



GÖTEBORGS UNIVERSITET
INSTITUTIONEN FÖR SOCIALT ARBETE

Vad är det vi gör,
som gör att det vi gör blir bra?
Fyra familjeterapeuter om sin expertis

Johan Wallmark



Psykoterapeutprogram med inriktning familjeterapi
Examensarbete, 15 högskolepoäng, 2011
Handledare: Björn Wrangsjö

Ett särskilt tack till Olof Andersson vid Svalnäs Skola och Terapiforum, som gav mig viktiga idéer, inspiration och uppmuntran när jag inför skrivandet konsulterade honom angående föreliggande arbete.

Ett stort tack även till Charlotta Lindahl, som gav mig rubriken till uppsatsen när jag berättade om mina avsikter med den.

Jag vill varmt tacka Björn Wrangsjö för kloka synpunkter på arbetet, särskilt i slutskedet.

Sammanfattning

Samskapande tillvägagångssätt i psykoterapi ställer frågor om arten av psykoterapeutisk kompetens. Enligt nyare forskning är den terapeutiska alliansen en av de allra viktigaste faktorerna för att förklara terapeutisk framgång. Den terapeutiska alliansen är en samskapad relation mellan terapeut och klient, där bägge parter samverkar för ett gemensamt mål. Så vad är terapeutens bidrag i att skapa denna terapeutiska allians?

Fyra halvstrukturerade intervjuer genomfördes med fyra erfarna familjeterapeuter, angående deras expertis. I svaren framgår att den kunskap de framhåller som viktigast då det gäller att finna ledning i mötet med klienten är djupt integrerad med både terapeuterna själva som personer och med deras övriga kunskap. Vidare framgår att *kunskap av veta-att- och veta-hur-karaktär* inte så lätt låter sig berättas om i samma anda som *kunskap av relationell art*. Således lyftes dialogism och autenticitet upp som viktig kunskap, jämte betydelsen av att göra korrekta bedömningar och metodtrogenhet – men inte samtidigt; de verkar höra till olika abstraktionsnivåer.

Som källor för de olika kunskaper som beskrevs, anger intervjupersonerna huvudsakligen möten med människor eller böcker, som på ett oplanerat sätt kommit att beröra dem på ett personligt plan. Detta ger en vink om att blivande terapeuter behöver möjlighet till samtal med reflektioner över teori, praktik och egna livserfarenheter, mer än de behöver manualer och färdiga metoder.

Abstract

Collaborative approaches in the therapeutic field raise questions about the art of therapeutic competence. According to recent research, therapeutic alliance is one of the most important factors in explaining therapeutic change. The therapeutic alliance is a co-created relationship, where both therapist and client contribute to a common goal. So what is the therapist's part in creating this therapeutic alliance?

Four semi-structured interviews were accomplished with four experienced family therapists, concerning their expertise. The knowledge they claim to be of primary importance for them, in finding their ways with their clients, is highly integrated with the therapists themselves, as well as with their other knowledge. In talking about different kinds of knowledge, knowledge of *knowing-that-* and *knowing-how-kind* were not easily combined with *relational knowledge*. As dialogism and authenticity were highlighted, so was the ability of making correct judgments and of being

loyal to ones methods – but not simultaneously, they seem to be of different level of abstraction.

As sources for their different knowledges, the interview persons indicated meetings with persons or books, which in an unplanned manner had come to touch them personally. This suggests that in becoming a psychotherapist you are more in need of conversations with pause and reflection about theory, practice, and experiences of your own, than you are in need of manuals and readymade methods.

Sökord:

Relationell kunskap, tyst kunskap, psykoterapi, familjeterapi, evidens, metod.

Innehållsförteckning

SAMMANFATTNING	3
ABSTRACT	3
Sökord:	4
BAKGRUND	7
KUNSKAP	8
VAD ÄR KUNSKAP?	9
Aristoteles	9
John Shotter	10
Tom Andersen	10
Erfarenhetsbaserad kunskap	11
SYFTE	13
FORSKNINGSFRÅGOR	13
METOD OCH URVAL	13
URVAL	14
TILLVÄGAGÅNGSSÄTT	15
Intervjufrågor	15
RESULTAT	16
KORT OM HUR RESULTATEN PRESENTERAS	16
Samskapande terapeut	17
Systemisk terapeut	18
Eklektisk terapeut	19
Språksystemisk terapeut	20
SAMMANSTÄLLNING AV INTERVJUER: KUNSKAP	21
Dialogism och autenticitet i mötet	22
Snabbhet att förstå	24
... och känsla för tempo och timing	24
Att bejaka sin egen stil	25
Att vara vanlig	26
Samskapande	27
En andlig dimension	29
Veta att och veta hur	30
Psykotraumatologi och EMDR, Life Span och IFS	31
Första samtalet	31
Metoder i arbetet	32
Yttre och inre	33
Korrekta bedömningar	34
Veta	34
KUNSKAPSUPPRINNELSE OCH UTVECKLING	35
Möte med det systemiska	35
Kunskap ur praktiken	37
DISKUSSION	38
Skilda uttryck – lika eller olika kunskap?	39
Kunskap integrerad	40
Andlighet	40

<i>Dialogism och autenticitet kontra korrekta bedömningar och metodtrogenhet</i>	40
<i>Kunskap i kontext</i>	42
FRÅGOR FÖR FRAMTIDEN	43
1) <i>Hur påverkar terapeutens inställning terapin?</i>	43
2) <i>Vad är viktigt för blivande terapeuter att lära?</i>	44
LITTERATUR	45

Bakgrund

Min nyfikenhet på arten av terapeuters specifika kunnande väcktes när jag hade förmånen att under ett halvår få fördjupa mig i den praktik som professorn i socialpsykiatri vid Tromsø universitet, Tom Andersen (1995), lanserade under namnet "samforskning" (Wallmark 2008). Samforskning som praktik utgår från den uppfattning som med stöd i forskning visar att kvaliteten på relationen mellan terapeut och klient är viktigare för att förklara framgång i terapin, än valet av terapeutisk metod (se till exempel Lambert 1992, Clark 2001 eller Duncan et al. 2010).

Vid samforskning träffas terapeut och klient vid ett tillfälle några månader efter avslutad terapi, tillsammans med en konsult eller en kollega till terapeuten. Kollegan intervjuar klienten och terapeuten om den avslutade terapin. Fokus ligger på arbetsrelationen mellan den forne klienten och terapeuten, och terapin ses som en process av samskapande där bägge bidragit, var och en utifrån sin speciella expertis.

Samlade erfarenheter av samforskning pekar på att relationsaspekterna, frågan om i vilken grad klienten betraktar relationen till terapeuten som huvudsakligen präglad av tillit och värme, och där klienten uppfattar sig accepterad av terapeuten utan krav på förändring, ofta lyfts fram av klienterna som avgörande för utgången av terapin.

Denna baskunskap, att relationella faktorer är av större betydelse än valet av terapeutisk metod för resultatet av terapier, har sedan dess fortsatt att göra sig påmind i min yrkesvardag som familjebehandlare i kommunal socialtjänst. Om nu relationella kvaliteter är avgörande för behandlingsresultatet, varför läggs då så mycket energi på att lära ut behandlingsmanualer och så lite på att ge utrymme för reflektioner över hur man bygger tillitsfulla relationer i behandlingssammanhang? Eller utrymme att kollegialt fundera över förhållandet mellan tillit i relationen och metod?

Om relationen mellan terapeut och klient är avgörande för en lyckad terapi, vilken slags kunskap är då mest värdefull för terapeuten? Vilken är terapeutens huvudsakliga expertis? Och – hur lär sig terapeuten denna förmåga? Hur kommer han/hon den över huvud taget på spåren? Och hur lär han/hon sig att värdera och uppmuntra detta kunnande hos sig själv?

Frågor av detta slag har alltså allt mer högljutt pockat på min uppmärksamhet de senaste åren, och när jag nu föreskrivs att inom ramen för pågående psykoterapeututbildning med inriktning mot familjeterapi skriva uppsats, har jag tagit tillfället att fördjupa mig i detta ämnesområde.

Uppsatsskrivandet har gett mig chans att möta erfarna familjeterapeuter för att höra vad de själva anser är av störst betydelse när det gäller deras egna terapeutiska sakkunskap.

Kunskap

För att lyfta frågan om vad psykoterapeutens arbetsinsats består i och vilken slags kunskap den kräver, vill jag ett ögonblick stanna upp vid själva kunskapsbegreppet. Vad är det för kunskap som är avgörande för psykoterapeuter? Vad anser praktiserande behandlare själva är utslagsgivande kunskap för dem när det gäller deras förmåga att utöva psykoterapi? Vad tänker de att det är för kunnande de förfogar över, som utgör skillnaden när det gäller att göra nytta för sina klienter?

Vissa områden, kanske framför allt de som har att göra med kunnande och förståelse, bör man närma sig med största försiktighet. Gregory Bateson (1987) tar den engelske sjuttonhundratalspoeten Alexander Pope till hjälp, när han påminner oss att det finns områden där det är lätt att ställa till oreda om vi *”likt dårar rusa på, där änglar är rädda att gå – fools rush in, where angels fear to tread”*.

Idag är det vanligt att socialarbetare och andra behandlare inom det psykosociala arbetsfältet, som nalkas det psykoterapeutiska området för att göra skillnad för människor i svåra levnadsomständigheter och som ofta står i beroendeställning till dem själva (dvs klienter och patienter), först möter psykoterapin i form av manualiserade metodpaket. Dessa metodpaket marknadsförs gärna under namn som MST, IHF, FFT, EFT och liknande. Inte sällan är de beforskade genom randomiserade kontrollerade studier (så kallade RCT:s), det vill säga jämförande studier med kontrollgrupp. Man talar om att metodpaketen evidensprövats. Denna forskning anses ge metoderna såväl acceptans som tillförlitlighet och metoderna marknadsförs med de vetenskapliga utvärderingarna som säljargument. Att nå status som certifierad utövare i någon av dessa manualiserade och evidensprövade metodpaket kan innebära stor ekonomisk framgång för marknadsmässigt inriktade utbildare.

Denna form för jämförande studier, genom vilken psykosocial behandling reduceras till metoder som kan mätas och *”evidensprövas”*, reser frågor av principiell art. Kan till exempel människor som upplever, bland mycket annat, problem av likartat slag (exempelvis utagerande beteende eller depression) sammanföras till en *”grupp”*? Kan en behandlingsrelation reduceras till summan av sina delar, så att det som sker i mötet mellan klient och behandlare kan beskrivas som ett antal avgränsbara och räknbara interventioner? Den manualiserade metoden skall fungera oavsett vem som utför terapin, precis som en tablett ska fungera oavsett vem som skriver ut receptet. Många terapeuter finner sig främmande inför de grundantaganden som evidensrörelsen bygger sina rön på (Nilsson 2009, Andersen 1994, 1996).

Föreliggande studie avser inte att svara på frågan om huruvida manualiserad behandlingspraktik eller evidensprövade metoder är *”bra”* eller *”dåligt”*. Vilket svar man ger dessa frågor är avhängig vilken position man betraktar dem från, vilka etiska och andra filosofiska grundantaganden man utgår från och kanske även vilken plats man intar i produktionen. Men frågan om *”evidensen”* hänger tung över alla som under 2000-talet utövar behandlingsarbete i bland annat social tjänst och psykiatri. I detta sammanhang vill jag bara lyfta frågan, för att låta den bilda bak-

grund och klangbotten till den fråga som här ska ställas: Vad är viktigt för familjeterapeuter själva att kunna, när de utför sin terapeutiska praktik.

För att nå svar på frågan om vad som är viktigt för familjeterapeuter att veta/kunna, vill jag börja i den andra änden, nämligen genom att fråga några praktiserande familjeterapeuter själva, vad de anser är bärande kunskap för dem.

Men först lite teoretisk bakgrund om kunskap:

Vad är kunskap?

Föreställningarna om kunskapens och kunnandets natur har växlat och utvecklats genom historien. Även nuförtiden ges de olika betydelse och innebörd i olika kontexter. Ett antal skilda synsätt gällande kunskap lever sida vid sida, ibland samtalande med varandra likt goda kamrater, ibland spottande och fräsande mot varandra likt en månghövdad hydra.

Aristoteles

Aristoteles (1988) skilde mellan den tekniska, instrumentella kunskapen, *techne*, den vetenskapliga, logiska kunskapen, *episteme*, skild från handlingen, och den praktiska klokhetens och eftertankens dygd, *fronesis*, som var motiverad utifrån sig själv.

Bernt Gustavsson (2000, s. 15) menar att kunskap finns i ett antal olika former och är knuten till olika verksamheter. Han går tillbaka till Aristoteles som han menar hjälper oss att förstå och hantera problemet med vad kunskap är för något. Kunskap är inte något entydigt, enligt Aristoteles, och den kan inte ges en enda definition. Den vetenskapliga kunskapen, *episteme*, hjälper oss förstå hur världen är uppbyggd och fungerar. Den produktiva kunskapen, *techne*, behöver vi för att kunskapa, tillverka och producera. För att utveckla gott omdöme och verka på ett etiskt sätt som demokratiska medborgare behöver vi den tredje typen av kunskap, *fronesis*.

John Shotter

John Shotter (1993) korresponderar med Aristoteles när han beskriver vad han kallar olika argumentationstraditioner. Han uppehåller sig i stort kring relationell kunskap, vilken han kallar ”*knowing of the third kind*” och kopplar till Aristoteles begrepp *fronesis*. Denna ”tredje sortens kunskap”, tar sin utgångspunkt ”inte enbart i våra inre ’manuskript’, ’planer’ eller ’idéer’”, utan är även ”känsligt för de hinder, möjliggöranden och begränsningar som består oss av våra omständigheter, för att vi ska kunna handla ’in i’ dem” [hans citattecken]. Han beskriver denna relationella kunskapsform som att vara i stånd att finna sin plats i en gemenskap med andra, så att alla förhoppningsvis får känna sig sedda och hörda. Denna ”tredje sortens kunskap” består i att förnimma hur de övriga upplever situationen och hur de finner sig tillrätta i den. Shotter menar att detta är en ”etisk handling av praktisk-moralisk kunskap”.

Denna tredje kunskapsform, säger Shotter, kan inte formuleras i termer av fakta eller teoretiska principer som att veta *att*, (jfr. *episteme*), därför att detta (att veta *att*) är en slags kunskap som är relevant enbart i vissa praktiska situationer. Inte heller är *knowing of the third kind* en form av praktisk kunskap i en teknisk eller hantverksmässig betydelse (att veta *hur*, jfr. *techne*). *Knowing of the third kind*, säger Shotter, ”är kunskap som enbart finns till i vår relation till andra. ... Till skillnad från de två andra kunskapsstyperna är det kunskap av *moralisk* art, därför att den är beroende av *andras* omdömen när det gäller frågan om huruvida dess uttryck eller användning är etiskt passande eller ej.”

Shotter argumenterar för att man inte kan ha eller äga eller uttrycka denna tredje kunskapsform på egen hand, för sig själv eller inom sig själv. Det är ett slags kunskap som man har *enbart inifrån en social situation*, en grupp eller en institution och som därför tar i beräkning och är redovisningsskyldig inför de övriga i den sociala situation där den uppkommer. ”Sådan kunskap uppstår ur en process av inre tal eller inre samtal, och det är därifrån den blir åtkomlig för mig – inte från mitt eget ’mind’, utan inifrån de ord jag använder”, säger Shotter.

Shotter föreslår en förenklad term för denna tredje slags kunskap, nämligen *inifrånkunskap* (*knowing from within*), i kontrast till både *veta att* och *veta hur*. Alltså *inifrånkunskap*, kunskap inifrån det sammanhang där kunskapen skapas.

Tom Andersen

Tom Andersen (1996) talar om olika typer och kvaliteter av kunskap. För att få grepp om själva ordet kunskap stannar han upp vid de verb som motsvarar *substantivet* kunskap; att veta och att kunna. Andra verb för att veta kan vara att begripa

eller att fatta: ”detta vet jag”, ”detta begriper jag”, ”detta fattar jag”. Andra verb för att *kunna* är att behärska handlingar: ”detta kan jag”, ”detta behärskar jag”.

Dessa två nyanseringar av ordet kunskap pekar vidare mot två typer av kunskap; en *rationell* (att veta, fatta, begripa; dvs. att tänka), och en *praktisk* (att uttrycka och forma). Därutöver tänker han sig två ytterligare former av kunskap, nämligen *relationell* kunskap (att förnimma relationer till andra), och *kroppslig* kunskap (att känna eller förnimma situationen från ögonblick till ögonblick).

Rationell kunskap (”att veta”) handlar om vad vi begriper och fattar med tanken. Sådan kunskap, säger Andersen, kan komma av att till exempel läsa böcker och tidskrifter och att lyssna till teoretiker, och hjälper oss att förklara, förstå, sammankoppla, tolka etcetera, det vill säga att fatta och begripa meningar.

Praktisk/teknisk kunskap (”att kunna”) omfattar behandlarens repertoar att handla, däribland att uttrycka sig. Denna slags kunskap förvärvas delvis genom att studera andra praktiker, och leder genom övande till en allt större handlingsrepertoar.

Relationell kunskap (”att förhålla sig”) är svår att lära ut till andra, men kan med beständig övning successivt läras in över tid. Detta slags kunnande omfattar hur terapeuten är i stånd att förhålla sig till den andre (de andra) från ögonblick till ögonblick. Det hjälper terapeuten att inta en position – röstligt, kroppsligt, rumsligt, tidsmässigt och så vidare – i förhållande till den andre, som blir optimal för mötet i fråga.

Kroppslig kunskap (”att känna”) medverkar till att förnimma den egna kroppens reaktioner på det som sker från stund till stund, innan meningen av upplevelsen kan skapas i ord. Det handlar om lyhördheten för alla de små gensvar till vårt sätt att uppträda mot omgivningen som kopplas tillbaka och upplevs genom våra fem sinnen och vår andning.

För att utföra psykoterapeutisk behandling behöver vi terapeuter alla fyra typerna av kunskap, menar Andersen, men i kanske särskilt hög utsträckning den relationella och den kroppsliga kunskapen. Den kroppsliga kunskapen anser han avgörande när det gäller att nå relationell kunskap (ibid).

Erfarenhetsbaserad kunskap

På senare tid har så kallad *erfarenhetsbaserad, praktisk eller tyst kunskap* uppmärksamats. Detta kunskapsområde är möjligen på väg att få akademisk status. Vid Högskolan i Bodø i Norge finns sedan flera år en masterutbildning i praktisk kunskap och man planerar för en forskarutbildning. I Sverige inrättades 2001 vid Södertörns högskola *Centrum för praktisk kunskap*, där man bland annat ger magister- och uppdragsutbildningar i praktisk kunskap.

Viktigt att notera är att termen praktisk kunskap i detta sammanhang används i en annan betydelse än i Aristoteles term *techne* eller Andersens eller Shotters beskrivningar. Här används termen praktisk kunskap synonymt med erfarenhetsbaserad eller tyst kunskap, jfr Aristoteles term *fronesis*. Det man här tar till utgångspunkt för ett utforskande av kunskap, är yrkeslivets kunskapsteori, med betoning på *mellanmänskliga yrken* (Svenaesus 2009).

Här avses relationsbaserade yrken där förmågan att möta andra människor är avgörande för yrkeskunnandet: inte minst psykoterapeuter, men även vårdpersonal, lärare, poliser, skådespelare med flera. I stället för att utgå från att praktiker ska utbildas i vetenskapens vägar och förhållningssätt, vill man här lära av praktikerna själva och anknyta till den kunskap som de redan har, i ett gemensamt utforskande av den praktiska kunskapen.

Den praktiska kunskapen bärs som en personligt erövrad kunskap som tagit plats hos individen – och i den mänskliga gemenskap där han eller hon verkar – och den utövas på ett intuitivt sätt:

”Om vi ska kunna utföra komplexa uppgifter kan fokus inte vara inriktat mot varje enskild del i utförandet, utan mycket måste försiggå i den omedvetna bakgrunden. All mänsklig verksamhet kräver en horisont av bakgrundskunnanden, en ’förförståelse’ som vi successivt träder in i och aldrig helt lämnar bakom oss. I en sådan kontextuell inramning av medvetandets fokus i människans olika aktiviteter ingår kroppens kunnanden, men även andra förmågor som snarare är känslö- och kommunikationsrelaterade.

... det finns ingen motsättning mellan att vara en god praktiker och att använda sig av vetenskapliga rön för att förbättra sin praktik, tvärtom kan en sådan teorimedvetenhet vara ett krav – men det handlar om en kunskap som har fler och andra dimensioner. Därför kommer det i många fall för den praktiska kunskapens företrädare att handla om att försvara vishetens, inkännandets, uppmärksamhetens, reflektionens eller hantverkets värde i yrkeslivet mot dem som hävdar att all kunskap måste leva upp till hypotesbildningens eller evidensbaserings krav” (Svenaesus 2009, sid 13–14).

För att utveckla föreliggande studie tar jag stöd i ovanstående resonemang om kunskap och kunnande. Shotter, Andersen, Aristoteles och många fler skriver alla om rationell, teknisk-praktisk och relationell kunskap och är märkvärdigt samstämmiga om väsentliga karaktäristika i dessa olika kunskaper.

Tom Andersen lyfter fram vikten av att integrera olika former av kunskap. Han skiljer mellan praktisk/teknisk, rationell, relationell och kroppslig kunskap. Han lyfter fram den relationella och den kroppsliga kunskapen som ”förmodligen viktigast” för terapeuten.

Gregory Bateson (1987) funderar över hur man förvärvar kunskap av det ena eller det andra slaget, och varnar oss för att söka inifrånkunskap med metoder som lämpar sig för utvecklande av rationell och praktisk kunskap.

Mot denna bakgrund har jag grunnat över frågorna; vad är det för kunskap, som familjeterapeuter idag finner vara av central vikt i sin yrkespraktik? Hur kommer den till uttryck i mötet mellan terapeuten och hennes klient? Vad är det de kan och gör, som definierar dem som psykoterapeuter i deras egen beskrivning?

Syfte

Syftet med föreliggande undersökning är att efterforska vad familjeterapeuter själva anser vara av största vikt för dem själva att veta/kunna, när det gäller för dem att utöva terapi enligt deras egen praktik. Syftet är alltså deskriptivt, att undersöka och beskriva hur familjeterapeuter själva betraktar sin egen yrkeskunskap och hur den kommer till användning i deras yrkespraktik.

Forskningsfrågor

Den fråga jag velat belysa är:

Vad anser erfarna familjeterapeuter är deras mest betydelsefulla kunnande när det kommer till utförandet av deras praktik?

Metod och urval

En kvalitativ metod har använts (Kvale & Brinkmann 2009; Widerberg 2002). Fyra halvstrukturerade intervjuer genomfördes med lika många yrkesutövande familjeterapeuter. Tre av intervjuerna genomfördes på respektive terapeuts mottagning och en på en restaurang. En intervju var 60 minuter, tre intervjuer var 90 minuter långa. Det mer konkreta syftet för intervjun, inklusive de specifika frågeområdena, presenterades först vid intervjutillfället. Intervjuerna följde en lös intervjuguide om fyra frågeområden.

Intervjuerna spelades in samtidigt som minnesanteckningar gjordes. Avsikten var först att basera uppsatsen på minnesanteckningarna, utan att transkribera intervjuerna. Det visade sig dock att det i praktiken var omöjligt att hålla de skilda frågeområdena åtskilda i samtalen. Då frågeställningarna ligger nära varandra, kom svaren på de olika frågorna att i praktiken avhandlas tillsammans i samma meningar och stycken. Frågan om specifika kunskaper och kunskapsområden avhandlades alltså i direkt anslutning – huller om buller om man så vill – till frågorna om deras upprinnelse och hur kunskapen vårdats och följts. Frågorna berörde områden som var så intimt sammanflätade, att det för att kunna skildra dem var nödvändigt med en mer metodisk analys. Jag tvingades därför tänka om när det gällde metod för sammanställning och analys.

Intervjuerna transkriberades. Därefter genomlästes utskriften och de partier som lät sig hänföras till respektive frågeområde flyttades samman under rubrik av respektive fråga. Därefter behandlades utskriften med inspiration från fenomenologisk metod (Birgerstam 2000): texten delades upp i korta enheter baserade på mening. Dessa meningsenheter försågs med en kortfattad rubrikartad sammanfattning. Dessa sammanfattningar har därefter lästs och jämförts i sökande efter tematiska svar på intervjufrågorna, samt bärande övriga teman, oavsett likheter och skillnader intervjupersonerna emellan.

Ett urval av de sammanfattningar som visat sig vara bärare av betydelse, med relevans för uppsatsens ämnesområde, har därefter förts ihop, dels under respektive intervjuperson, som en presentation av honom/henne, dels under egna rubriker. Läsaren introduceras härigenom till en diskussion som skapas i denna text, genom att de olika bidragen tematiskt presenteras intill varandra.

Urval

Jag har alltså frågat fyra personer jag betraktar som erfarna familjeterapeuter. De jag intervjuat har alla varit verksamma som familjeterapeuter åtminstone ett tjugotal år och försörjer sig väsentligen på sitt arbete som terapeuter. Intervjuerna ägde rum i september 2011. Att jag valt ”erfarna” terapeuter hänger ihop med min avsikt att nå sådana tankar som behöver tid för att mogna.

Jag har valt bort terapeuter av annan skolning än familjeterapi, därför att föreliggande arbete är en uppsats inom ramen för en familjeterapeututbildning. Jag har också uteslutit kolleger jag har eller har haft en närmare relation till, till exempel arbetskamrater, eller personer jag umgås med privat. Detta för att närhet i relation kan påverka lyhördhet och känslighet för nyanser negativt; man tror lätt att man ”vet” vad den andre menar.

Tillvägagångssätt

För att få svar på mina frågor har jag vänt mig till fyra erfarna familjeterapeuter, två kvinnor och två män. Jag har gjort ett handplockat urval av intervjupersoner. Tre av de fyra är legitimerade terapeuter. De är alla verksamma i Stockholmsområdet, därför att jag ville att det skulle vara praktiskt lätt att träffas. Jag kontaktade dem först per telefon eller mejl. Jag sade mig vilja intervjua dem för min uppsats, angående deras kunnande som terapeuter. Så här såg det ut i ett fall (mejl):

”Hej ... ! Jag undrar om du kan tänka dig att bli intervjuad av mig? Jag håller på med en uppsats för min steg 2 utbildning och vill intervjua några erfarna familjeterapeuter. Jag är intresserad av dina tankar om ditt specifika kunnande som behandlare.”

Alla fyra ställde sig positiva till att intervjuas för min uppsats. Det mer konkreta syftet för intervjun presenterades först vid intervjutillfället.

Intervjuerna hölls i form av samtal, där frågeställningarna nedan vägledde intervjuarens intresse och nyfikenhet under samtalen, snarare än att de utgjorde en mall för indifferent ställda frågor. Samtalen kom alltså att utvecklas i enlighet med sin egen inneboende dynamik och de fyra skilda intervjuerna kom att bli olika varandra till intensitet, tempo, pausering, eftertanke etc. Under samtalen gjorde intervjuaren stundtals kortare sammanfattningar av vad som framkommit, och frågade intervjupersonen om uppfattningen stämde överens med intervjupersonen.

För att komma igång gjordes först en provintervju med en intervjuperson (Samskapande terapeut) som jag känner relativt väl i yrkessammanhang och därför trodde mig ha lätt att skapa ett gott samtal tillsammans med. Denna intervju valdes att behållas och den presenteras i materialet som en intervju bland de andra. De övriga tre valdes ur min yrkesmässiga ”periferi”, vilket innebär att vi är bekanta med varandra till utseende och namn, så att vi hälsat då vi mött varandra vid systemcaféer, konferenser, föreläsningar och liknande. Alla är verksamma i Stockholmsområdet, vilket gjorde det praktiskt enkelt att träffas. Personer jag haft som arbetskamrater eller haft närmare kännedom om har jag uteslutit, då det finns en risk för mig att inte riktigt höra vad som sägs om jag känner personen väl, det vill säga tror att jag vet vad de har att säga.

Intervjufrågor

Intervjufrågorna behandlar intervjupersonernas egen syn på sitt yrkeskunnande. Jag intervjuade utifrån fyra frågeområden:

1. I ditt möte med klienten, när du gör psykoterapi på ditt eget sätt, vilka kunskaper är det då som du har mest nytta av? (Vad mer? Vad mer?)
2. Minns du upprinnelsen till just denna kunskap?
3. Hur kommer detta kunnande till uttryck i mötet med klienten? Hur tror du klienten märker detta kunnande hos dig?
4. Hur har du vårdat och följt utvecklandet av just detta kunnande hos dig själv, från dess upprinnelse och fram till idag?

Resultat

Kort om hur resultaten presenteras

Av etiska skäl har jag bestämt mig för att inte kalla intervjupersonerna vid namn. Trots att jag lagt mycket möda på att skapa fylliga beskrivningar av intervjuerna, går det inte att komma ifrån att resultatet endast utgör en bråkdel av ursprunget, ”en flisa ur ett berg”, av de ursprungliga samtalen som uppstod i levande möten. Jag har inte kunnat göra intervjupersonernas generösa berättelser om sitt kunnande rättvisa.

I det följande kallar jag intervjupersonerna vid namnet på deras huvudsakliga familjeterapeutiska ledmotiv, sådant som de själva velat namnge detta. Alla har de följt familjeterapins utveckling under några decennier. De har tagit intryck av de landvinningar som gjorts under denna tid och de skolor som passerat revy under ett yrkesverksamt liv. Alla kan de benämnas eklektiker i ordet bästa bemärkelse. Nu blev detta ord en av intervjupersoners alias, *Eklektisk terapeut*. De övriga kallas *Systemisk terapeut*, *Samskapande terapeut* respektive *Språkssystemisk terapeut*.

Nedan presenterar jag intervjupersonerna kortfattat och ger en summarisk sammanställning av hur de svarat på den första frågeställningen, den om vilka kunskaper de har mest nytta av, var för sig.

Därefter låter jag de skilda intervjupersonernas olika svar spegla varandra, i det att jag lyfter fram teman som presenterat sig vid läsningen av transkriptionerna. Ur de mångfasetterade berättelserna väljer jag alltså att lyfta fram de teman som sticker ut och ger belysning åt den huvudfråga jag velat åskådliggöra.

Inledningsvis under intervjuerna frågade jag var och en om deras yrkesidentitet, och alla svarade att de betraktar sig som familjeterapeuter.

Samskapande terapeut

Samskapande terapeut presenterar sig själv: kvinna, 58 år, kliniskt verksam sen 1976 som familjeterapeut och handledare sedan början av åttiotalet. Kliniker på halvtid fram till 1999, inom barn/ungdom (BVC, skola, BUP, HVB, habilitering, socialtjänst mm.) och halvtid handledare (även superhandledare) och utbildare med systemiskt tänk sedan början åttiotalet. Narrativt inspirerad och utbildad i omgångar sedan 1988. Bedrivit narrativ forskning under mitten av 1990-talet.

Samskapande terapeut är leg. psykolog samt leg. psykoterapeut i familjeterapi (2001). Har utbildning i psykodrama och barnpsykodiagnostik mm. Egen företagare sedan 1984. Träffar par, familjer och enskilda. Intresserad av färg, form, fysisk miljö och har startat import av korgar från Afrika. Målar i olja sedan fyra år.

Vi träffas för intervju i *Samskapande terapeuts* hem i september:

I sin verksamhet integrerar *Samskapande terapeut* lärdomar från alla aspekter av det levda livet, bygger in erfarenheter från olika epoker och sammanhang i en sin praktik. Kunskapen föds och nyskapas ständigt i levande möten i nuet. *Samskapande terapeut* talar om "knowledge-in-the-making". Hennes eget bidrag till mötet ser hon som att "bjuda upp" eller "duka". Därefter kräver mötet att den andre tar nästa steg, en inställning som inbegriper en tillit till den andras förmåga.

Samskapande terapeut framställer sina främsta kunskapskällor som avgörande möten med människor.

När jag presenterar min frågeställning utspinner sig följande dialog:

Intervjuare: *jag vill få igång ett samtal... Vad jag är ute efter är sån där levande kunskap...*

Samskapande terapeut: *Levande kunskap, mm...*

Intervjuare: *... kunnande, som det kommer till uttryck, din berättelse om ditt kunnande, så som det kommer till uttryck när du möter klienterna.*

Samskapande terapeut: *Gud, vad spännande ämne du har valt! Jag har ju hört det, fast jag hade det inte så aktuellt. ... Så här långt, är det det din uppsats ska handla om, yrkeskunnande?*

Intervjuare: *Jaa. Levande kunskap.*

Samskapande terapeut: *Levande kunskap, skitroligt, tycker jag.*

Intervjuare: *Och... jag är inte säker på att det går att få fatt i det på det här sättet. Utan det är en test också. Är det möjligt att nå kunskap om kunskap...*

Samskapande terapeut: *Ja...*

Intervjuare: *... genom att prata om det, så att säga.*

På frågan om vilken kunskap som är till mest nytta i mötet med klienten, går Samskapande terapeut in på...

”... all samlad kunskap i livet, vill jag påstå. Raden av möten. Möten med olika människor privat och i jobbet. Det är verkligen både-och. För det som behöver klinga an i mig, det är att jag får någon slags känsla för den här personen.”

Redan inledningsvis i intervjun lyfter Samskapande terapeut begreppet resonans som en betydelsefull kunskap för henne, som en beståndsdel i vad som krävs för att ”bädda för” ett möte. Att söka och finna det gemensamma, det område där vi kan mötas.

Systemisk terapeut

Systemisk terapeut presenterar sig som legitimerad psykoterapeut med inriktning mot systemisk familjeterapi. Hon har tidigare arbetat inom psykiatri, först på psykodynamisk grund. Hon mötte familjeterapi under tidigt nittiotal, genom handledning av Peter Lang och Elspeth McAdam. De stod för ”en helt annan approach, mer kärleksfull”, än hon dittills mött inom yrket. Just den systemiska approachen kom att bli mycket central för *Systemisk terapeut*.

På senare år, efter att hon blivit legitimerad psykoterapeut, har *Systemisk terapeut* fortsatt sin specialisering inom området psykotraumatologi. I sitt kliniska arbete är *Systemisk terapeut* tydligt inriktad mot tre olika arbetsmetoder, som för henne kompletterar varandra. Metoderna hon använder heter *Eye Movement Desensitization and Reprocessing (EMDR)*, *Lifespan Integration* och *Internal Family Systems Therapy (IFS)*. Dessa metoder har *Systemisk terapeut* mött och lärt sig under de senaste tio åren. EMDR var vägen vidare till nya kunskaper och banade väg att hitta de andra metoderna som varit en förutsättning att vidareutveckla arbetet med traumatiserade människor. Den levande kunskap som *Systemisk terapeut* beskriver som sin under intervjun, härrör sig nästan helt och hållet från dessa metoder.

Systemisk terapeut tar emot i sin lokal på Upplandsgatan i Stockholm. Hon arbetar i privat praktik där hon tar emot enskilda och par eller familjer som söker hennes hjälp. Det är också där vi träffas för att genomföra intervjun.

Systemisk terapeut presenterar sig genomgående genom att beskriva skeenden: vad hon gör, mer än hur hon tänker. Tänket tar stöd i och beskriver de metoder hon använder.

Det första frågeområdet gäller ”vad intervjupersonen anser är det mest betydelsefulla kunnandet för sig själv som terapeut, så som det kommer till uttryck i mötet med klienten”. Till *Systemisk terapeut* preciserar jag denna första fråga så här:

”Jag intresserar mig för kunnande. Terapeuters kunnande. Jag är intresserad av ditt bidrag, så att säga, vad du själv tänker att din expertis handlar om. Den som gör att det uppstår terapeutiska möten. Så som denna kunskap kommer till uttryck i mötet...”

På frågan om vilken kunskap som är till mest nytta i mötet med klienten, går Systemisk terapeut in på...

... hur hon praktiskt går tillväga i mötet med klienterna, särskilt första samtalet. Hon beskriver hur hon gör, för att förklara hur hon tänker. Den kunskap som hon lyfter fram som mest värdefull för henne i hennes yrkesvardag och i mötet med klienterna, är kunskap i psykotraumatologi.

Systemisk terapeut har ett bestämt tillvägagångssätt som upprepas i stort sett med alla nya klienter. Hon ställer bestämda frågor i en bestämd ordning i syfte att få fram användbar kunskap för henne. Hennes specialisering på psykotraumatologi har lett henne till de synsätt och metoder som passar i hennes praktik. Från fokus på ”den yttre familjen” till ”den inre familjen”.

Eklektisk terapeut

Eklektisk terapeut är man i de femtio, arbetar i offentlig sektor som familjeterapeut i norra delarna av Stockholmsområdet.

Eklektisk terapeut har lärt sig och utövat familjeterapi genom sitt nyfikna och aktiva intresse för fungerande och medmänskliga förhållningssätt i sitt arbete med barn och deras familjer. Hans möte med familjeterapi i början av 1980-talet kom först att bli med de strategiska och strukturella skolorna. Milton Erickson, Jay Haley och Salvador Minuchin blev viktiga tidiga förebilder. Därefter har Eklektisk terapeut, genom att följa utvecklingen inom familjeterapi, tagit intryck av alla de skolor som lagts till i den familjeterapeutiska allmänningen under åren. I praktiken har Eklektisk terapeut påverkats av såväl yrkesmänniskor han mött, som yrkesmässig litteratur på området.

Vi träffas en förmiddag i början av oktober i en något bullrig restaurangmiljö på Clarion Hotel, där vi finner ett ledigt bord avsides och slår oss ner. Eklektisk terapeut har ett par timmar till godo innan han har tid bokad för ett besök hos sin handläggare.

I intervjusamtalet har Eklektisk terapeut ett metaforrikt språk. Han återkommer på olika sätt till att kunskapen finns i praktiken, i görandet. Eklektisk terapeut talar gärna om erfarenhetsbaserad kunskap, sådan han lärt sig under vägen, i utövandet av familjeterapi. Att ha lärt av sin egen praktik genom trial-and-error och i samtal och möten med intresserade kolleger. Eklektisk terapeut hänvisar knappast alls till gedigna utbildningar eller massor av lästa böcker. Ändå förstår man att han är en

läsande person. Allt han hänvisar till verkar vara situationsbetingade möten där han snappat upp praktisk kunskap. *Eklektisk terapeut* framstår i mycket som en person som lärt vartefter han verkat.

På frågan om vilken kunskap som är till mest nytta i mötet med klienten, går Eklektisk terapeut in på...

... hur han praktiskt förhåller sig till sina klienter. Han talar om vikten av att inte vara alltför snabb att förstå deras situation och dilemma. Man "måste ta problemet i hand", visa klienten att man är intresserad av hans/hennes problem och svårigheter, som har fört honom/henne till en yrkeshjälpare. Folk måste få berätta om sitt lidande. "I annat fall blir man slarvig och orespektfull."

Det är viktigt att kunna skratta med sina klienter, att använda sig av humor, som är en kungsväg till en position där det blir möjligt att utmana dem, säger *Eklektisk terapeut*.

Språkssystemisk terapeut

Språkssystemisk terapeut är socionom, drygt femtio år, lärde familje- och nätverksterapi under 1980–90-talen. Han har under åren följt den teoretiska och filosofiska utvecklingen inom fältet och hunnit ta starkt intryck av Salvador Minuchins strukturella familjeterapiskola, av Milanoskolan och av de filosofiska ansatserna i narrativ och språkssystemisk terapi. *Språkssystemisk terapeut* nämner ett personligt möte med Tom Andersen i Nordnorge som betydelsefullt för honom.

Språkssystemisk terapeut betonar vikten av att lära sig grunderna genom boklig kunskap. Inga genvägar, massor med läsning och skapa förståelse för det lästa. Dessutom övning, "tusentals timmar i rummet", och så småningom möjlighet till improvisation inom kunskapens ram. Han ogillar uppfattningen att det bara är att lära genom övning och reflektion, utan att läsa. Att själv lära ut, tycker *Språkssystemisk terapeut* är ett bra sätt att fastställa och fördjupa sin egen kunskap.

Språkssystemisk terapeut tycker om sitt arbete med att möta familjer, par och arbetsgrupper för konsultation, terapi och handledning. Han tar emot i egen regi, de flesta han möter betalar ur egen ficka.

Vi träffas för intervjun en kväll i mitten av oktober. *Språkssystemisk terapeut* tar emot i sin lokal på Klippgatan i Stockholm. Under intervjun visar *Språkssystemisk terapeut* hur hans kunnande är stadigt förankrad i konkreta möten med personer i situationer, eller i med möten med böcker. Till sina kunskapskällor räknar *Språkssystemisk terapeut* även tidiga möten med morfar i familjens sköte.

Språkssystemisk terapeut visar en praktisk förankring i demokratiska värden. På senare tid, säger han, har han även börjat lägga till en andlig dimension.

Avsikten med intervjun presenteras såhär:

Intervjuare: ”... Det jag intresserar mig för, det är kunskap, terapeuters syn på sin egen kunskap. Den levande kunskapen, så som den kommer till uttryck i mötet med klienten. Vad är det egentligen som är terapeutens bidrag till det gemensamma mötet?”

Språkssystemisk terapeut: ”Spännande område, spännande fält, så att säga. Det är bra att du har frågor med dig. Jag behöver ju hjälp att sätta mig i något slags metaposition, så att säga... att se mig själv utifrån.”

Intervjuare: ”Egentligen så är det både svårt och lätt, därför att det handlar ju om det som man gör hela tiden, som terapeut. ...”

På frågan om vilken kunskap som är till mest nytta i mötet med klienten, svarar Språkssystemisk terapeut direkt:

Språkssystemisk terapeut: Ja, ska jag vara kortfattad, så tror jag nog att... bortsett från det här att träffa någon, hälsa och försöka få kontakt och alltihop det där, så är jag nog ganska snabb på ... att få det kontextuella klart för mig väldigt fort. Människan och vilket sammanhang. Både vilket sammanhang hon kommer till, i något slags egen presentation och så, så att det är klart. Men också, vad tillhör de för sammanhang, för jag känner ju inte dem, jag ska lära känna dem. Och de frågorna då är absolut i första hand kopplade till det, tror jag. I det ligger ju sen också att få klart för sig hur är människor med varandra, hur relaterar man till varandra, och alltihop det där. Vilka hör ihop... Men sammanhanget och så.

Kunskap om hur han snabbt kan skapa kontakt och klarhet i sammanhangen, således. Förmågan att relativt snabbt och på ett tidigt stadium får till en relation i mötet med klienten. Efter detta går Språkssystemisk terapeut omedelbart in på hur han definierar sin arbetsuppgift och skapar en ansvarsfördelning.

Sammanställning av intervjuer: Kunskap

Intervjuerna med de fyra intervjupersonerna kom att från början löpa längs två olika spår. Vissa väsentliga frågor delade intervjugruppen i två delar, där Samskapande terapeut, Eklektisk terapeut och Språkssystemisk terapeut kom att bilda en undergrupp som i dessa frågor verkar stå varandra nära, medan Systemisk terapeut i dessa frågor kom att bilda en undergrupp för sig själv. Övriga frågor utgjorde inte någon vattendelare på samma vis.

Att intervjugruppen delvis kom att falla itu på detta vis var ingenting jag kunnat förutse eller som jag hade beredskap för. Sanningen att säga kom detta att bereda mig visst huvudbry, då jag först inte visste hur jag skulle redovisa detta faktum. Med tiden bestämde jag mig för att lyfta upp det så här inledningsvis.

Det jag finner vara en gemensam nämnare för *Språkssystemisk terapeut*, *Samskapande terapeut* och *Eklektisk terapeut* är deras strävan att möta sina klienter utan utmejslade metoder, där själva mötet i sin oförutsebarhet bildar deras "metod". *Systemisk terapeut* lyfter med stolthet fram och betonar sina terapeutiska metoder, som har vedertagna namn och som hon tillägnat sig under målmedvetna studier och som hon bemödar sig om att vara trogen. Även *Eklektisk terapeut*, *Språkssystemisk terapeut* och *Samskapande terapeut* snuddar då och då vid metodkunskaper, och *Systemisk terapeut* låter mellan raderna veta att hon besitter en hel del relationell kunskap. Mer om detta i diskussionsavsnittet.

Dialogism och autenticitet i mötet

Språkssystemisk terapeut och *Samskapande terapeut* lyfter båda fram betydelsen av och sin kompetens i att skapa relation i mötet med klienten.

Språkssystemisk terapeut: "Vad som är mest centralt, i mitt kunnande? Jag är nog... Jag tycker nog att det mest centrala idag är det som jag ändå är nöjd när jag hör, varje gång, det är ju vikten av att få till så att säga en relation i rummet. Alltså det som har med hållning och förhållningsätt att göra."

"... att sitta ner och snakke sammen, alltså prata, då händer nånting som inte går att förbereda, men som är så viktigt i sig. Såna där saker tror jag att det är som har satt sig i min själ. Det är viktigt för mig. Så därför så tycker jag liksom att familjeterapin, när man har jobbat med "här och nu", och såna här saker, har legitimerat det där, vikten av att inte ha för mycket förförståelse eller, jag kan inte ha manualer i bakfickan, eller såna där saker, utan det måste bli nånting man kommer... där skulle man kunna tala om samskapande. Det måste vara någonting vi kommer överens om, tillsammans, utifrån att alla är överens om att jag är jag och du är du och du är du och så vidare och så där. ... det är en kvalitet som jag alltid är ute efter.

Intervjuare: En kvalitet... i samklang, eller?

Språkssystemisk terapeut: Alltså i samtal, det finns något slags samklang där. Det behöver inte hänga ihop med att vi tycker lika, att det ska vara en känsla av gemenskap. Idag kanske man talar om stunder av dialog, dialogism... Det känns viktigt. Det kanske är det som är det terapeutiska i min värld idag, tror jag.

Samskapande terapeut talar om resonans:

Samskapande terapeut: "... det som behöver klinga an i mig, det är att jag får nån slags känsla för den här personen. Personerna. Det ju resonans i nån slags igenkänsla ganska omedelbart. Inte av det slag att 'var ska jag kategorisera in dem', utan en känsla av 'ja just det', ... alla genomgående möten med människor, på nåt sätt är nåt av det viktigaste som sker där. ... Det här handlar mer om igenkänsla; resonansen! ... Det är nåt känslomässigt. Jag känner att det som finns i mig nu, det... it has to do with feelings. Våldigt mycket. Det är väldigt... det känns som om det är påkopplat här inne. Inte här uppe. Det är verkligen påkopplat..."

Eklektisk terapeut talar i korrespondens med detta om att lita på känslan:

Eklektisk terapeut: "Det är det enda jag kan gå på, min känsla."

Intervjuare: "Har du tränat upp din förmåga att känna din känsla?"

Eklektisk terapeut: "Absolut. Bill Petitt sa en gång: 'lita på magen'. Bill O'Hanlon sa så här i en föreläsning här i Stockholm, när han gick i lära hos (Milton) Erickson, så var han helt uppfylld av teorier. Och Milton sa: 'Du är här. Patienten sitter där.' ... Det är det man måste jobba med. Man måste få ihop det på nåt sätt. ... Och det, tror jag, det är övning liksom. ... Jag tror att om man tänker på vad man övar sig på som barn, så övar man sig på att förstå familjen. Man lever i en familj och ser hur samspelet går till och hur man gör och så... och där tror jag att jag har övat rätt mycket på att känna och så. Vad är det som sägs egentligen? Så det är en kunskap som jag har. Och den har jag utvecklat med det här yrket, tänker jag."

För att få till ett gott möte med autenticitet och resonans lyfter både Språkssystemisk terapeut och Samskapande terapeut fram betydelsen av att låta sig fascineras. Språkssystemisk terapeut berättar om en händelse när en för honom betydelsefull tidigare handledare och inspiratör i arbetet, lärde honom om vikten av att fascineras av de människor han möter i arbetet, sina klienter:

Språkssystemisk terapeut: "... det tycker jag var så genialt, så från den dagen är jag inte ett dugg intresserad av vad jag inte gillar hos folk, utan mer intresserad av att fascineras över människor. Hur det tänker, hur de handlar, och jag tror att det är det absolut centrala. Absolut, absolut. Det står bortom tekniker och sådana saker."

Även Samskapande terapeut talar om att fascineras – och att förtjusas – som en komponent i att samskapa goda möten:

Samskapande terapeut: "Jag tycker alla är, och blir, ännu vackrare ju mer man möts. Jag är helt fascinerad! Jag är väldigt förtjust... Jaa, det är så många jag blir förtjust i. De flesta! ... Nä men det är ju fantastiskt att vara en del av ett möte."

Intervjuare: "Du är väldigt känslig för det där att ett möte... uppstår. Är det det som är din främsta förmåga?"

Samskapande terapeut: *"Ja det är nog att jag är förtjust. Förtjust och inte suspicious, tror jag... Det jag ser, ser jag sällan som nåt konstigt, eller så. Utan jag ser ofta saker med förundran, tror jag. Jag blir förundrad och förtjust, ja."*

En följd av att vara i mötet här och nu är att samtalen inte låter sig adderas och läggas på rad. Varje samtal är och blir en helhet i sig självt.

Språkssystemisk terapeut: *"Varje samtal har en början och ett slut. Det är ett slags verklighet som aldrig kommer tillbaka. Det går inte att lägga dem på rad. Idén att man har fem behandlingar på rad för att uppnå något, det är inte min grej, så att säga. Ett samtal i taget. Vill man sedan träffas igen, då gör man det. Men då måste man, man måste vara fri att prata om helt andra saker. Man kan koppla tillbaka och så vidare, men det är en verklighet som får stå för sig, så att säga."*

Snabbhet att förstå ...

Både *Språkssystemisk terapeut*, *Samskapande terapeut* och *Eklektisk terapeut* nämner redan i början av intervjuerna, bland sina mest väsentliga kunskaper, vikten av att snabbt skapa förståelse för sammanhanget; vad som har fört klienten till mig; hur ska jag förstå hans/hennes/deras problem; vad kan jag göra för dem? *Samskapande terapeut*: *"Det som jag tror är, som jag brukar kalla yrkesskicklighet när jag möter den hos mig eller hos andra, det är att fatta vad man har där att göra, så fort som möjligt. ... Att läsa av situationen."* *Språkssystemisk terapeut* svarar som sagt ovan: *"... jag [är] nog ganska snabb på ... att få det kontextuella klart för mig väldigt fort. Människan och vilket sammanhang. Både vilket sammanhang hon kommer till, i något slags egen presentation och så, så att det är klart. Men också, vad tillhör de för sammanhang..."*

... och känsla för tempo och timing

Språkssystemisk terapeut och *Eklektisk terapeut* talar i samband med sin snabbhet om vikten av att balansera den (snabbheten) med en känsla för takt och tempo i relationen till klienten. *Eklektisk terapeut* berättar om hur han av respekt för klientens situation måste hålla tillbaka sin snabbhet att förstå, måste låta klienten få "berätta sitt lidande" och "ta problemet i hand":

Eklektisk terapeut: *"... eftersom jag är ganska snabb som person, min stil är att jag är ganska snabb, så måste jag ju passa mig. Jag behöver ju inte höra hela jävla historien, alltså, jag vet ju innan, tror jag. Det behöver inte vara sant, men*

det är vad jag känner. Jag behöver inte höra mer. Men folk måste ju berätta sitt lidande. Annars blir det väldigt orespektfullt: här kommer det en liten kille och tror att han förstår deras historia innan (ohörbart)... i bara en kort sekvens. Så kan man inte behandla människor. Jag tycker själv att när jag blir för snabb, då hamnar jag där.”

...”När jag är slarvig, då är jag för snabb, då tar jag inte problemet i hand. När jag är slarvig, när jag tycker själv att jag är orespektfull och för snabb, då tar jag inte problemet i hand, liksom, folk får inte berätta sin historia... Så här är det att ta problemet i hand” (Eklektisk terapeut tar intervjuarens hand i sin, som när man hand hälsar, och håller kvar den, sekunderna går...). ”Problem ska hållas så. Men till slut blir det obekvämt, till slut måste man släppa” (släpper handen). ”Som en metafor.”

Även för Språkssystemisk terapeut är det viktigt att anpassa sitt tempo:

Språkssystemisk terapeut: ”Jag gillar det här nordiska... Jag tycker om Minuchin och italienarna också, i sitt temperament, men det här långsamma, det har passat mig, tror jag. Det har varit en utmaning för mig också. ... Att inte vara för snabb, liksom, och ha idéer, hur du ska leva ditt liv.”

Intervjuare: ”Du sa att du är snabb...”

Språkssystemisk terapeut: ”Jag är jättesnabb! Så att jag har fått hålla i mig.”

Intervjuare: ”Har du lyckats erövra ett sådant arbetssätt, tycker du?”

Språkssystemisk terapeut: ”Absolut! Idag, tror jag det. Definitivt. Där är det så bra med familjer, också, för då får du ju den här... dirigentuppgiften, också, på något sätt, att bevaka så att alla får sin uppmärksamhet, tala till punkt. Sådana saker. Man kan vara aktiv, fast man är långsam. Intensiteten kan ju vara enorm, i alla fall, i själva lyssnandet. Närvaro, tror jag, är väldigt central. Här och nu och närvaro, så att säga.”

Att bejaka sin egen stil

Eklektisk terapeut förhåller sig annorlunda till frågan om snabbhet.

Eklektisk terapeut: ”Jag är ju ganska aktiv i min stil. Och där hade jag en [inre] dialog som inte Tom Andersen visste, men som ... just det här med hans långsamhet, så att säga. För mig passar inte det alls. Men han gjorde ju det till någonting som man skulle, måste. Han gjorde ju långsamheten till nån slags dogm, tycker jag, på slutet. Men det passar inte mig alls. Det tänker jag väl, apropå kunskap, att förstå vad ens personliga stil är, och att bejaka den. Att okeja sig själv i det här sammanhanget, på samma sätt som man ska okeja människors tillkortakommanden, så måste man ju okeja sig själv: jag är en sån

här person och det verkar ju funka. Så att det inte blir så att jag måste vara någon annan. I början på ens karriär så är man ju lite så, 'hur ska man vara?' Jag menar, det är ju så man övar. Vad ska man göra, hur ska man vara, hur ska man göra, vad ska man... Det är ju så man är i början. Ju längre man har jobbat desto mindre är man så... Om man tar det utifrån det perspektivet så är det kanske just att acceptera sig själv. Jag är sån här. ... och det tror jag är jätteviktigt. Apropå kunskap. Så att det inte blir en fråga om rätt och fel, för då trampar man alltid fel. Då är det som om man alltid går i lära, liksom."

Övriga centrala kunskapsområden handlar om betydelsen av relationsskapande och dialogism. Där finns en mångfald av delar i dessa begrepp.

Att vara vanlig

En del som *Eklektisk terapeut*, *Språkssystemisk terapeut* och *Samskapande terapeut* lyfter fram handlar om likhet med de man möter, om vardaglighet och att vara "vanlig". Att slå an en positiv grundton i mötet.

Eklektisk terapeut: "Mest centralt när det gäller att få till ett gott möte är 'hyfsfrågor'. Dom är jätteviktiga. Folk som kommer till oss har en föreställning om hur det här ska bli, de har tagit sats. ... Då måste man bemöta dem på nåt sätt så att man ganska snabbt får ner axlarna. Alltså: hej, ta i handen, vill ni ha kaffe? Och så sammanhangsmarkera ganska fort... Där kan begynnelsefrågan vara rätt viktig. ... Och sen nåt så banalt som att vara en ganska vanlig person. Det låter ju jättelöjligt men jag tror att om man ganska fort etablerar ett språk, som är på deras nivå eller nåt sånt där, så att dom inte känner sig främmande, eller om mannen som sitter där undrar, och så pratar jag ungefär som kompisarna på jobbet, så har det väldigt stor betydelse för att han ska känna att 'det här var väl inte så farligt. Han låter som Kalle', ungefär. Alltså det tänker jag att startpunkten är viktig. Att inte vara för snabb, att ha hyfs, att prata som dom man möter, det har jättestor betydelse."

Språkssystemisk terapeut: "... jag tror ganska snabbt att de tänker att jag är en ganska vanlig kille, hygglig, humoristisk, med en positiv grundton, tror jag. Jag är inte så dyster till sinnes, liksom, det är sällan... Det tror jag märks, att folk rätt snabbt slappnar av, och så."

Samskapande terapeut talar om vikten av att hitta det gemensamma.

Samskapande terapeut: "Att hitta det gemensamma... mänskliga. Det som går att dela. Där det går att mötas. Och om det är en förmåga eller en... det hänger ju ihop med nyfikenhet, att jag alltid har gått omkring och varit nyfiken, om man nu tar personliga grejer, det är ju inte generaliserbart ... Om man ska gå till en familjeterapeut eller parterapeut så är ju det ett ganska stort steg."

Och det är läskigt, vem ska jag våga lämna ut mig till, liksom. Och hur ska det gå? Det är ju ett jätterisktagande. ... Jag dukar för ett möte, brukar jag kalla det. Och då är det det att man är... avväpnad är kanske ett bra ord, om man använder en krigsmetafor: man är inte armed, liksom. Man har inte på sig rustning och svärd, utan man är avväpnad. Ja, avväpnad är ett ganska bra ord, egentligen. Ganska kul ord.

Samskapande

I frågor om hur de ser på begreppet samskapa får jag besläktade men högst olika svar från Samskapande terapeut, Språkssystemisk terapeut och Systemisk terapeut. Språkssystemisk terapeut och Samskapande terapeut svarar direkt om hur de samhandlar med klienten, Systemisk terapeut talar om hur hon lyssnar "inåt och bortåt", och hör sig för om i vilken mån klienterna anser att de "gör rätt saker".

Samskapande terapeut: "Jag har ingen aning när jag träffar sexton personer i en ny handledningsgrupp, och så gör vi en uppställning, jag har aldrig träffat dem förut. Jag litar fullständigt på att det kommer att bli något bra av det här. Alla får vara det de är. Det är en slags tillit till situationen, till samskapandet."

Samskapande terapeut berättar även hur hon gör frågan om behandlingsupplägget till en gemensam fråga.

Samskapande terapeut: "Det är ett konststycke vi skapar ihop! Jag tror de skulle säga att det var roligt, tillåtande, överraskande, tappade lite hakan... Vi gör ju upplägget ihop, eller hur! Jag hade den där familjen med den där flickan i somras, och så... så skulle jag träffa dem först, ja men vad ska vi ta för nästa steg då, jamen hon vill ändå träffa non själv, jaha men hon är nio år, ja men ta med henne då, och så pratar vi då, om vad vi gör då, och så satt vi i rummet... Du vet jag tycker om Seikkula, som säger 'upplägget är lösningen'. Att ständigt hålla på med upplägget! 'Jamen hur ska vi göra nu då? Men om du och jag nu pratar, hur ska vi göra med pappa då? Han kan vänta i väntrummet, sen när vi har pratat färdigt, det är ingen idé att jag har nån hemlis för dig, Nä! Men det är bättre du pratar med dem, jaha, och sen så där...' Så jag håller nog på med det där med barn och familjer, och liksom pratar med barnen och '... Du, vad tycker du om det där, då... och drottningen, vad tycker du...' Det är som en teater, mera, i rummet, det är inte någon teknik. Det är därför terapi blir... vi gör nånting ihop och sen gör den där ungen nåt och..."

Även Språkssystemisk terapeut är inne på att inte veta "i förväg".

Språkssystemisk terapeut: "Så därför så tycker jag liksom att familjeterapin, när man har jobbat med 'här och nu', och såna här saker, har legitimerat det där, vikten av att inte ha för mycket förförståelse eller, jag kan inte ha manua-

ler i bakfickan, eller såna där saker, utan det måste bli nånting man kommer... där skulle man kunna tala om samskapande. Det måste vara någonting vi kommer överens om, tillsammans, utifrån att alla är överens om att jag är jag och du är du och du är du och så vidare och så där.”

Eklektisk terapeut berättar hur han ställer sig till den teoretiska kunskapen i mötet med klienten.

Eklektisk terapeut: ”Ibland så tror jag, som jag skrev i min handledaruppsats, att teorierna är bara till för oss. De är inte till för dom vi möter. De är bara till för att vi ska guida oss i det vi hör. I mötena vi har, så måste vi ha nånting att hålla oss i. Annars skull det bli vanligt jävla samtal. Teorierna är livsviktiga, men dom får ju inte bli så att de syns, de måste vara integrerade i mig. Som att, ja, men det är en del av mig, en del av mitt bagage som jag har med mig. Och där blir man ju som Dummerjöns, eller en bra tjuv eller... man tar ju också under vägen som man går. Sen är det ju vissa saker som är viktigare för en, som tydlighet, eller att sammanhangsmarkera, uppdragen, sånt där som blir extremt viktigt för en. Men sen är det olika tekniker som man använder sig av.”

Även för Systemisk terapeut är samskapande en viktig fråga. För henne handlar samskapande i mycket om att kolla att klienten är med på spåret och med på att man pratar om rätt saker.

Systemisk terapeut: ”... så du frågar, men hur samskapar jag. Jag frå... jag hör ju efter. Är det ett par, så säger jag, ’vad är det viktigaste för var och en av er idag? Så att när du går härifrån idag, så du känner att du är nöjd och du känner att du har fått prata om vad du ville prata om.’ ... i det finns ett samskapande: ’gör vi rätt saker?’ Jag kan även under ett samtal fråga, ’är vi på rätt plats?’ Om du och jag bara sitter och talar, ’talar vi om rätt saker just nu? Var det det här, du ville prata om?’ Så man kan säga att, har vi gjort en kartläggning av störande minnen, är vi överens om att det är det som ska jobbas med, så jobbar vi ju med det, på ett systematiskt sätt. ... Så då tar jag på mig ett ansvar, säger att ’nu är det tio minuter, nu behöver vi...’ Det är därför jag säger, ’ska vi prata eller jobba?’ För det är också ett samskapande. För jag... någon betalar ju för min tid och jag vet vad som behöver göras. Men det är också, då bestämmer du, hur, i vilken takt det ska göras. Så checkar jag av, ’ska vi jobba?’ ’Nej, jag måste få prata vidare om det här’, eller, ’Nej men nu måste vi jobba’. Så. Så det tycker jag är ett slags skapa tillsammans, vad är det som ska ske idag?”

Men även: ”... att samskapa är ju att, jag lyssnar, och så upptäcker jag att oj, nu har mina delar tagit över aktivt, och så då måste vi backa lite, och så liksom så att samskapa är att lyssna inåt, och lyssna bortåt: ’Ojdå, nu var det visst min agenda som gällde’, kan jag säga.”

En andlig dimension

Språkssystemisk terapeut talar om en andlig kvalitet i det terapeutiska mötet. Samskapande terapeut talar om mötets magi. Systemisk terapeut säger att hon har en andlig sida.

Språkssystemisk terapeut: *"Jag är väldigt känslig för vissa saker, för det är bara de saker som tillhör det som... skiktet av förnimmelsekunskap så att säga, som är lite svårt att sätta ord på, och gör man det så försvinner de lätt och blir lite banala och så. Buber kanske också, som han uttrycker det... så fort man liksom blir varse att man står och klappar en häst, så är det en kvalitet som är anorlunda... När man blir ett med någonting, en väldigt vag förändring; det kanske är någon slags andlig dimension, snarare än en terapeutisk metod. Och den känner jag att jag är lite beroende av. Och jag hör väldigt lätt det där."*

Och Samskapande terapeut:

Samskapande terapeut: *"Om vi pratar om levande kunskap. Att inte vara generell. Att inte ha en metod."*

Intervjuare: *"Du pratar hela tiden om detta, att läsa situationen, och att agera in i situationen. "*

Samskapande terapeut: *"Andolfi ... sa att 'trust appears in ten seconds, not in ten sessions'. ... Du vet det finns så mycket idéer och floskler och take it for granted-saker i vår bransch, eller hur? 'Ja men du vet, det får man jobba på...' Alltså, jag är inte alls säker på det! Jag tror att där, då, uppstår något... magic!"*

Intervjuare: *"Det uppstår något 'magic'?"*

Samskapande terapeut: *"Ja. ... Vi svarar an på varandras [bidrag] totalt, på mikrosekunder! ... Det är ett konststycke vi skapar ihop! Jag tror de skulle säga att det var roligt, tillåtande, överraskande, tappade lite hakan... Vi gör ju upp-lägget ihop, eller hur!"*

Systemisk terapeut:

Systemisk terapeut: *"... jag har en annan sida av mig själv, som finns, men som man inte har så aktivt, men jag har en andlig sida. Jag menar antroposofin, jag studerade antroposofi när jag var trettio år. Jag gick deras grundutbildning, gamla män och kvinnor, som inte finns längre, som kommer från rätt länge sen. Och jättemycket, fantastisk kunskap. Och när jag läste antroposofi, och läste att om man nu ser antroposofin som att man, typ... det man har långtat efter i hela sitt liv, för att förstå vem man är. Och jag kände hur jag liksom bara sög i mig den där kunskapen. För att förstå hur saker och ting hänger ihop."*

Veta att och veta hur

Alla mina intervjupersoner berättar om speciella färdigheter, frågor eller metoder de använder då de står inför vissa situationer. De betonar denna form av kunnande olika mycket. I min intervju med *Systemisk terapeut* läggs tonvikten på denna form av kunskap i betydande utsträckning, i de övriga intervjuerna uppehåller sig inte intervjupersonerna vid angelägenheten av sådan kunskap.

Systemisk terapeut beskriver sig som en familjeterapeut som specialiserat sig på den inre familjen. Hon återkommer genom intervjun ofta till den betydelse som psykotraumatologi haft för henne. Att lära sig om psykotraumatologi blev för henne en brytpunkt. Förutom kunskap om psykotraumatologin lyfter hon kunskap om systemiska sammanhang, som hon mötte då Peter Lang och Elspeth McAdam, med deras systemiska helhetsperspektiv, kom som handledare till den arbetsplats i Östersund där hon då, med utgångspunkt i en psykodynamisk referensram, arbetade inom vuxenpsykiatri:

Systemisk terapeut: "Peter och Elspeth kommer in nittonhundra... kanske nittiofem, nittiotre, när jag jobbar i vuxenpsykiatri i Östersund, och vi har handledning. Men alltså, deras kroppsspråk, deras sätt att prata, deras sätt att vara, var bara... värme! Jag blir röd när jag pratar om det. Så. Och det var så anorlunda."

Men även *Samskapande terapeut* nämner i en passus kunskap om vad hon kallar "råfakta", det vill säga teoribildningar som är viktiga för henne:

Samskapande terapeut: "... om vi ska ha de där råfakta, så är det klart att alla de där teoribildningarna har varit råviktiga. Objektrelationer, objektrelations-teori, det här med inre representationer... Att så grundläggande få lära mig att få brottas med de här teorierna som jag tycker det finns så otroligt mycket bra i; överföring, parallella processer, strukturell (ohörbart), Kernberg, Kohut, alla de här begreppen, differentialdiagnostisering mellan olika strukturella nivåer, det lever i mig hela tiden. Det har en jättestor betydelse i mötet när jag möter klienter, att jag gör faktiskt en rufflig beskrivning på strukturnivå, var människan befinner sig. Även arbetsplatser och så vidare. Ibland drar jag det på nån handledning, för jag kanske har gjort fel. Kernbergs teori om personlig... PPO, personlig... personlighetsorganisation. Jättebra och viktigt. Och det gör man, man organiserar på psykotisk, borderline eller neurotisk nivå. Och det tänker jag mycket i. Så att hela den där objektrelations... och Anna Freud och allt det där. Och sen det systemiska naturligtvis. Sammanhangen. Allt sker i relation. Och sen det narrativa, som brottade ner allting ... Det vill säga hur skriver vi in varandra? Och det bara är som finns. Och en utmaning av hela den moderna psykologin kom ju där med. Och det är där jag är idag. Det här, med ickepsykologiskt språk. Så att idag håller jag i språket, fast det är ingen som vet det."

Psykotraumatologi och EMDR, Life Span och IFS

Viktigt för *Systemisk terapeut* i det terapeutiska arbetet är hennes kunskap om psykotraumatologi och hennes terapeutiska metoder, parat med systemisk kunskap om helheter och gemenskap. Vi människor är lika i det att vi kämpar med svårigheter som uppstått ur sådant vi varit med om, som vi inte tålde. Där är vi alla lika och kan mötas i dessa erfarenheter. Sedan har *Systemisk terapeut* förvärvat specifika kunskaper och färdigheter som hon tränat upp, och som kan vara till hjälp för hennes klienter. *Systemisk terapeut* är expert på sina kunskaper, har något hon kan tillföra klienten. Klienten är expert på sig själv och avgör huruvida hjälpen är henne till hjälp, och i så fall hur.

Systemisk terapeut har kunskap om sina metoder *EMDR*, *Life Span Integration* och *Internal Family Systems Therapy*. Hon har kunskap om psykologiska trauman, hur de påverkar människan och hur de kan behandlas med sina metoder. Hon har kunskap om neurala nätverk i kroppen och hjärnan. Hon vet hur trauman lever i mänskliga nätverk och ställer till svårigheter och trassel i mänskliga relationer. Hon har skaffat kunskap om hur hon ska avgöra i vilken grad klienten är behandlingsbar.

Systemisk terapeut: "Traumatiska händelser lagras i nervsystemet och blir liksom... triggas. Även i familjer, i nära relationer, i familjerelationer så triggas de ännu mer, i parrelationen, allt, så att säga som ligger kvar, där... Jag minns att jag gillade Nagy... för att han pratade då om det som var före oss, så att säga, familjehändelser. ... Nagy pratade då om den här påverkan som tidigare generationer har på oss, vad som händer då med mamma och pappa, och vad händer med mig, och vad händer när man är med om sådant som man inte tål, som jag säger då, men som blir ett störande minne?"

Första samtalet

Systemisk terapeut berättar hur går tillväga i det första samtalet med en ny klient. Hon ställer samma frågor till alla, för att få den information hon behöver för att avgöra hur hon ska gå tillväga. Men innan hon kommer till prat om problemen, är det viktigt att skilja ut personen ur problemet.

Systemisk terapeut: "... du frågade, vad vill jag veta när jag träffar någon, då börjar jag aldrig med problemet. Jag börjar, jag säger, vi kommer till problemet. Först vill jag veta lite mer om dig. Du är en människa, du har problem. Så då gör jag en familjekarta, med allt, så. Och då får jag massor med information. Då har jag redan fått massor med information i familjekartan. Mamma pappa farmor farfar syskon, problem, arbete, var de har bott, så..."

Sedan brukar jag fråga om något som heter positiva minnen. Och då har folk oftast fått förbereda och tänka ut några positiva minnen. Så ställer jag frågor om dem: 'När du tänker på det här positiva minnet, vilka positiva tankar om dig själv får du då?' Och så säger folk, 'nej, men jag är älskad, och jag är social, jag är kompetent...' Och så säger människor en massa saker som de kommer för sig, kring ett minne, när man har varit med om något. Och jag brukar fråga, 'Vad är det för känsla du förknippar med det här?' Glädje, lycka, kärlek, hopp... sådana, liksom. 'Och var i kroppen kan du känna det?' Och då finns det ju olika ställen de visar.

Och sedan så tackar jag för det, och så säger jag att du har berättat för mig om en del av dina resurser, förmågor, gåvor, hur jag uttrycker det. Och du är kompetent, du är social, du är älskad, du är... och så läser jag upp allt det här. Fast jag vänder på det. Och det händer ju ofta att människor kommer till en känsla av att, 'oj, det har jag aldrig tänkt på'. Då kan de inte säga, 'det är inte sant', för de har precis sagt det till mig. Så att det finns där som en kvalitet i... det kan vara slumrande, för det var så länge sedan, men det finns och de har känt det i kroppen.

Och sedan frågar jag om jag får lov, så att säga, att, 'vi ska gå igenom det som fortfarande ligger kvar och stör', och så förklarar jag vad ett störande minne kan vara, en störande händelse. Det är sådant som ligger kvar och stör, fortfarande. Så att när man tänker på det så känns det inget kul, i kroppen. Och så säger jag, 'Vi ska bara göra en genomgång, så att du ska inte öppna minnena', brukar jag säga. 'Gå inte in i dem, om du kan undvika.' Vi gör en kartläggning, vi bara tar dem. Så vi vet, vad som kanske ligger där. Och så säger jag, liksom, att det är gamla grejer, och det händer för länge sedan, så när du sitter här nu så kan det ju var så att du får kontakt med känslor, men då är det gammalt. Så bara. Och det är det kanske, som vi ska jobba med."

...

Systemisk terapeut går vidare i intervjuerna med sina klienter, kartlägger händelser och deras påverkan på människorna, innan hon så småningom kan presentera ett behandlingsupplägg som är skraddarsytt till just den personen, paret eller familjen.

Metoder i arbetet

Systemisk terapeut betonar att hon är noga med att ta reda på klientens behov för att så kunna avgöra vilken metod som är lämplig för tillfället. Apropå metoder, eller verktyg, som Systemisk terapeut föredrar att kalla dem, utspann sig följande passus i intervjun när vi var inne på att tala om vad ordet samskapa betyder för henne:

Systemisk terapeut: "... Det är därför jag säger, 'ska vi prata eller jobba?' För det är också ett samskapande. För jag... någon betalar ju för min tid och jag vet vad som behöver göras. Men det är också, då bestämmer du, hur, i vilken takt det ska göras. Så checkar jag av, 'ska vi jobba?' 'Nej, jag måste få prata vidare om det här', eller, 'Nej men nu måste vi jobba'. Så. Så det tycker jag är ett slags skapa tillsammans, vad är det som ska ske idag?"

Intervjuare: "Hur vet du att skilja mellan... prat och jobb?"

Systemisk terapeut: "Jo. För prat, det är vad vi gör nu. Men låt oss säga att du kom till mig [som klient], och så ville du jobba med..."

Intervjuare: "... att jag skulle vilja bli en mer hel människa, kanske jag säger."

Systemisk terapeut: "Ja, men då så är det så att då kommer jag, kanske jag säger, 'vad är det viktigaste idag då?' 'Ja, men jag är så himla stressad, jag ska göra den här grejen.' 'Okej, ska vi jobba med det idag?' 'Ja', säger du, och så funderar vi lite på vilken arbetsmetod ska vi använda idag, ska vi ta EMDR eller Life Span eller IFS? Beroende på var du och jag befinner oss, så väljer jag lite. Och om vi säger att det är en stressande händelse i nuet, så skulle jag kanske välja Life Span. Och då får du arbeta med det, för när du arbetar med det så händer något annat. Då pratar vi inte längre."

Intervjuare: "Hm."

Systemisk terapeut: "Så det är skillnaden. Att arbeta, det är att gå in i de här verktygen."

Yttre och inre

Behandlingsmässigt berättar Systemisk terapeut att hon saknade en koppling mellan "den yttre" och "den inre" familjen. Hon fann en koppling i det som kallas Internal Family Systems Therapy, IFS, och lärde sig den metoden. Vidare lärde hon sig Life Span Integration och EMDR.

Systemisk terapeut: "... då fick jag liksom tydligare syn på... 'Jaha, nämen där är ju den yttre familjen. Och här är den inre familjen.' Och så började jag liksom prata om det på det sättet. Sen en dag kommer nån och säger, 'Det finns ju en metod som heter IFS. Internal Family Systems Therapy. Och de pratar om det här'. Så då fanns ju... Man kan säga... Schwartz hade redan uppfunnit det, fast jag inte visste om att det fanns (skratt)! Så då blev det ju så att då måste jag ta reda på vad det är, eftersom han tänker precis som jag. Jag hade liksom skapat nån förståelse i mitt inre, mellan det systemiska familjeterapifältet, och den inte scenen, som jag saknade i familjeterapin."

Korreakta bedömningar

Övrig kunskap som Systemisk terapeut lyfter som avgörande för henne själv, är att korrekt kunna bedöma graden av klientens problem, svårigheter och styrkor för att avgöra om och i så fall hur behandling är möjlig.

Systemisk terapeut: ”... för här kommer folk till sina känslor och till sina minnen, på sätt som är ofarligt. Det handlar ju liksom om att jobba på ett sätt, så att det blir ofarligt, att gå dit. Det är därför man måste vara väldigt försiktig. Det kan ju komma... det är därför den här bedömningen är så viktig. För kommer det en människa som har utvecklat, till exempel, en komplex posttraumatisk stress, alltså inte bara en enkel PTSD, utan en komplex, då är det andra saker som gäller. Då måste man ju vara uppmärksam på, finns det tillräcklig självstyrka, så att det här håller, för att gå in i det här arbetet, eller måste vi stabilisera, alltså, så att säga, vad måste vi göra i nuet, för att kunna göra då-jobbet. Alla människor kan inte göra det, nämligen.”

Systemisk terapeut beskriver hur de olika metoderna i hennes repertoar för med sig varsina kunskapsområden som låter sig sammanföras, integreras, till en rik och djup förståelse för människan i sitt sammanhang. Däremot låter sig inte metoderna integreras med varandra. De måste användas var för sig, en i sänder.

Veta

När jag frågar Systemisk terapeut om hennes viktigaste kunnande berättar hon relativt utförligt för mig om hur hon går tillväga, om sina metoder och hur de kom in i hennes liv. Jag upplever att hon undervisar mig i sitt sätt att förstå. Jag frågar:

Intervjuare: ”Är du en undervisande terapeut?”

Systemisk terapeut: ”Ja – också. För att jag, alltså, det jag berättat för dig, berättar ju jag för folk.”

Intervjuare: ”Jaa. Det gör du?”

Systemisk terapeut: ”Ja.”

Intervjuare: ”Du ger en förståelsebakgrund...”

Systemisk terapeut: ”Ja, alltså, om jag kan någonting, och jag ska möta dig, du ska ha en chans att förstå vad det är jag säger till dig, eventuellt då hur jag ser på dig, och mig, så måste ju jag tala om att så här kan man tänka om oss människor. Och vi kan utgå från det här. Och jag säger ju också vid första mötet att 'det här är vår... vi prövar, idag. Vi jobbar idag, men när vi är klara så kan du veta om du vill komma tillbaks till mig. Och jag vet om jag kan hjälpa dig.'”

Kunskapsupprinnelse och utveckling

Det som framför allt slår mig när jag frågar om kunskapernas upprinnelse hos mina intervjupersoner, är hur de refererar till tidiga erfarenheter eller till tydliga situationer, personer och platser då de så att säga har slagits av de synsätt och förståelsesätt som idag vägleder dem i deras yrken. Och att de vägleds inte bara yrkesmässigt utan att dessa synsätt är djupt integrerade i deras sätt att förstå både världen i stort som i deras människosyn.

Språkssystemisk terapeut: "... jag tycker såna saker, småberättelser, att jag har spelat mycket musik, alltså ensemblespel, körsång, det finns många såna liknande saker som jag tycker om att vara i, alltså gemenskaper, och där... alltså det här systemiska, som för mig betyder att ett plus ett blir så mycket mer än två. Det har nog alltid funnits i mig på nåt sätt och så har jag hittat både teoretiska och praktiska konsekvenser av det, så det har blivit självklarheter."

Eller:

Intervjuare: "När du säger så här, så undrar jag ju förstås återigen då, när du först började tänka på det sättet."

Språkssystemisk terapeut: "När jag riktigt, riktigt, tänkte på det? Det var under apartheidtiden i Sydafrika. Då träffade jag en vit familjeterapeut som jobbade på ett universitet för både svarta och vita, inte helt självklart enkelt, väldigt svårt... och också jobbade praktiskt med familjeterapi. Och han berättade att de träffade familjer. Och då hade de på olika sätt överenskommelser att då träffas vi där och där vid den och den tidpunkten. Och så kom folk från olika håll, för det var liksom inte självklart att de kunde visa sig tillsammans. Så att när man satt där i rummet, kanske i en lånad lägenhet, då var det så uppenbart och självklart att man sa, 'nu är vi här, samlade, vi vet aldrig om vi någonsin kommer att vara de här igen. Vad ska vi prata om? Vad är viktigt?' Det var hans egna ord. Alltså, det grep mig så hårt! Fortfarande."

Möte med det systemiska

Systemisk terapeut: "... före en viss tid i mitt liv och efter en viss tid i mitt liv, kan man säga att innan jag visste det här om psykotraumatologin... då visste jag så att säga, men... då hade jag psykodynamisk, så att säga, grund. Och sen så gick jag in i systemiskt sammanhang med Peter Lang och Elspeth McAdam, som öppnade upp för drömmar och för möjligheter och förhoppningar och så att säga, öppnade för en annan, som jag idag skulle säga, en annan kvalitet i arbetet. Som hade en mycket mera kärleksfull kraft. Så att säga. Jag kan inte säga det på något annat sätt."

Intervjuare: "Var det ungefär samtidigt som du mötte Elspeth och Peter och psykotraumatologin?"

Systemisk terapeut: "Nä. Nej, den kom senare. Den kom... den gick jag och väntade på. Man kan säga att... Nej. Alltså, Peter och Elspeth kommer in nittionhundra... kanske nittiotvå, nittiotre, när jag jobbar i vuxenpsykiatri i Östersund, och vi har handledning. Men alltså, deras kroppsspråk, deras sätt att prata, deras sätt att vara, var bara... värme! Jag blir rörd när jag pratar om det. Så. Och det var så annorlunda."

Intervjuare: "Mot vad du gjorde innan?"

Systemisk terapeut: "Ja, det som vi var i. Om jag jämför med andra lärare och handledare och utbildare så var det mycket tuffare och man var liksom en bristvara. Men här blev man en möjlighetsperson. Så att det handlar också om mig, resan och kunskapandet. Om hur jag möter de människor jag möter. Hur jag ser på dem. Ser jag dem som ett problem eller som en möjlighet?"

Intervjuare: "Var det Elspeth och Peter som kom med det?"

Systemisk terapeut: "Ja. Där såg jag precis... Jaha, men det är klart att om jag tittar på vart jag vill komma, så säger ju det om att jag står i ett problem. Jag har ett problem, jag är inte ett problem. Så att man kan säga att mitt skifte börjar där."

Samskapande terapeut berättar:

Samskapande terapeut: "Min första familjeterapikurs var 1979, i USA. Och innan dess hade jag jobbat med barn som var handikappade, och jobbade alltid med familjerna. Jag hade med föräldrar och åkte hem och var på hembesök. Tänket har alltid funnits. Och så leka, med barnen. Jag älskar att leka. ... Jag har ju alltid hört och jag har förstått att jag hade en förmåga eller vad man ska säga, med barn. Från att, jag har alltid hållit på med barn, jag har utrett barn och jag har hållit på... med väldigt utsatta barn. Jag har alltid fått höra att ungarna känt sig trygga med mig. Och sen så har det varit bus! Mycket bus. Och det är jag uppväxt med. Att man får busa och klä ut sig. Jag är uppväxt i ett väldigt barnkärt och barn-fritt sammanhang. Där det inte har varit så här att 'det får man inte göra, sån får man inte vara', utan... Det finns så många exempel, när vi har drösat runt allihopa där uppe på landet, och någon piper: 'Jag vill också ha en rund smörgås' ..."

Intervjuare: "Och när förstod du att du kunde ta in det i terapierna?"

Samskapande terapeut: "Det har nog skett gradvis. Och så har jag fått bra respons. Den där psykodramakursen då, var nog väldigt viktig."

Intervjuare: "När gick du den?"

Samskapande terapeut: "Början av 1980-talet. Men sedan var samtidigt hela den här filosofiska biten otroligt viktig, för där möttes på nåt sätt lekområdet

och hantverket. Filosofi var mitt ämne i skolan, det var det enda jag hade femma i. Och teckning. Annars var jag rätt medioker, i plugget.”

Intervjuare: ”Och vad lärde du dig i filosofin?”

Samskapande terapeut: ”Gud, det var ju helt svindlande! Min filosofimagister skrev femton kommentarer! Och jag skrev alltid med en sån där riktig bläckpenna, en riktig. Det var liksom såhär: ’Wow, är det såhär världen hänger ihop? Är det så här man ska tänka?’ Så det är det andra stora spåret.”

Kunskap ur praktiken

Både *Språkssystemisk terapeut* och *Eklektisk terapeut* pratar om hur, inom familjeterapin i stort såväl som i deras egen praktik, praktiken kommer först, teorin och förståelsen sedan. I linje med detta berättar de om hur de lär sig genom sin egen praktik:

Eklektisk terapeut: ”Så det där mikroläsandet är ju också en del av nåt som man uppövar... Ju fler människor som man träffat, desto bättre blir man på det. Så att det är någon sorts erfarenhetsbaserad kunskap, som man också har med sig så att säga. En del saker är ju så teoretiska som vi behöver, en del saker är erfarenhetsbaserade, som vi vet på nåt sätt. Och i mötet med människor tror jag att det är mera... själva mötet är mera erfarenhetsbaserat än någonting annat. Att få till själva mötet. ... Jag träffar varje år trehundra föräldrar, fyrahundra lärare. Det är klart jag lär mig på det. Och sen lär man sig också nånting på... om man sitter i samarbetsmöten så lär man sig också hur man ska väga, för att hjälpa bägge... ”

Även *Språkssystemisk terapeut* berättar hur praktiken föregår förståelsen, teorin:

Intervjuare: ”Du har hittills nästan bara pratat om erfarenhetsbaserade lärdomar. Nästan bara.”

Språkssystemisk terapeut: ”Ja, ja. Jag tycker bara om, nej, jag ska inte säga bara, men jag tycker väldigt mycket om de idag, till exempel forskare och så, som också bygger det på en gedigen egen klinisk praktisk kunskap så att säga. Jag tycker att den forskningen på något sätt känns liksom komma från rätt håll. Och jag tycker också familjeterapin har varit människor som har jobbat, har varit intresserade, och så tänkt: ’vad är det här för någonting? Vi måste hitta någon koppling till det! Ja, vi tar lite cybernetik, eller vi tar lite sånt...’ Man har hängt på olika teoretiska begrepp och så, på en praktik som man redan har i kroppen, på sina fingrar. Jag tycker om den utgångspunkten. ... man kan härma, man kan kopiera, det måste man göra, men du kommer dithän, att bli duktig och bli framgångsrik, det är ju så att säga när du också har din egen

praktik och erfarenhet som huvudsaklig utgångspunkt, och så lägger man på andras erfarenheter och så där. För att kunna beskriva dem eller så.”

Systemisk terapeut berättar hur hon går tillväga i sin praktik, för att jag ska förstå hennes tankevägar. Även här föregår praktiken således teorin.

För att ta hand om och vårda kunskaperna berättar Språkssystemisk terapeut om den stora betydelsen av att läsa böcker:

Språkssystemisk terapeut: ”Det är precis samma sak tänker jag. Det finns inga genvägar. Man måste läsa böcker, man måste förstå. Man måste traggla Bateson, man måste och så vidare. Jag är absolut inte kunskapsfientlig på något sätt. När du kan det, när det finns där, det passar in på något sätt, i dig, då blir du en fri människa. Och det tar tid. Det är hårt arbete. ... Många tusen timmar i rummet. Många patienter ... ”

Även Systemisk terapeut, Eklektisk terapeut och Samskapande terapeut talar om den betydelse föreläsningar och facklitteratur haft för dem, när de gäller att utveckla och fördjupa ett redan befintligt kunnande.

Diskussion

Att närma mig frågor om terapeuters levande kunskap genom att fråga praktiserande familjeterapeuter själva om deras kunnande och därefter tematisera och sammanställa vad de berättat till en begriplig helhet, har varit en stor utmaning. Svårigheten har främst gällt spretigheten i svaren, inställningarna hos mina intervjupersoner, som varit svåra att samla under ett gemensamt tak. Flera gånger har jag varit på randen att ge upp projektet. Det som fått mig att trots allt ändå fortsätta har varit att jag, likt den drömmande, tyckt mig skönja återkommande gemensamma element i berättelserna. Jag har då tänkt, att får jag bara fatt i det som upprepar sig, så ska det visa sig att de bildar mönster. Och mönster är vad som skapar ordning och förståelse.

För att skapa struktur åt återberättelsen vill jag här och där ta hjälp av tankarna om olika sorters kunskap jag nämnde i inledningen. För enkelhets skull kommer jag att tala om ”veta att-kunskap”, ”veta hur-kunskap” och ”relationell kunskap” (se sid 9 ff).

Skilda uttryck – lika eller olika kunskap?

Från början gav det mig mycket huvudbry, att en av mina intervjupersoner, *Systemisk terapeut*, använde sig av ett så annorlunda sätt att beskriva sin kunskapsvärld än de övriga. Vid ett ytligt betraktande kunde man lätt få för sig att *Systemisk terapeut* var ointresserad av "relationell kunskap", eftersom hon i intervjun huvudsakligen uppehöll sig vid kunskap av "veta att-" och "veta hur-karaktär", medan *Språk-systemisk terapeut*, *Eklektisk terapeut* och *Samskapande terapeut* var mer inriktade på att lyfta fram sin "relationella kunskap". Ett annat område, där *Systemisk terapeut* intog en annan orientering än övriga intervjupersoner, var i hur hon svarade på frågor om hur hon "tänker", hur hon "vet" (hur hon ska göra etc.). Genomgående svarade *Systemisk terapeut* på frågor som dessa, genom att beskriva hur hon gör, vad hon säger och så vidare. Övriga intervjupersoner talade gärna och extensivt just om sina tankar kring mötets beståndsdelar och sina egna bidrag till dessa.

Emellertid säger intervjuerna väldigt lite om vad som rör sig i tankarna hos dessa terapeuter när de sitter framför sina klienter. Hur intervjupersonerna valt att svara på mina frågor bör förstås som uttalanden om hur de uppfattat intervjusituationen och mina syften och frågeställningar, och inte om hur de faktiskt orienterar sig i relation till klienterna. Att *Systemisk terapeut* så gärna pratar om sina arbetsmetoder kan vara ett uttryck för att hon är väldigt förtjust i dem och att de är både henne och hennes klienter till stor hjälp. Detta kan knappast betyda att hon inte intresserar sig för eller är okänslig för relationella aspekter i mötet; bara att hon inte fokuserar på dem när hon svarar på mina frågor.

Är det alltså så, att *Systemisk terapeut* i intervjun uppehåller sig vid frågor om metoder och förklaringar, därför att hon uppfattat mig och mitt intresse som inriktat just på dessa slags kunskaper, trots mina i mitt eget tycke mycket öppna och tydliga frågor om "all slags kunskap" etcetera? Eller kan det vara så att *Systemisk terapeut* helt enkelt låter det relationella fortgå i medvetandets periferi, utan att föra in dess innebörder i den språkliga domän där orden så lätt ställer sig i vägen för praktiken?

Härmed vill jag ha sagt, att jag inte tror att *Systemisk terapeut* vet mindre om relationell kunskap än övriga, för att hon hellre uppehållit sig vid att tala om "veta att" och "veta hur-kunskap". Kunskap kan vara mer eller mindre uttryckt i ord och det kan finnas starka skäl att undvika att ordsätta så kallad tyst kunskap. Det skulle i så fall vara ett uttryck för skilda *talvanor*, mer än en fråga om olika praxis.

I det följande kommer jag att behandla de fyra bidragen jämsides och likvärdiga med varandra. Jag antar att alla intervjupersoner förfogar över och använder sig av kunskap av alla tre sorterna: "veta att", "veta hur" och "relationell kunskap".

Kunskap integrerad

Slående för mig var hur intervjupersonerna visade hur den kunskap de utgår från är så djupt integrerad i deras historia. På frågor om ifall de mindes upprinnelsen till olika kunskapsbitar, berättade de genomgående om situationer som berört dem personligt. Rörde det sig inte om minnen från stunder i uppväxtfamiljens sköte så handlade det om personliga möten med företrädare för familjeterapin eller med böcker som dessa skrivit. Möten med personer och böcker som kommit in i intervjupersonernas liv vid avgörande tidpunkter och som berört dem starkt. Det rör sig alltså inte explicit om kurser och utbildningar som de gått, utan om möten i levande livet, oförutsedda händelser som i efterhand visat sig vara bärare av stor betydelse för dem. Om betydelsefull kunskap kommit in via en kurs eller utbildning, rör det sig om kurser som den intervjuade sökt sig till aktivt.

Den nya kunskapen har, för att kunna få fäste, varit av ett slag som litegrann breddat förståelsen för en fråga eller ett tema som just då varit aktuellt för personen ifråga. Man kan bara lära sig sådant som man nästan kan, som någon av dem sa. Kunskapen blir på detta vis integrerad i identitetsuppfattning och person och kopplad till redan befintlig kunskap.

Andlighet

Att flera av mina intervjupersoner talar om en andlig dimension i tillvaron, kanske kan förstås i ljuset av att man som psykoterapeut har förmånen att få vara med i situationer när människor överväger sina livsinställningar, omvärderar sina val och gör nya avvägningar i sina liv. Även att medvara i situationer då relationella förändringar görs, då människor som hyst ömsesidig misstro, genom terapeutiska perspektivförskjutningar "hittar tillbaka" till varandra och närmar sig en skör tillit, kan väcka förnimmelser av andlig karaktär.

Dialogism och autenticitet kontra korrekta bedömningar och metodtrogenhet

I intervjuerna blir det tydligt att *Språkssystemisk terapeut*, *Samskapande terapeut* och *Eklektisk terapeut* låter sig ledas av idéer om att följa nära i dialog med sina klienter. Detta är för dem överordnat att välja "rätt metod". *Språkssystemisk terapeut* säger bland annat (sid 22): "... jag kan inte ha manualer i bakfickan, eller såna där saker, utan det måste bli nånting man kommer... där skulle man kunna tala om samskap-

ande." *Samskapande terapeut* säger (sid 22): "... det som behöver klinga an i mig, det är att jag får nån slags känsla för den här personen. Personerna. Det ju resonans i nån slags igenkänsla ganska omedelbart. Inte av det slag att 'var ska jag kategorisera in dem', utan en känsla av 'ja just det'". *Eklektisk terapeut* (sid 22): "Det är det enda jag kan gå på, min känsla."

Man kanske kan tala om att de tre står för en linje av att ha gjort själva mötet och dialogen i sig till sin metod. Eventuellt skiljer de sig härvidlag från en linje som i mitt material företräds av *Systemisk terapeut*. Hon framhåller i kontrast med de övrigas inställning, betydelsen av att i mötet med klienten noga avgöra, dels om det finns förutsättningar för bearbetning (sid 33), dels vilken metod eller vilket verktyg som är lämpligt för stunden (sid 33). Härvid får jag intryck av att hon använder sig av en slags expertkunskap som de tre andra terapeuterna avsiktligt avstår från att vare sig använda eller ens utveckla hos sig själva.

Så mina intervjupersoner ger uttryck för två, som det verkar, skilda inställningar till terapeutiskt arbete. Den ena linjen bygger på att nära och i följsam dialog med klienten samtala om det som i stunden är angeläget för klienten. Här är själva samtalet och mötet i sig överordnat eventuella "metoder" i att utföra terapi. "Metoder" ses kanske till och med som något som kan "komma emellan" och störa det autentiska mötet.

Den andra inställningen bygger på att det finns korrekta bedömningar man som terapeut bör göra, och vikten av att göra korrekta bedömningar om problemområde och personliga resurser hos klienten och att besitta de rätta terapeutiska verktygen för de problemområden som klienten visat upp.

Huruvida ovanstående resonemang stämmer med mina intervjupersoners övertygelser måste jag låta vara osagt, då jag inte haft möjlighet att åter närma mig dem med mina nyfunna frågor. I stället för att prata om *Systemisk terapeut*, *Språksystemisk terapeut*, *Samskapande terapeut* och *Eklektisk terapeut* vill jag därför i det följande lyfta frågor som detta arbete har ställt mig inför. Det gäller i stort frågan om hur man som familjepsykoterapeut kan betrakta sin expertis.

Under familjeterapins nu drygt halvsekelgamla historia har olika synsätt, metoder och skolor avlöst varandra (se exempelvis Philips & Holmqvist 2008; Hårtveit & Jensen 2005; Anderson 1999). En diskussion som varit levande under åtminstone de senaste tre decennierna har rört frågan om objektivitet. Frågan om objektivitet påverkar andra centrala frågor, inte minst frågan om huruvida terapeuten "står utanför" det system ("familjen") som ska förändras i terapin, och alltså försöker påverka från en position "utanför".

Enligt det ena av dessa synsätt är det viktigt att terapeuten kan göra korrekta bedömningar, på ett korrekt sätt hitta orsakerna till de problem som klienten uppvisar eller säger sig lida av, kan göra korrekta interventioner etcetera. Kort sagt, denna inställning följer på uppfattningen att terapeuten besitter en (objektiv) metakunskap om människors behov och potentiella och verkliga svårigheter, och med strategisk expertis och generella metodiska tekniker. Med detta synsätt blir det natur-

ligt för terapeuten att avsiktligt söka åstadkomma förändring i klienten eller i klient-systemet (exv. ”familjen”). En uppfattning som följer med denna inställning gäller språket, som i konsekvens med detta synsätt ses som ett verktyg med vilket man kan beskriva verkligheten objektivt.

En kontrasterande inställning gör gällande att det inte finns någon privilegierad ”utanförposition” eller metaposition varifrån objektiv kunskap är möjlig att uppnå. I stället skapas framgångsrik terapi ur ett gemensamt spörjande som bygger på expertisen hos alla deltagare i samtalet. Terapeutens expertis handlar med detta synsätt om att skapa utrymme för dialog och att underlätta en dialogprocess. Förändring, utifrån detta synsätt, ses som något som kommer naturligt som en konsekvens av en generativ dialog och samverkande relation. (Anderson 1999; Gergen 2009; Shotter 1993; Seikkula & Arnkil 2005). Språket ses som formativt, genom språket skapar vi vår verklighet.

Ett vanligt sätt att referera till ovanstående grundläggande inställningar är att tala om dem som modernistisk respektive postmodernistisk.

Kunskap i kontext

Vad som förtjänar att lyftas fram som fråga för framtida undersökningar, är att det verkar som om det språk som används för att beskriva kunskap av *techne*- och *episteme*-karaktär, till sin art skiljer sig så mycket från det språk som används för att beskriva *fronesis*-kunnande eller relationell kunskap, att det blir omöjligt att prata om dessa kunskapsformer samtidigt, i samma mening. De verkar ligga i så olika abstraktionsnivå, att fördjupande samtal om dem förutsätter att man ömsesidigt överenskommit vilken typ av kunskap man nu ska samtala om, den ena *eller* den andra – veta-hur/veta-att *eller* relationell kunskap.

Det relationella kunnandet, vad vi nu väljer att kalla det för, framhålls ofta som den viktigaste kunskapsformen för terapeuter. Nutida forskning om psykoterapi lyfter fram av betydelsen denna kunskapsform (se till exempel Shotter 1993, Gergen 2009, Duncan et al. 2010). Man kan principiellt undra om relationell kompetens räcker som utgångspunkt för (familje-)psykoterapeutiskt arbete, eller om det behövs något mer. Människor i problemfyllda livssituationer har förmåga att väcka skilda känslor och önskemål hos dem de möter, även terapeuter. Det vill säga, även terapeuter är människor som reagerar känslomässigt då de möter andra människor i nöd. Inte minst vanlig är en önskan om att få hjälp till, en vilja att vara till hjälp.

Olika familjeterapeutiska skolor framhåller olika tekniker och metoder som hjälpsamma för terapeuten som vill vara till hjälp. De olika skolorna kännetecknas av olika kunnanden av *techne*-karaktär. Detta passar med hantverksmetaforen som beskrivning av terapeutyrket. Det gäller enligt detta tänk för terapeuten att ha ett antal handlingsalternativ, ett antal ”verktyg”, att tillgå, när han/hon ställs inför pro-

blemsituationer, inför uttalade eller outtalade förväntningar och inför överenskommelsernas nakna realiteter – vad har man tagit betalt för?

Huruvida terapeuten bäst möter en viss situation genom att ställa en serie triadiska frågor, göra en familjeskulptur, låta de inblandade byta roller med varandra, externalisera problem eller låta de närvarande växla mellan talande och lyssnande positioner, är sådana ställningstaganden som terapeuten behöver göra i stunden. Vilka ”verktyg” som ligger närmast till på repertoaren hänger samman med vilka filosofiska, teoretiska och metodologiska grundantaganden terapeuten gjort, men min poäng här är att ingen terapeut kommer någon vart utan att ha tillgång till ett urval praktiska verktyg/tekniker och vana vid att hantera dem. Alla dessa tekniker bygger på kunskap av *techne*-karaktär (*veta hur-kunskap*). Så utan *techne* klarar vi oss inte.

Ett liknande resonemang kan föras kring *episteme*-kunskap (*veta att-kunskap*). Vi behöver kunskap som säger oss någonting om vad det är för slags fenomen vi står inför, oavsett i vilka termer vi kodar det.

Till sist visar det sig kanske, att förhållandet mellan metodkunskap och relationell kunskap, inte är som antingen–eller, utan hellre som både–och, där den ena formen utgör förgrund och den andra utgör bakgrund; figur respektive fond. Om vi inte framstår som kunniga och i viss betydelse som auktoriteter inom vårt yrkesområde, är det svårt för oss att vinna våra klienters förtroende, så att en terapeutisk allians kan (sam-)skapas.

Frågor för framtiden

De tankar som väcks hos mig i detta arbete, rör två frågor: 1) hur märker klienten skillnaden i inställning hos terapeuten, huruvida terapeuten ansluter sig till en modernistisk eller en postmodern inställning. Och – 2) vad är viktigt att lära när man ska lära psykoterapi?

1) Hur påverkar terapeutens inställning terapin?

Frågan om hur klienten märker skillnaden i inriktning hos terapeuten – alltså huruvida terapeuten utgår från ett modernistiskt eller postmodernt paradigm – eller, med andra ord, hur terapeutens paradigm påverkar terapin, är ytterligare en fråga som inte kan besvaras inom ramen för detta arbete. Den måste besvaras av andra undersökningar än denna.

2) Vad är viktigt för blivande terapeuter att lära?

Alla mina intervjupersoner fick svara på frågor om hur de minns upprinnelsen till sina olika kunskaper. Det som slog mig i deras berättelser var frånvaron av avsiktligt planerande i deras primära kunskapsinhämtande. Det de lyfte fram var hur ny kunskap hade skapats hos dem som resultat av berörande möten. Möten med erfarna kolleger, möten med föregångspersoner inom den systemiska terapin, eller möten med böcker. Eller berörande stunder i uppväxtfamiljens sköte. Det de berättar har det gemensamma, att det de lärt sig knappast var planerat "från början". Man får uppfattningen att kunskap om att bedriva terapi är något som får sin upprinnelse av slumpmässiga faktorer, som till exempel möten med människor som inspirerar genom att beröra. *Samskapande terapeut* talar om resonans, *Eklektisk terapeut* "har lärt från barndomen och utvecklat sitt kunnande i yrkesutövningen", *Språksystemisk terapeut* har inspirerats av goda stunder som barn då han lyssnat på morfar, *Systemisk terapeut* har blivit starkt berörd av det kärleksfulla mötet med ett par av familjeterapins företrädare. Ingen av dem har blivit satt på spåret genom en utbildning i ett manualbaserat behandlingsprogram. Ingen av dem hänvisar till att överhuvudtaget någonsin ha inspirerats av en behandlingsmanual.

I stället talar de om vikten av att ha haft möjlighet att integrera teori och praktik, att kunna relatera klientpersonernas livssituation och lidande, deras problem om man så vill, till sina egna livserfarenheter. De talar även om hur betydelsefullt det varit att ta del av fackkunskap inom filosofi, psykologi och metodologi. Men det som verkar ha varit av störst betydelse är just självreflektionen i förening med en empatisk förmåga att sätta sig själv i klientens situation.

I denna tankes förlängning ligger betydelsen av – både när det gäller utveckling i arbetet och i utformandet av utbildning – att ge möjlighet till självreflekterande samtal med kolleger/studiekamrater. Detta inbegriper utrymme för samtal med paus och eftertanke om egna livserfarenheter som berör de frågeställningar klienternas livssituation väcker. Det gäller att stödja de tendenser till integration och resonans som verkar vara själva nerven i ett terapeutiskt förhållningssätt. Detta verkar vara av större vikt, än att lära ut behandlingsmanualer eller färdiga metoder. När en terapeutisk inställning väl finns, kommer behandlaren att söka sig till de metoder och teorier som passar hennes/hans yrkessträvan och -inriktning.

Litteratur

- Andersen, T. (1994). "Kommentarer till to artikler om forskning". *Fokus på familien* 2/1994, sid 126–131. Oslo: Universitetsforlaget.
- Andersen, T. (1995). "Klienter og terapeuter som samforskere før å øke terapeutens sensitivitet". *Fokus på familien* 4/1995, s. 193–200. Oslo: Universitetsforlaget.
- Andersen, T. (1996). "Forskning av behandlingspraksis: Hva skal eller hva bør eller hva kan slik forskning være?" *Fokus på familien* 1/1996, s. 3–15. Oslo: Univesitetsforlaget.
- Andersen, T. (2001). "Uttrykkens betydelse i behandling och forskning – några övergående formuleringar". I: Kjellberg, E. (red.), *Man kan inte så noga veta... Barnpsykiatriska utredningar tillsammans med socialtjänsten. Praktik och forskning genom reflekterande processer*. Stockholm: Mareld.
- Anderson, H. (1999): *Samtal, språk och möjligheter. Psykoterapi och konsultation ur postmodern synvinkel*. Stockholm: Mareld.
- Aristoteles (1988): *Den nikomanska etiken*. Göteborg: Daidalos, 1988.
- Bateson, G. & Bateson, M. C. (1987). *Angels fear. An investigation into the nature and meaning of the sacred*. New York: Macmillan Publishing Co.
- Birgerstam, P. (2000). *Skapande handling – om idéernas födelse*. Lund, Studentlitteratur.
- Clark, M. D. (2001). "Change-Focused Youth Work; The Critical Ingredients of Positive Behavior Change". I: *Journal of the Center for Families, Children & the Courts*. Vol. 3, s. 59–72, California, USA.
- Duncan, B. L. et al. (Ed.), (2010). *The Heart and Soul of Change. Delivering What Works in Therapy*. American Psychological Association, Washington DC.
- Gergen, K. J. (2009). *Relational being. Beyond self and community*. New York: Oxford University Press, Inc.
- Gustavsson, B. (2000). *Kunskapsfilosofi. Tre kunskapsformer i historisk belysning*. Stockholm: Wahlström & Widstrand.
- Kvale, S. & Brinkmann, S., (2009). *Den kvalitativa forskningsintervjun*. Lund, Studentlitteratur.
- Lambert, M. J. (1992). "Psychotherapy Outcome Research: Implications for Integrative and Eclectic Therapists". I: Norcross; J. C. & Goldfried, M. R. (Eds.): *Handbook of Psychotherapy Integration*. Cambridge, MA, USA: Basic Books.
- Maturana, H. R. & Varela, F. J. (1998). *The tree of knowledge. The biological roots of human understanding*. Revised edition. Boston & London: Shambala.

- Nilsson, C. (2009). "Psykoterapeutens och psykoanalytikerns praktiska kunskap." I: Nilsson C. (red), *Psykoterapeutens och psykoanalytikerns praktiska kunskap*. Huddinge: Södertörn studies in practical knowledge 2, Södertörns högskola.
- Seikkula, J. & Arnkil, T. E. (2005): *Sociala nätverk i dialog*. Stockholm: Mareld.
- Shotter, J. (1993). *Cultural politics of everyday life. Social constructionism, rhetoric and knowing of the third kind*. Toronto, Kanada: University of Toronto Press Inc.
- Svenaesus, F. (2009). "Vad är praktisk kunskap?" I: Bornemark, J. och Svenaesus, F. (red.), *Vad är praktisk kunskap?* Huddinge: Södertörn studies in practical knowledge 1, Södertörns högskola.
- Wallmark, J. (2008). *Samforskning i behandlarteam. ... Metod och återverkningar*. Rapport nr 63/08, FoU Södertörn.
- Widerberg, K. (2002). *Kvalitativ forskning i praktiken*. Lund, Studentlitteratur.

