



Forskningsrapport 2009

Utvärdering av Familjerådgivningen
i Jönköpings län

Margareta Teke
Familjerådgivarna i Småland

Om Familjerådgivarna i Småland

Familjerådgivarna i Småland AB är ett personalägt företag. Vi har via upphandling fått ansvar för den kommunala familjerådgivningen för Jönköpings läns 13 kommuner, samt Ydre kommun i Östergötland. Kommunal familjerådgivning regleras av socialtjänstlagen som anger att kommunerna har skyldighet att sörja för att familjerådgivning kan erbjudas den som begär det. Med familjerådgivning avses en verksamhet som består av samtal med syfte att bearbeta samlevnadskonflikter i par och familjer.

Familjerådgivarna i Smålands huvudmottagning finns i Jönköping. Vi har filialmottagningar i Gislaved, Värnamo, Eksjö, Nässjö, Vetlanda och Tranås. Vi är f.n. 8 anställda, tre män och fem kvinnor, som arbetar som familjerådgivare. Vi åtar oss också andra uppdrag inom områdena handledning, utbildning, arbetsplatskonsultation.

Verksamheten styrs av lagstiftning och av det kontrakt vi har med våra uppdragskommuner. Den styrs också av vår professionalitet som bärs upp av att verksamheten består av ett sammanhållet team av personer med lite olika inriktningar. Det möjliggör en bredd i utbildningar och stimulans i metodutveckling. Därutöver stärks professionaliteten genom ett utbyte med andra familjerådgivare. Detta utbyte äger huvudsakligen rum inom ramen för föreningen KFR, Kommunala familjerådgivares förening.

Att arbeta med kvalitetsutveckling vill vi gärna ha som ett kännemärke. Denna undersökning är en viktig del i vår ambition att oavbrutet stärka kvaliteten på vårt arbete.

Teori och metod i familjerådgivningsarbetet

I Sverige finns ingen specifik, officiellt utvecklad metodik för par-behandling. De metoder som används inom olika familjerådgivningar är till stor del beroende av de enskilda terapeuternas teoretiska och metodologiska utgångspunkter (Lundblad 2005). De teorier och metoder som vårt arbete huvudsakligen bygger på är följande:

Teori för psykosocialt arbete

Den samtalsbehandling som familjerådgivningen erbjuder kan beskrivas som psykosocialt arbete med starka psykoterapeutiska inslag. Psykosocialt arbete bör bygga på en teori som förmår integrera såväl en analys som en förändring av inre och yttre faktorer i klientens livssituation. Den bör också förena ett individuellt perspektiv med ett familjeperspektiv och ett samhällsperspektiv. En teori för psykosocialt arbete bör i huvudsak utgå från generell systemteori och psykodynamisk teori. Systemteorin kan ses som mer omfattande, basal, än den psykodynamiska teorin (Bernler m. fl. 1988).

Familjerådgivningen fokuserar på det vuxna paret i familjen och inriktar sina insatser på utveckling av deras livssituation personligt och i relationen. Vi är öppna för att vid behov ta med fler familjemedlemmar och arbeta med dem på ett liknande sätt. Familjerådgivaren har sin huvudsakliga uppgift i att arbeta med klientens egen medvetenhet om hur förändring skall komma till stånd. Vi gör detta med en helhetssyn som innebär att vi ser personen i situationen. Vi präglas av det psykosociala synsättet: att samspelet människa -miljö är grundläggande för såväl utvecklingen av en personlig identitet som för skapande och vidmakthållande av psykosociala problem. Inre och yttre faktorer måste ses i ett samspel.

Systemteori

Familjerådgivaren arbetar systemiskt i första hand genom att fokusera på hur individerna i paret ömsesidigt påverkar varandras sätt att vara. Det går att arbeta med bara den ena i paret. Det är dock en fördel att kunna träffa båda samtidigt för att ömsesidigheten i problemen och lösningarna skall kunna urskiljas tydligare. Familjerådgivaren är uppmärksam på betydelsen av parets sociala situation i stort men arbetar inte primärt med yttre sociala förändringar.

Psykodynamisk teori

Psykodynamisk teori aktualiseras genom att hjälpa paret att se hur försvarsmekanismer och omedvetna behov och föreställningar påverkar den subjektiva upplevelsen av sig själv i förhållande till den andre. Den finns också med vid kartläggning av koppling mellan tidiga upplevelser och nuet.

Kristeori

Familjerådgivaren ger möjlighet för individer och par i kris att uttrycka alla de känslor som krisen väcker. Ofta har krisen drabbat båda samtidigt men på olika sätt. Det kan innebära att kommunikationen dem emellan försvåras och att de behöver hjälp att upprätthålla den. Familjerådgivaren kan med sin erfarenhet ge trygghet i att kriser är hanterbara, att processen har sin gång och ofta leder fram till nya och fungerande levnadsomständigheter.

Kommunikationsteori

Familjerådgivaren stödjer paret i att bli tydligare i sina budskap till varandra och att lyssna omsorgsfullare för att verkligen höra vad den andre säger och minska området för egen tolkning utifrån i förväg fastlagda förväntningar. Många behöver uppmärksammas på att ansvaret för ett kommunikationsmönster mestadels är gemensamt. Att se samspelsaspekten, sin egen del i det som händer, är ett sätt att få ökad makt över sin tillvaro.

Lösningssinriktad metod

Det kännetecknande för lösningssinriktad metod är att man systematiskt förstärker det som fungerar och vägleder klienterna mot önskade mål snarare än söker orsaker till problem. Metoden innebär ett effektivt tillvaratagande av klienternas drivkraft och egna konstruktiva tankar. Den uppfattas som mycket respektfull och leder till påtagliga förändringar även i korta kontakter.

Dialektisk beteendeterapi, DBT

DBT, är en del av KBT, kognitiv beteendeterapi. DBT riktar in sig på vad som händer när upprördhet och negativa känslor föder ett beteende som motverkar människors långsiktiga mål med parförhållandet, sådant som kärlek, förståelse och uppbackning. Grundidén är att kunna ”validera”, kommunicera förståelse och empati, till den andre, men också till sig själv.

Bakgrund

Vilken nytta gör familjerådgivning? Den frågan intresserar de kommunmedborgare som funderar på att söka hjälp, våra uppdragsgivare, kommunerna, som betalar för verksamheten och inte minst oss som utför uppdraget, familjerådgivarna.

Våra klienter söker oss frivilligt och betalar för varje samtal. Kommer klienterna kan det rimligen tolkas som att de uppfattar att de får hjälp. Vi vill ändå veta mer om vad slags hjälp

de får och vad som går att göra bättre. Vår huvudsakliga metod har under årens lopp varit att mer eller mindre strukturerat fråga klienterna om detta.

Familjerådgivningen bygger på att klienterna medverkar aktivt, visar intresse och engagemang och är beredda att komma på ett antal samtal. Ett eventuellt missnöje från klientens sida märks ofta tydligt i samtalen. På så vis pågår en ständig personlig vägledning till oss i hur vi ska bemöta varje enskild klient.

För att ge våra uppdragsgivare information om hur familjerådgivningen fungerar har vi i perioder bett klienterna fylla i en enkät och skicka den direkt till uppdragsgivaren. Klienterna har i dessa enkäter genomgående varit mycket nöjda. Vi har arbetat med att utveckla en enkät som är lätt att fylla i och som ändå ger användbar information. Den senaste versionen (bilaga 3) bygger på en form som vi hämtat från ISTC (The Institute for the Study of Therapeutic Change), Chicago. Deras metod, ORS, outcome rating scale och SRS, session rating scale, beskrivs på webbplatsen www.talkingcure.com.

En period genomförde vi strukturerade, utvärderande, intervjuer när vi träffat klienterna i ca tre samtal. Dessa intervjuer kunde sammanställas så att vi fick en nyanserad bild av vad det var klienterna tyckte att de fått hjälp med och på vilket sätt familjerådgivaren bidragit. T. ex uppfattade många klienter att de problem, som de upplevt som oöverstigligen, blev hanterbara när de fick stöd att föra en vettig dialog. Klienternas bild av vad de fått hjälp med har hjälpt oss att beskriva verksamheten för de som står i begrepp att söka familjerådgivning. En kort sammanställning finns på vår hemsida www.familjeradgivarna.se.

En av våra familjerådgivare genomförde 1998 en uppföljningsstudie på ett material bestående av 25 par som gått på kyrkans familjerådgivning i Växjö och redan undersökts före och efter behandling. Ursprungsstudien visade att välbefinnandet ökade efter familjerådgivningen – mer för kvinnorna. Uppföljningsstudien visade att resultaten höll i sig 18-24 månader efter behandling och att även gruppen separerade män hade ökat sitt välbefinnande (Berggren m fl, 1998).

Vi har deltagit i ett större forskningsprojekt som resulterat i en doktorsavhandling om familjerådgivning ”Kärlek och hälsa – parbehandling i ett folkhälsoperspektiv” (Lundblad, 2005). Resultatet visar att familjerådgivning har god effekt. Trots olika inriktningar vad gäller teori och metod var det ingen tydlig skillnad mellan de olika familjerådgivningsverksamheter som deltog.

Det finns ytterligare en doktorsavhandling som handlar om familjerådgivning ”Vi kanske kommer igen, om det låser sig. Kvinnors och mäns möte med familjerådgivningen”. Den är skriven av Mario Zetino Duarte (2003). Hans slutsats är att paren får hjälp med att tala om sin situation, att förstå den, men att familjerådgivningen inte påverkar de maktstrukturer i samhället som skapar konflikter i familjen.

För att stärka vårt kvalitetsarbete anordnade vi i december 2004 en kvalitetsdag med professor Kjell Hansson och fil. doktor Ingegerd Wirtberg. Vi fick då incitament att utvärdera vår egen verksamhet genom att göra en före – efter undersökning med väl validerade skattningsinstrument.

I september 2005 genomförde vi en planeringsdag med Ann-Marie Lundblad, f.d. familjerådgivare och författare till doktorsavhandlingen ”Kärlek och hälsa”. Under hennes

vägledning lade vi upp en plan för en undersökning av vår verksamhet. Ann-Marie Lundblad och även Kjell Hansson har sedan gett oss fortsatt stöd för att vårt arbete skall bli så vetenskapligt korrekt som möjligt.

Syfte

Det finns omfattande forskning kring sambandet mellan familjeproblem och mäns, kvinnors och barn fysiska och psykiska hälsa. Klimatet i familjen påverkar barnens emotionella utveckling och trygghet. Negativa uttryckssätt, kritik och fientlighet, emotionell distans, kommunikationssvårigheter m.m. är faktorer som utmärker problematiska relationer i en familj. Kärlek, respekt, öppen kommunikation m.m. är faktorer som utmärker goda relationer (Lundblad 2005).

I vårt familjerådgivningsarbete syftar de teorier och metoder vi använder till att stärka det som skyddar och minska det som utgör risker i klienternas beteende. Teorierna hjälper oss att identifiera hur de låsningar uppstått som klienterna kämpar med. De metoder vi arbetar efter ska ge oss verktyg att bidra till att klienterna förbättrar sina relationer och sitt välbefinnande. Konkret innebär det att de får hjälp att öka kärlek och närhet, minska kritik och fientlighet, förbättra kommunikationen m.m.

Genom att mäta kända risk- och skyddsfaktorer för hälsa, relationer och barnens utveckling i familjen ville vi få svar på frågorna:

Gör vår familjerådgivning nytta?
I vilka avseenden gör den nytta?
Finns det skillnader mellan män och kvinnor?
Hur blir vårt utfall jämfört med Lundblads forskning?
Vad kan vi förbättra i vårt eget arbetssätt?

Metod

Vid första samtalet fick klienterna fylla i två självskattningsinstrument, Familjeklimat (FK eller FC, bilaga 1) och Frågor om familjemedlemmar (Fof eller QAFM, bilaga 2). Efter sista samtalet fick klienterna fylla i samma instrument. Vi mätte skillnaden. Den statistiska metoden för att jämföra före- och eftermätningen var parat T-test (genomfört av Kjell Hansson).

Kriterierna för att ingå i undersökningsgruppen var att

- vara klient på familjerådgivningen under undersökningsperioden
- komma som par
- ha bekymmer i parrelationen och vilja reparera
- vara svensktalande (för att kunna klara att fylla i skattningsinstrument)
- bedömas behöva minst tre samtal,
- vara villig att delta i vår undersökning

Kriterierna valdes för att de skattningsinstrument vi använde skulle ha relevans för det klienterna sökte hjälp för. Skattningsinstrumenten i sin tur valdes för att vi skulle kunna göra

jämförelser med andra liknande undersökningar och att de inte skulle var för tidskrävande för klienterna att fylla i.

Instrumenten FC och QAFM ingår i Ann-Marie Lundblads forskning och lämpar sig för jämförelser med grupper utanför vår verksamhet. De har tillfredsställande reliabilitet och validitet (se Lundblad s. 63).

En bit in i undersökningsperioden beslutade vi att vid sista samtalet också be klienterna besvara en nöjdhetsenkät (bilaga 3).

Planen var att alla familjerådgivare skulle genomföra undersökningen under samma period tills vi nått ett tillräckligt antal par som besvarat instrumenten både före och efter behandling. Av olika orsaker drog det ut på tiden att fullfölja undersökningen. Den pågick, med avbrott, från oktober -05 till sommaren -08. I slutändan deltog 5 av 6 familjerådgivare. De som deltog har gjort uppehåll och sedan återupptagit undersökningen. Den enskilt största anledningen till att alla inte deltog under samma sammanhängande period, var att arbetsbelastningen emellanåt varit mycket stor.

Bortfallsanalys

Av de fem familjerådgivare som deltar har två missat att spara underlag för bortfallsanalys. Det kan dock anses sannolikt att "bilden" är densamma som för de tre som genomfört analysen. De står för 40 av de 50 familjerna som slutligen kom att ingå i undersökningen.

Totala antalet familjer som sökte familjerådgivning hos de deltagande familjerådgivarna (som gjort bortfallsanalys) under undersökningsperioden är 246. Av dessa blev 122 familjer inte tillfrågade om deltagande, dvs 50 %.

Anledningen till exkludering var huvudsakligen att den sökande kom ensam till första samtalet (49 ärenden). Andra skäl var att kontakten avslutades efter ett samtal (8 ärenden), att de sökande inte var svensktalande (6 ärenden), att paret sökte för bekymmer med barn eller andra relationsproblem (24 ärenden), att separation var beslutat (13 ärenden), att krisnivån var för hög (4 ärenden), att familjen redan deltagit (1 ärende), att familjerådgivaren glömde fråga (4 ärenden), att familjen tackade nej (7 ärenden). I 6 ärenden fanns andra skäl t.ex. handikapp, kom alkoholpåverkad mm.

84 par har fyllt i skattningsinstrumenten före behandling men inte efter. Den vanligaste anledningen var att kontakten blev kortare än tre samtal och/eller avslutades med ett återbud (63 ärenden). En annan anledning var att paret beslutat sig för separation och att de frågeformulär vi använde inte passar för denna situation (17 ärenden). För två par fanns andra skäl. Ytterligare två par fullföljde efterundersökning men hade fyllt i skattningsformulären för ofullständigt för att kunna delta.

50 familjer fyllde i frågeformulären både före och efter behandling (i denna grupp ingår de 10 som vi inte kunnat göra bortfallsanalys för) Av dessa 50 har 34 inte gjort nöjdhetsenkät eftersom beslutet att ha med en sådan gjordes en bit in i undersökningen.

Sammanfattningsvis fick ca 50 % av familjerådgivningens besökare under undersökningsperioden en förfrågan om att delta och tackade ja. De svarade på skattningsinstrumenten i början av kontakten. Av dessa fullföljde 32 % undersökningen genom att svara på samma instrument efter avslutad kontakt.

Ett stort antal av de som ej fullföljde undersökningen skulle uteslutas ur undersökningsgruppen eftersom de avslutade kontakten via återbud innan de gått tre samtal

(okänt exakt hur många). Om vi undantar hälften av dessa från undersökningsgruppen (84 – 63 :2 =53) blir bortfallet 51 %.

Det är välkänt att bortfallet ofta är stort i psykoterapiforskning. Enligt amerikanska undersökningar ligger genomsnittet på ca 50 % (Lundblad s.84).

Anledningen till återbud är ofta sjukdom i familjen. Vi arbetar i stor utsträckning med sårbara småbarnsfamiljer. Att klienterna sedan inte beställer en ny tid kan bero på att krisnivån har sjunkit så pass att man är beredd att gå vidare utan stöd. En del av de klienter som avbryter sin behandling i tidigaste laget kommer åter i ett senare skede . Avbrott via återbud kan också bero på att ett beslut om separation har tagit över önskan att reparera. En tredje möjlighet är att gruppen innehåller missnöjda klienter. Vi brukar följa upp anledning till återbud och den bild vi får är att det mestadels handlar om förändringar i livssituation, inte sällan att situationen blivit förbättrad.

I de 50 familjer som ingick i både före- och efterundersökningen fanns sammanlagt 91 hemmavarande barn under 18 år, i genomsnitt 1,82 barn per familj.

Paren var mellan 20 och 70 år gamla. Merparten var mellan 30 och 50 år.

Denna bild stämmer i stort överens med den totala bilden av familjerådgivningens klienter.

Det som tydligt skiljer denna grupp från ”alla” är att de erhållit i genomsnitt 5 samtal per familj. Genomsnittligt antal samtal för alla som besökt familjerådgivningen år 2008 var 3,1.

Sammanfattningsvis förefaller det som om den grupp på 50 par som deltagit fullt ut i undersökningen är lik den statistiska bild vi har av alla klienter avseende ålder och antal barn. De skiljer sig från övriga i undersökningsgruppen i så motto att de i stor utsträckning gjort en planerad avslutning och att de har genomfört ett större antal samtal än vårt genomsnitt för alla besökare. Man kan säga att de som slutligen deltagit i undersökningen är de som tydligast genomfört sin behandling.

Resultat

Skattningsinstrumentet ”Familjeklimat” (FK eller FC) mäter fyra variabler: närhet, distans, spontanitet och kaos. Klienterna får ur en lista på 85 värderingsord pricka för minst 15 ord som de tycker passar in på klimatet i familjen. Ord som kamratligt, behagligt, klassas som närhet. Ord som kallt, missnöjt klassas som distans. Ord som livligt, explosivt klassas som spontanitet. Ord som förvirrat, nervöst klassas som kaos. Variablerna närhet och distans har tydlig koppling till kända skydds- och riskfaktorer och är därmed mest intressanta.

Både män och kvinnor i vår undersökning visade en signifikant förbättring ($p < 0,001$) på variablerna närhet, distans och kaos. Närheten ökade, distansen minskade och kaos minskade. Spontanitet förändrades inte nämnvärt varken för män eller kvinnor (se bild 1).

Skattningsinstrumentet ”Frågor om familjemedlemmar” (Fof eller QAFM) mäter fyra variabler: upplevd kritik , upplevd involvering, kritiska kommentarer och emotionell överinvolvering. Klienterna fick klassa 30 påståenden från alternativet ”nästan aldrig” till alternativet ”nästan alltid”. Påståendena handlar om partnern, t.ex. ”Han/hon stöder det jag gör”, ”Han/hon försöker ändra på mig”, ”Jag försakar en hel del av mig själv för

honom/henne”. Negativa uttrycksätt, kritik och fientlighet är kända riskfaktorer (Gottman 1994) som har en tydlig koppling till variablerna upplevd kritik och kritiska kommentarer.

Både män och kvinnor i vår undersökning visade en signifikant förbättring ($p < 0,001$) på variablerna upplevd kritik, kritiska kommentarer och emotionell överinvolvering. Kritiken minskade markant, både den man gav och den man fick. Den emotionella överinvolveringen (i den andre) minskade. Upplevd involvering (den andres engagemang i mig), som räknas som en positiv faktor, hade ökat något för kvinnor men var ganska oförändrad för män. (se bild 2).

I vår undersökning ser man en könsskillnad i så motto att männen i utgångsläget hade sämre (högre) värden än kvinnorna vad gäller upplevd kritik (få kritik) medan kvinnorna hade sämre (högre) värden än männen vad gäller kritiska kommentarer (ge kritik) (se bild 2).

Om man jämför våra siffror från mätningen före behandling med de resultat man får av mätning av en klinisk grupp (som sökt hjälp inom barnpsykiatri) visar det sig att vår grupp ligger på en jämförbar nivå (se tabell 3). Detta tyder på att de som söker familjerådgivning har lika allvarliga problem som de som söker hjälp på andra ställen.

I eftermätningen nådde vår grupp, både män och kvinnor, i variabeln närhet (FK) en bättre nivå än Lundblads grupp men inte samma nivå som en normalpopulation. I variabeln distans nådde vår grupp, både män och kvinnor, en bättre nivå än Lundblads och låg på ungefär samma nivå som en normalpopulation. I spontanitet låg vår grupp på samma nivå som normalpopulation för kvinnor och något sämre för män. (Lundblad har uteslutit denna variabel.) I variabeln kaos låg vår grupp bättre än Lundblads grupp men sämre än normalpopulation. Sammanfattningsvis är tendensen att vår grupp nådde bättre nivå än Lundblads men nådde ändå inte upp till normalnivå (se tabell 1).

I de variabler som mättes med instrumentet Fof (upplevd kritik, upplevd involvering, kritiska kommentarer och emotionell överinvolvering) låg vår grupp trots tydliga förbättringar fortfarande inte i paritet med en normalpopulation. Vår grupp nådde en bättre nivå än Lundblads grupp på variablerna kritiska kommentarer och emotionell överinvolvering (jämförelsesiffror saknas för upplevd kritik och upplevd involvering).

Vid jämförelse med Lundblads grupp bör också nämnas att det genomsnittliga antalet samtal var 8,8 jämfört med 5 för vår grupp.

Vid jämförelse med normalpopulation ska man vara medveten om att de nivåer vi mätte inte är slutliga. Vi släpper kontakten med klienterna så snart de är på väg åt rätt håll, med förväntningen att processen fortgår. Detta styrks av Lundblads forskning där man gjort en två-årsuppföljning som visade att resultaten från eftermätningen kvarstod och var till viss del förbättrade (se Lundblad s. 12). Till bilden hör att Lundblads eftermätning skedde senare i processen än vår.

Effektstorlek kan mätas med Effect size (medelvärde : standardavvikelse). Resultat > 0.80 är högt värde och resultat < 0.20 är lågt värde (samtal med Kjell Hansson 090216). Resultatet för våra par framgår av tabell 2. Vi fick störst effekt på variabeln kritiska anmärkningar för både män och kvinnor i QAFM. I FC-instrumentet fick vi störst effekt vad gäller ökad närhet för både män och kvinnor, dock större effekt för kvinnor än män. Vi fick också hög effekt på minskad distans för kvinnor och minskat kaos för män. Effektstorlek i Lundblads undersökning var genomgående lägre än i vår.

Nöjdhetsenkät efter behandlingens avslutning har besvarats av 16 av de 50 paren. Enkäten mäter fyra variabler på en skala från ett till tio (se bilaga 3).

1. Känna mig lyssnad på, förstådd och respekterad (av familjerådgivaren)
2. Uppfatta att familjerådgivarens sätt att arbeta passar mig
3. Bedöma skillnad till det bättre i familjen sedan man börjat på familjerådgivning
4. Bedöma om relationen fungerar tillfredsställande

Resultatet blev i medeltal för män:

1. 8,8 (9,1)
2. 8,2 (8,9)
3. 8,1 (7,8)
4. 8,0 (7,2)

Resultatet blev i medeltal för kvinnor:

1. 9,3 (9,2)
2. 8,9 (9,1)
3. 8,3 (7,8)
4. 8,0 (7,5)

(inom parentes anges resultat på samma enkät för alla vi fått in 2008 sammanlagt 233 enkäter)

Kvinnor förefaller något nöjdare än män men urvalet är litet så man kan inte dra några långtgående slutsatser. Tendensen är att de som fullföljt undersökningen ligger rätt nära resultatet av de enkäter vi fått in för hela 2008. De ligger i genomsnitt ett halvt skalsteg högre i bedömning av förändring i tillvaron, kanske en följd av lite längre behandlingskontakter.

Diskussion

Vi ville få svar på frågorna: Gör vår familjerådgivning nytta? I vilka avseenden gör den nytta? Finns det skillnader mellan män och kvinnor? Hur blir vårt utfall jämfört med Lundblads forskning? Vad kan vi förbättra i vårt eget arbetssätt?

Familjerådgivning har god effekt var svaret i doktorsavhandlingen "Kärlek och hälsa" (Lundblad 2005). Vi kan dra samma slutsats avseende de variabler vi valde att mäta. Den tydligaste skillnaden är reducering av kritiska anmärkningar och ökad närhet paret emellan. Bilden liknar den vi får subjektivt när vi arbetar.

I det enskilda fallet kunde det hända att ett par uttryckte att "utan detta hade det blivit separation". Ändå kunde samma par ha små förändringar i de variabler vi mätte. Kanske fångade inte skattningsinstrumenten just deras problematik.

Någon skillnad mellan män och kvinnor framkom inte i så motto att både män och kvinnor förändrades signifikant i samma sex variabler av de åtta vi mätte. I nöjdhetsenkäterna finns heller ingen tydlig skillnad. Vi kan tolka detta som ett kvitto på att vi har ett arbetssätt som passar både män och kvinnor. Det bör dock nämnas att männen hade ett allvarligare utgångsläge vad gäller att få kritik och kvinnorna ett allvarligare utgångsläge vad gäller att ge kritik. Kvinnorna förändrades mer än männen vad gäller ökad närhet och minskad distans. Männen förändrades mer än kvinnorna vad gäller minskat kaos.

Vi fick bekräftelse på att det vi gör, gör nytta. Resultatet visar också att vårt arbetssätt och de teorier och metoder vi använder påverkar faktorer som vi har för avsikt att påverka. Detta blev speciellt tydligt vad gäller ökad närhet, minskad distans och minskad kritik.

Vi fick inget tydligt incitament till förändringar. Vi kunde lärt oss mer om vi konsekvent vävt in skattningsinstrumenten i behandlingsarbetet. På individnivå hade vi då kunnat ta upp med paret var de hade sina svagheter utifrån skattningsinstrumentet. Vi hade kunnat se om detta överensstämde med det klienterna valde att ta upp i samtalen. Strövis gjordes detta men det dokumenterades inte.

Vår undersökning tyder på att minskning av kritiska anmärkningar och ökad närhet paret emellan är nyckelfrågor i så motto att det är här den tydligaste förändringen sker. Att detta är nyckelfrågor stärks av forskaren John Gottman som hävdar att i en hållbar relation är antalet positiva beteenden i förhållande till antalet negativa 5/1 (Gottman, 1994).

Forskaren Zetino Duarte (Zetino Duarte, 2003) menar att familjerådgivning inte påverkar maktstrukturerna i samhället. Detta har vi inte haft ambitionen att undersöka. Vi vill ändå framhålla vår grundsyn, att man inte får underskatta kraften i en fungerande dialog i familjen. Fler familjer som hanterar sina inre konflikter via en konstruktiv dialog öppnar på sikt för grundläggande förändringar även på samhällsnivå. Detta synsätt kan underbyggas med konfliktteori (Teke 1998).

Referenser

- Berggren, J., Betnér R. & Näslund. P. (1998). *Par som gått vid Kyrkans familjerådgivning i Växjö. En 2-års uppföljning*. Universitetssjukhuset, Linköping.
- Berg, I. K. m. fl. (2003). *Att bygga lösningar - en lösningsfokuserad samtalsmodell*, Bokförlaget Mareld.
- Bernler G. m. fl. (1988). *Teori för psykosocialt arbete*. Studentlitteratur.
- Cullberg J. (2003). *Kris och utveckling – en psykoanalytisk och socialpsykiatrisk studie*.
- Fruzetti, A. E. (2006). *The High-Conflict Couple – A Dialectical Behavior Therapy Guide to Finding Peace, Intimacy and Validation*.
- Gottman, J. M. (1994). *What predicts divorce ? The Relationship between Marital Processes and Marital Outcomes*. Hillsdale, London.
- Lundblad, A-M.(2005). *Kärlek och hälsa, parbehandling i ett folkhälsooperpektiv*. Nordiska högskolan för folkhälsovetenskap.
- Lundblad A-M. Handledning 2005 - 2009
- Hansson, K. Personliga samtal under 2005 och 2009.
- Teke, M., 1998. *Konfliktteori inom familjearbete*. Magisteruppsats, Socialhögskolan i Lund.
- Zetino Duarte, M. (2003). *Vi kanske kommer igen, om det låser sig. Kvinnors och mäns möte med familjerådgivningen*. Doktorsavhandling, Lunds universitet, Soc. institutionen.
- www.familjeradgivarna.se
- www.talkingcure.com

BILD 1

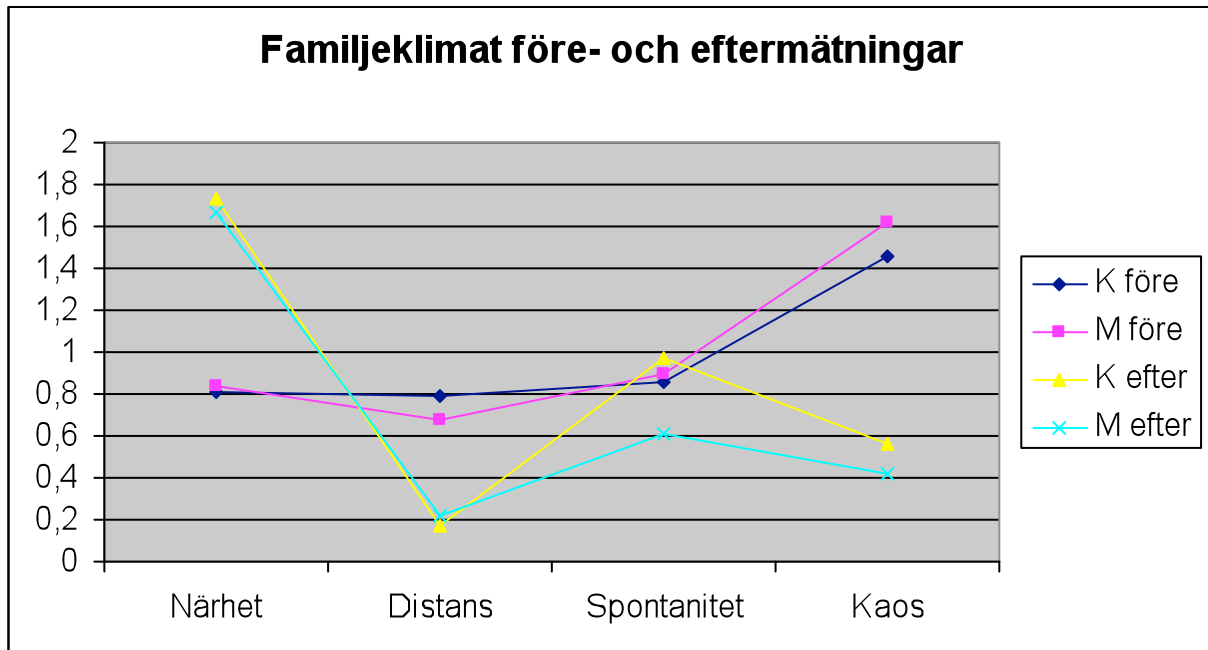
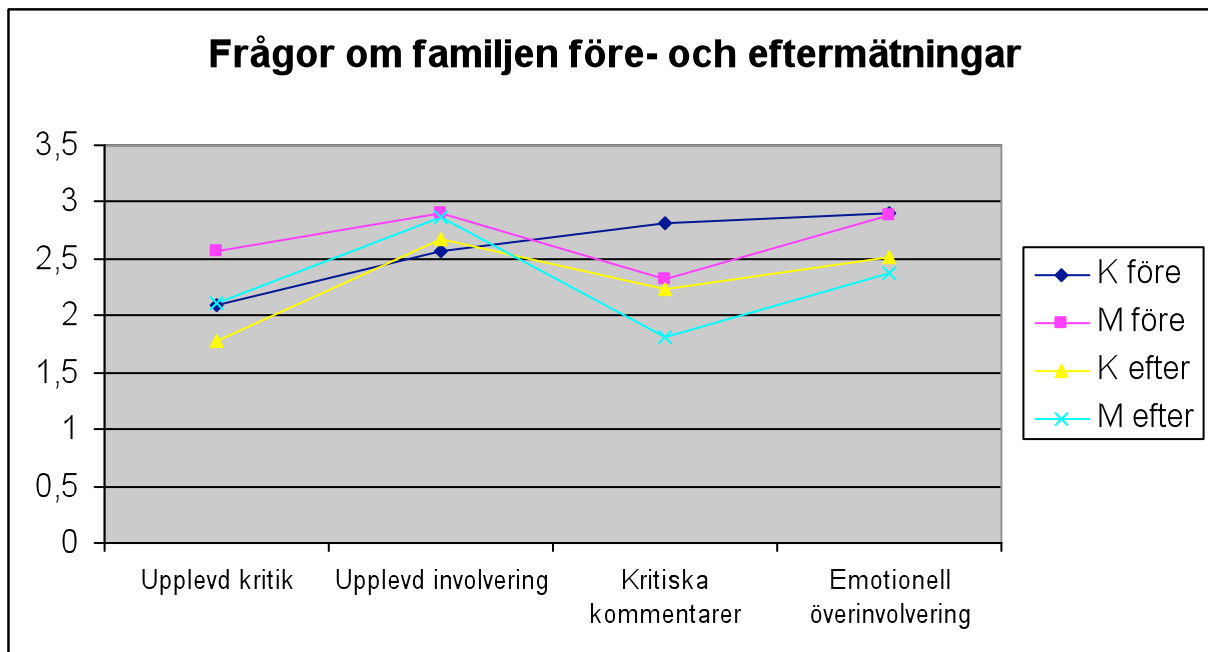


BILD 2



TABELL 1

<i>kvinnor</i>	Normalpopulation	Vår grupp efter	Lundblads grupp efter
närhet	2.11	1.73	1.5
distans	0.19	0.17	0.5
spontanitet	0.95	0.97	
kaos	0.22	0.56	0.8
upplevd kritik		1.77	
upplevd involvering		2.68	
krit kommentarer		2.24	2.36
emotionell överinv.		2.51	2.56
<i>män</i>			
närhet	2.11	1.67	1.5
distans	0.19	0.22	0.4
spontanitet	0.95	0.61	
kaos	0.22	0.42	0.6
upplevd kritik		2.11	
upplevd involvering		2.86	
krit kommentarer		1.82	2.03
emotionell överinv.		2.37	2.50

TABELL 2

	Vår grupp			Lundblad
<i>kvinnor</i>	Effekt size	t-värde	signifikans	Effect size
upplevd kritik	0.71	5.04	0.00	
upplevd involvering	0.20	-1.37	0.18	
krit kommentarer	1.18	8.36	0.00	0.62
emotionell överinv.	0.75	5.33	0.00	0.53
närhet	1.19	-8.46	0.00	1.00
distans	0.97	6.86	0.00	0.57
spontanitet	0.10	-0.70	0.49	
kaos	0.73	5.19	0.00	0.56
<i>män</i>				
upplevd kritik	0.79	5.69	0.00	
upplevd involvering	0.10	0.70	0.49	
krit kommentarer	1.04	7.38	0.00	0.48
emotionell överinv.	1.02	7.20	0.00	0.37
närhet	0.83	-5.80	0.00	0.79
distans	0.63	4.49	0.00	0.63
spontanitet	0.32	2.23	0.00	
kaos	1.03	7.29	0.00	0.65

TABELL 3

<i>kvinnor</i>	klinisk grupp	vår grupp
närhet	0.76	0.81
distans	0.93	0.79
spontanitet	1.04	0.86
kaos	1.41	1.46
<i>män</i>		
närhet	0.9	0.84
distans	0.83	0.68
spontanitet	0.92	0.9
kaos	1.33	1.62

BILAGA 1

Institutionen för barn- och ungdomspsykiatri
Lunds universitet
LUND

Kvinna

Man

Datum _____

Familjeklimat

Egen familj

Uppväxtfamilj

Hur tycker Du klimatet - stämningen och samspelet i Din familj är:
Stryk under minst 15 ord som Du tycker bäst beskriver familjen.

Behaglig	Avvaktande	Hänsynsfullt
Ordnat	Splittrat	Passivt
Bra	Okamratligt	Slutet
Irriterat	Barnsligt	Tolerant
Vuxet	Naturligt	Slött
Viljelöst	Högtidligt	Missnöjt
Förvirrat	Engagerat	Onaturligt
Ängsligt	Förnuftigt	Klandrande
Kamratligt	Lyckligt	Kritiskt
Vänligt	Tungt	Varmt
Självständigt	Oroligt	Tryggt
Nedstämt	Starkt	Lätt
Vilt	Jäktat	Arbetsamt
Nervöst	Dåligt	Sakligt
Intimt	Explosivt	Lekfullt
Kallt	Meningsfullt	Hårt
Stabilt	Osäkert	Harmoniskt
Meningslöst	Instabilt	Solidariskt
Misslyckat	Rörigt	Livligt
Säkert	Aktivt	Lugnt
Känsligt	Tryckt	Kärleksfullt
Berömande	Obehagligt	Hindrande
Försiktigt	Öppet	Tillåtande
Moget	Hänsynslöst	Lätsamt
Viktigt	Likgiltigt	Misstänksamt
Spontant	Intolerant	Personligt
Ödmjukt	Okänsligt	Spänt
Mjukt	Konstat	
Aggressivt	Opersonligt	

Tänker Du på andra ord som Du tycker skulle beskriva Din familj kan Du skriva dem här:

© Kjell Hansson, 1989

BILAGA 2

Kod Datum

Kvinna Man

FRÅGOR OM FAMILJEMEDLEMMAR

Följande frågor handlar om hur det är att leva med Din anhörig. Det finns inga svar som är rätt eller fel. Kryssa för det svaret som Du först kommer att tänka på. Gör bara ett kryss för varje fråga. Svara på alla frågorna.

Svaren gäller: _____

	Nästan aldrig	Någon gång	Ibland	Ofta	Nästan alltid
1. Han/hon stöder det jag gör.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2. Han/hon vet hur jag känner mig.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3. Han/hon hittar fel hos mina vänner.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4. Jag får dåligt samvete då han/hon bitt mig göra saker som jag glömt.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5. Han/hon är fientligt inställd till mig.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6. Han/hon vet vad jag tänker innan jag talat om det.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7. Han/hon gillar mina vänner.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
8. Jag vet ofta vad han/hon tänker innan han/hon berättat det för mig.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
9. Han/hon klagar över vad jag gör för att roa mig.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
10. Han/hon försöker att ändra på mig.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
11. När jag tänker på honom/henne får jag dåligt samvete.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
12. Jag måste vara försiktig med vad jag gör annars kommer han/hon att klaga på mig.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

	Nästan aldrig	Någon gång	Ibland	Ofta	Nästan alltid
13. Jag misslyckas med att få igång ett samtal med honom/henne.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
14. Jag kritiserar honom/henne	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
15. Jag tänker på hur det ska gå för honom/henne	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
16. Han/hon får mig att må psykiskt dåligt	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
17. Jag måste be honom/henne att uppföra sig annorlunda.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
18. Tänker att han/hon har personliga problem.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
19. Jag måste upprepade gånger be honom/henne göra saker.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
20. Jag försakar en hel del av mig själv för honom/henne.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
21. Det är svårt för oss att komma överens	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
22. Jag beslutar mig för att inte kritisera honom/henne.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
23. Jag grubblar på orsakerna till hans/hennes beteende.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
24. Han/hon gör vissa saker av illvilja eller för att retas.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
25. Jag blir förargad eller besvärad då han/hon upprepade gånger begär saker av mig	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
26. Jag kan inte sova på grund av honom/henne.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
27. Han/hon får mig irriterad.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
28. Jag försöker påverka hans/hennes beteende	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
29. Han/hon är en alltför viktig del av mitt liv.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
30. Jag tycker mycket om honom/henne.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

© Kjell Hansson, 18/10 94

BILAGA 3

Enkät vid avslutning av familjerådgivning

Nr: _____ Familjerådgivare: _____
Kön: _____

Sätt ett kryss på varje linje. Krysset skall visa i vilken grad nedanstående påståenden stämmer med din uppfattning.

Samtalen med familjerådgivaren

Jag kände mig inte
lyssnad på,
förstådd och
respekterad

Jag kände mig
lyssnad på,
förstådd och
respekterad

I-----I

Familjerådgivarens
sätt att arbeta
passade mig inte

Familjerådgivarens
sätt att arbeta
passade mig

I-----I

Tillvaron i familjen

Ingen skillnad
till det bättre
(sedan vi började på familjerådgivning)

Stor skillnad
till det bättre

I-----I

Vår relation
fungerar inte
tillfredsställande

Vår relation
fungerar
tillfredsställande

I-----I

Tack för din medverkan !

Familjerådgivarna i Småland