

## Rapport från International Family Therapy Association, IFTA, Congress Malaga 30 mars till 1 april 2023

IFTA grundades 1989 med bland andra Virginia Satir i styrelsen. Organisationen arbetar för att utveckla familjeterapeutisk praktik genom att stödja forskning, utbildning och samarbeten inom det familjeterapeutiska fältet. Sedan starten anordnar IFTA internationella kongresser där människor från stora delar av världen deltar. Detta var min första IFTA kongress men förstod att många deltagare har varit återkommande under många år och att just denna kongress varit efterlängtd efter uppehåll under pandemin. Upplägget i programmet var digert med workshops från morgon till sen eftermiddag där vi kunde välja mellan fem till sju parallella workshops i varje pass. Konferensens huvudtalare var Dr. Pauline Boss, professor vid universitetet i Minnesota. Workshops hölls av praktiserande familjeterapeuter och forskare där vi fick ta del av pågående studier, utvärdering av familjeterapeutiska modeller och beskrivningar och diskussioner kring systemteoretisk psykoterapeutisk praktik. Det fanns också utrymme för att nätverka och träffas i fikapauser eller sitta en stund och njuta av solen i Malaga. Här berättar jag om några av de presentationer som lite extra väckte mitt intresse.

Jag är glad att jag fick möjligheten att få lyssna på Dr. Pauline Boss och uppleva hennes närvaro och klokskap. Pauline har varit verksam familjeterapeut och forskare i mer än 40 år och sa skämtsamt att hon nu vid snart 89 års ålder är klar med sina bidrag inom fältet. Därför hade hon innan föreläsningen skickat ut sin powerpoint till alla konferensdeltagare och välkomnade oss att använda dem på bästa sätt.



På 70-talet myntade Pauline begreppet Ambiguous Loss, på svenska skulle jag översätta det till Tvetydig förlust. Det handlar om förluster som är ouppklarade och utan avslut, en förlust som inte är bekräftad. Pauline tog som exempel när någon försvunnit i en naturkatastrof eller under flykt, har blivit kidnappad eller har försvunnit spårlöst och de närstående inte vet om deras familjemedlem eller vän kommer att hittas eller om de ens lever. Det kan även handla om att förlora en närstående i demens eller i allvarlig psykisk sjukdom. Pauline skiljer på sorgen efter en närståendes död och ambiguous loss. Hon menar att vid de flesta dödsfall finns en förklaring och en social och officiell bekräftelse medan vid ett försvinnande infinner sig tvetydigheten i att inte veta och kanske alltid undra vad som egentligen hände. Vid ambiguous loss finns heller inte några klara ritualer eller regler kring hur en familj ska förhålla sig vilket skapar stress och förvirring. När stora katastrofer som exempelvis jordbävning inträffar eller vid en pandemi kan denna förvirring gälla ett helt samhälle. Psykoterapeuter behöver ha förståelse för tvetydigheten, det ouppklarade och de ständigt pågående effekterna av detta som varar livet ut för många. Pauline lyfter det viktiga i bekräfta det svåra, att betona att familjen inte har någon skuld i det som skett och att bygga strategier för att hantera stressen förlusten orsakar. Ytterligare viktiga element i behandling är att hitta sätt att skapa mening i förlusten, exempelvis genom tro på ödet, acceptans av livets cykel och naturens gång eller genom spirituella och religiösa tro.

Pauline har i många år arbetat med och forskat om samhällsbaserade interventioner efter större katastrofer, exempelvis efter 9/11. Här samlar man de som blivit drabbade i en trygg omgivning och en familjeterapeut leder dem i samtal kring katastrofen. Terapeutens viktigaste del är att validera det omänskligt svåra de alla går genom. Deltagarna får dela med varandra det som gått förlorat och det som fortfarande finns kvar. Genom att dela med varandra bryts tystnad och alienation och därmed skapas nya gemensamma berättelser och upplevelser. Pauline menar att familjer i ambiguous loss inte blir hjälpta av avslut eller "closure", hon menar istället att psykoterapeutens roll är att stödja familjen att hitta nya vägar fram i livet samtidigt som de alltid har kvar en dörr öppen till den som försvunnit.

Pauline Boss har skrivit flertalet böcker och många artiklar. De två senaste böckerna är *Ambiguous Loss: Learning to Live with Unresolved Grief* (2000) och *The Myth of Closure: Ambiguous Loss in time of Pandemic and Change* (2022).

Då de flesta workshops varade i 45 minuter vilket upplevdes som kort och presentationerna blev ibland lite rumphuggna. Det var därför en skönare rytm på workshopen med Judith Landau från USA. Judith är familjeterapeut och grundare av Linking Human Systems och ytterligare en kvinna i 80-års åldern med en rik och djup kunskap hon gärna delar med sig av. Under 90 minuter fick vi lära oss om Transitional Family Therapy, TFT, och själva se och delta i familjeskulptering, en terapiform med grund i psykodrama som syftar till att läka svårigheter och trauma inom familjer. Min tidigare erfarenhet av familjeskulptering är bland annat från familjerekonstruktion och i handledning och har upplevt det som en kraftfull terapiform och handledningsintervention.

Grunden i TFT är synen på att när vi människor är i kontakt med varandra rör vi oss från trauma till motståndskraft och läkning. Inom TFT arbetar man med att identifiera förluster, trauma, skuld och skam inom familjer generationer tillbaka och för att förändra dessa negativa generationsmönster. Man arbetar efter tesen att dessa trauma och förluster kan ärvas ner genom generationer och skapa svårigheter för människor idag.

Efter att vi fått ta del av teori och tankarna bakom TFT presenterade Judith ett familjesystem kring ett par, en ung man och en ung kvinna, som hade svårigheter. Vi fick se genogram över deras familjer i tre generationer (genogram är en familjekarta där kvaliteten på relationerna är uppmärksatta med symboler och färger, även händelser i släkten som kan ha påverkat efterkommande generationer står med). Folk från publiken fick sedan gestalta dessa personer i skulpturer. Det var intressant och lärorikt att ta del av en familjeterapeutisk terapiform som inte främst fokuserar på det verbala utan bjuder in vår kropp och våra sinnen som bär på kunskap som ofta inte får utrymme i psykoterapi på detta explicita sätt. Jag upplevde att alla i rummet var djupt berörda av stunden och av Judith och hennes sätt att arbeta.

Terje Tilden, Ph.D, socionom och psykoterapeut, presenterade forskning från forskningsinstitutet Modum Bad i Norge. Forskning visar att depression riskerar att påverka parrelationer negativt samtidigt som i en konfliktfylld relation finns en högre risk för att någon i paret drabbas av depression. Forskningsfrågan Terje med kollegor började att fråga sig; var ska psykoterapeuter fokusera? Är det mest verksamma att erbjuda individualterapi för depressionen eller är parterapi det mest effektiva? Resultatet från studien visar tendenser till att parterapi leder till att depressionssymtomen minskade medan individualterapi inte hade samma positiva inverkan på parrelationen.

Från Universitetet i Colorado, USA, kom Robert Allan, Andrea Witteborn och Caitlin Edwards och berättade om sin rapport om psykoterapeuters erfarenheter om att arbeta med Emotionellt Fokuserad Terapi men HBTQI+ relationer. De har sammanställt kunskap och erfarenheter från 51 psykoterapeuter kring vad som är viktigt att veta i den terapeutiska praktiken med människor från denna grupp. Det som i korthet lyftes fram var att människor som identifierar sig i någon av HBTQI+ grupperna alla bär med sig en historia av "att komma ut" och att detta bör ses som en del av personens anknytningshistoria och ges ett stort utrymme i terapin. Psykoterapeuten ska vara noga med att be om samtycke i att fråga om känslor och i frågor som berör personens kropp. Ett annat tema i terapin som lyft som viktig är att samtala om hur kultur och social konstruktion format personens syn på sig själv och andra.

Jag vill tacka för att psykoterapistiftelsen bidragit till möjligheten för mig att delta på IFTA kongressen. Det gav mycket inspiration och lust att fortsätta upptäcka det familjeterapeutiska fältet!

Hanna Lundblad Edling

Socionom, handledare i psykosocialt arbete,

studerande på psykoterapeutprogrammet Göteborgs universitet.