

ATT VARA TONÅRING OCH DELTA I ETT FAMILJEBEHANDLINGSSAMTAL.
NIO UNGDOMARS BERÄTTELSE OM SINA ERFARENHETER.

En presentation av vår psykoterapeutexamensuppsats.

- **Varför detta tema?**
 - Syfte och frågeställningar
- **Bakomliggande teorier**
 - Känsla av sammanhang
 - Common factors
 - Allians
- **Hur intervjuerna gick till**
 - Deltagare och urval
- **Analysmetoden**
- **Resultatet**
- **Slutsatser**

Sun Kratz-Frisk

Åsa Samuelsson

ATT VARA TONÅRING OCH DELTA I ETT FAMILJEBEHANDLINGSSAMTAL. NIO UNGDOMARS BERÄTTELSE OM SINA ERFARENHETER.

► **Varför detta tema?**

- Psykoterapi i olika former fungerar!
- Common factors – det gemensamma för alla behandlingar.
- Forskningen har i huvudsak riktat in sig på vuxnas erfarenheter. Vilka common factors finns/är viktiga i behandling av barn och ungdomar?
- Syfte: Att belysa ungdomars subjektiva upplevelse av det senaste familjebehandlingssamtal som de deltagit i tillsammans med minst en ytterligare familjemedlem. Att lyssna till ungdomarnas erfarenheter ur ett fenomenologiskt perspektiv.
- Frågeställning: Hur beskriver ungdomarna själva sina upplevelser av att delta i familjebehandling? Ungdomar får ibland behandling utifrån egna bekymmer, ibland utifrån svårigheter i ungdomens system. Hur förstår ungdomarna den terapeutiska processen utifrån detta fenomen? Att inte själv ha sökt hjälp/valt att delta – hur påverkas upplevelsen?

ATT VARA TONÅRING OCH DELTA I ETT FAMILJEBEHANDLINGSSAMTAL.
NIO UNGDOMARS BERÄTTELSE OM SINA ERFARENHETER.

Teorier

- ▶ Kognitiv utveckling
- ▶ Identitet
- ▶ Anknytning
- ▶ Känsla av sammanhang
- ▶ Common factors
- ▶ Allians

ATT VARA TONÅRING OCH DELTA I ETT FAMILJEBEHANDLINGSSAMTAL.
NIO UNGDOMARS BERÄTTELSE OM SINA ERFARENHETER.

○ Common factors

- Teorin utgår från ståndpunkten att effekten av psykoterapi beror på gemensamma faktorer för/hos terapeuter snarare än vars och ens specifika metoder (Wampold, 2008).
- 1. Tyst kunskap.
- 2. Terapeutens och patientens personliga egenskaper, hur väl de passar ihop och den terapeutiska alliansen.
- 3. Nya meningsskapande perspektiv.

ATT VARA TONÅRING OCH DELTA I ETT FAMILJEBEHANDLINGSSAMTAL.
NIO UNGDOMARS BERÄTTELSE OM SINA ERFARENHETER.

○ Allians

- Kvalitén på alliansrelationen mellan terapeut och patient är den absolut viktigaste prediktorn för att uppnå goda behandlingsresultat (Norcross et al 2005, Safran & Muran 2000).
- Den terapeutiska alliansen är absolut viktigast av olika common factors och står för 38% av behandlingens effekt inom psykoterapi (Carr 2009).
- Gäller oavsett behandlingsmodell.
- Gäller oavsett patientgrupp?

ATT VARA TONÅRING OCH DELTA I ETT FAMILJEBEHANDLINGSSAMTAL.
NIO UNGDOMARS BERÄTTELSE OM SINA ERFARENHETER.

○ Allians forts.

- Alliansens tre komponenter:
- **Överenskommelse om mål** med terapin. Skapandet och upprätthållandet av en överenskommelse om vart patient och terapeut är på väg tillsammans.
- **Överenskommelse om uppgifter**, d v s de specifika aktiviteter som patienten behöver engagera sig i för att kunna tillgodogöra sig terapi.
- **Utvecklandet av terapeutiskt band**, alltså relationens affektiva kvalitet. (Bordin 1979)

ATT VARA TONÅRING OCH DELTA I ETT FAMILJEBEHANDLINGSSAMTAL.
NIO UNGDOMARS BERÄTTELSE OM SINA ERFARENHETER.

○ Allians forts.

- Begränsat med forskning där alliansfaktorer direkt mätts och jämförts med behandlingsresultat för målgruppen ungdomar/familj.
- Allians med många är svårt!
- Missbruk och allians

ATT VARA TONÅRING OCH DELTA I ETT FAMILJEBEHANDLINGSSAMTAL.
NIO UNGDOMARS BERÄTTELSE OM SINA ERFARENHETER.

○ Hur intervjuerna gick till

- Tillfrågades av sin ordinarie behandlare. Medgivande från både ungdom och vårdnadshavare. Semistrukturerad intervju som filmades. Intervjun skedde i nära anslutning till det senaste samtalet. Ungdomarna skulle ha haft minst tre familjesamtal.

○ Deltagare

- Fem flickor och fyra pojkar mellan 14 och 18 år.
- Bakgrundsfaktorer

ATT VARA TONÅRING OCH DELTA I ETT FAMILJEBEHANDLINGSSAMTAL.
NIO UNGDOMARS BERÄTTELSE OM SINA ERFARENHETER.

○ **Analysmetod**

- Kvalitativ studie enligt fenomenologisk metod.
- Fyra kategorier: Tankar om samtalet. Ungdomens reflektioner om sina familjemedlemmar. Tankar om behandlaren/behandlarna. Unika berättelser. De tre inledande kategorierna är i sin tur uppdelade i elva olika underteman.

ATT VARA TONÅRING OCH DELTA I ETT FAMILJEBEHANDLINGSSAMTAL. NIO UNGDOMARS BERÄTTELSE OM SINA ERFARENHETER.

○ Resultatet

○ Tankar om samtalet

- *Varför samtalet hölls och varför de deltog*
 - ”För att vi inte har det bra hemma, det är stökigt, vi hittar ingen struktur. Det har varit väldigt mycket bråk mellan mina föräldrar och min pappa och min syster.”
- *Mål och motivation*
 - ”Och min lillebror är ju rädd för mig. Så att vi försöker fixa sådant, så att han inte ska vara lika rädd för mig.”
 - ”...men mamma, hon vill att jag ska gå. Det är väl 50/50. Vill väl få tillbaka tilliten från mamma och pappa. Men samtidigt så är det väl skönt om jag var ren. [...] Fast, han [behandlaren] försöker ju ändå få mig att gå dit [till NA], så jag vet inte. Ja, men jag vet ju att han vill mitt bästa, men jobbigt ändå.”

ATT VARA TONÅRING OCH DELTA I ETT FAMILJEBEHANDLINGSSAMTAL. NIO UNGDOMARS BERÄTTELSE OM SINA ERFARENHETER.

- Tankar om samtalet forts.
 - *Ungdomarnas uppfattning om samtalet, och vad de tänkte var hjälpsamt.*
 - ”Jag tror att mamma ser henne [behandlaren] som en jättestor hjälp känslomässigt.”
 - ”Man säger väl grejer som man inte säger annars, skulle jag tro. För det är ju inte jätteofta som vi hemma liksom ’jaha, nu ska vi ha ett samtal’. Det händer ju inte. Alltså, vi pratar ju mycket med varandra, men det är annorlunda.”

ATT VARA TONÅRING OCH DELTA I ETT FAMILJEBEHANDLINGSSAMTAL. NIO UNGDOMARS BERÄTTELSE OM SINA ERFARENHETER.

- Ungdomarnas reflektioner om sina familjemedlemmar
 - *Föräldrarnas uppträdande i rummet och beteendeförändringar under samtalet.*
 - ”Han [pappa] är mest den som öppnar sig i familjen. Alltså han har blivit så på sista tiden. Att han säger vad han tycker och känner och så där. [...] Nu pratar han lite för mycket, tycker jag ibland.”
 - ”Hon [mamma] mår ganska dåligt av att vi bråkar hela tiden, så jag tror nog att det ändå var ganska bra för henne. [...] Hon började gråta och så såg hon så där... jag vet inte hur jag ska förklara. Hon blev så där ’berörd’.”

ATT VARA TONÅRING OCH DELTA I ETT FAMILJEBEHANDLINGSSAMTAL. NIO UNGDOMARS BERÄTTELSE OM SINA ERFARENHETER.

- Ungdomarnas reflektioner om sina familjemedlemmar forts.
 - *Uppmärksammade skillnader hemma*
 - ”Mamma brukar alltid gå efter mig och stressa mig och hålla på. Men de [behandlarna] sade ’bara låt henne vara så att hon får lugna ner sig’. Jag har ganska högt temperament [...] och de har accepterat det. Det har de inte gjort förut.”

ATT VARA TONÅRING OCH DELTA I ETT FAMILJEBEHANDLINGSSAMTAL. NIO UNGDOMARS BERÄTTELSE OM SINA ERFARENHETER.

○ Tankar om behandlarna

- *Tid för att skapa tillit*
 - ”Att det är jobbigt i början, men sedan så lättar det. För det gör det. Det är skitjobbigt i början, det tyckte i alla fall jag. Men sedan så, efter ett samtal, så blev det ganska skönt. Eller ...det blir skönt till slut, när man sitter där och pratar.”
- *Kommunikation*
 - ”Men så förklarade de där [behandlarna] att det ibland inte är så lätt att prata om saker och att då är det bara att låta det vara, så kan hon själv komma och berätta om hon verkligen vill. Så det har varit till stor hjälp. För nu har de [föräldrarna] slutat med det, och låter mig komma själv när jag känner för det.”

ATT VARA TONÅRING OCH DELTA I ETT FAMILJEBEHANDLINGSSAMTAL. NIO UNGDOMARS BERÄTTELSE OM SINA ERFARENHETER.

- Tankar om behandlarna forts.
 - *Behandlarens frågande*
 - ”Och ibland kan de ställa frågor till pappa om det jag också har sagt.
 - *Ungdomens upplevda relation med behandlarna*
 - ”[...] jag ser typ på B som en vän tror jag, mer än någonting annat. [...] Det känns som hon förstår mig, som jag sade. Och jag vet inte om vi är lite lika ändå, på vissa sätt.”
 - ”Och ändå att hon eller han är glad, men inte så seriös. Det klart man ska vara seriös, men man ska vara lättsam [...] och veta att den personen inte heller är perfekt. Att man ska framstå som att man ’jag är bäst’. Att man inte är en modell för hur man *ska* vara. För jag tror att det hade nog ... skulle vara ganska svårt att försöka prata om sina problem när det sitter en perfekt framför en.”

ATT VARA TONÅRING OCH DELTA I ETT FAMILJEBEHANDLINGSSAMTAL. NIO UNGDOMARS BERÄTTELSE OM SINA ERFARENHETER.

- Tankar om behandlarna forts
 - *Ungdomarnas tankar om relationer mellan föräldrarna och behandlarna*
 - ”Det är på grund av hans sätt att vara, hur han låter liksom. Han öppnar upp sig där, det känns som att han har tillit till dem.”
 - *Bekräftelse*
 - ”Ja, oh ja, de [föräldrarna och behandlarna] lyssnade! Men ingen höll med mig [ungdomen gapskrattar]. Man märker det [att de lyssnar] när de svarar på det jag säger. Som när jag sade, ’Jag ska aldrig mer ta droger, ge mig en sista chans.’ ’Men det har du sagt flera gånger’ [ungdomen citerar behandlaren], och de vet de själva att jag har. Då fattar man ju att de lyssnar.”

ATT VARA TONÅRING OCH DELTA I ETT FAMILJEBEHANDLINGSSAMTAL. NIO UNGDOMARS BERÄTTELSE OM SINA ERFARENHETER.

- Tankar om behandlarna forts
 - *Bekräftelse forts.*
 - ”Alltså, de säger inte bara åt mig att det är dags att börja ändra på dig, utan till pappa också. Så därför känner jag att det är likadant, respektfullt mot båda.”
 - [behandlaren säger] ”att jag är en väldigt klok tjej. Och det stärker ju mig. Det får mig att känna att hon bryr sig.”

ATT VARA TONÅRING OCH DELTA I ETT FAMILJEBEHANDLINGSSAMTAL.
NIO UNGDOMARS BERÄTTELSE OM SINA ERFARENHETER.

- Unika berättelser (inte tematiserad)
 - Relationer och dilemmat kring motivation och mål.
 - Initiativ

ATT VARA TONÅRING OCH DELTA I ETT FAMILJEBEHANDLINGSSAMTAL. NIO
UNGDOMARS BERÄTTELSE OM SINA ERFARENHETER.

○ Slutsatser

- Tonårsutveckling: Upplever sig bekräftade/uppskattade av sina behandlare. Bidrar till att stötta normal tonårsutveckling, inte enbart behandling av tillstånd/symptom.
- Hög förmåga till mentalisering/formella operationer (tankar om tänkandet) hos alla utom en.
- KASAM: Samtliga upplevde sitt samtal som begripligt och meningsfullt/viktigt. Samtalen upplevdes som en utmaning värt att investera sitt engagemang i. Det meningsfulla var ibland skilt från vad behandlaren och föräldrarna upplever är meningsfullt.
- Hanterbarhet svårare att utläsa.

ATT VARA TONÅRING OCH DELTA I ETT FAMILJEBEHANDLINGSSAMTAL.
NIO UNGDOMARS BERÄTTELSE OM SINA ERFARENHETER.

○ Slutsatser forts.

- Allians och övriga common factors:
- Bordins tre alliansfaktorer; överenskommelse om mål, överenskommelse om medel och terapeutiskt band inte är pan-åldersmässiga.
- Ungdomarna utformar egna, subjektiva mål för att delta i behandlingen. De formella målen är inte alltid ungdomens egentliga mål (ex att bli drogfri).
- Överenskommelse om mål kan ha en annan betydelse för ungdomsterapier än i vuxenterapi.
- Överenskommelse om medel (hur vi gör terapin tillsammans) har viss betydelse.

ATT VARA TONÅRING OCH DELTA I ETT FAMILJEBEHANDLINGSSAMTAL. NIO UNGDOMARS BERÄTTELSE OM SINA ERFARENHETER.

- Alliansfaktorn terapeutiskt band, har för studiens ungdomar visat sig vara den starkaste prediktorn för att uppnå allians mellan behandlare och ungdom. Att uppleva sig förstådd, respekterad och validerad är avgörande. Ungdomarna är känsliga för att relationen med terapeuten är ”på riktigt”, att relationen inte bara upplevs som äkta, utan också är äkta.