

*Psykoterapeut eller inte*  
*– är det någon idé att utbilda sig?*

*Några röster om kompetens och personlig utveckling i yrkeslivet efter avslutad utbildning till psykoterapeut*

*Birgitta Blomquist*  
*Hélène Stolt*

Psykoterapeutprogrammet inriktning familj, 90 högskolepoäng  
Uppsats, 15 högskolepoäng  
Vt 2008

Handledare: Johan Sundelin

Umeå Universitet  
Institutionen för klinisk vetenskap  
Psykoterapi

# Sammanfattning

## Syfte

Den här uppsatsen syftar till att beskriva upplevelser av kompetens och personlig utveckling i yrkeslivet bland personer som har genomgått en legitimationsgrundande psykoterapiutbildning med inriktning mot familjeterapi, jämfört med före utbildningen. Vi var också intresserade av varför man valde den inriktningen.

## Metod

Vi har använt oss av en kvalitativ metod där vi genomfört fem djupintervjuer utifrån grundad teori. Informanterna som har intervjuats, en man och fyra kvinnor, var mellan 49 – 65 år. Deras studieorter har varit från Lund i sönder till Umeå i norr. Ingen har läst på samma ort. Vi har mer ingående beskrivit proceduren och de etiska övervägandena i metoddelen.

## Resultat

Resultatet visar att samtliga informanter uttrycker en stor tillfredsställelse med att ha utbildat sig till psykoterapeut. De intervjuade upplever att den personliga utvecklingen och yrkeskompetensen har stimulerats av utbildningen. De känner sig nu friare och tryggare i samtalen. Samtliga uppger att de har fått flera verktyg att arbeta med som gör att de känner sig säkrare att samtala med flera personer i rummet och att även ta med barnen i samtalen. Informanterna anser att utbildningen har ökat deras reflektionsförmåga. De känner sig mer närvarande, lyhörda och nyfikna.

Legitimationen innebär att högskoleverket prövar utbildningens kvalitet och uppfyller den inte tillräcklig vetenskaplig grund blir den inte godkänd. *”Det här är en utbildning som är allmängiltig. Ingen kan säga att det där var väl ingenting. Det är en utbildning som är hållbar”* sade några informanter i vår undersökning. Utbildningen står för många olika delar såsom en bred teoretisk grund, metodinläring, handledning, familjerekonstruktion och egenterapi.

**Slutsats**

Även om en längre terapiutbildning kräver både stora ekonomiska och tidsmässiga insatser uttrycker de fem informanterna att det för dem varit en god investering, förhoppningsvis också för deras arbetsgivare samt att det även kommer familjen/paren tillgodo.

**Nyckelord**

Psykotterapi, psykoterapeutexamen, psykoterapeutprogrammet med inriktning mot familjeterapi, familjeterapi, personlig utveckling och kompetens.

# Innehållsförteckning

<b>1. Inledning</b> .....	1
1.1 Bakgrund .....	1
1.2 Syfte .....	4
1.3 Frågeställning .....	4
1.4 Centrala begrepp .....	4
<b>2. Metod</b> .....	7
2.1. Metodologiska utgångspunkter .....	7
2.2. Val av metod för insamling av data .....	8
2.3. Urval och beskrivning av studiepersoner .....	8
2.4. Procedur .....	9
2.5. Etiska överväganden .....	10
<b>3. Resultat</b> .....	10
<b>4. Diskussion</b> .....	16
<b>5. Slutsatser</b> .....	26
<b>Referenser</b> .....	27
<b>Tillkännagivanden</b> .....	30
<b>Bilaga 1</b> .....	31
<b>Bilaga 2</b> .....	33
<b>Bilaga 3</b> .....	35
<b>Bilaga 4</b> .....	36

# 1. Inledning

Vi är två socionomer, Birgitta är kommunanställd familjerådgivare och Hélène arbetar heltid i eget bolag med utbildning och samtalsterapi. Vi har olika yrkeserfarenheter. Åldersmässigt skiljer det nästan tjugo år mellan oss. Tillsammans har vi gått psykoterapeutprogrammet med inriktning mot familjeterapi. I våra samtal och i uppsatsarbetet har vi upplevt att skillnaderna varit berikande då vi har kunnat bidra med kompletterande perspektiv.

## 1.1. Bakgrund

År 1975 fattade riksdagen beslut om en statlig psykoterapeututbildning. Tio år senare fick Socialstyrelsen ansvaret för legitimation av psykoterapeuter och ville då bredda underlaget för legitimation till att omfatta även familjeterapi. Hösten 1988 blev de första familjeterapeuterna legitimerade i Sverige. Det har alltså snart gått tjugo år sedan dess.

När vi började närma oss slutet på vår utbildning i familjeterapi väcktes vårt intresse för frågan om vad vi lärt oss och vilken nytta dessa kunskaper och färdigheter kan medföra. ”*Psykoterapeut eller inte – är det någon idé att utbilda sig?*” Det var en fråga vi ställde oss. Via Universitetets databas och genom brevkontakt med de olika utbildningsinstituten kom vi fram till att det tydligen inte fanns någon undersökning kring den frågan. Efter hand upptäckte vi dock att det fanns flera rapporter utgivna av Karolinska Institutet och Stockholms läns landsting beträffande forskning kring ”den psykoterapeutiska identiteten och utvecklingen under och åren närmast efter psykoterapeututbildningen” (Carlsson m.fl., 2000). Dessa rapporter beskriver psykoterapeutrollen i allmänhet och riktar sig inte mot någon specifik psykoterapiinriktning. De flesta i rapportens undersökningsgrupp har en psykoanalytisk påbyggnadsutbildning.

Vi blev nyfikna på vad personer som gått liknande utbildning som vår hade för uppfattning om utbildningen och om den hade varit till någon nytta för dem. Vidare tyckte vi att det var viktigt att lyfta fram frågeställningar angående vår profession. Vi antar att det borde vara väsentligt att veta om man upplever någon skillnad i personlig utveckling och yrkeskompetens efter att ha genomgått en längre psykoterapeututbildning, jämfört med före utbildningen, och i så fall hur man beskriver denna skillnad.

Det är mycket, vid sidan av själva utbildningen, som kan bidra till en ökad kunskap och en personlig utveckling under en treårig utbildning. Den viktigaste kunskapskällan är framför allt klienterna, som man regelbundet träffar. Det kan vidare vara samtal med kollegor eller med goda vänner. Det kan också vara såväl skön- som facklitteratur och tidskrifter, teater, film, tv- och radioprogram eller andra utbildningar. Ytterligare en källa till kunskap och personlig utveckling är det egna livet, som förhoppningsvis skall leda till större vishet med åren (Tudor-Sandahl, 2004). Även Karen Horney har kommenterat vikten av att livet i sig självt har stora terapeutiska möjligheter. Engquist menar att det kan finnas många orsaker till att människor inte använder livet som en kunskapskälla. Han påstår att människor ibland undviker att utvecklas därför att det på kort sikt är arbetsamt. En annan orsak kan ligga däri att människor ofta inte vet vad som är utvecklande och vad som är konserverande (Engquist, 1994).

Bruch (1978) menar att det tar hela livet att lära sig psykoterapi, se begreppet psykoterapi sidan 4. Det är en oändlig process av skapande omvärdering och studium av såväl misslyckanden som framgångar med samma objektivitet och läraktighet. Terapeuten måste se varje patient sådan som han är. Han anser att terapeuten måste nalkas patienten på ett särskilt sätt, inställd på just dennes speciella våglängd.

Samtal mellan vänner, arbetskamrater, bekanta kan få terapeutiska effekter men de kan inte betraktas som terapi såvida det inte föreligger en överenskommelse om att den ena deltagaren påtar sig ett ansvar för att leda ansvaret på ett sådant sätt att det blir terapeutiskt. Det som skiljer dessa vänskapliga samtal från det terapeutiska samtalet är att terapeuten alltid ikläder sig en särskild roll i ett samtal vars syfte är att läka (Tomm, 1989). Den rollen innebär en strävan att vara till hjälp för den andres personliga problem och interpersonella svårigheter.

Miller m.fl. (1997), en bok som av vissa familjeterapeuter upplevs som kontroversiell och inte tillräckligt vetenskaplig, refererar till olika undersökningar som beskriver fyra element som avgör utgången av en terapi; faktorer utanför terapin som man inte har någon kontroll över (40 %), den terapeutiska relationen (30 %), de terapeutiska teknikerna (15 %) och förväntningar, hopp och placeboeffekter (15 %). I boken poängteras att varje terapi måstes skraddarsys med fingertoppskänsla och passa den enskilda människan. Vi tänker då att det därför är omöjligt att vara till hjälp med enbart konkreta manualer; att bedriva terapi är inte som att laga mat efter ett recept. Vi vet ju också att den bästa kocken inte heller slaviskt följer sitt recept utan har förmåga att improvisera och agera utifrån känsla och erfarenhet. När man

betänker att de terapeutiska teknikerna endast påverkar utgången av terapin 15 % förstår man att utbildningen behöver bestå av inläring på olika nivåer.

I den terapeutiska relationen krävs personlig mognad och förmågor såsom empati, intresse och nyfikenhet. Finns det brister på det personliga planet är en utbildning aldrig komplett. Patricia Tudor Sandahl skriver i boken *Det omöjliga yrket* (2004), "Jag tror att det är först då man närmar sig det genuina och autentiska hos sig själv och utvecklar sin personliga hållning, som kreativt psykoterapeutiskt arbete kan äga rum." Hon skriver vidare att erfarenhet och professionellt erkännande rimligtvis ökar en terapeuts självkänsla och medför större frihet att pröva nya vägar och inte vara låst i föreställningar om hur man "bör" göra. I bästa fall blir terapeuten mer flexibel och kreativ med tiden och med mer erfarenhet. Detta innebär ökat utrymme att vara mer äkta och personlig i den terapeutiska situationen. Hon menar också att mognad är viktig. Mognad kommer inte gratis. Det är heller inget som vi ständigt "är" utan någonting som vi i bästa fall håller på att "bli". Att mogna är ett livsprojekt.

Patricia Tudor Sandahl arbetar utifrån en objektrelationsteoretisk inriktning. I sin bok kommer hon med många intressanta reflektioner. Vi har inte hittat någon liknande bok som beskriver rollen vad beträffar familjeterapeuter. Hennes synpunkter tror vi är tillämpbara för alla psykoterapeuter oavsett teoretisk bakgrund.

*Kunskapen är stolt över att den kan så mycket.*

*Visheten är ödmjuk inför att den inte vet mer.*

*William Cowper, 1731-1800*

Det råder en uppsjö på olika terapiformer idag. Man pratar t.ex. om alkoholterapi, aromterapi, bildterapi, kristallterapi m.m. Terapi är behandling av ett hälsoproblem såväl av somatiska som av psykosociala besvär. De största huvudgrupperna av terapi är medicinsk terapi, psykoterapi och terapi inom alternativmedicinen. Psykoterapi bedrivs av legitimerade psykologer eller legitimerade psykoterapeuter och bygger på vetenskap och beprövad erfarenhet. Arbetet sker under ett yrkesansvar vilket garanterar patientsäkerheten och står under Socialstyrelsens tillsyn. Det finns en stor okunskap om vad de olika terapiformerna

innehåller. Vi hoppas därför att den här uppsatsen också ska ge en information om vad den legitimationsgrundande psykoterapeututbildningen med inriktning mot familj innebär.

## **1.2. Syfte**

Syftet med uppsatsen är att via ett antal djupintervjuer beskriva upplevelser av kompetens och personlig utveckling i yrkeslivet bland personer som har genomgått en legitimationsgrundande psykoterapeututbildning med inriktning mot familjeterapi, jämfört med före utbildningen. Vi var också intresserade av varför man valt den inriktningen.

## **1.3. Frågeställning**

- Har den personliga utvecklingen och yrkeskompetensen stimulerats av utbildningen och i så fall på vilket sätt?
- Har egenerapin, handledningen, teorierna, uppsatsarbetet och familjerekonstruktionen bidragit till en personlig utveckling och i så fall hur?
- Varför valde man att gå psykoterapeututbildningen med inriktning mot familjeterapi?

## **1.4. Centrala begrepp**

Vi har valt sex centrala begrepp som vi vill beskriva. De är psykoterapi, psykoterapeutexamen, psykoterapeutprogrammet med inriktning på familjeterapi, familjeterapeut, personlig utveckling och kompetens.

En heltäckande definition av *psykoterapi* är inte lätt att hitta i litteraturen, beskrivningarna är ofta allmänna och diffusa (Hare-Mustin, 1998). I många av definitionerna har man glömt att det handlar om en samtalsbehandling. Den mest informativa definitionen har vi funnit i Stockholms läns landstings vårdguide där psykoterapi definieras som ”en systematisk och målinriktad behandling som bygger på erkänd psykologisk teori och beprövad metod”. Den bedrivs av legitimerade psykoterapeuter eller av psykoterapeuter med basutbildning i psykoterapi under handledning. ”Behandlingen ska vara upplagd och planerad i förväg, med tydliga ramar och överenskommelser mellan patient och terapeut.”

Enligt Strasbourgdeklarationen om psykoterapi från 1990 slås följande fast (Hårtveit & Jensen, 2005):

1. Psykoterapi är en självständig vetenskaplig disciplin, som innebär ett fritt och självständigt yrkesutövande.
2. Utbildning i psykoterapi sker på en avancerad, kvalificerad och vetenskaplig nivå.
3. Psykoterapimetodernas mångfald garanteras.
4. Utbildning i en psykoterapeutisk metod skall vara fullständig och innefatta teori, erfarenhet av egen psykoterapi samt praktik under handledning. Likaså skall en bred kunskap förvärfvas om vidare psykoterapeutiska processer.
5. Tillträde till utbildningen är möjlig genom skilda förkunskaper, speciellt inom de humanistiska och samhällsvetenskapliga disciplinerna.

*Psykoterapeutexamen* är en yrkesexamen som utgör en påbyggnad på ett människovårdande grundyrke och de flesta är i nämnd ordning leg. psykologer, socionomer, leg. läkare eller sjuksköterskor (se bilaga 1). Annan akademisk examen omfattande 120 poäng eller mer förekommer också. Utbildning som leder till psykoterapeut finns vid universiteten i Umeå, Uppsala, Stockholm, Lindköping, Göteborg och Lund, vid Karolinska Institutet i Stockholm samt vid en del privata utbildningsinstitut. Den reguljära utbildningsgången fram till legitimationen utgörs vanligtvis av följande moment: Ett grundyrke enligt ovan och därefter en grundläggande psykoterapiutbildning bestående av 30-40 poäng. Efter detta följer minst två års erfarenhet av psykoterapeutiska arbetsuppgifter under handledning. Avslutningsvis följer sedan en påbyggnadsutbildning om 60 poäng som leder till legitimation som psykoterapeut. De huvudsakliga inriktningarna vid påbyggnadsutbildningen är: beteendeterapi, familjeterapi, gruppsykoterapi, kognitiv beteendeterapi, kognitiv psykoterapi och psykoanalytisk/psykodynamisk individualterapi. Det finns även existentiell psykoterapi, psykoterapi med inriktning mot barn och ungdomar samt med inriktning mot barn och föräldrar.

*Psykoterapeutprogrammet 60 poäng, med inriktning mot familjeterapi*, är en systemisk terapiutbildning där man framförallt arbetar med hela eller delar av familjen för att lösa problem, bemästra svåra livssituationer och för att komma vidare i kriser. Familjeterapin introducerades i Sverige på 60-talet som en reaktion på erfarenheten att behandlingseffekten ofta gick förlorad efter att individen återvänt till sin familj vid individuella behandlingar. Den teoretiska grunden är systemteori och kan kortfattat beskrivas som att helheten är mer än summan av delarna i ett mänskligt system (Lundsby m.fl., 1992). Familjer är komplexa system som består av individer som betraktar världen från sitt eget individuella perspektiv. De

olika perspektiven håller familjen i ett tillstånd av balanserad spänning. Familjeterapi är en form av terapi som har till syfte att förändra det sätt ett system kommunicerar på eller relaterar till varandra. Genom att bjuda in de personer som berörs av ett problem får dessa direkt feedback (återkoppling) från varandra. Varje familj är unik och det är viktigt att få tillgång till familjemedlemmarnas egna berättelser. Professor Tom Andersen införde begreppet reflekterande processer vilket innebär att man växlar mellan att vara aktiv deltagare och lyssnande part. Som en hjälp i den reflekterande processen kan ytterligare en eller flera terapeuter bjudas in och får bidra med reflektioner omkring samtalet som förs. När olika uppfattningar kan komma till uttryck i reflektionerna, sitter familjemedlemmarna tysta och lyssnar till dem och kan då få möjligheter till alternativa förståelsesätt. De väljer sedan att antingen förkasta dessa eller ta dem till sig (Andersen, 2003). Ytterligare kännetecknade för familjeterapi är det salutogena perspektivet d.v.s. beaktandet av hälsobringande faktorer.

Familjeinriktningen omfattar utvecklingsteorier, familjeterapeutiska teorier utifrån systemiska och relationsteoretiska referensramar, familjediagnostiska modeller, relevanta teorier och metoder för bedrivande av familjeterapi och barnorienterad föräldraträning. Något som är speciellt för utbildningen är att varje student måste genomgå en familjerekonstruktion, vilket innebär att man analyserar sin egen uppväxt och två generationer tillbaka i tiden (informationsbroschyr från Umeå Universitet).

Titeln *familjeterapeut* kan den, som har en tjänst med denna benämning kalla sig för, då titeln inte är skyddad. Många kommuner anställer personer som familjeterapeuter utan legitimation (Hansson, 2001). Man kan då ha gått olika slags familjeterapiutbildningar med varierande inträdeskrav och längd.

*Personlig utveckling* kan handla om många olika saker. Man kan få svar som skiljer sig mycket åt från varandra beroende på vilka personer som tillfrågas och hur dessa tolkar begreppet. Människan har troligen i alla tider funderat över sina relationer till andra, sin egen utveckling och hur man gör saker och ting bättre. Personlig utveckling handlar om att arbeta med sin egen utveckling, till nytta för sig själv som person och för de personer man har nära relationer till rent privat eller på arbetet. Det innebär bl.a. att knyta bättre kontakt med sig själv, känna förankring och trygghet i egna starka och svaga sidor, klargöra var man står och sätta mål framåt. Det handlar om effektivitet, på ett djupare plan och att själv ta ansvar för vad man gör och skapar (Börjesson & Gustavii, 1997).

En sökning på ”personlig utveckling” på Internet hos sökmotorn Google (svenska sidor) gav 424 000 träffar. Vi bestämde oss för att respektive informant själv skulle få beskriva begreppet personlig utveckling i början av intervjun eftersom begreppet är så diffust (se resultat sidan 10).

*Kompetens* är hämtat från franskan och engelskan och bygger på latinets ”competentia”, som betyder överensstämmelse. Är man kompetent råder det en överensstämmelse mellan situationens krav och individens förmåga (Keen, 2006). Ordet förklaras i våra ordböcker med skicklighet och duglighet, men också behörighet och erforderliga kvalifikationer för att få ett uppdrag eller en anställning. Kompetens menar Keen är en förmåga att klara en situation, att handla och att se framåt och ana vad framtiden kommer att kräva. I begreppet kompetens ryms färdigheter, kunskaper, erfarenheter, kontakter, värderingar och samordning. Den som är kompetent, klarar en situation, även en oförutsedd sådan.

Ordet kompetens är idag ett väl använt och mångtydigt begrepp och är ingen ny företeelse. I takt med att intresset för människors kunskaper har ökat har också begreppet kompetens kommit i fokus. Begreppet har också utvecklats i och med att vi behöver hitta många olika ord för det som tidigare kallades kunskaper (Granberg, 2003).

## **2. Metod**

### **2.1. Metodologiska utgångspunkter**

Vår teoretiska utgångspunkt för det praktiska uppsatsarbetet är grundad teori (Guvå, 2003, Hartman, 2001 och Hartman, 2006). Grundarna till denna teori är Barney Glaser och Anselm Strauss, forskare i kvalitativa metoder vid Chicagouniversitet under 1960-talet.

Det är inte någon okomplicerad teori. I det praktiska arbetet är det tvärtom en metod fylld av regler och anvisningar. Grundad teori ger vägledning kring datainsamling och analys.

Metoden betonar att teori ska vara grundad i data, som man får via intervjuer eller observationer och inte utarbetad från förutsatta begrepp, teorier eller frågeställningar. Man går alltså direkt till verkligheten för att se vilka teorier den genererar.

Ett utmärkande drag i metoden är att man påbörjar analysen av datainsamlingen genast efter att den första intervjun är gjord. Nästa intervju kan inte påbörjas innan den första intervjun är analyserad och kodad. Man kan därför inte i förväg bestämma antalet intervjuer och man kan

inte heller göra alla intervjuer först och sedan sammanställa dessa. Från intervjumaterialet växer så småningom fram en teori och datainsamlingen avslutas när man märker att inget nytt framkommer. Det är nu dags att avsluta undersökningen och formulera en eller flera teorier. Dessa utgör en beskrivning av de idéer som undersökningen genererat.

## **2.2. Val av metod för insamling av data**

Studien har genomförts utifrån en kvalitativ metod. Data har insamlats via djupintervjuer med informanterna, se vidare under rubriken 2.3. Intervjuarbetet avslutades när vi upplevt att inga nya uppgifter framkommit och teorin därför blivit mättad.

För planeringen av intervjuerna och för behandlingen av intervjumaterialet bestämde vi att alltså använda oss av grundad teori (Guvå, 2003, Hartman, 2001 och Hartman, 2006). Vi valde att både Birgitta och Hélène skulle närvara vid de bandade intervjuerna. Den ena av oss intervjuade och den andra observerade och antecknade men kunde även komma med kompletterande frågor. Vid intervjun hade vi, som stöd för samtalet, några frågor som vi ville ha besvarade (se bilaga 2). Vi var dock inte bundna till detta frågeformulär.

Vi började först med att ha en provintervju med en person som tillhörde målgruppen. När vi konstaterade att den intervjun fungerade bra lades den till målgruppen.

## **2.3. Urval och beskrivning av studiepersoner**

Informanterna skulle vara legitimerade psykoterapeuter med inriktning mot familjeterapi och avslutat utbildningen under den senaste tioårsperioden vid olika utbildningsorter i Sverige vid såväl statliga som privata utbildningsinstitut. Via adresslistor från de olika utbildningsinstituten och via egna kontakter valde vi ut lämpliga intervjupersoner. Det skulle vara såväl kvinnor som män och de skulle ha avslutat sin utbildning under olika år. Av bekvämlighetsskäl valde vi personer med en bostadsort inom en tjugo mils radie från de orter vi är bosatta.

Enligt grundad teori skall urvalet bestämmas kontinuerligt genom undersökningen, inte inledningsvis en gång för alla. De grupper man väljer efter hand skall jämföras med varandra.

Vi intervjuade fem personer, en man och fyra kvinnor, i åldrarna 49, 54, 54, 55 och 65 år. De hade yrkeserfarenheter från 24 till 39 år. Samtliga informanter levde i en parrelation. Deras studieorter hade varit Lund, Göteborg, Linköping, Stockholm och Umeå. De hade avslutat sin vidareutbildning för mellan 1,5 år till 8,5 år sedan (se bilaga 3).

## **2.4. Procedur**

Informanterna kontaktades först via ett telefonsamtal och därefter fick de ett mejl med information om undersökningen. De tillfrågades om de ville ställa upp för en timmes intervju. Vi ombad dem att lämna ett svar via e-post om de ville delta i undersökningen (se bilaga 4). Alla tillfrågade var intresserade. Vi tog därefter åter kontakt med informanterna via telefon för att närmare bestämma tid och plats för intervjun.

I början av intervjun fick deltagarna samma information som vid första kontakten. De informerades också om att vi skulle kunna använda resultat från intervjun i uppsatsen samt att vi så långt som möjligt skulle arbeta för att avidentifiera materialet.

När man ser vårt frågeformulär var det mer tänkt som en lathund för minnet. Det var inget tvång att besvara varje moment, samtidigt som vi ville tydliggöra de olika inslagen i utbildningen.

Det var oerhört viktigt att låta informanterna öppet och fritt formulera sina tankar inom vårt frågeområde. Intervjuerna spelades in på kassettband och skrevs ner på datorn direkt efter att respektive intervju genomförts. Vi läste därefter noga igenom svaren på varje fråga, markerade utmärkande uttryck och upplevelser. Vi letade efter ord eller fraser som beskrev enskilda fenomen. Denna procedur kallas för kodning. Samtliga informanter fick via e-post ta del av vår redovisning efter kodningen och inkomma med kommentarer.

När vi kodat varje intervju klippte vi ur dessa meningar eller uttryck och lade dem på ett bord. När fem intervjuer var kodade fann vi inget nytt som kunde tillföra uppsatsen och vi hade då uppnått en mättnad. Vi grupperade de kodade svaren utifrån deras innehåll. Vi fann tretton övergripande rubriker som man benämner kategorier. Hartman (2001) anser att 10-15 koder ofta är tillräckligt för en faktisk teori.

Efter varje intervju skrev vi också minnesanteckningar, som bestod av idéer, tankar och slutsatser. Genom allt detta förfarande fick materialet struktur, vilket underlättade det efterföljande arbetet.

## **2.5. Etiska överväganden**

Då vår målgrupp var relativt liten och skulle kunna vara lätt att identifiera har vi varit noga med att tänka på sekretessen och etiska riktlinjer för att avidentifiera de personer som ställt upp i våra intervjuer. Uppsatsen är en offentlig handling och kan bli tillgänglig för alla, framförallt när det är så enkelt att få fram den via Universitetsbibliotek och Internet. Våra frågor kanske inte upplevs som känsliga för den som läser vår uppsats. För att vi skulle kunna få fram så ärliga svar som möjligt var det viktigt att kunna garantera informanten anonymitet. Vi valde därför bl.a. att göra intervjuerna på neutral plats och för att eliminera risken att träffa på någon bekant då urvalsgruppen är relativt liten.

## **3. Resultat**

Vi kommer nu att redovisa resultat från intervjuerna utifrån våra frågeområden (se bilaga 2). Under varje frågeområde har vi kunnat sammanfatta svaren i olika kategorier som vi markerat kursivt. Genom detta förfaringsätt har vi kunnat reducera de tio frågorna i vårt frågeformulär till fyra i denna resultatredovisning (d.v.s. frågorna 1a, 1b, 2-9). Under varje kategori sammanfattar vi svaren från intervjuerna. När vi skriver i kursiverad stil återger vi ordagranna åsikter från olika personer, när vi skriver i vanlig text har vi sammanfattat respektive synpunkter från de fem informanterna.

### **Personlig utveckling**

Vi inledde varje intervju med att be informanten beskriva begreppet personlig utveckling. Några tankar som framkom var:

- ”Ett diffust begrepp.”
- ”Vi är instrument.”

- En samling inre processer, mentala aktiviteter och tankar. *”En process som sker under hela livet, man lär sig något nytt om sig själv... Kan tänka så fritt som möjligt, tänker om, reflekterar, inte låser sig.”*
- Känslor – det är viktigt att känslan finns med. *”Att kunna vara i olika känslor.”*
- Kunskap och teori. *”Hur man ska omsätta sina kunskaper i det praktiska arbetet.”* Att vara trygg med sina kunskaper, de är tillgångar.
- Självkänedom. *”Att lära känna mig själv... Att få ökad kännedom om sig själv så att det kan bottna i det som är svårt... Att lära sig något nytt om sig själv... Att man kan ta upp det man erfar i livet.”* Att ta tillvara på erfarenheter i livet och koppla det till yrket som psykoterapeut.
- Att acceptera sina brister. *”Man behöver inte strida eller bevisa något... Att använda mig själv och bli trygg med den jag är med mina tillgångar och brister.”*

### **Vad har varit verksamt med utbildningen för den personliga utvecklingen?**

*Integreringen* – utbildningen sker på olika nivåer, teori, praktik, terapi m.m. Det är många parallella processer som sker samtidigt.

- De olika delarna ska integreras till något eget för att den personliga utvecklingen ska kunna ske, att varva känslomässiga inslag med de teoretiska, de egna infallsvinklarna utvidgas då. *”Att få ägna sig åt utbildningen, tillägna mig ny kunskap och teorier och omsätta dem och integrera dem till något eget.”* Det är en utbildning som är hållbar.

#### *Det inre känslomässiga arbetet*

- Det har skett en inre utveckling, man lyssnar inåt, är mer närvarande, lyhörd, måste vara flexibel, mer tillåtande, nyfiken, kunna tänka och ändra sig och lägga ner prestigen. Utbildningen har ökat reflektionsförmågan. Man behöver skapa god jordmån och bli observant på det analoga språket samt vara uppmärksam på små detaljer.

#### *Prioriteringen*

- Prioriterat sig själv genom att ha avsatt egen tid till utbildning. *”Att prioritera tiden.”* Att få komma hemifrån, att få egen tid, att nyttja tiden på tåget, tid är annars en bristvara för den personliga utvecklingen. Utbildningen låg rätt i tiden, hade ett personligt behov av

den. *”Att få ägna sig åt utbildningen, tillägna mig ny kunskap och teorier, att omsätta dem och integrera dem till något eget.”*

### *Metoderna*

- Metoddelen i utbildningen – har fått träna sig på teorierna, att se hela människan. Man samarbetar med familjen. *”De egna infallsvinklarna utvidgas, både från sig själv och andra.”*Handledningssituationen tillförde verkligen något. *”När man spelar in samtal och tittar på dem får man också syn på sig själv. Då ser man direkt vad som pågår.”* Videoinspelningarna är en källa till kunskap.
- *”Familjeterapiutbildningen innehåller ju så många delar.”* Man lärde sig att se och förstå mera av processen i terapin och att hålla i processen. *”Jag har blivit mer tillåtande, ser små detaljer, lyssnar inåt, är lite omvårdande... Arbete i mindre grupper har bidragit till den personliga utvecklingen... Utbildningen har ökat min reflektionsförmåga... Försöker se var och en... Processträning och analogt språket är viktigt... Tar in hela människan, min tolkning är inte bara den rätta.”*

### *Kursledningen och kurskamraterna*

- Kursledningen – kursledaren gjorde allt för oss vilket var viktigt för att få till en bra utbildning, det fanns en jättebra planering och struktur. *”Fantastiskt bra lärare.”* Vi hade mycket och många bra föreläsare. *”En bra stämning i gruppen, vilket lärarna bidrog med.”*
- Kurskamraterna – det fanns väldigt kompetenta kurskamrater, som man hade goda samtal med vilket uppskattades. Det rådde ett gott klimat i gruppen vilket var betydelsefullt. *”En lyhörd stämning i gruppen.”*

### *Egenterapin*

- Samtliga informanter svarade att detta moment bör vara ett obligatorium, i allra högsta grad och att egentherapie absolut har bidragit till deras personliga utveckling.
- Egentherapie ger en egen inre trygghet, man får veta mer om sig själv, man vågar möta sig själv och närma sig själv. *”Man får känna på att vara i terapistolen.”* Det är viktigt att man mår bra själv och egentherapie kan bidra till detta. *”Att jobba igenom egna kriser ger förståelse för andra... Vissa sidor bearbetas så att man blir mindre upptagna av dem.”*

## Vad har varit verksamt med utbildningen för yrkeskompetensen?

### *Handledningen*

- Denna del i utbildningen har absolut bidragit till deras utveckling och är en viktig del i familjeterapiutbildningen. Någon tyckte att detta var det bästa inslaget i utbildningen. Den hade bidragit till mycket och var otroligt viktig. Man lärde sig mycket familjeterapeutiskt genom denna del.
- Utbildning via klienterna. *"Man lär sig mycket genom klienten... Man utvecklar tankeförmågan... Det är bra att både vara klient och terapeut... Man arbetar mer processinriktat... Man får möjlighet att förankra teorin."*
- Det inre arbetet. *"Man får möjlighet att prova olika metoder... Man visar upp sig... Man blir drillad... Det är krävande... Man får direkt respons och feedback... Man får möjlighet att hitta sitt eget."* I handledningssituationen uppstår en dialog. Man upplevde att det var ett bra praktiskt moment varvat med reflektioner.

### *Egenterapin*

- Terapiutbildningen är både en kunskapsinhämtning och en personlighetsutveckling och därför behövs egenterapin. Man jobbar väldigt mycket med känslomässiga reaktioner, tänkande och handlande. *"Man bearbetar vissa sidor av sig själv så att man blir mindre upptagen av dem."* Man ska tåla deras smärta och svårigheter utan att förlora sig själv i det. Terapeuten ska kunna bära sig själv, stå fast. Det är därför viktigt att känna på att vara i terapistolen.

### *Teorierna*

- Teorierna – har fått mer redskap i arbetet genom de olika teorierna såsom systemteori, anknytningsteori m.m. Som terapeut är man aldrig en objektiv betraktare utan det måste vara en dialog utifrån klienten. Har fått redskap att arbeta med flera i rummet och har fått kunskap att kunna hålla i den process som äger rum. Man kan integrera det intrapsykiska med det interpersonella.

De allra flesta teorierna som ingår i utbildningen har bidragit till den personliga utvecklingen.

De teorier som framförallt har bidragit till informanternas personliga utveckling är språkssystemisk teori, systemisk teori, narrativ teori, kommunikationsteori och anknytningsteori.

#### *Familjerekonstruktionen*

- Positiva omdömen. *”Det var ett viktigt moment... Det gjorde saker begripliga... Det var ofantligt lärorikt... Det var omvälvande... Det var viktigt. Man kunde omformulera delar av sig själv... Det gav större förståelse varför vi är som vi är... Jag lärde mig mycket om mig själv... Man vågar möta sig själv... Man accepterar och förlikar sig med sitt liv... Man förstod mer, större ödmjukhet.”*
- Negativa omdömen. *”Det kanske inte bidrog så mycket till min personliga utveckling.”*

#### *Uppsatsarbetet*

- *”Jag har haft nytta av uppsatsen... Jag har klarat av det... Det blev bra för mig på jobbet.”*
- En fördjupad inläring. *”Det blev en fördjupning i sådant som intresserade mig... Blev konkret... Jag lärde mig forskningsdelen.”* Det är viktigt att terapeuterna tar reda på och frågar sina klienter hur samtalen blir för dem. Det är viktigt att samtalen blir till någon nytta. Uppsatsarbetet var engagerande även om det tog tid från annat, som man också gärna hade velat fördjupa sig i. Informanterna tyckte att det var intressant att ta del av intervjuerna i samband med uppsatsarbetet.

#### *Inläring av förhållningssätt*

- Förhållningssätt – man tänker på flera olika sätt, måste vara öppen för nytänkande och anstränga sig om att ha ett öppet sinne. Har fått bättre förmåga att reflektera.
- Självkännedom – lära känna sig själv.

#### *Studiekamraterna*

- Studiekamraterna – man är ett ”gäng” med samma intressen, man delar med sig av sina erfarenheter och man är inne i samma process på både gott och ont.

### *Erhållande av legitimation*

- Legitimationen – hur man blir betraktad av omgivningen, folk lyssnar mer på en efter att man har genomgått den här utbildningen. Man blir tryggare och stabilare, sitter mer stadigt i mötet och vill inte vara auktoriteten. Är mer nyfiken och harmonisk.

Eftersom vi inte hade möjlighet att intervjua informanternas klienter om de kunde se någon skillnad vad gäller personlig utveckling och teoretisk kunskap hos sin terapeut valde vi i stället att fråga varje informant vad den hade för fantasi om eventuell förändring hos sig själv.

**Tror Du att klienterna ser någon skillnad hos Dig som terapeut idag vad gäller personlig utveckling och teoretisk kunskap jämfört med innan Du gick utbildningen? Vad skulle de då uppmärksamma?**

### *Egen inre utveckling*

- ”Det är klart att det förändrade mig – jag vågar mer, jag känner mig friare... Jag kanske är lite tryggare... Jag ser möjligheter... Jag står stadigare i backen... Jag är mer stabil... mera lyhörd... mer tillfreds... Jag nöter mindre på mig själv... Jag är avslappnad... Jag är mindre prestationsinriktad... mer inkännande... Jag har ökad medvetenhet... Man blir nära... Legitimationen gav mig självförtroende... Bra investering för arbetsgivaren.”

### *Förhållningssättet*

- ”Vi kan mötas i smärtan – Jag ser var de befinner sig var och en och hur de reagerar på varandra... Jag kan leda processen framåt på ett snabbare sett... Jag hjälper till och bidrar med de resurser jag har... Jag ser mer underliggande behov... Jag hjälper till att formulera... Jag styr upp men är inte styrig... Jag balanserar samtalet... Jag får med barnen... Jag klarar av att ha alla i rummet... Jag har fått ett metaperspektiv... Jag låter klienterna få en större del i terapin.”

### *Metoderna*

- ”Jag ser systemet på ett annat sätt... På min arbetsplats sa de att jag var den som arbetade tydligast familjeterapeutiskt... Jag lärde mig arbeta med cirkulära frågor... Jag ser hela människan... Jag saknade en hel del verktyg tidigare som jag har fått nu idag.”

## Varför valde Du att gå psykoterapiutbildningen med inriktning mot familjeterapi?

### *Passar ens person*

- *”Det har varit en livsuppgift för mig att laga relationer... Det passar mig som person... Det låg närmast mig... Jag vill bli överflödig snabbt... Det måste stämma... Jag behövde den bäst... Det passar min människosyn... Jag har tänkt länge på att gå.”*

### *Relationsarbete*

- *”Man ser processen mellan dem som berör varandra... Erfarenheter från tidigare arbete att vi är beroende av vårt sammanhang väckte mitt intresse för familjeterapi... Relationer är viktiga... Jag har haft relationsarbete i hela mitt liv.”*

Det framkom att man var väldigt missnöjd med arbetsgivarens värdering av den långa utbildningen. *”Utbildning är en kompetenshöjning och skall märkas i lönekuvertet... Det är bedrövt... Arbetsgivaren borde sätta sig in bättre vad yrket och olika utbildningar innebär... Det bör finnas någon tydlig lönepolicy i förväg som är känd.”*

På vår fråga om man upplever att det är någon skillnad i möjlighet att erbjudas arbete efter avslutad utbildning så är samtliga eniga i det. *”Jag tror att mina möjligheter ökat att vara mer konkurrenskraftig till arbete hos andra arbetsgivare och även i privat verksamhet... Det är lättare att söka och få arbete som terapeut... Ja, men mycket beroende på vilken teoretisk modell som ligger i tiden.”*

## **4. Diskussion**

Vi är glada och tacksamma över att ha fått ta del av fem erfarna familjeterapeuters reflektioner rörande den utbildning som lett fram till en legitimation. Det var inte några som helst svårigheter att få dem att ställa upp med sin tid för en djupintervju och vi blev imponerade av deras yrkeserfarenhet, engagemang och kunskap. De hade fått några veckor på sig att fundera omkring våra frågeområden. Vi hade sedan goda samtal i dialogform och vår upplevelse var att samtliga ingav ett professionellt intryck och hade en god verbal förmåga att uttrycka sig.

Vår förförståelse var att det borde bli en positiv bekräftelse på vår frågeställning. Tre års studier måste väl ha gett studenterna i vart fall utökad kunskap? Det skulle väl annars vara ett stort fiasko med tanke på den stora investering av både tid och pengar som utbildningen kräver.

Det är många moment som ingår i utbildningen: 6 000 sidor litteraturstudier, 460 timmar lärarledda undervisningstimmar, 175 timmar handledning, 70 timmar egenterapi och familjerekonstruktion i grupp som motsvarar 5 timmar individuell terapi. Flera parallella processer på olika nivåer skall införlivas i personligheten. Allt material måste integreras och bli något eget och äkta.

### **I vår första frågeställning ville vi få svar på om den personliga utvecklingen och yrkeskompetensen hade stimulerats av utbildningen och i så fall på vilket sätt**

Signifikant för de fem informanterna var att de uttryckte stor tillfredsställelse över att ha utbildat sig till psykoterapeuter. De upplevde att den personliga utvecklingen och yrkeskompetensen hade stimulerats av utbildningen. Det visade sig dock svårt att riktigt skilja mellan dessa två begrepp. I den här formen av utbildning är dessa begrepp mycket tätt integrerade med varandra.

### **Vi fann tretton kategorier, som beskriver vad i utbildningen som varit verksamt för den personliga utvecklingen och yrkeskompetensen (se resultat sidan 10)**

Det man framförallt poängterade var att utbildningen ägt rum på olika nivåer d.v.s. att teori, handledning, egenterapi m.m. varvats under tre års tid så att det kunnat ske en integrering och bli till något eget.

Informanterna upplevde att deras reflektionsförmåga hade ökat. De hade fått möjlighet att utveckla sitt tänkande. Det var inte längre lika viktigt med prestigen. Några kände sig mer närvarande i samtalen och blev mer lyhörda, nyfikna och flexibla. Alla ansåg att de kände sig tryggare efter utbildningen och att de hade fått fler verktyg att arbeta med i samtalen. De kände sig mycket säkrare på att arbeta med flera i rummet, att bjuda in barnen och att kunna hålla i processen. En viktig kunskap som hade uppnåtts, var att man nu kunde integrera det intrapsykiska med det interpersonella betraktelsesättet på problemsituationen. Att vara öppen

för nytänkande, att tänka på flera olika sätt och att anstränga sig för att ha ett öppet sinne hade blivit ett viktigt riktmärke i arbetet. Att kunna leda processen framåt på ett snabbare sätt var också ett resultat som blev tydligt. Slutligen tyckte de att utbildning är en god profylaktisk investering för arbetsgivaren genom att den kan förhindra utbrändhet.

Det är viktigt att tolka resultatet från intervjuerna enbart som beskrivningar hos respektive informant. Det rör sig alltså om deras egen självbild. Vi skriver i vår uppsatsrubrik: *”Några röster om kompetens och personlig utveckling i yrkeslivet efter avslutad utbildning.”* Vi avser då endast fem röster, alltså ett mycket litet urval. När vi planerade den här uppsatsen funderade vi om vi skulle intervjua någon arbetskamrat till respektive informant, för att höra deras upplevelse. Hade de märkt någon skillnad i kompetens och personlig utveckling hos sin arbetskamrat efter att den hade utbildat sig? Det hade varit spännande att kontrollera hur samstämmiga upplevelserna hade blivit. Vi har dock inte valt ett sådant upplägg av två skäl. För det första hade majoriteten av informanterna bytt arbetsplats under utbildningens gång och fått nya arbetskamrater. För det andra var vi tvungna att begränsa uppsatsarbetet. En av informanterna uppgav dock att arbetskamraterna yttrat att hon efter sin utbildning var den som arbetade tydligast familjeterapeutiskt.

Det måste vara väsentligt att kunskaperna integreras i personligheten på ett sätt att de på djupet sker en förändring i handling och tänkande. Vi menar att det måste vara en någorlunda god samstämmighet i förhållningssättet till sina klienter, arbetskamrater och vänner för att kunna förbli trovärdig som person. Då har det, tänker vi, skett en genomgripande personlig utveckling.

Anders Engquist, fil.dr., leg. psykolog, leg. psykoterapeut och högskolelektor i pedagogik uttrycker i sin bok *Att växa som vuxen* (1994) att personlig utveckling har blivit så på modet att man kanske tror att man alltid skall ändra sig när saker och ting går på tok. Lösningen kan ligga däri att man letar efter ett sammanhang där man passar in utan att ändra sig. Han menar att man kan vara rädd att driva en egen linje i rädsla att bli illa omtyckt om jag visar mig som jag är. Vi tror att det är viktigt att också kritiskt granska den kunskap som förmedlas i en utbildning och behålla det som känns verksamt och stämmer med ens människosyn.

**Vår andra frågeställning behandlar mer specifikt frågan om egenterapin, handledningen, teorierna, familjerekonstruktionen och uppsatsarbetet hade bidragit till en utveckling och i så fall hur**

Samtliga informanter svarade att *egenterapin* bör vara ett obligatorium i allra högsta grad och att detta moment hade bidragit till deras personliga utveckling. Det här är mycket intressant då momentet har ifrågasatts både inom den evidensbaserade forskningen och hos gemene man grundat på frågan om det är nödvändigt med egenterapi såvida man inte själv har psykiska problem. En av informanterna motiverade egenterapi bl.a. med följande citat: ”*Man bearbetar vissa sidor av sig själv så att man blir mindre upptagen av dessa.*”

I rapport nr. 14 (Sandell m.fl. 2000) undersökte man i vilken mån olika aspekter av terapeuters erfarenhet korrelerar med, och eventuellt påverkar, deras behandlingsresultat. Det är intressant att i denna undersökning ingick psykoterapeuter med olika teoretiska bakgrunder. Majoriteten av terapeuterna, 60 %, hade gått en utbildning med inriktning på individuell psykoterapi för vuxna på psykoanalytisk grund. 12 % var familjeterapeuter. Bakgrunden till projektet var den s.k. Dagmaröverenskommelsen där man anslog medel till psykoterapi i maximalt tre år. I rapporten redovisas hur terapeutens egenterapi påverkade behandlingsresultatet. Man gjorde en jämförelse mellan terapeuter som gått i längre egenterapi med terapeuter som gått i kortare egenterapi. Längre egenterapier definierades på följande sätt: terapeuterna hade tre eller flera egenterapier bakom sig eller gått i terapi i tio år eller mer eller hade genomgått 1 000 sessioner. Kortare egenterapi definierade man med följande beskrivning: terapeuterna hade genomgått en eller två olika egenterapier eller hade kortare tid än tio års terapi eller haft färre sessioner än 1 000. Det visade sig då att den ”korta gruppens” patienter hade mer än fyra gånger så stor förändring (d.v.s. minskade besvär av olika symtom) än den ”långa gruppens”. I forskningsrapporten förklarar man att terapeuter som upplever att de har problem i sin verksamhet söker lösa dessa genom att själva gå i psykoanalys eller psykoterapi. Man framhäver också att det är nödvändigt att tolka resultaten försiktigt.

För svenska psykoterapeuter krävs ett minimum på 125 timmars egenterapi. Vid internationella jämförelser är detta ganska få timmar. I stadgarna för European Federation of Psychoanalytic Psychotherapy (EFPP) (1995) anges kraven på egenterapi till inte mindre än tre gånger per vecka under minst fyra år, d.v.s. ca 480 sessioner.

Av detta skulle vi kunna dra slutsatsen att det behövs egenterapi för att arbeta med psykoterapeutiskt behandlingsarbete men framgång i behandlingen uppnås inte bara med ökad egenterapi.

Med.dr. Björn Wrangsjö anser att det är viktigt att terapeuten i sitt privatliv får ut så pass mycket tillfredsställelse att han eller hon inte riskerar att utnyttja sina patienter för egen behovstillfredsställelse. Egenterapin kan då hjälpa till att upptäcka eventuella blinda fläckar, d.v.s. personliga tillkortakommanden hos terapeuten som kan försvåra hjälparbetet. Att leva i en parrelation, att vara förälder eller att genom sina arbetskamrater få återkoppling på ett problematiskt beteende kan också vara en god "egenterapi" om man klarar av att vara en god mottagare av sådant budskap.

Irvin Yalom, professor emeritus vid Stanford University och med närmare femtio års klinisk verksamhet som psykiater och psykoterapeut, menar att det absolut viktigaste inslaget i en psykoterapiutbildning är att själv gå i terapi. Han menar att det mest värdefulla redskapet psykoterapeuten har i terapin är sig själv som person och att man då måste fungera som en förebild. "Vi måste tydligt visa vår strävan att träda i djup personlig kontakt med vår patient, en process som förutsätter att vi blir mästare på att hämta kunskaper ur den bästa källan till tillförlitlig information om vår patient som finns – nämligen ur våra egen känslor" (Yalom, 2004, s 71). Själv har Yalom gått hundratals timmar i egenterapi under olika faser i sitt liv. Han tror inte att det finns ett bättre sätt att förstå vad en psykoterapeutisk behandlingsform innebär än att uppleva den som patient. Han uppmuntrar till att tillägna sig en mångfald av perspektiv och varnar unga psykoterapeuter att söka sig till sekteristiska läger utan att i stället skaffa sig en uppfattning om de positiva sidorna hos de många olika terapeutiska riktningar som finns.

Salvador Minuchin (1999) skriver att varken levnadsvisdom eller självkänedom genom psykoanalys eller psykoterapi garanterar att en terapeut blir en bättre kliniker. Observera att han skriver garanterar men dessa moment kan dock bidra till bättre självkänedom. Att bara vara i patientrollen är en viktig erfarenhet. Att sedan ha möjlighet att tränga in i sin egen familjeproblematik och att få tillfälle att samtala med någon om svårigheter som livet medfört på olika sätt borde vara en stor tillgång i en utbildning till terapeut.

*Handledningen* gav enligt informanterna ett viktigt bidrag till den personliga utvecklingen där de gavs möjlighet att få prova olika metoder och fick möjlighet att öva på dem. I handledningen fick de direkt respons och feedback samt en möjlighet att hitta sitt eget sätt att vara som terapeut. Teorin blev därigenom förankrad. Det finns många fördelar med grupphandledning, inte minst pedagogiska (Bernler och Johnsson, 1995). Man lär sig av varandras erfarenheter. Gruppen har en viktig stödjande funktion. ”*Handledningen ger feedback på mitt arbete, mitt arbetssätt och mig själv som personlig resurs i detta arbete.*” Vid en av utbildningsorterna bytte man handledare efter halva tiden för att bredda möjligheten till utveckling. Informanten upplevde detta mycket positivt. Vi har under vår utbildning upplevt att videofilmningen av samtalen tydliggör terapeutrollen på ett oerhört bra sätt där både ens starka och svaga sidor blir synliga.

Informanterna var alla nöjda med de *teorikunskaper* som ingick i utbildningen och hur dessa hade bidragit till deras personliga utveckling. Som vi skrivit i resultatredovisningen var det framförallt fem teorier som återkommande nämndes som betydelsefulla och vilka är utmärkande för familjeterapi. Vi vill därför mycket kort kommentera dessa teorier.

Språkssystemisk teori är benämningen på den berättelseinriktade och postmodernistiska inriktning som Harlene Anderson och Harry Goolishian har utvecklat, med språk och konversation som nyckelbegrepp (Olson & Pettit, 1999). Den innefattar idén att mening är ett mellanpersonligt fenomen som skapas och upplevs i konversation och samspel med andra människor, liksom inom den enskilda människan. Psykoterapi uppfattas här som en process där man formar, säger och utvidgar det utsagda och det ännu-inte-sagda - utvecklingen, genom dialog, av nya betydelser, teman och berättelser – ur vilka nya självbeskrivningar kan uppstå (Anderson, 1999).

Systemisk familjeterapi är förknippad med begreppet neutralitet i intervjuandet, att se till de cirkulära sambanden och att kontinuerligt skapa hypoteser. Det cirkulära intervjuandet växte fram inom Milanoskolan. Intervjuaren frågar någon i familjen om två andra familjemedlemmars relation genom t.ex. hypotetiska frågor. Systemisk familjeterapi har senare fått ungefär samma betydelse som systemisk inriktning där fokus ligger på att upptäcka skillnader i familjemedlemmars beteenden, relationer, åsikter och hur de ömsesidigt är sammankopplade i cirkulära processer. Familjen betraktas som en organisation med flera olika nivåer med feedbackprocesser både inom och mellan dessa nivåer (Olsson & Pettit,

1999 och Lundsby m.fl. 1992). Tom Andersen poängterar vikten av tystnad som ger plats för den inre dialogen (Andersen, 2003). Den hjälpsökande får utrymme att lyssna utan krav på att ta ställning till det som sägs. Reflekterande team/processer, vilket Tom Andersen är en av grundarna till, är en viktig ingrediens inom den systemiska riktningen.

Narrativ terapi har bl.a. utvecklats av socialarbetarna Michael White och David Epston där de använder sig av ett förhållningssätt som frigör kraft i stället för att lägga mer sten på klienternas skuldbörda och främjar samarbete och allianser i stället för att blåsa under anklagelser. Deras terapi går ut på att hjälpa individen att få tillgång till en positiv makt, att erövra rätten att berätta historien om sig själv (Abrahamsson & Berglund, 1997). Människor får problem när de historier eller livsberättelser de själva och andra har om dem inte stämmer. Genom att skapa en ny berättelse om sig själv kan man bekämpa problem i stället för att domineras av dem (White, 1995).

Kommunikationsinriktad familjeterapi beskriver hur symtom och patologi hos en individ är resultatet av de kommunikationsmönster som finns i dennes familj. Terapeutiska interventioner syftar till att hjälpa familjemedlemmarna att förändra dessa mönster så att de blir mer funktionella. I terapin är det därför viktigt att upptäcka hur personerna kommunicerar med varandra och hjälpa dem till att bättre kunna framföra sina budskap. Man talar om digital och analog kommunikation där det strikta ordet, som inte går att missförstås, står för den digitala kommunikationen medan den analoga mer står för kroppsspråk, gester m.m. Genom att vi använder oss av olika kommunikationssätt byggs problem in i samtalen som ofta leder till missförstånd och konflikter. Relationer kan vara symmetriska eller komplementära. En symmetrisk relation har den svagheten att deltagarna ofta hamnar i ett konkurrensförhållande. I en komplementär relation dras motsatserna till varandra som i början av en relation kan upplevas som spännande men som med tiden kan leda till problem (Watzlawick, 1967).

Anknytningsteorins upphovsman är den engelske barnpsykiatern och psykoanalytikern John Bowlby. Det är en teori som handlar om den process vars resultat är ett psykologiskt band mellan spädbarnet och dess närmaste vårdare. En trygg bas är det centrala begreppet som beskriver föräldrarnas förmåga att utgöra en "hamn" för barnet. Denna blir utgångspunkt för barnets utforskande av världen och det är dit barnet återvänder för känslomässig påfyllning. Barnet har då fått en trygg anknytning. Om barnets relation till föräldern i stället präglas av osäkerhet eller rädsla påverkas barnets förmåga att undersöka världen negativt. Barnet kan då

antingen ängsligt klamra sig fast vid föräldern (d.v.s. aldrig lämna basen) vilket kallas för en ambivalent anknytning eller bete sig som om basen inte behövs vilket kallas en undvikande anknytning. Det finns även ett fjärde anknytningsmönster som benämns desorganiserad. Barnet har då bemötts med oförutsägbarhet och nyckfullhet och har inte kunnat bygga upp någon modell hur föräldern kommer att svara. Flera studier pekar på att anknytningsmönstren fortsätter att påverka relationer i vuxenlivet vilket kan inverka destruktivt i en parrelation. Framgångsrik familjeterapi kan därför ibland bedrivas utifrån anknytningsteorin.

Andra viktiga metoder såsom lösningsfokuserad terapi, BOF – barnorienterad familjeterapi, intensiv familjeterapi, familjeträningsprogram, utvecklingspsykologi samt kunskap omkring Sterns beskrivning om självets utveckling uttrycktes också som verksamt för yrkeskompetensen. Bara en av informanterna har uppgett att den strukturella och den strategiska familjeterapin bidragit till den personliga utvecklingen. Utan att röja informanternas sammanhang tolkar vi detta att de flesta av dem inte arbetade med riktigt tung social problematik i dagsläget. I intensiv familjeterapi t.ex. använder man sig av olika behandlingsmodeller där både strategisk, strukturell och systemisk teori ingår och kommer till sin rätt.

*Uppsatsarbetet* upplevdes som engagerande. Där fick informanterna fördjupa sig i något intressant ämne, fick lära sig forskning, men det tog tid från annat som de gärna hade velat fördjupa sig i, såsom det kliniska arbetet. För oss har uppsatsarbetet varit utvecklande och intressant då vi fått tagit del av informanternas röster om vad som varit verksamt med utbildningen. Vi tycker att de är goda förebilder för oss. Varje bandad intervju skulle till och med kunna bli ett bra radioprogram.

När det gäller *familjerekonstruktionen* kom det fram blandade synpunkter. Någon sade att det var ofantligt lärorikt och omvälvande. Man lärde sig mycket om sig själv och fick större ödmjukhet. En annan uttryckte att det kanske inte bidrog så mycket till den personliga utvecklingen. Vi upplevde under vår utbildning att detta moment var intressant genom att man aktiverar flera kanaler till en förståelse av sin egen familj och hur den har påverkat en som person. Momentet bidrog också till en förståelse för deltagarna i utbildningsgruppen och gav möjlighet att skapa ett bra klimat.

Det är intressant att notera samstämmigheten mellan informanternas upplevelse av sin personliga utveckling och yrkeskompetens efter att de vidareutbildat sig med vad de trodde att klienterna skulle lägga märke till. De nämnde då framförallt den egna inre utvecklingen, sitt förhållningssätt och den utökade metodkunskapen.

### **Vår sista fråga tar upp varför informanterna valt att gå psykoterapiutbildningen med inriktning mot familjeterapi**

Samtliga i undersökningen underströk att relationer och det sammanhang man ingår i är viktiga. Det passade för en person att arbeta utifrån det synsättet och den människosyn som hon hade. För en annan av informanterna hade det varit en livsuppgift att laga relationer. En tredje person ansåg att problemen blev så uppenbara när man hade alla närvarande i rummet, vilket bidrog till att terapeuten ganska snart blev överflödig. Slutligen valde en av informanterna denna utbildning efter de erfarenheter han fått av att ha arbetat på ett mentalsjukhus i sin ungdom. Han träffade då en man som med jämna mellanrum lades in på en avdelning för att vila upp sig ett par veckor. Han fungerade alldeles utmärkt under sjukhusvistelsen men när han kom hem till sin hustru började han dricka igen. En gång sade mannen: ”Nu ska jag inte hit igen, nu får det vara nog.” Då var det någon av personalen som sa: ”Ja, då är det väl frun som kommer nästa gång i stället” och så blev det. Plötsligt var det ombytta roller. Kvinnan hade tidigare alltid varit den starka personen i deras relation.

Socialstyrelsens statistik över familjerådgivningens verksamhet, som bedriver relationsinriktade insatser, visar t.ex. att långa behandlingsärenden har minskat och att engångsärendena har ökat (Socialstyrelsen, 2004). I de flesta fall ges familjerådgivning under 2-4 samtal (cirka 40 %) för att uppnå bättre relationer. Familjerådgivaren Ann-Marie Lundblad bekräftar också detta i sin doktorsavhandling (Lundblad, 2005) där hon konstaterar att det bland 312 par som sökte till familjerådgivningen på sex byråer i sydvästra Sverige, bestod insatserna av tre till åtta besök. Före behandlingen visade paren omfattande problem med mycket distans och kaos. Individerna uppvisade allvarliga psykiska symtom som främst tog sig uttryck i depression, ångest och tvångsmässighet. Efter behandlingen redovisade 50-75 % av kvinnorna och männen stora förbättringar som vid uppföljning efter två år visades bibehållna och t.o.m. i vissa delar hade förbättrats ytterligare. Detta är mycket spännande resultat som visar att parbehandling ger ett mycket gott resultat med hjälp av korta insatser.

De metoder som ligger till grund för behandlingen är baserade på familjeterapeutiska och/eller individualterapeutiska metoder.

Det utmanande med att arbeta familjeterapeutiskt är att få tillgång till ”mångas röster”, att fantasi och kreativitet kan utgöra möjliga lösningar på en låst situation, att göra någonting annorlunda om refränger i familjens lösningar utgjort ett problem (Ceccin m.fl., 1994). Vi har förstått, genom de olika forskningsrapporter vi tidigare refererat till, att för den psykodynamiskt skolade psykoterapeuten, som ofta arbetar med individuella kontakter, är det däremot ett rambrott med andras inblandning t.ex. myndigheter eller anhöriga i den terapeutiska processen och kan bli ett stort problem se t.ex. Carlsson (2000). Våra reflektioner kring detta är att man arbetar med olika metoder utifrån den terapiinriktning man är skolad inom och känner sig bekväm med. Inom familjeterapi kan det vara en tillgång med mångas röster vilket kan bidra till en lösning medan det inom den psykodynamiska metoden ofta blir ett störningsmoment i behandlingsarbetet.

### **Våra tankar om metodval, utgångspunkter och resultat**

När vi stod inför uppgiften att välja område för vårt uppsatsarbete kändes det angeläget att det skulle väcka vår nyfikenhet och vara tillräckligt intressant. Vi ville också att arbetet skulle vara till någon nytta. Förutom att få våra frågor besvarade ville vi också uppmärksamma familjeterapiutbildningen. Vi var intresserade av att få en subjektiv beskrivning av hur man upplevt utbildningens betydelse för kompetensutveckling och personlig utveckling. Vid en reflektion nu efteråt har vi två synpunkter på denna ansats. Antalet intervjuade är endast fem personer och vi kan därför inte dra några generella slutsatser. Det skulle därför vara intressant att intervjua flera terapeuter och göra en större studie. Det kanske skulle ha varit en tillgång om det varit en större spännvidd i antal år efter legitimationen. Vi har tidigare skrivit att det också skulle ha varit intressant att intervjua någon kollega till respektive informant om de hade märkt någon skillnad i kompetens och personlig utveckling hos sin arbetskamrat efter att den hade utbildat sig.

## 5. Slutsatser

*Vi ställde oss frågan: ”Psyko terapeut eller inte – är det någon idé att utbilda sig?”*

Våra fem informanter har bekräftat utbildningens betydelse för deras kompetens och personliga utveckling i yrkeslivet samt för deras arbeten som familjeterapeuter. Vi har tidigare i uppsatsen på sidan fyra lämnat en kort information om vilken utbildning vi avser, nämligen den legitimationsgrundande psykoterapiutbildningen med inriktning mot familjeterapi. En forskningsrapport visar att arbetsåren efter en legitimationsgrundande psykoterapiutbildning förbättrar behandlingsresultaten men att andra utomterapeutiska yrkesutbildningar inte haft någon positiv effekt på terapeutens patientarbete (Sandell m.fl. 2000). Utbildningen måste således vara direkt relaterad till de arbetsuppgifter man har att utföra i sitt arbete. Vårt svar på uppsatsrubrikens fråga blir sammanfattningsvis ett absolut ja.

Avslutningsvis vill vi citera några rader från boken *Familjen plus en* (Hårtveit & Jensen, 2005, s 27): ”Men är det inte en fara i ett så rationellt förhållande, tron på att möjligheterna att hjälpa hänger samman med om man har tillräcklig kompetens och att man, när man har rätt diplom på väggen eller tillräckligt antal poäng på universitetet, är trovärdig eller värd tillit? Vi glömmer kanske ofta att tilliten inte är förtjänad, utan en gåva som behöver ges i blindo...”

## Referenser

- Abrahamsson E. & Berglund G. Skapande konversationer. Möten med familjeterapeuter och deras idéer, Mareld, 1997
- Andersen T. Reflekterande processer, Mareld, 2003
- Anderson H. Samtal, språk och möjligheter, Mareld, 1999
- Bernler G. och Johnsson L. Att handleda praktikanter, Natur och Kultur, 1995
- Bruch H. Att lära sig psykoterapi, Natur och Kultur, 1978
- Börjesson L. och Gustavii K. Dina sju kompetenser, Metoda konsulter ab, 1997
- Carlsson J. Schubert J. Sandell R. Blomberg J. Lazar A. och Broberg J. Svenska psykoterapeuter I: Utbildning, erfarenhet och teoretisk orientering. Psykoterapi: forskning och utveckling, nr 12, 2000
- Carlsson J. Schubert J. Sandell R. Blomberg J. Lazar A. och Broberg J. Svenska psykoterapeuter II: Ideal, stil och värderingar. Psykoterapi: forskning och utveckling, nr 13, 2000
- Cecchin G. Lane G. Ray W. Irreverence. A Strategy for Therapists' Survival, Karnac, 1994
- Engquist A. Att växa som vuxen, Rabén Prisma, 1994
- Guvå G. Grundad teori, Liber AB, 2003
- Granberg O. Personaladministration och organisationsutveckling, Natur och Kultur, 2003
- Hansson K. Familjebehandling på goda grunder - en forskningsöversikt, Förlagshuset Gothia AB, 2001

- Hare-Mustin R. T. Challenging traditional discourses in psychotherapy. Making space for alternatives. *Journal of Feminist Family Therapy*, volym 10 (3), 39-56, 1998
- Hartman J. Grundad teori. Teorigenerering på empirisk grund, Studentlitteratur, 2001
- Hartman J. Vetenskapligt tänkande. Från kunskapsteori till metodteori, Studentlitteratur, 2006
- Hårtveit H. & Jensen P. Familjen plus en, Mareld, 2005
- Keen K. Kompetens – vad är det? Idmans förlag, 2006
- Kvale S. Den kvalitativa forskningsintervjun, Studentlitteratur, 1997
- Lundblad A-M. Parbehandling i ett folkhälsoperspektiv. Kärlek och hälsa, NHV, 2005
- Lundsbye M. Sandell G. Ferm R. Währborg P. Petitt B. och Fälth T. Familjeterapins grunder, Natur och Kultur, 1992
- Minuchin S. Om konsten att bedriva familjeterapi, Wahlström & Widstrand, 1999
- Miller S. Duncan B. & Hubble M. *Escape from Babel*, Norton, 1997
- Olson H. & Petitt B. Familjeterapilexikon, Korpen, 1999
- Sandell R. Blomberg J. Carlsson J. Lazar A. Broberg J. och Schubert J. Hur terapeutens utbildning och yrkeserfarenhet påverkar behandlingsresultatet. *Psykoterapi: forskning och utveckling*, nr 14, 2000
- Socialstyrelsen, Redovisning av hur kommunernas skyldighet att tillhandahålla familjerådgivning fullföljs, artikelnummer 2004-131-29
- Tomm K. Systemisk intervjumetodik. En utveckling av det terapeutisk samtalet, Mareld, 1989

Tudor-Sandahl P. Det omöjliga yrket - Om psykoterapi och psykoterapeuter, Wahlström & Wildstrand, 2004

Umeå Universitet, Informationsbroschyr, Umeå Universitet, 2007

Watzlawick P. Pragmatics of human communication, W.W.Norton, New York, 1967

White M. Nya vägar inom den systemiska terapin, Mareld, 1995

Wrangsjö B. Mötas och växa - Reflexioner kring psykoterapeutyrket, Natur och Kultur, 1990

Yalom I. Terapins gåva, Natur och Kultur, 2004

## Tillkännagivanden

Det finns ett antal personer som förtjänar att nämnas för de insatser de gjort i samband med vårt uppsatsarbete. Vi vill först och främst rikta ett stort tack till vår erfarne handledare Johan Sundelin i Falun som så positivt varit oss behjälplig med denna uppsats. Vi vill också passa på att rikta ett tack till våra fem informanter som ställt upp med tid och engagemang, utan Er hade det inte funnits något innehåll. Tack också till Mats och Patrik som ständigt har varit tålmodiga och hjälpt oss med markservice så att vi fått mer tid över för studier och uppsatsarbete. Sist vill vi också tacka arbetskamrater och vänner som gett uppmuntran i vårt uppsatsarbete.

För oss har det varit en spännande och kreativ period i livet. Det har varit lärorikt och utvecklande. Vi har ägnat mycket tid till litteraturläsning, sökning på Internet, reflekterande samtal. Ett starkt minne, som kommer att följa oss framöver, är de intressanta intervjuer som vi fått genomföra. Genom vårt uppsatsarbete har vi fått brottats med intressanta frågeställningar. Under ett års tid har det varit en process, som i början var mycket diffus och som med tiden fick allt tydligare konturer.

Utdrag från Socialstyrelsens hemsida [www.socialstyrelsen.se](http://www.socialstyrelsen.se) 2008-04-29:

### **Information om utbildningsgången fram till legitimation**

#### **Allmänt om yrket**

I enlighet med lag (1998:531) om yrkesverksamhet på hälso- och sjukvårdens område krävs för legitimation som psykoterapeut avlagd psykoterapeutexamen. Psykoterapeutexamen är en yrkesexamen som utgör en påbyggnad på ett grundyrke. De flesta leg psykoterapeuter är leg psykologer, socionomer, leg läkare i nu nämnd ordning.

Yrkestiteln psykoterapeut är skyddad i lag och får användas endast av legitimerad psykoterapeut. Vidare gäller att endast den som har legitimation som psykoterapeut är behörig att anställas som psykoterapeut inom en kommuns eller ett landstings hälso- och sjukvård. En legitimerad psykoterapeut skall alltid, i sin yrkesverksamhet, ange sin grundutbildning, dvs. sitt grundyrke.

#### **Utbildningsgång**

Den reguljära utbildningsgången fram till legitimation utgörs vanligtvis av följande moment: Ett människovårdande grundyrke, grundläggande psykoterapiutbildning, minst 2 års erfarenhet av psykoterapeutiska arbetsuppgifter under handledning, påbyggnadsutbildning som ger psykoterapeutexamen.

#### *Grundyrke*

Kraven ifråga om grundyrke kan variera något vid de olika utbildningsinstitutionerna. För närmare information bör man kontakta den institution som man planerar söka till.

#### *Grundläggande psykoterapiutbildning*

I psykologutbildningen enligt 1982 års studieordning och i specialistutbildning i psykiatri alternativt i barn- och ungdomspsykiatri enligt 1985 eller 1992 års studieordning ingår momentet grundläggande psykoterapiutbildning.

För övriga gäller den tidigare statliga steg-1-utbildningen eller därmed jämförbar utbildning, dvs. en sammanhållen utbildning med såväl teoretiskt som praktiskt innehåll. Till de praktiska momenten räknas patient/klientarbete under handledning samt egenterapi.

För närvarande finns ingen statlig myndighet eller annan instans som har ett övergripande ansvar för grundläggande psykoterapiutbildning vad gäller granskning och bedömning samt tillsyn. Det finns därför inte heller någon samlad förteckning över samtliga grundläggande psykoterapiutbildningar.

Grundläggande psykoterapiutbildning finns vid en del universitet. En del landsting och kommuner anordnar också sådan utbildning. Flertalet av grundläggande

psykoterapiutbildningar sker dock i privat regi. De flesta privata påbyggnadsutbildningar som har rätt att utfärda psykoterapeutexamen har också grundläggande utbildning.

#### *Arbetserfarenhet*

Efter helt genomförd grundläggande psykoterapiutbildning ska man arbeta med psykoterapeutiska arbetsuppgifter under handledning av legitimerad psykoterapeut som helst även har handledarkompetens.

#### *Behörighet för antagning till påbyggnadsutbildning*

Varje utbildningsanordnare fastställer behörighetskraven till sin utbildning. För närmare information bör den aktuella utbildningsinstitutionen kontaktas. Generellt gäller ovan beskrivna villkor för antagning. Dessutom brukar intyg krävas från arbetsgivare att den sökande parallellt under utbildningstiden kan ha psykoterapeutiska arbetsuppgifter omfattande minst halvtid.

#### *Påbyggnadsutbildning*

För legitimation krävs genomförd påbyggnadsutbildning som ger psykoterapeutexamen. Sådan utbildning är 3-årig (på deltid, 90 hp). Förutom den teoretiska utbildningen ingår patient/klientarbete under handledning samt ytterligare egen psykoterapi. Vid familjeterapiutbildning skall den egna terapin också omfatta familjerekonstruktion. Terapin skall genomföras hos legitimerad psykoterapeut och bör inte ligga längre tillbaka i tiden än tio år.

Påbyggnadsutbildning som ger psykoterapeutexamen finns vid universiteten i Umeå, Uppsala, Linköping, Lund, Göteborg, Stockholm och vid Karolinska Institutet/Stockholms Läns Landstings Psykoterapiinstitut samt vid en del privata utbildningsinstitutioner.

Privata utbildningsanordnare kan söka examensrätt hos regeringen. Ansökningarna prövas av Högskoleverket men det är regeringen som på basis av Högskoleverkets utlåtande fattar beslut. Högskoleverkets rapport "Psykoterapeutexamen. Examensrättsprövning för tio enskilda utbildningsanordnare". (Högskoleverkets rapportserie 1999:9 R) rekommenderas den som vill ta del av tillvägagångssättet för sådan prövning.

Påbyggnadsutbildning med examensrätt finns inom följande inriktningar/metoder: psykoanalytisk/psykodynamisk individualpsykoterapi, kognitiv psykoterapi, beteendeterapi, kognitiv beteendeterapi, familjeterapi och gruppsykoterapi. Det är således endast dessa inriktningar/metoder som är legitimationsgrundande i Sverige.

Adresslista över de utbildningsanordnare som f.n. har påbyggnadsutbildning med examensrätt följer nedan ...

*Vi har medvetet inte skrivit ned dessa utbildningsanordnare eftersom aktuell listning och information om dessa finns att tillgå på socialstyrelsens hemsida.*

## Bilaga 2

1. Vad har varit verksamt med utbildningen för
  - a. den personliga utvecklingen och
  - b. för yrkeskompetensen.Tänk processmässigt.
  
2. Tror Du att klienterna ser någon skillnad hos Dig som terapeut idag vad gäller personlig utveckling och teoretisk kunskap jämfört med innan Du gick utbildningen? Vad skulle de då uppmärksamma?
  
3. Har egenterapin bidragit till Din utveckling och i så fall hur?
  
4. Har handledningen bidragit till Din utveckling och i så fall hur?
  
5. Har de olika teorierna bidragit till Din utveckling och i så fall hur? Kryssa för de teorier som varit betydelsefulla och kommentera på vilket sätt Du har haft användning för dem i Ditt arbete.
  - Anknytningsteori
  - Lösningfokuserat förhållningssätt
  - Strategisk familjeterapi
  - Strukturell familjeterapi
  - Språkssystemisk teori
  - Systemisk teori
  - Affektteori
  - Psykodynamisk teori
  - Narrativ teori
  - Kognitiv terapi
  - BOF – barnorienterad familjeterapi
  - Tejping
  - Utvecklingspsykologi
  - Funktionell familjeterapi
  - Andra teorier

6. Har uppsatsarbetet bidragit till Din utveckling och i så fall hur?
7. Har familjerekonstruktionen bidragit till Din utveckling och i så fall hur?
8. Övrigt av värde från Din utbildningstid, som har haft betydelse för Din personliga utveckling.
9. Varför valde Du att gå psykoterapeututbildningen med inriktning mot familjeterapi?

Intervju nr.

Ålder

Kön

Civilstånd

Antal år i yrket

Studieort – steg 2.

Utbildningsår för steg 2-utbildningen

Lönepåslag efter utbildningen?

Egna synpunkter på detta?

Upplever Du att det är någon skillnad i möjlighet att erbjudas arbete efter avslutad utbildning?

## Bilaga 4

Hej ... (namn på informanten)

Vi går nu sista året på psykoterapiprogrammet, steg 2, familjeterapi i Umeå och skall skriva en uppsats med titeln ”*Psykoterapeut eller inte – är det någon idé att utbilda sig? Några röster om kompetens och personlig utveckling i yrkeslivet efter avslutad utbildning.*”

Syftet med undersökningen är att beskriva upplevelse av kompetens och personlig utveckling i yrkeslivet för den som har genomgått en legitimationsgrundande psykoterapeututbildning med inriktning familjeterapi, jämfört med före utbildningen.

Vår frågeställning är: Har den personliga utvecklingen och yrkeskompetensen stimuleras av utbildningen och i så fall på vilket sätt? Har egenterapin, handledningen, teorierna, familjerekonstruktionen och uppsatsarbetet bidragit till en utveckling och i så fall hur? Varför valde Du att gå psykoterapiutbildningen med inriktning mot familjeterapi?

Vi har tänkt göra några djupintervjuer och kommer att arbeta utifrån grundad teori.

Vi är väldigt tacksamma om Du skulle vilja ställa upp på en timmes intervju. Vi tror att Du med Din kunskap och erfarenhet kan bidra med värdefull information i ämnet. Vi kommer att vara två personer under intervjun och vi kommer att använda oss av bandspelare. Vårt förslag att träffa Dig är ..... kl. .... och om det passar ..... (plats för intervjun)

Vi vill att Du funderar över Din utbildning.

Det är mycket angeläget att Din anonymitet garanteras eftersom urvalet är litet.

Tacksam för svar om deltagande och om tiden skulle passa till [birgitta.blomquist@telia.com](mailto:birgitta.blomquist@telia.com) eller [helene.stolt@personalutveckling.se](mailto:helene.stolt@personalutveckling.se)

Vänligen

Birgitta Blomquist

Telefon 0243-66 450

Hélène Stolt

Telefon 021-382 812