

# FAMILJETERAPEUTERNAS PROFESSIONALISERING

**I senaste numret av SFT uppmanades vi att uttrycka våra synpunkter och vi vill gärna hörsamma denna uppmaning.**

Det är nu ca 20 år sedan familjepsykoterapeuter har kunnat räkna sig till de legitimerade psykoterapeuternas skara. (Begreppet familjepsykoterapeut kommer fortsättningsvis att användas genomgående utom när behandlingsarbete i vidare mening inom fältet avses.)

Legitimationsmöjligheten föregicks av en diskussion där olika åsikter bröts mot varandra. Många familjeterapeuter mistroddes då denna möjlighet och menade att psykoterapi inte ska styras av formella utbildningar och krav, medan andra menade att yrket borde präglas av en någorlunda gemensam teoretisk och empirisk bas. Sannolikt är det idag få som vill avskaffa legitimationen. Däremot kvarstår diskussionen på fältet om vad familjeterapins professionalisering innebär. Med denna artikel vill vi diskutera den fortsatta utvecklingen och initiera en diskussion inom Svenska familjeterapiföreningen var vi står i förhållande till familjeterapeutens professionalisering.

För en förhållandevis ny profession är det viktigt att fundera över hur yrket fortsatt kan och ska professionaliseras. Det familjepsykoterapeutiska perspektivet är på defensiven ute på klinikerna i Sverige och det är hög tid att mobilisera de krafter som behövs för att detta psykoterapeutiska arbetssätt ska fortleva och utvecklas. Familjepsykoterapi behöver kunna hävda sin profession i den kliniska världen i konstruktiv samverkan med andra evidensbaserade perspektiv som det kognitiva, det kognitivt-beteendeterapeutiska, det neuropsykologiska och det gryende evidensbaserade psykodynamiska perspektivet grundat på affekt- och anknytningssteori.

För en professionalisering och uppriktigheten av en psykoterapeutisk profession krävs:

Forskning, Formaliserad utbildning, Legitimering, Yrkesförening

Alla dessa delar finns nu i Sverige men vad är SFTT:s roll och ideologi vad gäller att verka för att stödja dessa punkter?

## FORSKNING

Grunden i en professionell hållning är att den är baserad på vetenskapliga principer och beprövad erfarenhet.

Vi delar forskarmajoritetens syn på vetenskaplig framväxt som en dialektisk process mellan kunskapsgenererande och kunskapskonfirmerande forskningsmetodik. Detta betyder att man betonar det komplementära värdet av kvalitativa och kvantitativa forskningsmetoder beroende var i forskningsprocessen inom ett fält som man befinner sig och vilken forskningsfråga man ställer. Ibland ställs dessa två perspektiv olyckligt emot varandra och metodfrågan skymmer intresset för forskningsfrågan. I början av en forskningsprocess kring en metod söker man begrepp att beskriva intressanta processer för att kunna formulera viktiga hypoteser genom kvalitativ metodik, medan man längre in i processen vill kunna konfirmera effekter av metoden mer generellt genom en kvantitativ metodik.

När det gäller familjeterapin menar vi att det är dags att tydligare sträva mot en kunskapskonfirmerande forskningsambition för att visa metodens mer generella effektivitet och för att med större tyngd kunna argumentera för ett familjepsykoterapeutiskt förhållningssätt i den kliniska världen.

American Psychological Association sammanfattar på ett utmärkt sätt grunden till en evidensbaserad praktik i en artikel på sin hemsida. Nedan följer en översättning av en kort sammanfattning av denna artikels syn på olika vetenskapliga metoders plats i ett större sammanhang:

*Många olika forskningsdesigner bidrar till evidensbaserad praktik, och olika forskningsdesigner är olika bra på att passa olika typer av frågor (Greenberg & Newman, 1996):*

- *Klinisk observation inkluderande individuella fallstudier och psykologisk grundforskning är värdefulla källor för upptäckter och hypoteser.*

- *Kvalitativ forskning kan användas för att beskriva människors subjektiva upplevelser av psykoterapi.*

- *Systematiska fallstudier är speciellt användbara när de ses tillsammans – som i formen av tillämpad forskning i nätverk – för att jämföra individuella patienter med patienter med liknande karaktéristika.*

- *Single-case experimentella designer är speciellt användbara för att etablera orsakssamband i ett individuellt sammanhang.*

- *Forskning i den offentliga sektorn och etnografisk forskning är speciellt användbar för att fånga tillgänglighet, användbarhet och acceptans vad gäller behandling inom området för mental hälsa liksom att föreslå vägar att förändra dessa för att maximera deras användbarhet i ett givet socialt kontext.*

- *Process-outcome studier är speciellt användbara för att identifiera förändringsmekanismer.*

- *Interventionsstudier som görs i naturliga miljöer passar väl för att bedöma behandlingars ekologiska validitet.*

- *RCTs (randomiserade kontrollerade studier) och dess logiska ekvivalenter är standard för att dra slutsatser om orsakssamband om interventioners effekter.*

- *Metaanalys är den systematiska metoden för att från många olika studier testa hypoteser och kvantitativt uppskatta effekters storlek.*

Inom familjepsykoterapin är vi ett stycke på väg i denna process, men många av de metoder vi familjepsykoterapeuter praktiserar är relativt utforskade och saknar långtidsuppföljning. Vi förlitar oss fortfarande i alltför hög grad på feedback från patienten och anekdotisk framställning kring vad som är verksamt i våra metoder.

En majoritet i den vetenskapliga världen är överens om att den klart överlägsna metoden att kunna bedöma om en behandlingsmetod är verksam är randomiserade kontrollerade studier (RTC). En logisk konsekvens av resonemanget ovan är att vi familjepsykoterapeuter tydligt bör stödja detta förfaringsätt eftersom det är genom denna modell för forskning som en behandlingsmetod konfirmeras som effektiv.

För att kunna genomföra RCT krävs bland annat tydliga processbeskrivningar av metoden som ska studeras, dels därför att man ska kunna identifiera metoden och kunna upprepa den, dels därför att forskningen avseende behandlingsprocess och utfall ska kunna fortgå kontinuerligt. Dessa processbeskrivningar kallas manualer och kan ses som nödvändiga styrinstrument för en konfirmerat effektiv behandlingsmetod. Vi bör därför också stödja utvecklingen av bra skrivna manualer till stöd för den enskilde familjepsykoterapeuten i sitt utövande av en behandlingsmetod såsom den utarbetats och prövats vara effektiv.

En logisk konsekvens av detta är att såväl klinisk verksamhet som legitimeringsgrundande utbildningar bör ha en stabil grund i forskning, vilket är en gemensam hållning för alla legitimeringsgrundande professioner.

Forskningsbasen var en nödvändig grundpelare då det gällde att få ett familjepsykoterapeutiskt arbetssätt godkänt som grund för legitimeringsgrundande utbildning till psykoterapeut och att familjepsykoterapeuter nu kan utöva sin verksamhet inom ramen för hälso- och sjukvårdslagen.

Kontinuerlig forskningsbaserad verksamhet är en nödvändighet för professionens fortlevnad och en yrkesförening behöver naturligtvis stödja detta genom att uppmuntra till familjepsykoterapeutisk forskning. Detta kan göras genom att vi tillskapar större möjligheter för forskare inom fältet att i vår tidning och på konferenser anordnade av vår förening presentera sitt arbete.

Vad gäller psykoterapeututbildningar på familjepsykoterapeutisk grund behövs disputerade lärare som givetvis är familjepsykoterapeuter men även goda kliniker, pedagoger och handledare. Detta är idag en bristvara och flera av de (förhållandevis få) kollegor som disputerat under senare år har snabbt blivit uppfångade av andra arbetsuppgifter. Om det inte finns disputerade personer att tillgå som kan vara ansvariga för psykoterapeututbildningen är det stor risk att de legitimeringsgrundande familjepsykoterapeututbildningarna försvinner. Det är därför av yttersta vikt att föreningen uppmuntrar till forskning för att professionen ska bli försörjd i framtiden. Genomsnittsåldern på dem som är ansvariga för de legitimeringsgrundande familjepsykoterapeututbildningarna i landet är förhållandevis hög och det är högaktuellt med ett gene-

rationsskifte både i utbildningsväsen och i klinisk verksamhet.

#### FORMALISERAD UTBILDNING

I dag finns det i Sverige en rad legitimeringsgrundande utbildningar, oftast placerade vid universitetsinstitutioner. Det senaste professionaliseringssteget var att Högskoleverket granskade psykoterapeututbildningar och gav godkännande eller hade synpunkter på hur man skulle få det. Högskoleverket var hård i nyporna och endast 4 av 18 granskade utbildningsinstitutioner blev helt godkända. Den mest framträdande kritiken från Högskoleverket var att utbildningarna inte var tillfredställande ur vetenskaplig synpunkt. Dessa krav har diskuterats och förhoppningsvis leder de till bättre utbildningar. Motsvarande krav bör utarbetas för den spretiga flora som Steg 1 utbildningar utgör. Alla längre utbildningar bör varumärkas så att de som går dem och betalar dyra pengar för dem vet vilken status utbildningen har i detta formaliserade system.

En grundläggande psykoterapeututbildning leder fram till psykoterapeutexamen och man har behörighet att ansöka om legitimation från socialstyrelsen. Innan man når detta mål är utbildningarna formaliserade så att man med en akademisk utbildning som grund kan söka grundläggande psykoterapeututbildning (Steg 1). Därefter är man behörig sökande till den legitimeringsgrundande psykoterapeututbildningen (Steg 2). Först därefter kan man genomgå handledarutbildning i psykoterapi med familjepsykoterapiinriktning (Steg 3). Inom dessa steg i psykoterapeututbildningen finns en rad regler och formalia som följer högskoleverkets krav. Man kan ha många kritiska synpunkter på denna formalisering men den är nödvändig för professionalisering. Den ger patienter/klienter en vägledning om vad en legitimerad psykoterapeut har för bakgrund och kompetens och också rättssäkerhet för patienten/klienten.

#### LEGITIMERING

Med legitimationen som grund, vilket ger missnöjda patienter rätt att anmäla sin terapeut till Socialstyrelsens ansvarsnämnd, är det viktigt att följa principerna om vetenskap och beprövad erfarenhet. Legitimering av en profession är först möjlig efter det att forskning presenterats och att det finns utbildningsvägar att nå denna legitimation. Legitimeringen ger också ett rättesnöre

för dem som vill remittera patienter till en familjepsykoterapeut.

#### YRKESFÖRENING

Svenska familjeterapiföreningen är en intresseförening och ingen yrkesförening i egentlig mening. Föreningens medlemmar är inte enbart legitimerade familjepsykoterapeuter utan också familjebehandlare i vid mening. I den svenska familjeterapipraktiken har vi också låtit det familjeterapeutiska perspektivet genomsyra många yrkespraktiker inom social- och psykosocialt arbete. De som utövar detta ska naturligtvis också ha en yrkesmässig och vårdideologisk tillhörighet i en intresseförening. Det borde vara en tillgång för alla som verkar i familjeterapeutisk anda att vi i föreningen tar en klar ställning till förmån för att stödja och uppmuntra till forskning och utveckling av metoder som vilar på evidensbaserad praktik. Det borde också vara en fördel för oss som föreningens medlemmar att på konferenser och dylikt få ta del av forskningsrön och vetenskapliga sammanställningar från vårt fält.

#### KONSEKVENSER

En av konsekvenserna om vi väljer att i föreningen verka i andan av "vetenskap och beprövad erfarenhet" är att vi måste förhålla oss till evidensbaserad praktik och inkludera detta perspektiv i de olika organ som föreningen uttrycker sina ställningstaganden genom. Som medlem i en yrkesförening vore det troligtvis av intresse att få ta del av de primära forskningsfynd som finns och inte minst ta del av metaanalyser (sammanställning av tillgänglig forskning) gällande flera olika metoder och målgrupper.

Genom att forskning blir alltmera tillgänglig för allmänheten kommer kraven från patienter sannolikt att öka detta tryck. Att tolka forskning är inte helt enkelt varför det krävs ett utökat samarbete mellan forskare och praktiker inom professionen. Kopplingen mellan fält och forskning är något som kontinuerligt behöver diskuteras och arbetas med. Inom vårt fält har vi inga läkemedelsbolag som sponsrar forskning eller konferenser där fält och forskning sammanlänkas. Vi är utlämnade att skapa dessa arenor själva och detta är en viktig utmaning och arbetsuppgift i den kontinuerliga utvecklingen av vår profession. Vår familjeterapeutiska praktik sker ju fortfarande huvudsakligen i skattefinansierade verksamheter och där ställs allt hårdare krav på att man tar ekonomiska

aspekter under övervägande Detta kräver också forskning!

Att många familjeterapeuter har en viss misstänksamhet mot ordet evidens och randomiserade studier är inte någon nyhet. Ofta anförs t.ex. att det inte finns evidensbaserade metoder för det vi arbetar med eller att en evidensbaserad praktik innebär att man inte kan utveckla nya behandlingsmetoder. Givetvis måste nya metoder utvecklas kontinuerligt, dock bör dessa utvärderas innan de sprids.

En annan spridd uppfattning är att manualer gör terapeuten till en mekaniserad robot som följer en manual, och att manualbaserat arbete inte tar hänsyn till eller bortser från allians mellan patient och terapeut, att manualer inte tillåter kreativt tänkande etc. Det finns inget vare sig forsknings- eller erfarenhetsstöd för dessa uppfattningar. Snarare är det så att majoriteten av manualer poängterar vikten av moment som alliansskapande och kreativt tänkande. För en processinriktad profession är manualen oftast istället ett stöd i det terapeutiska arbetet. Manualen är väsentlig också för den transparens den åstadkommer då kontraktet och arbetsformen mellan familj och familjeterapeut blir det tydligt och öppet för båda parter.

Sedan krävs det oftast av terapeuten att vara mycket bekräftande och kunna ge stöd och ha variation i sin repertoar för att kunna hjälpa familjen att nå de önskade målen. Inom exempelvis MTFC, FFT, PMT och olika föräldrautbildningsmodeller används många kreativa arbetsformer som rollspel, positiv omformulering, tydliga bekräftelser och det krävs att terapeuten är personlig, engagerad, tillgänglig och flexibel i var och hur och när man kan träffas. Detta är arbetsformer som är mycket välkända för oss familjeterapeuter.

Vi vill med denna text inbjuda till en diskussion kring hur vår yrkesförening kan bidra till en tydlig professionaliseringslinje inom föreningen. Detta skulle kunna ske genom flera reportage i föreningens tidskrift med ett i grunden positivt anslag för kunskapssökande genom forskning eller genom presentationer av metastudier och nytukomna avhandlingar inom fältet etc. Ett tydligt led i den riktningen är de forskningsbaserade studiedagar som föreningen anordnat i Göteborg. Föreningen kunde tydligare stödja och lyfta fram de som forskar. Exempelvis kunde föreningen instifta en mindre summa (när man har överskott från konferenser o.dyl.) att söka för yngre

ograduerade forskare i sin strävan att komma igång med forskning. Föreningen kanske också kunde ha klara kriterier (och där forskning kunde vara ett starkt kriterium) för när man skickar representanter till nationella och internationella hearings, utser årets familjeterapeut eller organiserar nationella konferenser. Detta kan innebära att vi på nationella konferenser bjuder in svenska forskare som disputerat under året eller de senaste åren. Insatser av det här slaget skulle utgöra ett viktigt stöd för svenska familjeterapiforskare.

Föreningsarbete är slitsamt och det är väl känt att det inte alltid är så lätt att rekrytera till olika poster inom föreningen. Trots detta pågår en kontinuerlig aktivitet både i lokalföreningar och svenska föreningen och det vore av intresse att få igång en diskussion i de frågor vi dryftar här. Vi väntar med spänning på debatt!

Kjell Hansson, Professor socialt arbete,  
Lunds Universitet

Johan Sundelin, Kursansvarig vid ett flertal universitetsanknutna Steg-2-utbildningar,  
Lunds Universitet.

Ingegerd Wirtberg Universitetslektor,  
Psykologiska institutionen Lunds  
Universitet.

Arbetar du med familjer och föräldrar i ditt dagliga arbete? Ta chansen till ny input, nya perspektiv och ny energi!

## 1-årigt träningsprogram i familjerådgivning & föräldravägledning

under ledning av Jesper Juul

Programmet vänder sig till psykologer, socionomer, pedagoger, lärare, sjuksköterskor och terapeuter etc, företrädesvis med minst fem års arbetslivserfarenhet.

Under hösten 2009 påbörjar vi programmet med totalt 5 träffar under läsåret i centrala Göteborg.

Efter fullföljt program utfärdas diplom från Family Lab Int.

Mer information finner ni på  
[www.family-lab.com](http://www.family-lab.com) • [www.family-lab.se](http://www.family-lab.se) • [www.famlab.no](http://www.famlab.no)

*"Det så kallade problemet eller symptomen är inte så viktigt. Den viktiga faktorn är personen som har symptomen. Vi kan inte lösa problem men vi kan hjälpa individer att ändra destruktiva mönster, perspektiv och beteende till konstruktiva sådana"* Jesper Juul



familylabint