

# Bringing Common Factors to Life in Couple and Family Therapy

Eli A. Karam and Adrian J. Blow



Med stort intresse läser jag **Bringing Common Factors to Life in Couple and Family Therapy** skriven av Professor Eli A. Karam, University of Louisville och Professor Adrian J. Blow, Michigan State University. Boken är utgiven på Routledge 2023.

Boken framstår som en utvidgning och fördjupning och uppdatering av Douglas H. Sprenkles, Sean D. Davis' och Jay L. Lebows bok *Common Factors in Couple and Family Therapy*, The Guilford Press, 2009. Varje kapitel har en gedigen referenslista avseende framför allt psykoterapeutisk processforskning.

## **Common Factors i familjeterapi**

Efter en inledning om Common Factors både i allmänna psykoterapeutiska termer i Bruce Wampholds anda och mer specifikt med fokus på systemiskt familjeterapeutiskt arbete, tar författarna sin utgångspunkt i Sprenkles, Davis' och Lebows beskrivna Common Factors speciella för familjeterapi:

1. Konceptualisering av problematiken i systemiska, relationistiska termer.
2. Att bryta dysfunktionella, relationistiska mönster.

3. Att utvidga den terapeutiska alliansen.
4. Att utvidga det direkta terapeutiska systemet.
5. Att visa respekt för klienternas livsstil, familjestil och kultur, att anpassa insatserna och ge dem privilegium att avgöra om det som erbjuds fungerar eller ej samt former för feedback i detta avseende.

Under alla dessa fem rubriker fördjupar och utvidgar författarna informationen till sina läsare med utmärkta exempel.

### **Familjeterapeutiska modeller och Common Factors**

Fokus i framställningen är att hitta en, för den terapeutiska situationen, avvägd balans i valet av prioriterade strategier och familjeterapeutiska modeller. Detta bör ske med utgångspunkt från terapeutiska effekter snarare än terapeutiska strategier per se.

Arbetsmodellen underordnas ändamålsenligheten i att hitta bästa sätt att identifiera och utveckla den interaktiva processen i familjen. Terapeuten arbetar från ett läge som skapade kommunikationsbrott mellan medlemmarna i familjen till en mer konstruktiv problemlösning.

Perspektivet är, som i Sprenkles et al:s bok, att det inte föreligger en motsättning mellan familjeterapeutiska modeller och Common Factors-perspektivet. Istället ses familjeterapeutiska modeller som utmärkta tillämpningar av Common Factors i mer specifika kontext.

I boken presenteras insatser på beteendenivå, på kognitiv nivå och på emotionell nivå som ingångar för det familjeterapeutiska arbetet av lika värde men med användbarhet i olika problemsituationer för olika människor.

Med stor respekt för hur stor roll extraterapeutiska faktorer spelar för framgång i alla former av psykoterapi (sådan som terapeuten inte kan påverka) betonas genomgående vikten av att som familjeterapeut söka kunskap om klienternas/ patienternas utgångspunkter inför förändringar av sina olika livssituationer. De olika familjemedlemmarnas beredskap för aktivt deltagande i en terapeutisk process ser ju ofta olika ut. Det terapeutiska arbetet läggs sålunda upp så att klienterna på så bra sätt som möjligt ska kunna tillgodogöra sig de terapeutiska insatserna.

Hur mobiliserar en bra familjeterapeut "Hopp"? Hur bygger man självförtroende och tilltro till möjligheter? Hur kan man arbeta och stärka de olika familjemedlemmarnas beredskap att tillgodogöra sig den familjeterapeutiska insatsen med så hög motivation som möjligt?

### **En bra familjeterapeut?**

Författarna ställer frågan: Vad utmärker en bra familjeterapeut? Det är spännande läsning att ta del av några signifikanta faktorer:

1. Att kunna leda den familjeterapeutiska processen.
2. Att stimulera och utveckla klienternas interpersonella förmågor.
3. Att kunna konceptualisera systemiskt under stress.
4. Att kunna arbeta med att upptäcka och använda den interpersonella processen i ett familjesystem på ett för klienterna accepterat, "systemiskt språk" med god inkänning och god timing.

Beskrivningarna av en viktig kompetens hos den systemiskt orienterade terapeuten kan sammanfattas i begreppet "multiriktnad partiskhet", som en gång Ivan Boszormenyi-Nagy beskrev. Det betyder att orka upprätthålla ett systemiskt tänkande och "vara i familjens olika hörn" växelvis och inte fastna i vissa linjära analyser.

Den kontextuella förståelsen är inte statisk. Ett genomgående drag är betoningen av den kontinuerliga, gemensamma arbetsprocessen av successiv fördjupning av kontextuell förståelse för det problem som beskrivs. Sökandet landar så småningom i en ”förändringsberättelse” som bäst förklarar de hinder som föreligger för att familj och terapeut tillsammans ska hitta nya vägar i sin problemlösning; helt i linje med ett integrativt systemiskt perspektiv (IST).

### **Hur utvecklas jag som familjeterapeut?**

Trösterikt för oss alla, oavsett var vi befinner oss i den professionella karriären, innehåller boken många arbetsinstrument i form av utarbetade enkäter. Där kan man enskilt eller i grupp undersöka och formulera sina egna utvecklingsområden som familjeterapeut. Författarna tar upp några faktorer:

1. Medveten teknikträning (exempelvis stegen i genomförandet av en framgångsrik reframing).
2. Att arbeta med sin egen förmåga till mentalisering för att undvika att ”dras in” i systemet.
3. Att arbeta med sin egen attityd till ”expertrollen”. Att sträva efter en nyfiken och ödmjuk icke-vetande position i sitt arbete.
4. Att träna på ”mindfulness” och full närvaro ”just här och nu”.
5. Att kunna arbeta från en stark kunskapsbas om bästa evidens för specifika problem och specifika klienter.
6. Att använda sig av handledning och kollegialt stöd.

### **Att ta med!**

Bokens innehåll och kunskap är inspirerande för familjeterapeuter i olika faser av sin professionella utveckling. Läsaren presenteras en sammanfattande trygg ram för ett högkvalitativt, kunskapsbaserat och systemiskt familjeterapeutiskt arbete. Vikten av att alltid hitta den bästa formen för samarbetet mellan terapeut och klienter betonas. Detta givet klienternas livssituationer, utgångspunkter och beredskap för deltagande i en familjeterapeutisk process men även med hänsynstagande till familjeterapeutens egna stil, speciella styrkor, talanger, ömma punkter och brister.

Johan Sundelin