. Med stöd av att terapeuter landar in och finner trygghet i sin egen professionella stil, skapas handlingsutrymme som innehåller flexibilitet hos sig själv och i användande av sina metoder och tekniker.

Diskussion

Nedan presenteras inledningsvis en sammanfattande resumé av vår tolkning av studiens empiri. Vi tar utgångspunkt i tidigare presenterade tolkningar under vart huvudtema men vi vill samtidigt framhålla att empirin som helhet samt dess unika och personliga berättelser tar plats i vår tolkade summering. Det följs av diskussion och reflektion, med ambition om att koppla studiens resultat till teori och tidigare forskning. Vår strävan är att på så sätt kunna finna svar på frågan, hur ska vi förstå den bild som informanterna har lämnat till oss? En bild över vad som inverkar, när och om terapeuter i sin praktik gör val av terapeutiska verktyg.

Sammanfattande tolkning

Från studiens sju informanternas berättelser framträder en samstämmig bild, i stort så överensstämmer deras upplevelse av att det terapeutiska yrket är svårt och kräver personliga kvalitéer, praktisk och teoretisk kunskap. Det skulle kunna uttryckas som att det är svårt att skynda sig att bli en bra terapeut, dvs. det tar tid och behöver få mogna och växa fram hos den enskilde praktikern. Inom terapeutens professionella utvecklingsresa kan vi skönja tvivel och osäkerhet i ett inledningsskede över sin tillräcklighet, personlig terapeutisk stil men även kring att ta till sig flera behandlande modeller. Flera av studiens informanter skolades tidigt in i en viss terapeutisk inriktning eller modell, vilken vanligen finns kvar som någon form av basmodell framöver genom åren.

Det verkar som att trygghet i sin yrkesroll är av yttersta betydelse för terapeuterna i den här studien. En trygghet som skapas efter hand, där övning i hantverket, kontinuerlig kunskapspåfyllnad och möjligheter till diskussion och reflektion med andra professionella blir viktiga. Terapeuters trygghet och tillit till sig själv och sina kunskaper förutsätter även ökad medvetenhet om sig själv. Det framstår som att terapeutens personliga och professionella jag behöver vara sammankopplade och bygga på en överensstämmelse. När terapeuten har en medvetenhet över dels vad hen för med sig in i terapin, dels över hur hen önskar bidra med sig själv, möjliggörs ökad säkerhet i terapeutrollen och öppenhet för att lära nytt.

Terapeuterna i studien verkar vara i behov av understöd för att uppleva att de kan bli och verka med sitt bästa terapeutiska jag. Understödet kan komma från olika håll och variera bland terapeuter men också skilja sig över tid för en och samma terapeut. Terapeuters

arbetskontext framstår som en faktor som kan vara såväl understödande som begränsande. Handlingsutrymme, där terapeuter upplever sig ha mandat och förtroende att själv avgöra vad som behövs och hur arbetet ska utföras i terapirummet, är ytterst centralt för terapeuter. Terapeuters arbetskontext varierar, inte sällan har terapeuter flera olika uppdrag och arbetsförhållanden. En variation som i sig verkar vara till gagn för att skapa växt i yrkesroll och verktygslåda. Det ses som angeläget för terapeuter som är anställda att arbetsförutsättningar har en förankring på flera nivåer inom organisationen, för att förutsägbarhet och tilltro ska erhållas. Vid brist på understöd finns risk att terapeuter lämnar sin anställning för att starta egen mottagning. Att verka inom egen praktik framstår som något som är eftertraktat inom yrkeskåren. Det är något som erbjuder möjligheter att själv styra över vilka terapeutiska verktyg som ska användas i terapirummet, samtidigt som annan form av styrning kan uppstå utifrån tex. ekonomi och avtal.

Terapeuters föreställning är att klienter vill ha hjälp med det som är bekymmer och har fokus på det, inte så mycket på hur det ska gå till. Klienter efterfrågar inte vilka metoder eller modeller som ska användas. Det kan också tydas som att det finns en tillit till att terapeuter har den kompetens som behövs. Terapeuten liknas vid en form av instrument i terapirummet. Informanterna beskriver sin funktion med ord som bland annat hjälpare, möjliggörare, bollplank och stöttare. Det ger en bild av att terapi är något som skapas tillsammans mellan terapeut och klient. Ett samskapande där terapeuten eftersöker feedback från klienten över vad som är hjälpsamt och på vilket sätt. Respons från klienter på det gemensamma arbetet i terapirummet föder trygghet hos klient men också hos terapeut, vilket i sin tur öppnar upp för kreativitet och mod för terapeuten att nyttja både sig själv och sina verktyg på ett friare sätt.

Diskussion om studiens resultat

Vi har tagit fram tre nya teman utifrån vår empiri som är kopplade till studiens syfte och frågeställning. Första temat är hur samspelet mellan det personliga och professionella inverkar på terapeutens flexibilitet. Andra temat handlar om hur organisation och professionalitet påverkar handlingsutrymmet för terapeuten. Tredje temat om terapeutens professionella omdöme och anpassning till klienten.

Inre faktorer hos terapeuten som påverkar flexibilitet

Ett professionellt själv och yrkesrollen terapeut verkar vara något som utöver teoretisk kunskap behöver tid och praktisk övning för att mogna fram hos den enskilde terapeuten. Den praktiska och teoretiska kunskapen behöver få gifta ihop sig med den enskilde terapeutens

grundpersonlighet, på ett sätt som gör att terapeuten kan uppleva vara sig själv samtidigt som hen är professionell. Bornemark (2020) benämner det som att yrkeserfarenhet är lager på lager av konkreta situationer som sätter sig i blicken, i handlandet och i tänkandet. Omdömet används samtidigt inte i ett tomrum utan samspelar med andra faktorer. Det är ett omdöme som man skolas in i och utvecklar vidare. Bourdieu (2016) för fram att individens habitus blir som en inre kompass utifrån vilken individen navigerar i sociala kontexter, vilket innebär att vi också agerar utifrån vanor och traditioner.

Informanterna för fram vikten av medvetenhet om sig själv, att ha en klarhet över egen gränsdragning mellan privat och professionell person. Att förhålla sig professionellt kan som Håkansson (2020) ses från två utgångspunkter, dels att inkludera den professionelle som en subjektiv varelse, dels utifrån föreställningen att den professionelle är neutral och inte påverkas av det hen är del av i arbetet. Personliga kvalitéer har studerats av forskare Bernhardt et al. (2019), där personlighetsdrag som att se sig som hjälpare, närvarande lyssnare, någon som kan handha ilska och avvisande samt att kunna balansera avstånd och närhet framstod som avgörande. Det blir av vikt att terapeuter tar ansvar för att ha kunskap och beredskap om att ta hand om och möta såväl klient som egen person.

Genomgående uttrycker informanterna en vilja till utveckling, för att kunna bidra med att göra gott för andra människor. Det finns en stor utbildningsbenägenhet och handledningstilltro samt diskussioner med andra kollegor för att underhålla och utveckla sin verktygslåda. Rønnestad och Skovholt (2003) har studerat professionen psykoterapeut, psykoterapeutens utveckling och vilka faktorer som kan bidra till en gynnsam professionell växt. Det har visat sig att utöva terapi, att fortsätta teoretisk kunskapsinhämtning, erfarenhet i livet samt möjlighet till professionellt nätverk för reflektion över terapeutiskt arbete, är faktorer som enligt yrkeskåren bidrar till egen professionell utveckling (Kumaria et al, 2018, Lorentzen et al, 2011, Rønnestad & Skovholt, 2003).

Informanterna beskriver att allt eftersom de innehar ett lugn och tillit till sin terapeutiska stil och kunnande, ökar modet till att också våga välja bort det som inte passar in i den egna professionella verktygslådan. När de landar in och finner trygghet i sin egen professionella stil, skapas en flexibilitet och öppenhet hos sig själv samt till användande av metoder och tekniker. Att dela sina känslor av otillräcklighet med kollega eller via handledning, har genom forskning påvisats vara till god hjälp för att möta upp terapeuters självtvivel (Gold & Gold, 2023).

Yttre faktorer som påverkar handlingsutrymmet

Professionstillhörigheten som Brante (2014) lyfter fram där vetenskapliga teorier, traditioner och etiska principer har betydelse. Professionsidentiteten är på så vis kultur- och strukturberoende. Det spelar in vilka rollförväntningar som finns, yttre krav, den samhälleliga kontexten och förväntningar. Legitimationen är en viktig grund för förtroendet för den professionella yrkeskåren. Det ger den professionelle en speciell auktoritet och makt.

En organisatorisk professionalism utmanar de yrkesutövandes kontroll över sitt arbete. Professionen hotas av byråkratisering och kontroll och det blir alltmer viktigt att försvara professionell bedömning och omdöme samt professionell integritet (Evetts, 2010). En av informanterna beskrev väldigt väl hur en organisation kan styra den professionelle med hjälp av styrning och kontroll. Det begränsar den professionelles handlingsutrymme och vilka verktyg som är möjliga att använda. Brantes (2014) syn på professionellt problemformuleringsprivilegier och att ha en autonomi, tolkar vi genomsyrar informanternas inställning. Det står i kontrast till forskningsfältets beskrivning av ökad styrning och kontroll från organisationen över de professionella (Evetts, 2006). Det är ett dilemma som behöver lösas och finnas en balans i för att informanterna ska känna att de kan bedriva ett kvalitativt terapeutiskt arbete tillsammans med klienten. Informanterna beskriver att ha inflytande över sitt arbetssätt och vilka tekniker de använder är mycket angeläget. Även om några arbetar inom verksamheter som tillhandahåller vissa metoder, behöver det finnas en öppenhet att själv kunna forma sin terapeutiska stil inom ramarna.

En gemensam professionell identitet är förknippad med en form av delad erfarenhet, förståelse och kunskap, om hur vi väljer att se på problem och möjliga lösningar. Det normativa värdesystemet påverkar hur den professionelle inom organisationen interagerar med klienten. Det blir en socialisation på arbetsplatsen hur den professionelle ska agera och förhålla sig, vilket kan ses som att den professionella yrkeskåren i stor utsträckning själv står för kontroll av den professionelle utövaren genom kollegial översyn och guidning (Evetts, 2006). Begreppet habitus som Bourdieu (2016) belyser kan finnas inom en profession, ett kapital av tekniker, referenser och en samling trosföreställningar. Vilket språk, värderingar, kunskapssyn. Kulturella föreställningar, vad en terapeut bör göra, vad man kan göra. Alla människor som är engagerade i ett fält har ett visst antal fundamentala intressen gemensamt, vilket skapar en objektiv samhörighet. Informanternas kollektiva medvetande kommer fram i deras gemensamma språk och uttryck, där det finns stor samstämmighet. Kvalitativa diskussioner

med andra gör att omdömet blir sammanvävt med andras till ett kollektivt omdöme. En form av socialt habitus infinner sig och är inbäddat i organisationen. Det kan vara vilka metoder som tillhandahålls på arbetsplatsen och hur terapeuten förhåller sig till det. För att informanterna ska kunna ha ett handlingsutrymme behöver det finnas en tillåtande och stödjande organisation på flera nivåer. Tillgången till kollegor eller nätverk är centralt för informanterna, där det finns utrymme för diskussion och reflektion.

Terapeutens förhållningssätt och anpassning till klient

Terapeuter rör sig mellan de olika positionerna ”experten” och ”not knowing position” i mötet med klienten. Det är terapeutens omdöme, vilket formas genom samspel mellan dennes sinne, känsla och tanke, som avgör vilken roll som intas i stunden (Bornemark, 2020). I det samverkar inre och yttre faktorer och terapeuten konstruerar sin professionella roll i mötet med klienten. Denna formbarhet är till hjälp för att kunna matcha sig till olika klienter och deras varierande behov. Allt i syfte att göra ett gott arbete och vara till hjälp för andra.

När terapeuten intar rollen eller ses i rollen som ”expert”, hamnar klienten i att behöva underordna sig den professionelles bedömningar. Det handlar om en maktform som bygger på expertkunskap (Brante, 2014). Simon (2006) har understrukt vikten av att det finns en matchning mellan terapeut och modell. När terapeuten väljer en terapeutisk metod som överensstämmer med hen som person, så som värderingar och människosyn samt personlig stil, så för det med sig att terapeuten kan nyttja sitt bästa professionella jag i terapirummet. Om terapeuten har tillgång till fler metoder och modeller, så borgar det för större möjlighet att uppnå den förändring hos klienten som eftersträvas (Blow et al. 2007). Den professionelles skicklighet i att efterleva psykoterapeuters etiska koder om, att verka för egen professionell kompetensväxt i samklang med etisk medvetenhet, integritet och självinsikt, skapar förutsättningar till att möta upp olika klienter och deras varierande behov. Metoder blir professionellt användbara via terapeuten, där det är terapeutens val bland metoder och tekniker som blir av betydelse. Ett annat sätt att uttrycka det är att terapeuten ses som en förmedlande länk eller hjälpare mellan kunskap, vetenskaplig och praktisk, och objekt, dvs. berörd klient (Brante, 2014). När terapeuter tar utgångspunkt från nyfikenhet, en ”not knowing position”, eftersöks samskapande och gemensamt utforskande med klienten, något som förutsätter att terapeuten besitter en varm och närvarande personlighet, har förmåga att knyta en tillitsfull relation med klienten (Håkansson, 2020, Heinonen & Nissen-Lie, 2020). Vi lever i en tid där mätbarhet har yttersta betydelse, vilket har i mångt och mycket bekostats av känslans plats när det gäller engagemang

och handling (Håkansson, 2020). Nyfikenhet och med en hållning som har grund i icke dömande och öppenhet, ger terapeuter en möjlighet att lita på och använda sitt omdöme i det terapeutiska arbetet. Det står lite i kontrast till det professionella handlandet som ska vara effektivt och evidensbaserat. Vi ska veta vilka effekter handlingen får och vad som är den bästa handlingen i en viss situation. Det finns plats för båda i ett professionellt omdöme, vilket också krävs (Bornemark, 2020). Likaså framhåller den här studiens informanter tydligt att svar och guidning för om terapin är till nytta, bör efterfrågas hos klienten. En efterfrågan som sker under terapiprocessen i ljuset av ett samskapande av god terapi. Det verkar som ett samskapande och därmed klientinflytande, är till hjälp för att matcha klients behov och samtidigt möjliggöra för terapeut att utföra sitt praktiska arbete på ett bra sätt.

Studiens styrkor och svagheter

Deltagarna i studien har valts ut utifrån våra kurskamrater på psykoterapeutprogrammet med inriktning familjeterapi. Det är inte ett representativt urval för samtliga psykoterapeutiska inriktningar. I vår studie är det en psykodynamisk terapeut och resten är familje- och parterapeuter. Vi har ställt oss frågan om informanternas teoretiska bakgrund är för lika varandra och vad hade det inneburit om KBT och annan inriktning varit representerad? Hade vi fått andra svar då? Det är fullt möjligt och vi uttalar oss enbart om vårt resultat utifrån de förutsättningar som studien bedrivits. När det kommer till generaliserbarhet menar i och för sig Alvesson & Skoldberg (2017) att det går att göra även vid kvalitativa studier även om det är större fokus på djup än bredd. Det krävs dock att det är under likartade förutsättningar för att kunna generalisera. I forskning med IPA åsyftas dock inte generaliserbarhet, utan målet är att belysa individuella upplevelser (Smith et al., 2009).

Vi har reflekterat mycket över vår förförståelse och dess betydelse för studiens utformning och riktning. Förförståelse kan både vara en tillgång att veta mycket om ett område för att kunna fördjupa sig och vara en nackdel om vi som forskare blir för styrda av den och inte kan vidga vårt perspektiv. Det är svårt att själva avgöra hur väl vi lyckats med det men vi har försökt vara transparenta och kritiska i vårt resonemang för att blottlägga eventuell påverkan av oss själva på resultatet för läsaren.

Intervjuerna gjordes av två intervjuare på olika platser, antingen på informantens arbetsplats eller i universitetslokaler samt en digitalt. Valet av plats för intervjun kan ha betydelse. Det kanske är lättare för informanten att träda in i sin professionella roll på sin arbetsplats men kanske också att känna sig friare i sina svar utanför arbetsplatsen. Vi har inte

kunnat se någon tydlig skillnad utifrån informanternas svar om platsen för intervjun har haft betydelse. Att vi varit två olika intervjuare gör att intervjuerna blir influerade av oss på olika sätt, vilket är ofrånkomligt. Vi har dock haft samma intervjuguide och diskuterat oss samman om eventuella underteman i intervjun. Det har varit en styrka och tillgång att vara två i analysen av materialet. Efter att intervjuerna skrivits ut i sin helhet har vi båda noga läst alla intervjuer vid flera tillfällen. På så vis är analysen inte enbart präglad av en person utan vi har granskat varandras analyser och på så vis förhoppningsvis fått en rikare och mer nyanserad bild.

Vi övervägde en tematisk analys när vi konstruerade vår intervjuguide men kom fram till att studien hade en mer fenomenologisk ansats och att IPA skulle passa bättre. En tematisk analys bedömde vi skulle vara grundare och med en fenomenologisk analys skulle tolkningarna komma närmare vår empiri i studien.

Vi har varit noga med att informanterna ska få behålla sin anonymitet och det etiska perspektivet har alltid gått före eventuell tillförlitlighet gällande validiteten. Det har påverkat hur resultatet redovisas för att det inte ska bli på individnivå där enskilda informanter känner sig utelämnade. Om det har blivit på bekostnad av att läsaren upplever analysen som fattigare gällande jämförelser avseende likheter och olikheter i materialet så står vi i sådana fall för våra avvägningar.

Vi blev lite förvånade över att informanternas svar var så pass lika och det gjorde att vi började ställa nya frågor till vårt material. Utifrån det började vi titta mer på habitus och kultur för att hitta förklaringar till det gemensamma språket. Det var en ”ahaupplevelse” för oss hur svårt det kan vara att själv vara medveten om vad som ligger bakom ens val och avvägningar i stunden som terapeut i mötet med klienten. Vi fick en bild av att de personliga värdena för terapeuten var viktiga vid val av tekniker, medan metoder mer kan tillhandahållas av andra, om terapeuten tillåts ha ett handlingsutrymme inom ramarna för metoden.

Framtida forskning

Det är ett förhållandevis outforskat område hur psykoterapeuter väljer sina tekniker och vad som påverkar deras val av metoder i det klientnära arbetet. Pawson (2012) tar upp att det behövs mer forskning på den terapeutiska processen och den sociala kontexten runt terapin. Utifrån informanternas perspektiv ser vi att klienten utser terapeuten till experten som ska hjälpa den. Organisationer har samtidigt idag mer inbyggt att klienten är experten på sitt liv och det blir därmed allt viktigare att fråga klienten vad den själv vill. Terapeuten behöver röra sig på en osynlig linje, ett kontinuum, mellan expert och not knowing position och den rörligheten

blir viktig för att matcha klienten. Med hjälp av sitt professionella omdöme fattar terapeuten beslut i terapirummet med klienten. Det kan vara mer eller mindre medvetna processer hos terapeuten. Håkansson (2015) och Bornemark (2020) nämner att mer forskning behövs på hur professionella använder sitt omdöme i mötet med klienten och vad det innebär i praktiken. Det vore intressant för framtida forskning att titta närmare på hur dessa processer går till.

Utifrån att alla informanter var socionomer har vi under tiden som vi jobbat med uppsatsen ställt oss frågan vilken betydelse som grundutbildningen har för psykoterapeuter och deras yrkesidentitet. Det hade varit intressant att gå vidare med framtida forskning för att undersöka grundutbildningens betydelse vid terapeutens val av teori, teknik och metod. En liknande fråga är också om det skiljer sig mellan olika terapeutiska inriktningar vid terapeutens val av teknik och metod.

Ytterligare ett område som vore intressant att forska vidare på är hur organisationer tillvaratar och stimulerar den professionella terapeutiska kompetensen. I Schofield (2008) forskning visas att det är vanligt och kanske viktigt för psykoterapeuter att ha flera olika uppdrag samtidigt och verka på olika arenor. Att det tillför en stimulans och utveckling för terapeuten. I vår uppsats förmedlas en bild av informanterna att när de får sin handlingsfrihet inskränkt finns det en risk att terapeuterna inte stannar kvar i organisationen vilket innebär en kompetensförlust och eventuellt en kvalitetsförsämring för klienterna. Det hade varit intressant att studera hur offentliga organisationer i samhället kan utveckla verksamheter som tillvaratar professionella terapeuters kunskapsbank.

Slutord

Vi vill avsluta med att säga att studiens informanter och deras berättelser har förmedlat en bild där ordet mod, att våga, träder fram som en värdefull egenskap hos såväl terapeut, klient som inom kontext där psykoterapi bedrivs. Att som terapeut ha mod att lita till sig själv och tillit till att dela med sig av sig själv. Att som klient ha mod att stiga in med sig själv och berätta vad och hur hjälp kan formas just för hen. Att organisation och arbetskontext kan ha mod för att både ge utrymme till praktiken, och ha mod för att stå upp för och eftersöka eget utrymme hos högre nivå, i syfte att verka för att psykoterapeuters omdöme, handlingsutrymme och kompetens ges plats.

Att våga är att förlora fotfästet för en sekund

men att inte våga är att förlora sig själv (Sören Kirkegaard)

Referenser

- Akademikerförbundet SSR. (u.å.). *Etik & psykoterapi. – Etisk kod för psykoterapeuter*. Hämtad 28 april, 2024, från <https://akademssr.se/sites/default/files/files/Etik%20f%C3%B6r%20psykoterapeuter.pdf>
- Alvehus, J. (2019). *Skriva uppsats med kvalitativ metod – En handbok*. Liber.
- Alvesson, M & Sköldberg, K. (2017). *Tolkning och reflektion – Vetenskapsfilosofi och kvalitativ metod*. Studentlitteratur.
- Berger, P. & Luckmann, T. (1966). *The social construction of reality – A treatise in the sociology of knowledge*. Penguin books.
- Bergmark, Å., Lundström, T. (2011). Evidensbaserad praktik i svenskt socialt arbete. I I. Bohlin & M. Sager (red.), *Evidensens många ansikten*. Arkiv.
- Bernhardt, I., Nissen-Lie, H., Moltu, C., McLeod, J. & Råbu, M. (2019). 'It's both a strength and a drawback' How therapists' personal qualities are experienced in their professional work. *Psychotherapy Research*, 29(7), 959-970. <http://doi-org.ludwig.lub.lu.se/10.1080/10503307.2018.1490972>
- Blom, B. & Morén, S. (2015). *Teori för socialt arbete*. Studentlitteratur.
- Blow, A., Sprenkle, D. & Davis, s. (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(3), 298-317. <https://doi-org.ludwig.lub.lu.se/10.1111/j.1752-0606.2007.00029.x>
- Blumer, H. (1969). *Symbolic interactionism – Perspective and method*. University of California Press.
- Bornemark, J. (2018) *Det omätbaras renässans*.
- Bornemark, J. (2020). *Horisonten finns alltid kvar: om det bortglömda omdömet*. Volante.
- Bourdieu, P. (2014). *Praktiskt förnuft – Bidrag till en handlingsteori*. (3.uppl.). Daidalos AB.
- Bourdieu, P. (2016). *Kultur och kritik*. (2. uppl.). Daidalos AB.
- Brante, T. (2014). *Den professionella logiken: hur vetenskap och praktik förenas i det moderna kunskapssamhället*. Liber.
- Bryman, A. (2018). *Samhällsvetenskapliga metoder*. (3. uppl.). Liber.

Davis, S.D. & Hsieh, A.L. (2019) What does it mean to be a common factors informed family therapist? *Family Process*, 58(3), 629-640.

Denscombe, M. (2018). *Forskningshandboken – För småskaliga forskningsprojekt inom samhällsvetenskaperna*. Studentlitteratur.

Eliasson, R. (1995). *Forskningsetik och perspektivval*. Studentlitteratur.

Evetts, J. (2006). Short note: The sociology of professional *kunskapssamhället*. Liber. Groups: new directions. *Current Sociology*. 54(1), 133-143.

Evetts, J. (2010). Reconnecting professional occupations with professional organizations: risks and opportunities. I L. G. Svensson & J. Evetts (red.), *Sociology of professions-Continental and Anglo-Saxon traditions*. (s.123-144). Daidalos AB.

Evetts, J. (2011). "A new professionalism? Challenges and opportunities". *Current Sociology*, 59(4), 406-422.

Gold, R. & Gold, A. (2023). 'Am I a good enough therapist?': Self-doubt among speech and language therapists. *International Journal of Language & Communication Disorders*, 1. <http://doi-org.ludwig.lub.lu.se/10.1111/1460-6984.12935>

Heinonen, E. & Nissen-Lie, H. (2020). The professional and personal characteristics of effective psychotherapists: a systematic review. *Psychotherapy Research*, 30(4), 417-432. <https://doi-org.ludwig.lub.lu.se/10.1080.10503307.2019.1620366>

Håkansson, C. (2015). The extended therapy room. *European Journal of Psychotherapy and Counselling*, 17(4), 384-401. <https://doi-org.ludwig.lub.lu.se/10.1080/13642537.2015.1094503>

Håkansson, C. (2020). *Terapeuten – Om levd erfarenhet och profession*. Studentlitteratur.

Institutionen för Vård och Omsorg. (2023a). *Lämna ett formellt klagomål enligt patientsäkringslagen*. Hämtad den 1 maj, 2024, från <https://www.ivo.se/beratta-for-ivo/klagomal-halso-sjukvard/>

Institutionen för Vård och Omsorg. (2023b). *Jag är anmäld, vad händer nu?* Hämtad den 1 maj, 2024, från <https://www.ivo.se/vard-omsorgsgivare/jag-ar-anmald/>

Justesen, L. & Mik-Meyer, N. (2011) *Kvalitativa metoder. Från vetenskapsteori till praktik*. (S. Andersson, Övers.). Studentlitteratur. (orginalarbete publicerat 2010)

Kissil, K., Carneiro, R. & Aponte, H.J. (2018). Beyond duality: The relationship between the personal and professional selves of the therapist in the Person of the Therapist Training. *Journal of Family Psychotherapy*, 29(1), 71-86-86. <https://doi-org.ludwig.lub.lu.se/10.1080/08975353.2018.1416244>

Kumaria, S., Bhola, P. & Orlinsky, D. (2018) Influences that count: professional development of psychotherapists and counsellors in India. *Asia Pacific Journal of Counseling & Psychotherapy* 9(1), 86-106. <https://doi-org.ludwig.lub.lu.se/10.1080/21507686.2017.1416416>

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

Kvale, S. & Brinkmann, S. (2015). *Den kvalitativa forskningsintervjun*. (3. uppl.). Studentlitteratur.

Langemar, P. (2008). *Kvalitativ forskningsmetod i psykologi. -att låta en värld öppna sig*. Liber.

Lorentzen, S., Rønnestad, M. & Orlinsky, D. (2011). Sources of influence on the professional development of psychologists and psychiatrists in Norway and Germany. *European Journal of Psychotherapy & Counselling*. 13(2), 141-152. <https://doi-org.ludwig.lub.lu.se/10.1080/13642537.2011.570016>

Muran, J.C. & Eubanks, C.F. (2020). *Therapist performance under pressure: negotiating emotion, difference, and rupture*. American Psychological Association.

Orlinsky, D. (2009). Research on psychotherapy and the psychotherapeutic profession(s): A brief introduction. *European Journal of Psychotherapy and Counselling*, 11(2), 183-190. <https://doi-org.ludwig.lub.lu.se/10.1080/13642530902927345>

Pawson, R. (2012). Realist Thought on Cinderella, Alice in Wonderland and Health care interventions. *Nursing inquiry*, 19(1), 4-5.

Payne, M. (2015). *Modern teoribildning i socialt arbete*. Natur & Kultur.

Rønnestad, M. & Skovholt, T. (2003). The journey of the counselor and therapist: Research findings and perspectives on professional development. *Journal of career development*, 30(1), 5-44.

Schofield, M. (2008). Australian counsellors and psychotherapists: A profile of the profession. *Counselling and Psychotherapy Research*, 8(1), 4-11.

Simon, G. (2006). The heart of the matter: a proposal for placing the self of the therapist at the center of family therapy research and training. *Family Process*, 45(3), 331-344. <https://doi-org.ludwig.lub.lu.se/10.1111/j.1545-5300.2006.00174.x>

Smith, J., Flowers, P. & Larkin, M. (2009). *Interpretative Phenomenological Analysis. Theory, Method and Research*. Sage.

Svensson, L. (2006). New professionalism, trust and competence: Some conceptual remarks and empirical data. *Current Sociology*, 54(4), 579-593.

Svensson, L. G. (2010). Professions, organizations, collegiality, and accountability. I L. G. Svensson & J. Evetts (red.), *Sociology of professions- Continental and Anglo-Saxon traditions*. (s.145-166). Daidalos AB.

Willig, C. (2013). *Introducing qualitative research in psychology*. (3.uppl.). McGraw Hill Education, Open University Press.

Erbjudande om att delta i studie,

inom ramen för examensuppsats på psykoterapeutprogrammet

Vi, Mikael Hörnebrant och Åsa Jeppsson, är studenter på psykoterapeutprogrammet i Lund. Nu står vi inför utbildningens sista termin och uppgiften att skriva en examensuppsats. I vårt examensarbete vill vi undersöka psykoterapeuters upplevelse, av vad det är som inverkar på deras val av teorier, metoder och tekniker, när de utför sitt kliniska arbete.

Vi tar avstamp i att yrket psykoterapeut kan ses som något av ett hantverk, som bedrivs i varierande miljöer och att ingen terapi är exakt det andra lik. Vi är intresserade av att undersöka psykoterapeuters upplevelse av hur arbetskontext, yrkesroll och klienters behov och situation inverkar vid deras val av teori, metod och teknik när de möter klienter. Vår förhoppning är att studien kan med fördjupad kunskap, bidra till ökad förståelse för psykoterapeuters arbetsförhållanden samt medverka till förhöjd medvetenhet hos psykoterapeuten själv över sina egna val av teori, metod och teknik.

Vi skulle väldigt gärna få möjlighet att ta del av dina upplevelser och erfarenheter om vad som inverkar vid ditt val av teori, metod och teknik i möte med klienter.

Om du väljer att delta i studien så önskar en av oss träffa dig för en intervju. Vi träffas på en plats som passar för dig och vi beräknar att intervjun pågår i upp till en timme. Intervjun kommer att spelas in. Det inspelade materialet kommer att raderas efter att uppsatsen är färdigställd. Deltagandet är helt frivilligt och du kan när som helst avbryta din medverkan utan att ange någon anledning.

Om du har frågor eller önskar ytterligare information är du välkommen att höra av dig till någon av oss.

Mikael Hörnebrant

tel: 076- 834 76 91

e-post: mikael.hornebrant@outlook.com

Åsa Jeppsson

tel: 070-266 25 60

e-post: asajeppsson@me.com

Vi hoppas att du vill och har möjlighet låta oss få ta del av dina tankar och erfarenheter!

Vänligen Mikael & Åsa

Intervjuguide

Introduktion

Information om intervjun för mer i form av ett samtal

Berätta lite kort om var du arbetar och vem du möter

Yrkesroll/yrkesidentitet

Vill du berätta lite om hur ser du på dig själv i rollen som terapeut?

- Skulle du säga att det finns några ledord / angelägen hållning för dig i ditt arbete som terapeut?
- Hur märks det vid val teori, metod, teknik?
- Praktiska exempel på hur det visar sig i ditt praktiska arbete

Arbetsplats

Hur ser du på din arbetsplats utifrån att arbeta som terapeut?

- Handlingsutrymme?
- Upplever du att kollegier och arbetsledning ser på samstämmighet/olikheter?
- Hur visar det sig i vardagen?

De personer du möter och deras problem/behov

Vill du berätta lite om de personer som du möter? Hur omnämns de?

- Hur informerade är klienter vid 1:a mötet om vad som ska ske?
- Har de egna önskemål? Hur märks det?
- Vill du berätta om hur din process med att välja teori, metod och teknik kan se ut i terapirummet?

Bakgrund

Utbildningsbakgrund, grundexamen och terapeutisk inriktning

Kort jobbhistorik