

## Skillnaden mellan psykoterapi och familjerådgivning

## The difference between psychotherapy and family counselling

En kvalitativ intervjustudie av hur legitimerade psykoterapeuter beskriver skillnaden på psykoterapi och familjerådgivning som metod.

Pia Ringeborn

Handledare: Madeleine Cocozza

Examinator: Laura Korhonen

## Sammanfattning

Professionella inom familjerådgivningen och legitimerade psykoterapeuter lyder under olika lagstiftningar vad avser journalföring. När legitimerade psykoterapeuter är verksamma inom kommunal familjerådgivning behöver de hålla isär när de utför psykoterapi och inte. Syftet med denna studie var att undersöka hur legitimerade psykoterapeuter, verksamma inom familjerådgivning skiljer ur psykoterapi från familjerådgivning som metod för att underlätta att avgöra när de ska föra journal och inte. Frågeställningar som besvarats är. Hur gör legitimerade psykoterapeuter som arbetar som familjerådgivare distinktionen mellan psykoterapi och familjerådgivning? Bedriver legitimerade psykoterapeuter psykoterapi på familjerådgivningen? Händer det att legitimerade psykoterapeuter som arbetar på den kommunala familjerådgivningen journalför sitt arbete? Studiens metod är kvalitativ. Urvalet bestod av åtta legitimerade psykoterapeuter verksamma inom familjerådgivning. Genom semistrukturerade intervjuer gav de sin beskrivning av vad familjerådgivning är och vad psykoterapi är och dess skillnader. De fick också svara på frågan om de bedriver psykoterapi inom den kommunala familjerådgivningen och om de händer att de journalför arbetet de utför på familjerådgivningen. Det insamlade materialet strukturerades i två delar en kvantitativ del och en kvalitativ del. Den kvalitativa delen analyserades utifrån teman. Studiens resultat visade att de legitimerade psykoterapeuterna gör en distinktion mellan psykoterapi och familjerådgivning, men skriver inte journal när de bedriver psykoterapi. Studiens slutsatser är följande, det råder otydlighet i lagstiftning och föreskrifter som gäller för arbetet inom den kommunala familjerådgivningen.

Nyckelord: Psykoterapi, familjerådgivning, dokumentationsskyldighet

## **Abstract**

Professionals in family counseling and licensed psychotherapist are subject to various legislation regarding record keeping. Licensed psychotherapists who work in municipal family counselling services must discern between psychotherapy and other client-related activities. The purpose of this study was to examine how licensed psychotherapists working in municipal family counselling services are able to discern between psychotherapy and family counselling as a method for determining whether or not to keep client records. Responses were requested for the following questions: How do licensed psychotherapists working as family counsellors discern between psychotherapy and family counselling? Do licensed psychotherapists conduct psychotherapy as part of their family counselling services? Do licensed psychotherapists working in municipal family counselling services keep records of their sessions? The method of the study was qualitative. The sample consisted of eight licensed psychotherapists working in family counselling services. Through the use of semi-structured interviews, psychotherapists provided definitions of family counselling and psychotherapy, and they described the differences between them. They also responded to questions about whether they conducted psychotherapy in their work at municipal family counselling services and whether they kept client records of the work they did at family counselling services. The collected material was divided into two sections – quantitative and qualitative. The qualitative section was analysed based on the topic. Results of the study indicated that licensed psychotherapists were able to describe the differences between psychotherapy and family counselling, and they clearly distinguished between psychotherapy and family counselling. Professionals who conduct psychotherapy do not keep client records. The study's conclusions are as follows, there is ambiguity in legislation and regulations that apply to the work within the municipal family counseling.

**Keyword:** Psychotherapy, family counseling, client record obligation

## **Tack**

Till er som har bidragit till att denna studie blev möjlig.

Ni legitimerade psykoterapeuter som delade med er av era beskrivningar, stort tack.

Madeleine, tack för din generösa, ambitiösa och hjälpsamma handledning.

Tack kollegorna som stöttat och lyssnat på allt om denna studie.

Ni som läst och rättat och läst igen, innerligt tack!

## Innehållsförteckning

Skillnaden mellan psykoterapi och familjerådgivning.....	1
Inledning.....	1
Tidigare forskning .....	3
Teoretiska utgångspunkter .....	5
Syfte .....	10
Frågeställningar.....	10
Metod .....	10
Urval.....	10
Insamlingsmetod.....	10
Procedur.....	10
Deltagarflöde .....	12
Beskrivning av studiens population.....	12
Kvalitetsvärdering .....	13
Bearbetning av analys av data .....	13
Etiska överväganden.....	14
Resultat.....	15
Kvantitativa resultat.....	15
Kvalitativa resultat.....	18
Tema Uppdrag .....	19
Tema De sökandes behov .....	19
Tema Psykoterapeutens roll .....	20
Tema Terapin och rådgivningens innehåll .....	20
Resultatdiskussion .....	22
Metoddiskussion.....	24
Slutsatser.....	26
Förslag till vidare forskning .....	26
Referenser.....	27
Bilaga 1.....	30

Bilaga 2.....	31
---------------	----

# Skillnaden mellan psykoterapi och familjerådgivning

## Inledning

Familjerådgivare ska inte skriva journal enligt Socialstyrelsens föreskrifter och allmänna råd om dokumentation i verksamhet som bedrivs med stöd av SoL, LVU, LVM och LSS (SOFS, 2014:5) så länge de bedriver familjerådgivning. När legitimerade psykoterapeuter som arbetar inom familjerådgivningen bedriver psykoterapi är de enligt 3 kap. 3 § 1 p. patientdatalag (PDL, 2008:355) skyldiga att skriva journal. Det är upp till varje familjerådgivare som är legitimerad psykoterapeut att bedöma när det är psykoterapi och när det är familjerådgivning. Det innebär att de legitimerade psykoterapeuterna behöver kunna skilja ur psykoterapi från familjerådgivning och vara klara över dess skillnader. Syftet med denna studie är att undersöka om och hur legitimerade psykoterapeuter gör distinktionen mellan psykoterapi och familjerådgivning som metod, för att klarlägga när de ska journalföra och inte.

Familjerådgivning är en lagstadgad verksamhet sedan 1995, alla Sveriges medborgare ska ha tillgång till familjerådgivning. Detta är reglerat i Socialtjänstlagen 5 kapitlet 3 § (SoL, 2001:453) formulerat på följande sätt.

*Kommunen ska sörja för att familjerådgivning genom kommunens försorg eller annars genom lämplig yrkesmässig rådgivare kan erbjudas dem som begär det.*

*Med familjerådgivning avses i denna lag en verksamhet som består i samtal med syfte att bearbeta samlevnadskonflikter i parförhållanden och familjer (SoL, 2001:453)*

Familjerådgivning är namn på en verksamhet men är också en generell benämning på det arbete som utförs på familjerådgivningen. För att det tydliggöra och särskilja dessa benämningar i denna studie kommer familjerådgivning som verksamhet benämnas *familjerådgivning* och arbetet som utförs på familjerådgivningen benämnas *familjerådgivning som metod*.

Familjerådgivning har funnits sedan 1950-talet, verksamhetens syfte då var att stödja goda parrelationer samt att motverka skilsmässor och aborter. Det var kommun eller landsting som stod som huvudman för verksamheten. Intentionerna med familjerådgivning var att människor med intima problem i parrelationen på ett enkelt och lättillgängligt sätt skulle

kunna vända sig till en verksamhet med en absolut sekretess (Offentlighet- och sekretesslag [OSL], 2009:400). Den stränga sekretessen råder fortfarande för familjerådgivningen som verksamhet. Familjerådgivningen har inte någon dokumentationsskyldighet och för därför inga journaler (SOFS, 2014:5). Detta anser Föreningen för kommunala familjerådgivare, KFR är en förutsättning för familjerådgivningens existerande (Föreningen Sveriges kommunala familjerådgivares policydokument, 2017). Familjerådgivningen är en självständig verksamhet utan myndighetsutövning. Familjerådgivningen vilar på en värdegrund där goda och trygga familjerelationer byggs på jämställda och demokratiska grundvärderingar (KFR: policydokument, 2017). Verksamhetens syfte i modern tid är att bistå par som lever tillsammans med att kunna hantera sina konflikter, problem och krissituationer på ett sådant sätt så att de kan fortsätta att leva tillsammans. Och för de par som väljer att separera minska konflikterna och underlätta ett gemensamt föräldraskap. Familjerådgivningen har också ett förebyggande syfte och däribland bidra med föräldrastöd i form av utbildningar och gruppverksamhet. Familjerådgivare ska också ses som en resurs för handledning och utbildning av andra personalgrupper. Ansvaret för att erbjuda familjerådgivning åligger kommunerna (SoL, 2001:453)

I socialtjänstlagen 3 kapitlet 3 § (SoL, 2001:453) framgår det att personal ska ha lämplig utbildning och erfarenhet för att insatsen inom socialtjänsten ska utgöra god kvalitet. Det är det formella kompetenskrav som finns reglerat i lag för familjerådgivare. Föreningen för kommunala familjerådgivare, KFR har i yrkesföreningens policydokument (KFR: policydokument, 2017) uttryckt vilken kompetens familjerådgivaren bör ha. Familjerådgivare bör vara socionom, eller ha motsvarande högskoleutbildning med beteendeariktning, grundläggande psykoterapiutbildning motsvarande steg 1 inklusive egen terapi och handledning samt flerårig erfarenhet av familjeterapeutiskt arbete. Som nyanställd familjerådgivare ska man erhålla minst 60 timmar individuell introduktionshandledning av KFR auktoriserad familjerådgivare. Psykoterapiutbildning steg 2 och sexologiutbildning är relevanta vidareutbildningar för familjerådgivare (KFR: policydokument, 2017).

Legitimerade psykoterapeuter har genom sin legitimation skyldighet att journalföra. Legitimerad hälso- och sjukvårdspersonal är skyldig att föra patientjournal enligt 3 kap. 3 § 1 p. patientdatalagen (PDL, 2008:355). Skyldigheten att dokumentera vård och behandling är en av alla uppgifter som faller inom hälso- och sjukvårdspersonalens personliga yrkesansvar, se 6 kap. 2 § 1 p. patientsäkerhetslagen (PSL, 2010:659). Skyldigheten att föra journal gäller oavsett om yrkesutövaren är verksam inom en hälso- och sjukvårdsinrättning eller inte. I Socialstyrelsens meddelandeblad 2008, framgår att legitimerade psykoterapeuter som är



verksamma inom den kommunala familjerådgivningen inte har något dokumentationskrav då de inte utför sådant arbetet som avses i hälso- och sjukvårdslagen (Socialstyrelsen, 2008).

Akademikerförbundet SSR uppfattar att det är otydligt hur det hälso- och sjukvårdsrättsliga kravet på dokumentation ska uppfattas. Enligt förbundet avser verksamhet utifrån socialtjänstlagen som huvudregel inte hälso- och sjukvård, de anser att det är upp till den legitimerade yrkesutövaren själv att bedöma när han eller hon bedriver hälso- och sjukvård och då blir skyldig att föra journal (Akademikerförbundet SSR, 2020).

### **Tidigare forskning**

Den tidigare forskning som finns att tillgå rörande familjerådgivning är Lundblads doktorsavhandling (Lundblad, 2005) där familjerådgivningen har studerats utifrån ett folkhälsoperspektiv. Studien är longitudinell och klinisk där 312 par har fått självskattat sin relation innan och efter behandling samt efter två år efter avslutad behandling. Studien visade att familjerådgivning bidrog till förbättrade äktenskapliga relationer, ett funktionellt familjeklimat samt förbättrad hälsa för individerna. Vilka metoder och teorier familjerådgivarna utgick ifrån i behandlingen beskrivs kortfattat i studien som psykosocialt behandlingsarbetet med fokus på parrelationen. I samma avsnitt i studien beskriver Lundblad att de vanligaste yrkeskategorierna på familjerådgivningen är socionomer med flerårig yrkeserfarenhet samt vidareutbildning i grundläggande psykoterapi eller familjebehandling. Här skriver Lundblad vidare att psykoterapi kan erbjudas om sådana resurser finns att tillgå, om personal på familjerådgivningen har legitimation som psykoterapeut eller psykolog så kan psykoterapi erbjudas på familjerådgivningen (Lundblad, 2005).

Vid sökning av internationell forskning används sökordet counselling som är att jämföra med familjerådgivning.

Skillnaderna mellan rådgivning och psykoterapi är små och tenderar att mer handla om kontexten än om innehåll, skicklighet och process är några av de slutsatser som presenteras i en artikel från Storbritannien (Kwiatkowski, 1998). Vidare konstaterar författaren att det verkar råda en hierarkisk skillnad mellan rådgivning och psykoterapi, där psykoterapi är mer förenat med professionalitet. Det kan i sin tur påverka beskrivningen eller benämning på det arbete som psykoterapeuter och psykiatriker gör (Kwiatkowski, 1998).

Skillnader och likheter på psykoterapi och rådgivning som Osagu & Omolayo (2013) presenterade i sin artikel, visade på små skillnader. I artikeln beskrivs individualpsykoterapi. De skillnader som artikeln lyfte fram var att psykoterapi används vid svåra kroniska psykologiska problem medan rådgivning används vid mer kortvarig och enklare problematik. I rådgivning ges mer råd medan i psykoterapi arbetar man mer med djupare interventioner.

Rådgivning används oftare vid relationsproblematik, livskriser och vid hantering av stress. Psykoterapi däremot används för att förbättra problem med en individs underliggande tankar och känslor. Andra skillnader som angavs i artikeln är antalet samtal och längden på kontakt. Där rådgivning har färre sessioner och generellt en kortare kontakt. Medan i psykoterapi är sessionerna flera och sträcker sig över en längre tidsperiod. I rådgivning läggs en betoning på förändring medan i psykoterapi pratar man om insikt. Det historiska ursprunget bidrar också till skillnaden mellan rådgivning och psykoterapi. Psykoterapin har sina rötter i Freuds psykoanalytiska teori vilket ger psykoterapi en koppling till den medicinska professionen och genom det ges en annan respekt än rådgivning (Osagu & Omolayo, 2013).

Huruvida det omedvetna berörs eller inte kan vara ett sätt att göra distinktion mellan psykoterapi och rådgivning (Crago, 2000). Crago (2000) beskriver att om terapeuten arbetar med förändring på ett djupare plan där insikter i det omedvetna hos individen är målet så klassificeras det i större utsträckning som psykoterapi. Rådgivning handlar mer om att ge information och att arbeta med människor på ett medvetet plan beskriver Crago vidare (Crago, 2000).

Wendel (2019) har i sin avhandling belyst de oklarheter och juridiska dilemman som uppstår när legitimerade psykoterapeuter är verksamma inom den kommunala familjerådgivningen. Hon har i sin avhandling intervjuat fyra legitimerade psykoterapeuter som arbetar som familjerådgivare. Samtliga informanter anser att de inte ska dokumentera arbetet som de utför på familjerådgivningen. I avhandlingen (Wendel, 2019) framkommer det inte om eller hur informanterna bedömer om arbetet de utför är hälso- och sjukvård eller inte. Det framkommer heller inte hur de benämner sitt arbete, om det är psykoterapi, stödjande samtal eller rådgivning de utför. Det finns behov av att klargöra och förtydliga vad familjerådgivning som metod är och hur distinktionen mellan familjerådgivning och psykoterapi ska göras. Wendel (2019) beskriver vidare i sin avhandling att framväxten av den kommunala familjerådgivningen är ett exempel på rättslig pluralism. Den kommunala familjerådgivningen som verksamhet är väletablerad och har blivit en hybrid mellan hälso- och sjukvård och socialtjänst. Huvudmännen för verksamheten har varierat mellan privata institutioner, landsting och kommuner innan det blev kommunens ansvar. Olika yrkeskategorier har gett sitt avtryck i verksamheten under dess framväxt där psykoterapeuterna har blivit en central profession för verksamheten (Wendel, 2019).

## **Teoretiska utgångspunkter**

**Psykoterapi** definieras enligt Wampold & Imel (2015) på följande sätt.

Psykoterapi är primärt en interpersonell behandling som

- är baserad på psykologiska principer
- innefattar en utbildad terapeut och en klient som söker hjälp för en psykisk störning/symptom, problem eller lidande
- är avsedd att vara till hjälp för klientens psykiska störning/symptom, problem eller lidande
- är anpassad eller individualiserad för den specifika klienten och dennes störning/symptom, problem eller lidande

Enligt Wampolds & Imels definition av psykoterapi avses inte rådgivning (Wampold & Imel, 2015).

Psykoterapi är en behandlingsmetod som innefattar en förändringsprocess som en legitimerad psykoterapeut ansvarar för. Behandlingen ska bota, lindra psykisk ohälsa eller ge en ökad förståelse för sig själv och relationen till andra. Behandlingsmetoden psykoterapi har olika teoretiska utgångspunkter (Cocozza, under utgivning).

Begreppet psykoterapi är en vid beskrivning av en process som handlar om arbetet med psykiska och mellanmänskliga problem. Enligt Strasbourg-deklarationen (Hårtveit & Jensen, 2012) om psykoterapi från 1990 slås följande fast:

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 psykoterapeutisk metod skall vara fullständig och innefatta teori, erfarenhet av egen psykoterapi samt praktik under handledning. Likaså skall en bred kunskap förvärvas om vidare psykoterapeutiska processer.
5. Tillträde till utbildningen är möjlig genom skilda förkunskaper speciellt inom de humanistiska och samhällsvetenskapliga disciplinerna (Hårtveit & Jensen, 2012).

I statens offentliga utredning (SOU, 1983:33) beskrivs psykoterapi som ”en systematisk och målinriktad behandlingsverksamhet, bedriven med vetenskapligt grundande psykologiska metoder och med beaktande av samspelet mellan individ och social miljö”. I denna offentliga utredning beskrivs även var psykoterapi utförs och förutom psykiatriska mottagningar, kliniker och privatpraktiserande psykoterapimottagningar nämns familjerådgivningen som en verksamhet där psykoterapi bedrivs (SOU, 1983:33). Enligt Meddelandeblad från Socialstyrelsen utförs inte ett sådant arbete på familjerådgivningen som avses i hälso- och sjukvårdslagen (Socialstyrelsen, 2008). Familjerådgivningens uppdrag enligt propositionen 1993/94:4 (Prop. 1993/94:4) är terapisaftal för att medverka till bearbetning av samlevnadsproblem och konflikter i par och familjerelationer. Familjerådgivningens uppdrag är att arbeta med alla slags familjer och familjerelationer men dennes specialitet är parrelationer (KFR; policydokument, 2017).

Hårtveit & Jensen (2012) menar att det inte finns någon självklar enighet om att parterapi är en egen metod eller om det är en underavdelning i familjeterapi. I nutid anser de flesta familjeterapeuter att parterapi är en gren av familjeterapi. Det finns en viktig skillnad (Hårtveit & Jensen, 2012) mellan det som är terapeutiskt verksamt och den process som kallas psykoterapi eller terapi. Terapi är en benämning för en process där en person som har till uppgift att hjälpa andra med kognitiva eller emotionella svårigheter, direkt eller indirekt och får betalt för detta. Familjeterapi är en sådan process, familjeterapi kan beskrivas som ett synsätt på livsproblem där familj och anhöriga har stor betydelse för hur livet kommer att bli (Minuchin, 1974). Hur familjemedlemmarna fungerar ihop, hur de kommunicerar samt vilken struktur familjen eller systemet har är avgörande för hur den enskilda individen mår och fungerar. Familjeterapi finns i olika inriktningar, en inriktning är den systemteoretiska där familjen kan ses som ett system där helheten är större än summan av delarna (Bertalanffy, 2015).

De teorier och metoder som används i familjeterapi är till stor del detsamma i arbetet med par (Hårtveit & Jensen, 2012). Gurman & Fraenkel (2002) beskriver att redan på 1930-talet bedrevs det parterapi i USA. Det var av rådgivande slag utan någon teoretisk grund som gavs av kloka människor. I parterapi arbetar man främst med beteenden, intimitet, problemlösning och kommunikation (Gurman & Fraenkel 2002). Parterapi som har sina rötter i systemteori är Emotionally Focused Couples Therapy, EFT (Johnson, 2012) och Strukturell parterapi (Gurman & Fraenkel 2002).

Emotionally Focused Couples Therapy, EFT är en kortidsterapi för par. Denna parterapi utvecklades av Sue Johnson och Les Greenberg på 1980-talet. EFT är en

erfarenhetsbaserad metod som utgår ifrån anknytningsteori, systemteori samt den humanistiska psykologin. EFT är en korttidsterapi som tittar på hur var och en i paret skapar sina inre emotionella upplevelser av närhet, hur paret samspelar med varandra och vilket mönster de har utvecklat. Den förändring som ska ske i EFT är en omstrukturering av samspelsmönstret, förändring av den emotionella responsen mellan paret. Genom terapin skapas en ny mer välfungerande interaktion och en trygg anknytning i relationen främjas. EFT uppfyller högsta standarden som gäller för psykoterapiforskning enligt American Psychological Association (Johnson, 2012).

I strukturell parterapi (Gurman & Fraenkel 2002) gör man en analys av subsystem, gränser, generationsgränsen till den tredje generationen. Det är parets relation som är terapeutens uppdrag. Parsystemet består av sex olika funktioner, projektledarna för familjeprojektet, arbetskollegorna som samarbetar med att ta hand om hemmet och dess sysslor, förälrateamet, de ekonomiska partnerna, vännerna samt den erotiskt laddade relationen (Cocozza, 2021). Parterapeuten gör en analys av vilka funktioner i parsystemet som inte fungerar. Innan en terapi inleds behöver terapeuten tillsammans med paret utforska om det är en parterapi som ska inledas eller om det är ett separationsarbete eller att någon i paret behöver gå i enskild terapi.

**Familjerådgivningens** historiska syfte var att minska äktenskapliga kriser och förhindra skilsmässor. Redan på femtiotalet var det känt att barns psykiska hälsa påverkades av föräldrarnas relation (Kollind, 2002). Familjerådgivningens verksamhet växte fram under femtiotalet och inspirerades av amerikansk familjerådgivning. Där olika yrkeskategorier fanns att tillgå såsom psykiatriker, gynekologer och hemkonsulenter. Familjerådgivningen var en specialistintegrerad verksamhet där olika yrkeskategorier var samlad på ett ställe. Arbetet på familjerådgivningen utgick ifrån social case-work, en metod hämtad från USA och England. I social case-work metoden fokuserade man på samspelet mellan individ och miljö. Klienternas behov och resurser var det viktiga, behandlingen utgick ifrån det som var bäst för den enskilda människan (Lundblad, 2005). Det gjordes på den här tiden en åtskillnad mellan psykoterapi och case-work. De läkarledda behandlingarna benämndes psykoterapi medan den behandling som gavs av rådgivare benämndes case-work eller socialpsykologisk rådgivning. Den här skillnaden handlade mer om olika yrkesmässiga positioner än det faktiska arbetet eller sättet att samtala med de sökande. En psykiatriker kunde bedriva psykoterapi men det kunde inte en socialarbetare göra (Kollind, 2002).

Att förklara familj och äktenskapliga problem genom yttre och inre orsaker förekom under familjerådgivningens första år. Det visade sig senare att anledningarna till problem i

familjer och äktenskap krävde en betydligt mer komplicerad förklaringsmodell. Vilket gjorde att behandlingen av problemen behövde bestå av både rådgivning och socialpsykologisk behandling. Familjerådgivningen som metod innehöll en blandning av praktiskt inriktat arbete och ett arbete mer inriktat på emotionellt samspel och psykologiska förhållanden (Kollind, 2002).

Den beskrivning som finns om familjerådgivningen som metod i nutid går att hitta i KFR:s policydokument (KFR; policydokument, 2017). Familjerådgivningens metod beskrivs på följande sätt. Familjerådgivaren har ett självständigt behandlingsansvar och bedömer, planerar och genomför arbetet i samarbete med de sökande utifrån deras behov och önskemål. I familjerådgivarens metod ingår kontinuerlig utvärdering av arbetet tillsammans med klienterna. Familjerådgivaren ska kunna erbjuda en bredd av arbetsmetoder då de som söker sig till familjerådgivningen gör det utifrån en mängd olika dilemman. Samtalen på familjerådgivningen innehåller krishantering, klargörande samtal, bearbetande samtal, separationsarbete och samarbetssamtal. Samtalsgrupper med stödjande eller bearbetande syfte är också något som ofta ingår i arbetet på familjerådgivningen. Familjerådgivningen förutsätts bedriva utåtriktad verksamhet, där målet är att förebygga relationsproblem och förmedla information och kunskap. (KFR, policydokument 2017).

**Tabell 1. Skillnader mellan familjerådgivning och psykoterapi**

	<b>Familjerådgivning</b>	<b>Psykoterapi</b>
<b>Metod</b>	Finns inget uttalat krav på någon metod.	Behandling inom ramen för hälso- och sjukvård. Vetenskapligt grundade metoder.
<b>Syfte</b>	Att bearbeta samlevnadskonflikter i parförhållanden och familjer. Förebyggande arbete, föräldrautbildning.	Att lindra, bota psykiskt lidande/relationella problem utifrån psykoterapeutisk teori. Medicinskt förebygga, utreda och behandla sjukdomar och skador. Förebygga psykisk ohälsa.
<b>Teoretisk grund</b>	Inget krav på teoretisk grund.	Vetenskaplig disciplin Psykoterapimetodernas mångfald garanteras.
<b>Utbildning</b>	Enligt SoL 3 kap 3§ ska personalen ha lämplig utbildning och erfarenhet.	Psykoterapeutprogrammet (90 hp) som är vidareutbildning efter grundutbildning med minst 180 hp.
<b>Lag</b>	Socialtjänstlagen 3 kap 3§ och 5 kap 3 § (SoL,2001:453)	Hälso-och sjukvårdslagen (HSL,2017:30)
<b>Lag</b>	Offentlighet och sekretesslag 26 kap 3§ (OSL,2009:400)	Patientdatalagen 3 kap 3§ 1 p (PDL,2008:335)
<b>Lag</b>	Socialstyrelsens föreskrifter och allmänna råd om dokumentation i verksamhet som bedrivs med stöd av SoL, LVU, LVM och LSS (SOFS,2014:5)	Patientsäkerhetslagen 6 kap 2§ 1 p (PSL, 2010:659)

## **Syfte**

Syftet med denna studie är att undersöka om och hur legitimerade psykoterapeuter gör distinktionen mellan psykoterapi och familjerådgivning som metod, för att klarlägga när de ska journalföra och inte.

## **Frågeställningar**

1. Hur gör legitimerade psykoterapeuter som arbetar som familjerådgivare distinktionen mellan psykoterapi och familjerådgivning som metod?
2. Bedriver legitimerade psykoterapeuter psykoterapi på familjerådgivningen?
3. Händer det att legitimerade psykoterapeuter som arbetar på den kommunala familjerådgivningen journalför sitt arbete?

## **Metod**

Denna studie är en deskriptiv kvalitativ studie.

## **Urval**

Inklusionskriterier för deltagande i denna kvalitativa semistrukturerade intervjustudie har varit legitimerad psykoterapeut som arbetar med kommunal familjerådgivning i Stockholms stad. Urvalet är strategiskt avseende den yrkesgrupp som intervjuats och ett bekvämlighetsurval, avseende det geografiska område som valts ut.

## **Insamlingsmetod**

Semistrukturerad intervju är denna studies insamlingsmetod. Nio digitala intervjuer är genomförda via zoom. Intervjuerna spelades in med ljud och bild.

## **Procedur**

Då denna studie har undersökt legitimerade psykoterapeuter verksamma som familjerådgivares beskrivning av distinktionen mellan psykoterapi och familjerådgivning som metod valdes ett område ut där ett tillräckligt stort antal informanter kunde nås för att uppnå en mättnad i undersökningen. Sökning på familjerådgivning via Stockholms stads hemsida genomfördes, resultatet blev förslag på tjugotvå aktörer som har avtal med Stockholms stad. Tjugoen av dem är privatpraktiserande terapeuter och en aktör är Stockholms stads egen familjerådgivning där familjerådgivarna är anställda av Stockholms stad. Samtliga aktörers hemsidor gick igenom för att få tillgång till information om vilka som är legitimerade psykoterapeuter. Sextio legitimerade psykoterapeuter fanns att tillgå, en lista över dessa upprättades och mejladresser togs fram. Ett informationsbrev skapades där information om



studiens syfte och tillvägagångssätt beskrevs. Informationsbrevet innehöll också en fråga om deltagande i studien. Informationsbrevet skickades via mejl till samtliga 60 i antal legitimerade psykoterapeuter verksamma inom familjerådgivning inom Stockholms stad. Den instruktionen som angavs i brevet var, om de tillfrågade ville delta i studien skulle de svara ja via mejl senast datum för svar. Tio av de sextio svarade ja till att delta i studien och kontaktades därefter för bokning av intervju. Tre av de sextio tackade nej till att delta i studien. Resterande fyrtiosju svarade inte. Nio digitala intervjuer bokades, en av de som svarat ja på att delta i studien svarade inte på bokning av intervjutid. Intervjuerna genomfördes via zoom och spelades in. Intervjuerna transkriberades ordagrant. En av de inspelade intervjuerna saknade ljud så den intervjun gick inte att använda på grund av ett tekniskt fel. Slutligen kunde åtta intervjuer användas i studien.

Ett stort antal svarade aldrig på mejlet som skickades ut med förfrågan om deltagande i studien. Instruktionen i mejlet var att svara om man ville delta i studien vilket kan förklara att ett stort antal inte svarade. Hur detta bortfall påverkar studiens resultat är svårt att säga något om. Då detta är en kvalitativ studie ses de intervjuades beskrivningar som unika. Någon påminnelse skickades aldrig ut då antalet som ville delta var tillräckligt för denna studie. Den information informanterna fick innan intervjun var informationsbrevet de erhållit via mejl.

## Deltagarflöde



## Beskrivning av studiens population

Samtliga intervjuade är legitimerade psykoterapeuter. Fyra av de intervjuade har psykoterapeutexamen inom systemisk familjeterapeutisk inriktning, två har gått kognitiv beteendeterapeutisk inriktning på psykoterapeutprogrammet, en har psykoterapeutexamen inom psykodynamisk inriktning och en har gått relationell inriktning på psykoterapeutprogrammet. De intervjuade har lång erfarenhet av familjerådgivning de flesta har arbetat mer än tio år som familjerådgivare. Hur lång tid de intervjuade har varit legitimerade psykoterapeuter varierar från fyra år upp till arton år.

## **Kvalitetsvärdering**

För att säkerställa att intervjuguiden reflekterade studiens syfte och frågeställningar genomfördes en provintervju med en legitimerad psykoterapeut som arbetar som familjerådgivare. Vilket resulterade i en justering av intervjuguiden.

Intervjuerna har transkriberats ordagrant av en sekreterare som är yrkesverksam på barn och ungdomspsykiatri i Region Västmanland. Sekreteraren är van att transkribera intervjuer i forskningssyfte då del av hennes tjänst hör till forsknings och utbildningsenheten vid Region Västmanland. Sekreteraren fick information om att innehållet i intervjuerna ska hanteras konfidentiellt. De inspelade intervjuerna har lyssnats igenom tre gånger för att säkerställa att de är korrekt transkriberade och för att lyssna in nyanserna i det som sägs men också hur det sägs. Det insamlade materialet har metodiskt strukturerats för att ge allt material lika stor beaktning i analysen. Analysen av resultatet har gått genom kontinuerligt för att säkerställa rimligheten i den. En god förankring i det insamlade materialet krävs för att undvika att information utesluts eller läggs till. För att tillgodose detta har forskningsledaren gått tillbaka till de transkriberade intervjuerna (Kvale & Brinkman, 2009). Den pragmatiska validiteten för studien stärks då resultatet bidrar till ökad tydlighet för den beforskade gruppen (Alvehus, 2019).

Forskningsledarens förförståelse av vad denna studie har undersökt behöver transparent beskrivas för att öka studiens tillförlitlighet. Forskningsledaren av denna studie är verksam sedan tio år som kommunal familjerådgivare och är välbekant med familjerådgivningens kontext.

## **Bearbetning av analys av data**

De transkriberade intervjuerna har lästs igenom i sin helhet fyra gånger. Intervjuerna numrerades i den ordningsföljd de genomfördes med siffrorna ett till åtta. Första igenomläsningen gjordes i den ordning intervjuerna har genomförts med start av intervju nummer ett. Andra gången intervjuerna lästes skedde det i omvänd ordning mot hur de genomfördes med start av intervju nummer åtta. Den tredje igenomläsningen genomfördes slumpmässigt. Intervjuerna lades ut med baksidan uppåt och valdes därifrån slumpmässigt. Vid fjärde tillfället lästes intervjuerna i ordning nummer fem till åtta och fyra till ett. Intervjuerna har lyssnats igenom tre gånger. Första gången i den ordningen de genomfördes med start av intervju ett. Andra gången lyssnades intervjuerna igenom i den omvända ordningen de genomfördes med start av intervju åtta. Tredje gången lyssnades intervjuerna igenom i en slumpmässigt vald ordning. Innehållet i intervjuerna sorterades inledningsvis efter frågorna i intervjuguiden. Därefter gjordes en uppdelning av materialet utifrån

karaktären på frågorna. De frågor som gick att svara ja eller nej på samt de frågor som avhandlade konkreta fakta delades in i en kategori kallad ”fakta”. De frågor som berörde de legitimerade psykoterapeuternas beskrivningar delades in i kategorin ”beskrivningar”.

Resultatet som framkom när de legitimerade psykoterapeuterna beskriver vad psykoterapi och familjerådgivning är samt dess skillnader sorterades först efter likheter och olikheter. Därefter gick materialet igenom för att finna ut kategorier som resultatet kunde sorteras utifrån. Efter att ha testat olika kategorier utkristalliserades slutligen fyra teman som resultatet redovisas genom.

### **Etiska övervägande**

De etiska kraven informationskrav, samtyckeskrav, konfidentialitetskrav och nyttjandekrav har beaktats i denna studie (Vetenskapsrådet, 2017).

**Informationskrav:** Samtliga legitimerade psykoterapeuter fick skriftlig information om studien och dess syfte. I den skriftliga informationen framgick det att deltagandet i studien var frivilligt. Information lämnades om att studien genomfördes inom ramen för Psykoterapeutprogrammet med systemisk familjeterapi som inriktning vid Linköpings universitet. Informationen innehöll även kontaktuppgifter till forskningsledaren.

**Samtyckeskrav:** Den enskilda legitimerade psykoterapeuten fick själv avgöra om sin medverkan i studien. Samtycket godkändes i och med att den legitimerade psykoterapeuten svarade ja till att delta i studien.

**Nyttjandekravet:** De legitimerade psykoterapeuterna informerades om att den information som erhöles genom intervjuerna används i forskningssyfte. Studien ska bidra till ökad tydlighet i vilken distinktionen mellan psykoterapi och familjerådgivning som metod är.

**Konfidentialitetskrav:** Av informationen framgick att allt material tillhörande studien behandlas och hanteras konfidentiellt. De inspelade intervjuerna och det utskrivna materialet förvarades i låsta dokumentation skåp. I de frågor där anonymiteten riskerade att hotas har hänsyn till det tagits i redovisning av svaren.

## Resultat

Resultatet redovisas i två delar, den första är kvantitativ och den andra delen är kvalitativ. Den kvantitativa delen är resultatet från de frågor i intervjuguiden som rörde mer konkreta fakta. Den del som redovisas i kvalitativa teman utgår ifrån de legitimerade psykoterapeuternas beskrivningar av vad psykoterapi och familjerådgivning är samt dess likheter och olikheter.

### Kvantitativa resultat

De intervjuade psykoterapeuterna har i genomsnitt 3,5 samtal med de sökande till familjerådgivningen. De föreslår oftast ett samtal i taget men det händer att de föreslår en serie samtal om de sökande är i kris eller om det förekommer våld i relationen. Vissa av familjerådgivningarna har ett begränsat antal samtal som de kan erbjuda de sökande. Samtliga av de intervjuade träffar par, separerade par, föräldrar, flera generationer samt syskon. I tabell 2 presenteras svaret på frågan om de legitimerade psykoterapeuterna anser att familjerådgivningen är en metod.

**Tabell 2. Legitimerade psykoterapeuters svar på om familjerådgivning är en metod eller inte**

Svar	Antal	Procent
Ja	1	12,5%
Nej	4	50%
Tveksam	3	37,5%
Total	8	100%

De flesta av de intervjuade ansåg inte att familjerådgivning är en metod. En av de intervjuade beskrev att familjerådgivning är ett uppdrag. Flera av de intervjuade ansåg att familjerådgivning innehåller flera olika metoder. En av de intervjuade svarade att familjerådgivning kanske är en metod men ännu inte formulerad.

I tabell 3 redovisas svaren på frågan om de intervjuade psykoterapeuterna bedriver psykoterapi på familjerådgivningen.

**Tabell 3. Antal legitimerade psykoterapeuter som bedriver/inte bedriver psykoterapi på familjerådgivningen**

<b>Svar</b>	<b>Antal</b>	<b>Procent</b>
<b>Ja</b>	<b>3</b>	<b>37,5%</b>
<b>Nej</b>	<b>5</b>	<b>62,5%</b>
<b>Total</b>	<b>8</b>	<b>100%</b>

Den motivering som de som inte bedriver psykoterapi på familjerådgivningen uppgav är att det inte ingår i uppdraget som familjerådgivare och att det är en annan lagstiftning som gäller när det är psykoterapi. En annan motivering var att antalet samtal är för begränsat för att det ska vara möjligt att utföra psykoterapi. Samma psykoterapeut menar att synen på vad terapi är har förändrats hos allmänheten så de sökande kan benämna kontakten som terapi även om inte psykoterapeuten anser att det är psykoterapi.

Motiveringen som de som bedriver psykoterapi på familjerådgivningen angav är att de inte kan bortse ifrån sin kompetens och att det är självklart att de bedriver psykoterapi då de är legitimerade psykoterapeuter. En annan menar att det är psykoterapi som den familjerådgivaren bedriver men med par. Andra beskrivningar som de intervjuade gav är att de är psykoterapeutiska metoder som används i familjerådgivning. En av psykoterapeuterna uppgav att familjerådgivning är mer ytlig än psykoterapi.

I tabell 4 redovisas svaren på frågan om hur många av de intervjuade som skriver journal på familjerådgivningen.

**Tabell 4. Antal legitimerade psykoterapeuter som journalför/inte journalför på familjerådgivningen**

<b>Svar</b>	<b>Antal</b>	<b>Procent</b>
<b>Ja</b>	<b>0</b>	<b>0%</b>
<b>Nej</b>	<b>8</b>	<b>100%</b>
<b>Total</b>	<b>8</b>	<b>100%</b>

Samtliga intervjuade legitimerade psykoterapeuter för inte journal på familjerådgivningen. Samtliga uppgav att de inte får föra journal utifrån lagstiftning och uppdrag. De intervjuade legitimerade psykoterapeuter uppgav att de för minnesanteckningar som makuleras efter avslutad kontakt. De råder en enig uppfattning om att det är befriande att inte skriva journal. Flera av de intervjuade beskrev att de sökande tycker det är positivt att det inte förs journaler på familjerådgivningen. Samtidigt uppgav flera av de intervjuade att de inte vet hur de sökande skulle reagera om de informerades om att det fördes journaler.

*(F) ”Jag tycker jag håller mig mer levande i nuet”. Jag tycker det är väldigt fritt och väldigt skönt att inte ha det där journalerna.”*

En legitimerad psykoterapeut beskriver att det ibland finns en efterfrågan från de sökande att det skrivs journal. Det tolkar psykoterapeuten som att den sökande har avsikt att använda det i en vårdnadstvist.

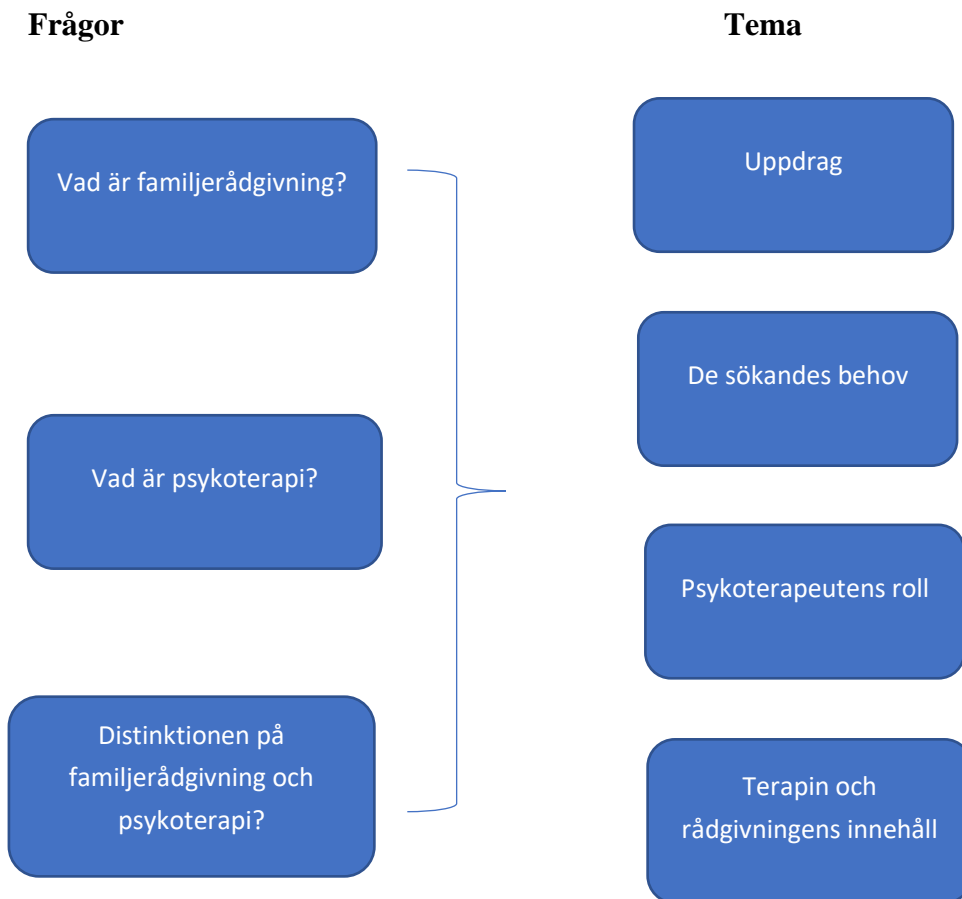
*(B) ”Det är många som tycker det är skönt att man inte skriver journal och det har också hänt att folk tycker det är konstigt att man inte skriver, men då anar jag oråd.”*

En reflektion från en av de intervjuade var att utifrån de sökandes perspektiv skulle det ur rättssynpunkt vara bra att det fördes journaler.

En av de intervjuade uppfattar att det finns legitimerade psykoterapeuter som arbetar med familjerådgivning som inte är medvetna om vilka lagrum som reglerar familjerådgivningens verksamhet och anser detta problematiskt.

## Kvalitativa resultat

I analysen av materialet på frågorna vad familjerådgivning är, vad psykoterapi är och hur de legitimerade psykoterapeuterna gör distinktionen mellan psykoterapi och familjerådgivning framkom fyra teman. Teman var uppdrag, de sökandes behov, psykoterapeutens roll och terapins och rådgivningens innehåll.





## Tema Uppdrag

Hur de legitimerade psykoterapeuterna tolkar familjerådgivningsuppdraget har betydelse för hur de beskriver vad psykoterapi och familjerådgivning som metod är. Tolkning av rådande lagstiftning avgör om det är psykoterapi eller familjerådgivning som metod. Den samtalsbegränsningen som råder på vissa familjerådgivningar avgör skillnaden på psykoterapi och familjerådgivning. Kontrakt, vad terapeuten och de sökande kommer överens om är andra faktorer som psykoterapeuterna menar är avgörande för om det är familjerådgivning eller psykoterapi.

(H) *”Om den sökande inte definierar det som psykoterapi så är det väl tveksamt om det är psykoterapi, då säger man väl familjerådgivning/parterapi.”*

(A) *”Vi får inte bedriva psykoterapi enligt vår huvudman.”*

(A) *”Det finns något i uppdraget hos familjerådgivarna som handlar om att man inte ska fördjupa sig för mycket, man ska hitta möjliga lösningar utifrån rådande situation.”*

## Tema De sökandes behov

Graden av känslomässig problematik hos de som söker sig till familjerådgivningen kan avgöra om det är psykoterapi eller familjerådgivning beskrev de legitimerade psykoterapeuterna. Det är de sökandes behov som styr hur den legitimerade psykoterapeuten arbetar. Det vanliga är att den legitimerade psykoterapeuten gör en bedömning utifrån samtalets ingång och är sedan följsam och öppen för vad de sökande önskar och efterfrågar.

(E) *”Det är väl det som är familjerådgivning, att man jobbar utifrån det man möter.”*

En av de legitimerade psykoterapeuterna uppgav att familjerådgivning ger utrymme att processa svåra kriser i livet, en möjlighet till klargörande och hållande.

(C) *”Det är deras behov jag ska möta och det är det som formar hur jag jobbar.”*

De intervjuade beskriver att psykoterapi är en psykologisk behandling som följer efter att en diagnos har ställts. Att ställa diagnos är inget som familjerådgivare ska göra utan arbetet på familjerådgivningen handlar mer om att ge stöd i att hantera följderna av en psykiatrisk diagnos, inte behandla diagnosen.

(D) *”Det är ju inget par som vill ha diagnos när de kommer till rådgivning.”*

(D) *”Man kan inte hålla på att terapeuta folk om man sitter i en rådgivning, de har inte brett om det.”*

### **Tema Psykoterapeutens roll**

De intervjuade psykoterapeuterna uppgav att det är väldigt fritt inom familjerådgivningen, det finns stora möjligheter att välja hur man som familjerådgivare vill arbeta och vilka metoder man använder. Några av de intervjuade menade att de inte kan bortse ifrån sin kompetens som legitimerad psykoterapeut.

(H) *”Jag kan ju inte backa i att vara terapeutisk.”*

Som familjerådgivare kan inte kompetensen som legitimerad psykoterapeut användas fullt ut, som familjerådgivare måste man avstå från att utföra psykoterapi beskriver en av de intervjuade.

(A) *”Jag får göra avkall på min analys och kanske det jag skulle föreslå.”*

Rollen som familjerådgivare innebär att motivera, stödja och vara rådgivande till de sökande menade de intervjuade.

Samtliga intervjuade psykoterapeuter uppgav att skillnaden mellan familjerådgivning och psykoterapi handlar om nyanser.

(G) *”Det är nyansskillnader.”*

(E) *”Det är väldigt subtila skillnader.”*

### **Tema Terapin och rådgivningens innehåll**

Psykoterapi bedrivs av en legitimerad psykoterapeut och ska innehålla fördjupad självförståelse och ge möjlighet till att hitta bemästringsstrategier i livet uppgav de intervjuade psykoterapeuterna. De intervjuade beskrev psykoterapi som ett arbete i människans eget inre eller ett arbete med interaktionsmönstret mellan paret. En annan beskrivning de intervjuade gav av psykoterapi är kopplingen till att det sätts en diagnos. Psykoterapi ska innehålla en kartläggning, bedömning samt en metod för att behandla den psykiatriska diagnosen. Psykoterapi har en röd tråd som inte finns på samma sätt i familjerådgivning som metod beskrev en av de intervjuade. Psykoterapi beskrevs som mer djup och där en förändring i beteendet skapas så personen mår bättre.

(C) *”Psykoterapi är mer inriktat på inre förändring än yttre förändring.”*

De intervjuade psykoterapeuterna uttryckte att familjerådgivning som metod handlar om att medvetandegöra och sätta ord på det som leder till konflikter och problem. Familjerådgivning som metod går ut på att begränsa, fokusera och få ordning, familjerådgivning som metod är mer kortfattad och fokuserar på här och nu, menar de intervjuade psykoterapeuterna.

*(G) ”I familjerådgivning jobbar vi med de problem som finns här och nu, i psykoterapi eller parterapi kan man gå mer på djupet men man kan nå en stor förändring inom familjerådgivning också.”*

Familjerådgivning kan upplevas vara ytlig just utifrån att det är rådgivning uppgav en av de intervjuade. Flera av de intervjuade beskrev att de är mer ”socialarbetare” i familjerådgivningens kontext. De ”griper” in mer, de rekommenderar eller uppmanar de sökande att gå i egen terapi eller ta kontakt med missbruksenhet eller gå en föräldrakurs. Vilket de inte skulle göra om det var en psykoterapi. Den legitimerade psykoterapeuten använder sin kompetens i familjerådgivningens tradition av bearbetande för att nå till en insikt.

Psykoterapeuterna uppgav att familjerådgivning är flera olika metoder där problematiken avgör vilken metod som används.

Familjerådgivning innehåller till stor del ett förebyggande arbete uttryckte flera av de intervjuade.

De intervjuade ansåg att namnet på familjerådgivning är missvisande och menade att det inte är någon rådgivning som utförs utan att det är parterapi. Familjerådgivaren kan arbeta med ett par utifrån individerna i paret och deras sårbarheter men också utifrån parets samspelsmönster och vilket sammanhang de befinner sig i.

*(C) ”Det finns saker jag gör i familjerådgivning som jag inte skulle göra om jag skulle kalla det renodlad psykoterapi.”*

## Resultatdiskussion

De fynd som framkommit genom denna studie är följande

- De legitimerade psykoterapeuterna är medvetna och tydliga i om de bedriver psykoterapi eller inte på familjerådgivningen.
- De flesta av de intervjuade bedriver inte psykoterapi på familjerådgivningen med motiveringen att det inte ingår i uppdraget och att det är en annan lagstiftning som gäller om psykoterapi utförs.
- De legitimerade psykoterapeuter som uppger att de bedriver psykoterapi på familjerådgivningen skriver inte journal.

Syftet med studien var att undersöka hur psykoterapi och familjerådgivning som metod kan urskiljas i syfte att klarlägga när psykoterapeuter inom familjerådgivningen ska skriva journal. För att nå detta syfte fick de intervjuade beskriva vad familjerådgivning som metod är och vad psykoterapi är samt hur de skiljer ur metoderna från varandra. De fick också besvara frågor om de journalför sitt arbete på familjerådgivningen.

Samtliga psykoterapeuter beskriver att psykoterapi och familjerådgivning som metod tangerar varandra och innehållet i metoderna i flera avseenden är lika. En beskrivning som går att referera till i tidigare forskning (Lundblad, 2005; Osagu & Omolayo, 2013) och Kollinds (2002) historiska beskrivning av familjerådgivningens framväxt. De intervjuade lyfter också fram de skillnader som de gör mellan familjerådgivning som metod och psykoterapi. Kontrakt, antal samtal och tydliga mål är några av de angivna skillnaderna. Grad och art av problematik är något som också skiljer ur metoderna ifrån varandra. I enlighet med tidigare forskning (Crago, 2000) framkommer det att i psykoterapi sker förändring på ett djupare plan medan i familjerådgivning som metod sker förändring genom att medvetandegöra och sätta ord på det som är konfliktfyllt. I familjerådgivning som metod är arbetet mer konkret och utgår från "här och nu" till skillnad från psykoterapi där det mer handlar om ett arbete i människors inre.

Studien visar på att de legitimerade psykoterapeuterna är medvetna och tydliga i om de bedriver psykoterapi eller inte på familjerådgivningen. De som inte bedriver psykoterapi på familjerådgivningen anger två olika förklaringar till det. Den förklaringen de flesta av de intervjuade anger är att bedriva psykoterapi inte ingår i familjerådgivningsuppdraget och att det är en annan lagstiftning som gäller när psykoterapi utförs (PDL, 2008: 355; PSL,

2010:659). Den andra förklaringen är att antal samtal som erbjuds på familjerådgivningen är för begränsat och gör det omöjligt att bedriva psykoterapi.

De som uppger att de bedriver psykoterapi på familjerådgivningen hänvisar dels till sin utbildning och menar att de inte kan bortse ifrån sin kompetens som psykoterapeuter om de sökande har behov eller efterfrågar psykoterapi. Den ansatsen går att hitta stöd för i Lundblads avhandling (2005) om psykoterapeutisk resurs finns att tillgå på familjerådgivningen ska den erbjudas.

Vidare framkommer genom denna studies genomförande att det råder ett kontinuum av hur de lagar och regler som styr den kommunala familjerådgivningen uppfattas och tolkas av familjerådgivarna. Samtliga av de intervjuade legitimerade psykoterapeuterna skriver inte journal på familjerådgivningen. De hänvisar till det regelverk som styr familjerådgivningens verksamhet. De anger att de inte får föra journal på familjerådgivningen. Vad regelverket säger mer precist har de legitimerade psykoterapeuterna olika uppfattning om. En större del av de intervjuade är klara över att när psykoterapi utförs följer dokumentationsskyldighet. Det arbete som utförs på familjerådgivningen ska inte dokumenteras vilket gör att psykoterapi inte kan utföras på familjerådgivningen. Familjerådgivare ska inte utföra ett sådant arbete som avses i hälso- och sjukvårdslagen och har därför inte något dokumentationskrav (Socialstyrelsen, 2008). De övriga intervjuade gör inte den kopplingen, att det är utövandet av psykoterapi som reglerar om de ska journalföra eller inte. Utan de tolkar att den lagstiftning som styr familjerådgivningens verksamhet ställer sig över den lagstiftning som reglerar legitimerade psykoterapeuters dokumentationsskyldighet. Detta utgör exempel på att rättslig pluralism förekommer i den kommunala familjerådgivningen (Wendel, 2019). Hur kan detta kontinuum av lagens tolkning förstås, går det att finna förklaringar till detta i familjerådgivningens historia? Historiskt sett har familjerådgivningen tillhört landstinget nuvarande regionen, där legitimerad personal arbetade och journalförde sitt arbete (Kollind, 2002). I familjerådgivningens begynnelse skilde man på psykoterapi och case-work metoden som var dåtidens socialpsykologiska metod inom familjerådgivningen. Psykoterapi gavs av psykiatriker och case-work metoden utövades av socialarbetare. Under familjerådgivningens framväxt utvecklades behandlingen till en kombination av praktiskt inriktat arbete och ett mer emotionellt och psykologiskt inriktat arbete (Kollind, 2002). Den kommunala familjerådgivningen idag kan ses som en hybrid mellan hälso- och sjukvård och socialtjänst (Wendel, 2019) vilket bidrar till den rådande otydligheten avseende vilka lagar och föreskrifter som gäller för arbetet inom den kommunala familjerådgivningen.

Den tidigare forskningen säger att det råder en hierarkisk skillnad mellan rådgivning och psykoterapi där psykoterapi är mer förenat med professionalitet (Kwiatkowski, 1998). Det styrks även av de krav på utbildning och vetenskaplig förankring som legitimerade psykoterapeuter har enligt Strasbourg-deklarationen (Hårtveit & Jensen, 2012). Hur påverkar detta de legitimerade psykoterapeuternas syn på sitt arbete? Är det så att inom den kommunala familjerådgivningen anses det mer professionellt att bedriva psykoterapi än familjerådgivning som metod? Att yrkesföreningen KFR rekommenderar psykoterapeutprogrammet som relevant vidareutbildning för familjerådgivare (KFR:s policydokument 2017) kan inte ses som annat än signaler på att de anser att psykoterapi hör hemma på familjerådgivningen. Detta trots att det i samma dokument hänvisas till Meddelandebladet 2008 (Socialstyrelsen, 2008) där det framgår att arbetet som utförs på familjerådgivningen inte är ett arbete som avses i hälso- och sjukvårdslagen. Här hade en tydligare beskrivning av vilket arbete det är som avses varit passande. Det ovan nämnda dokumentet Meddelandebladet (Socialstyrelsen, 2008) upprättat av Socialstyrelsen som en tänkt vägledning för familjerådgivningens verksamheter har upphört att gälla för flera år sedan utan att det ersattes av ett nytt dokument. Hur är det möjligt att en verksamhet visserligen lagstyrd får verka utan att någon ny vägledning tagits fram? En välfungerande kostnadseffektiv verksamhet med hög kompetens utan insyn, kan det vara en förklaring? Den kommunala familjerådgivningen är en självständig verksamhet och familjerådgivaren har ett självständigt behandlingsansvar vilket ger ett stort utrymme för frihet och att själv styra sitt arbete vilket även denna studie visar på. Det saknas insyn och uppföljning av familjerådgivningens verksamhet, vilket gör att den enskilda familjerådgivarens tolkning av lagar och föreskrifter inte ifrågasätts.

### **Metoddiskussion**

Valet av metod var inte självklart i studiens begynnelse. Inledningsvis planerades en enkätundersökning för att nå en total population. Utifrån rådande regler för dataskydd uppstod svårighet med att få tillgång till samtliga mejladresser. Tankarna ställdes om och riktades mot att genomföra semistrukturerade intervjuer och då var kvalitativ metod lämplig. Utifrån studiens syfte och frågeställningar gjordes urvalet legitimerade psykoterapeuter verksamma inom kommunal familjerådgivning. Stockholm valdes ut som geografiskt område för att säkerställa att forskningsledaren inte skulle känna de som arbetade som familjerådgivare och genom det öka studiens tillförlitlighet. Alternativet hade varit att intervjua familjerådgivare med en geografisk spridning i landet vilket skulle kunna ha gett andra beskrivningar. Forskningsledaren bedömde att den geografiska platsen hade en underordnad betydelse för

studiens resultat. Förfrågan om deltagande i studien mejlades direkt till den legitimerade psykoterapeuten utan att förankra det hos någon chef. Ett högre antal deltagande hade kanske uppnåtts om ansvarig chef informerats. Studiens bortfall var stort, någon påminnelse eller ny förfrågan skickades inte ut. De som svarade och ville delta i studien kan tänkas vara väl insatta och intresserade av studiens frågeställningar vilket kan ha påverka studiens resultat. Nio intervjuer genomfördes men en utav intervjuerna kunde inte användas på grund av att ljudet inte fungerade och det inte gick att höra vad som sas på inspelningen. Forskningsledaren övervägde att kontakta den intervjuade för att göra om intervjun men bedömde det lämpligare att hantera intervjun som bortfall.

En provintervju genomfördes för att säkerställa att frågeguiden speglade studiens syfte och gav svar på studiens frågeställningar. Provintervjun resulterade i en justering av frågeguiden. Intervjuerna genomfördes via zoom och de spelades in med både ljud och bild. En fördel med att intervjuerna gjordes digitalt är att de intervjuade kan ha upplevt sig friare i att uttala sig då intervjuaren inte var fysiskt närvarande. Genom att intervjuerna spelades in med både ljud och bild ökade möjligheten att återge de beskrivningar de intervjuade gav. Möjligheten till att nå ett djupare plan i intervjuerna hade kanske ökat om intervjuerna hade genomförts med ett fysiskt möte.

Transkriberingen genomfördes av en erfaren sekreterare. Alternativet hade varit att forskningsledaren själv transkriberat intervjuerna vilket hade tagit längre tid och risken för att bli blind för materialet hade kunnat öka. Något skriftligt avtal angående sekretess upprättades inte med sekreteraren men en muntlig dialog om materialet konfidentialitet fördes innan transkriberingen genomfördes.

Bearbetningen av det insamlade materialet har gjorts genom en strukturerad sortering och analys. För att säkerställa tillförlitligheten till analysen av de insamlade materialet har forskningsledaren upprepat gått tillbaka till råmaterialet. Det transkriberade materialet var till sin omfattning inte så stort vilket underlättade sortering och analys.

Forskningsledaren valde att inte presentera de intervjuades grundutbildning i studien då det kan ha påverkat konfidentialitetskravet.

Forskningsledaren arbetar som familjerådgivare vilket kan ha varit till fördel för att genomföra denna studie då familjerådgivning som verksamhet och metod är välbekant för forskningsledaren. Forskningsledarens förförståelse inför det studien har undersökt har varit viktigt att beakta och hantera så inte resultatets tillförlitlighet har påverkats. Studiens resultat har presenterats genom tabeller och teman där citat använts för att ge en närhet till empiri.

Valet av citat har inneburit att beskrivningar inte lyfts fram samtidigt har forskningsledaren utifrån studiens frågeställningar avvägt så citaten representerar studiens resultat.

### **Slutsatser**

De slutsatser som denna studie leder fram till är att det råder otydlighet i lagstiftning och föreskrifter som gäller för arbetet inom den kommunala familjerådgivningen. Vilket innebär att de legitimerade psykoterapeuterna som arbetar inom familjerådgivningen omedvetet gör lagöverträdelse när de utför psykoterapi inom familjerådgivningen.

### **Förslag till vidare forskning**

Denna studie visar på behov av att utforska vilket arbete som ska utföras på den kommunala familjerådgivningen och vilken lagstiftning som ska gälla för arbetet. Frågan om huruvida psykoterapi ska utföras inom den kommunala familjerådgivningen eller inte väcks. Om de legitimerade psykoterapeuter ska utföra psykoterapi inom den kommunala familjerådgivningen, så behöver lagstiftningen ses över och tydliggöras så att de legitimerade psykoterapeuterna verksamma inom den kommunala familjerådgivningen inte riskerar att bryta mot lagen.



## Referenser

- Akademikerförbundet SSR. (2020). *Juridik för dig som är leg. psykoterapeut*.  
<https://akademssr.se/lon-karriar/yrkesfragor/leg-psykoterapeut/juridik-leg-psykoterapeuter>
- Alvehus, J. (2019). *Skriva uppsats med kvalitativ metod En handbok* (2 uppl.). Liber.
- Bertalanffy, L. v. (2015). *General system theory, Foundations, development, applications*. (18 uppl.). George Braziller, Inc.
- Cocozza, M. (2021). *Familjelivet - om de nära relationerna*. Carlssons.
- Cocozza, M. (under utgivning) *Systemteoretisk analys*.
- Crago, H. (2000). Counselling and Psychotherapy: Is There a Difference? *Australien and New Zealand Journal of Family Therapy, Vol 21(2)*, 73-80.  
<http://dx.doi.org.e.bibl.liu.se/10.1002/j.1467-8438.2000.tb00418.x>
- Föreningen Sveriges kommunala familjerådgivare. (2019). *Policydokument*. Stockholm.
- Gurman, A., & Fraenkel, P. (2002). The History of Couple Therapy: A Millennial Review. *Family process, Vol 41(2)*, 199-260. <https://doi.org/10.1111/j.1545-5300.2002.41204.x>
- Hårtveit, H., & Jensen, P. (2012). *Familjen plus en*. Studentlitteratur AB.
- Johnson, S. (2012). *Håll om mig*. OrdGlob Förlag.
- Kollind, A-K. (2002). *Äktenskap, konflikter och rådgivning*. Carlssons.
- Kvale, S., & Brinkman, S. (2009). *Den kvalitativa forskningsintervjun*. Studentlitteratur.
- Kwiatkowski, R. (1998). Counselling and psychotherapy: Are they different and should we care? *Counselling Psychology Quarterly, Vol 11(1)*, 5-14.  
<http://dx.doi.org.e.bibl.liu.se/10.1080/09515079808254038>
- Lundblad, A-M. (2005). *Kärlek och Hälsa, Par-behandling i ett folkhälsoperspektiv*. [Doktorsavhandling, Nordiska Högskolan för folkhälsovetenskap, Göteborg]
- Minuchin, S. (1974). *Families and family therapy*. Harvard University Press.

- Osagu, J., & Omolayo, B. (2013). Counselling and psychotherapy: Is there any difference? *IFE Psychologia: An International Journal, Vol 21(3)* 249-256.
- Prop. 1993/94:4. *Om familjerådgivning*. <https://data.riksdagen.se/fil/4F7A7949-581C-4728-8836-7220BE7C89C3>
- SFS 2017:30. *Hälso- och sjukvårdslag*. [https://www.riksdagen.se/sv/dokument-lagar/dokument/svensk-forfattningssamling/halso--och-sjukvardslag-201730\\_sfs-2017-30](https://www.riksdagen.se/sv/dokument-lagar/dokument/svensk-forfattningssamling/halso--och-sjukvardslag-201730_sfs-2017-30)
- SFS 2009:400. *Offentlighets- och sekretesslag*. [https://www.riksdagen.se/sv/dokument-lagar/dokument/svensk-forfattningssamling/offentlighets--och-sekretesslag-2009400\\_sfs-2009-400](https://www.riksdagen.se/sv/dokument-lagar/dokument/svensk-forfattningssamling/offentlighets--och-sekretesslag-2009400_sfs-2009-400)
- SFS 2008:355. *Patientdatalag*. [https://www.riksdagen.se/sv/dokument-lagar/dokument/svensk-forfattningssamling/patientdatalag-2008355\\_sfs-2008-355](https://www.riksdagen.se/sv/dokument-lagar/dokument/svensk-forfattningssamling/patientdatalag-2008355_sfs-2008-355)
- SFS 2010:659. *Patientsäkerhetslag*. [https://www.riksdagen.se/sv/dokument-lagar/dokument/svensk-forfattningssamling/patientsakerhetslag-2010659\\_sfs-2010-659](https://www.riksdagen.se/sv/dokument-lagar/dokument/svensk-forfattningssamling/patientsakerhetslag-2010659_sfs-2010-659)
- SFS 2001:453. *Socialtjänstlag*. [https://www.riksdagen.se/sv/dokument-lagar/dokument/svensk-forfattningssamling/socialtjanstlag-2001453\\_sfs-2001-453](https://www.riksdagen.se/sv/dokument-lagar/dokument/svensk-forfattningssamling/socialtjanstlag-2001453_sfs-2001-453)
- Socialstyrelsen. (2008). *Meddelandeblad Om den kommunala familjerådgivningens organisation, sekretess, vittnesplikt*. <https://docplayer.se/11558431-Meddelandeblad-om-den-kommunala-familjeradgivningens-organisation-sekretess-vittnesplikt-m-m.html>
- SOSFS 2014: 5. *Dokumentation i verksamhet som bedrivs med stöd av SoL, LVU, LVM och LSS*. <https://www.socialstyrelsen.se/globalassets/sharepoint-dokument/artikelkatalog/handbocker/2015-1-10.pdf>
- SOU 1983: 33. *Kompetens inom hälso- och sjukvården*. <http://docplayer.se/147462832-Sou-1983-84-33-socialutskottets-betankande-1983-84-33-om-vissa-socialtjanstfragor-prop-1983-84-174.html>

Vetenskapsrådet. (2017). *God forskningssed*. Vetenskapsrådet.

[https://www.vr.se/download/18.2412c5311624176023d25b05/1555332112063/God-forskningsed\\_VR\\_2017.pdf](https://www.vr.se/download/18.2412c5311624176023d25b05/1555332112063/God-forskningsed_VR_2017.pdf)

Wampold, B.E., & Imel, Z. (2015). *The great psychotherapy debate: the evidence for what makes psychotherapy work* (2 uppl.). Routledge.

Wendel, L. (2019). *Dokumentation, profession och hälso- och sjukvård, Rättsliga perspektiv*.

[Doktorsavhandling, Malmö Universitet]

<http://www.divaportal.se/smash/get/diva2:1404221/FULLTEXT01.pdf>

## **Bilaga 1**



**Informationsbrev 2020-10-25**

### **Till dig som är legitimerad psykoterapeut och arbetar med familjerådgivning inom Stockholms stad**

#### **Information och förfrågan om deltagande i studie**

Hej

Jag heter Pia Ringeborn, och läser psykoterapeutprogrammet på Linköpings Universitet. Jag har valt att i mitt examensarbete undersöka hur legitimerade psykoterapeuter som arbetar med familjerådgivning gör distinktionen mellan familjerådgivningens metodik och psykoterapi. Dokumentation av vilken metod som familjerådgivare använder och om metoden skiljer sig från den psykoterapeutiska processen saknas. Denna studie förväntas bidra till ökad kunskap om distinktionerna och familjerådgivningens metodik.

Jag vänder mig med detta brev till dig legitimerad psykoterapeut som arbetar med familjerådgivning inom Stockholms stad, och undrar om du vill delta i studien.

Är du intresserad av att delta i denna studie svarar du ja på detta mejl och bifoga dina kontaktuppgifter, telefonnummer och adress. Jag kommer sedan ta kontakt för att boka in en semistrukturerad intervju som kommer att äga rum på en plats som passar för dig. Den kommer ta ca 30 minuter. Intervjun kommer att spelas in, materialet från intervjuerna kommer att hanteras och behandlas konfidentiellt och det kommer att förvaras så att ingen obehörig kommer att kunna ta del av det. Inga enskilda personer eller familjerådgivningar kommer att kunna identifieras. Studien kommer att presenteras genom en skriftlig rapport under hösten 2021.

Pia Ringeborn

Socionom

Auktoriserad Familjerådgivare

Samt under utbildning psykoterapeutprogrammet med systemisk inriktning vid Linköpings universitet

## **Bilaga 2**

### Intervjuguide uppsats

” Vad är skillnaden på familjerådgivning och psykoterapi?”

#### **Fakta om intervjupersonen**

1. Vad är din grundutbildning?
2. Vilken inriktning hade din steg-2 psykoterapeututbildning?  
**a.** Familjeterapeutisk **b.** KBT **c.** Psykodynamisk **d.** Relationell **e.** Annan
3. Hur många år har du arbetat som **A.** Legitimerad psykoterapeut? **B.** Familjerådgivare?

#### **Konkret arbete**

4. Vilka olika delar av familj/ system eller andra konstellationer träffar du som familjerådgivare?
5. Hur många samtal har du i genomsnitt med de sökande?
6. Föreslår du antal sessioner/samtal eller bestämmer ni samtal för samtal?  
**A.** Vad avgör om du gör på det ena eller det andra sättet?

#### **Metoder**

7. Familjerådgivning är ju namn på en verksamhet, är det också en metod anser du?

#### **JA**

- A.** Vad består metoden av, beskriv den?

#### **NEJ**

- B.** Vad är familjerådgivning anser du?

8. Genomför du psykoterapier på familjerådgivningen?
9. Vad är det som avgör om det är psykoterapi eller familjerådgivning?
10. Beskriv vad du anser att psykoterapi är?
11. Är familjerådgivning och psykoterapi två olika metoder?

A. På vilket sätt skiljer du ut de olika metoderna?

## **Journal**

12. Skriver du journal på familjerådgivningen?

13. Vad avgör om och när du skriver journal?

14. Upplever du bekymmer med att inte skriva journal som familjerådgivare?