

## **Parterapi på familjerådgivningen: En jämförelsestudie av Transaktionsanalytisk psykoterapi (TA) och traditionell behandling (TAU)**

### **Sammanfattning**

**Bakgrund:** Många familjerådgivningsbyråer i Sverige saknar regelbundna utvärderingar. Att utvärdera behandlingsresultat har till syfte att utveckla en evidensbaserad praktik.

**Syfte:** Syftet med denna jämförande studie var dels att genomföra en utvärdering av verksamheten, dels att undersöka klienternas skattningar av traditionell parterapi (TAU) med skattningar av Transaktionsanalytisk parterapi (TA).

**Metod:** Två mätningar genomfördes med hjälp av skattningsformulär författat av Ahlborg, Lilleengen, Lönnfjord & Petersen (2009). Första skattningen gjordes vid studiens och behandlingens påbörjande och en andra skattning gjordes vid det avslutande behandlingstillfället. Skattningsformuläret bestod av 36 frågor (QDR/ Ahlborg, Göteborg, Sweden 2009) och beskriver fem olika relationsvariabler: Enighet, Samhörighet, Tillfredsställelse, Sensualitet och Sexualitet. SPSS version 23.0 har använts för statistiska beräkningar.

**Resultat:** Deltagarna i studien hade mellan 65-83 % förbättrade skattningar för alla fem QDR-indexen vid mättillfälle 2. De som erhöll traditionell behandling skattade högre värden i alla kategorier (75-90 %). Detta var ett förväntat resultat då traditionell behandling med EFT-inslag är väl beforskat enligt flera studier. Mellan 55-80 % av studiegruppen uppvisade förbättringar på två index, Enighet och Samhörighet.

**Diskussion:** Då (TA) inte har så stor forskningstradition var det viktigt att beskriva dess bidrag. Av studien framgår att paren hade god nytta av Skriptintervju och Interlocking Racket System. Dessa begrepp belyser både parets samspelelmönster och var och ens livshistoria.

**Slutsats:** Studien visar att kategorierna Sensualitet och Sexualitet behöver fördjupas i framtida behandling. Dessa områden är av stor betydelse för parets välbefinnande enligt (Hansson & Ahlborg 2012) som har beskrivits i en longitudinell studie.

**Nyckelord:** Anknäytningmönster, QDR, Transaktionsanalys, Interlocking Racket System, Skriptintervju, Samspelelmönster, Parterapi.

### **Introduktion**

Inom familjerådgivning bedrivs kvalificerat psykosocialt behandlingsarbete. Det finns dock få vetenskapliga studier om behandling, och vilken effekt dessa har (Lundblad 2005). På 1970-talet blev systemteori och familjeterapi ett värdefullt komplement till det psykodynamiska synsättet och arbetssättet, i Sverige såväl som i andra länder (Socionomen 2015). Parterapi från anglosaxiska länder presenteras ofta som en strukturerad behandling med en bestämd metod och med ett bestämt antal sessioner vanligtvis 10-20 samtal. Teori och praktik behöver mötas för att insatserna ska leda till utveckling av evidensbaserad praktik (Oscarsson 2009) Huvudförfattaren till denna artikel är familjerådgivare inom kommunal familjerådgivning sedan 1995 och har valt att undersöka om Transaktionsanalys, TA tillför något i parterapi som syftar till att öka parets medvetenhet om sina läsningar.

### **Parterapiens utveckling**

Viktiga internationella influenser till parterapi i Sverige kom bl. a från Sue Johnsson (1980) och John Gottman (1999). Johnsson utvecklade Emotionally Focused Therapy, EFT, en anknäytningorienterad metod som används i Sverige idag. Gottman har i studier undersökt om det finns mönster i relationen som kan skilja olyckliga par från lyckliga par (Gottman & Levenson 1999). Både svensk och internationell forskning visar att goda parrelationer främjar hälsan (Lundblad 2005).

### **Familjerådgivning i Sverige idag**

Familjerådgivning anses vara en angelägen fråga och erbjuds enligt lag till medborgarna i samtliga Sveriges kommuner. Under 2015 rapporterades 36 000 genomförda stödsamtal till par och familjer, varav 50 % syftade till att lösa problem i parrelationen. De sökande är vanligen mellan 30-49 år gamla. Antalet personer som besökt familjerådgivningen per 1000 invånare har ökat från 8 personer 2004 till 10 personer 2015 (Socialstyrelsen 2015).

#### **Beskrivning av traditionell behandling (treatment as usual, TAU)**

På familjerådgivningen där den aktuella studien genomfördes är fokus i parterapi starkt influerat av EFT. Studien bygger på terapeutens samlade erfarenheter. Behandlingsinnehållet kan variera under terapiprocessens gång (7-12 sessioner) med stödjande, klagörande och känslomässigt bearbetande samtal.

Behandlingen inleds med att paret fyller i ett skattningsformulär (QDR/TA Göteborg, Sweden 2009, beskrivs närmare under rubriken datainsamling). Utifrån skattningsformuläret får behandlaren viktiga hypoteser om vad som behöver förändras. Man börjar med att tillsammans med paret undersöka deras individuella anknäytningmönster

(Bowlby 1994). Inom TAU genomförs nio olika steg i behandlingsprocessen som inte nödvändigtvis går i ordning. De första stegen handlar om att få syn på vilket anknytningsmönster var och en har. Ett anknytningsmönster kan vara när den ene i paret har ett pådrivande sätt och den andre är undandragande.

De första stegen i terapiprocessen blir att tydliggöra mönstret och att avlasta eventuell skuld hos var och en. Det gäller att genom empatiska omformuleringar spegla var och en och skapa en trygg bas där de kan börja anknyta till terapeuten för att sedan utveckla samspelet. Ytterligare använda interventioner i TAU är "enactment"-iscensättning i rummet där man kan uttrycka sig känslomässigt till varandra här och nu. Detta är en kraftfull intervention som skapar hopp och inger trygghet och säkerhet i relationen. Detta stärker paret känslomässiga band. Denna intervention sker oftast i slutfasen i behandlingsprocessen men man använder den även tidigt i processen. I slutfasen av terapiprocessen har kvalitén i kontakten skiftat till mer trygghet, närhet och tillit. Partners uttrycker vad de behöver i relationen. Andra beteenden som också förändras är förmågan att lösa problem och den sexuella kontakten i parförhållandet både ökar i intensitet och kvalitet (Johnsson 2004).

Det finns omfattande forskning inom TAU som visar på goda behandlingsresultat som t ex en meta-analys (Johnsson et al. 1999) där man sammanställt behandlingsresultatet från fyra av de mest rigorösa studierna.

### **Beskrivning av terapiprocessen enligt transaktionsanalys (TA)**

TA är en kontraktsterapi vilket innebär en ömsesidig överenskommelse om att uppnå specifika mål med behandlingen (Johnsson 2011). Inledningsvis ifylls ett skattningsformulär som ger en nulägesbeskrivning av individens upplevda livssituation (QDR Ahlborg, Göteborg, Sweden 2009).

Behandlingen påbörjas genom att paret var för sig får beskriva vad man vill uppnå för förändring för egen del och vad man som par önskar för förändring. Därefter genomförs en s.k. Skriptintervju bestående av 43 frågor som var och en av klienterna svarar på. Den ene i paret blir intervjuad av terapeuten och den andre lyssnar och vice versa. Både terapeut och den andre i paret skapar en gemensam förståelse kring personens tidigare liv. Skriptintervjun består av minnen, händelser samt en nulägesbeskrivning och en föreställning om personens framtida liv (Ohlsson, Björk & Johnsson 1992). Denna del av behandlingsprocessen sker från samtalstillfälle 1-4.

Från samtalstillfälle 5-6 studeras paret gemensamma "fastlåsnings" s.k. Interlocking racket system (Holtby 1979). Paret får beskriva vad som händer när de kommunicerar och den gemensamma låsningen tydliggörs. Därefter tydliggörs samspelets mönster visuellt av terapeuten (via blädderblock) för var och en utifrån var och ens livshistoria och hur det kommer till uttryck i parförhållandet.

En av TA teorins viktigaste byggstenar är jagtillstånden som är uppdelade i tre olika kategorier: Förälder, Vuxen och Barn. Dessa begrepp definieras som "ett sammansatt system av tanke och känsla manifesterad med ett vidhängande beteendemönster" (Berne 1972, s. 11).

Resterande samtalstillfälle 7-12 syftar till att skapa en ökad medvetenhet i parförhållandet. Paret kan tillsammans med terapeuten bryta och utforska nya mönster som är mer ändamålsenliga för den känslomässiga kontakten. Genom olika interventioner får var och en i paret kontakt med tidigare "gömda känslor" som inte blivit uttryckta eller behov som inte blivit tillfredsställda under barndom och uppväxt (Widdowson 2016).

Huvudförfattaren har i den här studien speciellt undersökt två teorier inom TA. Dels Skriptintervjun samt Interlocking Racket System. Övriga begrepp finns med som en integrerad del i behandlingen. I den här studien används speciellt "tillåtelse transaktioner", dvs att terapeuten ger klienten budskap som aktivt motsäger förbud mot att t.ex. visa känslor. Terapeuten kan då säga det är OK för klienten att känna det han/hon känner och ge bekräftande uppmärksamhet (Crossman 1966).

### **Transaktionsanalys, som något nytt inom familjerådgivningen.**

Transaktionsanalys är "en personlighetsteori, en teori om socialt beteende och en systematisk psykoterapimetod" (ITAA hemsida 2011). Personlighetsteorin förklarar hur vi fungerar internt såväl som i relation till andra. Tyngdpunkten i teorin ligger i analysen av "transaktioner". Med en transaktion avses ett utbyte mellan två personer där båda får någon form av uppmärksamhet.

Ett centralt tema i TA-teorin är att människor utvecklas i samspel med andra människor och att transaktionerna med andra är väsentliga för måendet. En annan del av TA:s individualpsykologi handlar om den psykiska strukturen hos en individ och består av jagtillstånd (Björk, Johnsson & Ohlsson 1992).

Begreppet "Interlocking racket system" (Holtby 1979) kan översättas med paret gemensamma fastlåsningsmönster. Detta mönster är sammansatt av 3 olika delar. Den första hanterar individens **grundläggande övertygelser** om sig själv andra och värden. Den andra delen består av **favoritkänsloutspelen/beteenden**. Favoritkänsloutspelen består av en inre känsla som inte uttrycks och en yttre som uttrycks som visar sig med ett vidhängande beteendemönster. Det kan komma till uttryck som vrede, sorg, och besvikelse etc. Den tredje delen i mönstret består av **förstärkande erfarenheter**. De är upplevda erfarenheter från det förflutna både från nuvarande relation och tidigare relationer som förstärker individens

grundläggande övertygelser. Ett exempel kan vara ”*min röst spelar ingen roll*” eller ”*man får stå ut till man nästan stupar*” Enligt Holtby (1979) fungerar den enes favoritkänsloutspel dvs. beteende som förstärkande erfarenheter hos den andre. Skriptantagandena grundläggs från tidiga upplevelser innan förhållandet påbörjades.

### **Psykoterapiforskning**

Enligt Armelius (2002) har man i metaanalyser studerat psykoterapiforsknings resultat och funnit att alla väl utförda terapeutiska metoder ger ungefär samma resultat (Andersson & Lambert 1995; Bergin & Garfield 1994; Lambert & Ogles 2004; Leichsenring 2003; Lipsey & Wilson 1993; Smith, Glass & Miller 1980; Wampold 2001). Alliansen mellan terapeut och patient är den faktor som betraktas som en av de allra viktigaste faktorerna för utfall (Philips & Holmqvist 2008). Enligt Bordin (1979) är det två aspekter som definierar begreppet allians, dels överenskommelse mellan terapeut och klient om målsättningen och dels uppgiften med terapin.

### **Olika forskningsresultat inom par psykoterapi och familjerådgivning.**

En klinisk studie undersökte samband mellan allians och utfall av 250 par som sökt familjerådgivning i Norge (Anker, Duncan, Owen & Sparks 2010). Man fann att första sessionens allians inte hade samband med utfallet, men däremot sista sessionens allians predicerade bra utfall. Terapeutisk allians var en faktor som undersökts mest efter metod forskning och betraktas som den mest verksamma för utfall (Philips & Holmqvist, 2008). Duarte (2003) undersökte i sin avhandling effekt av familjerådgivning ur ett sociologiskt perspektiv och Lundblads avhandling hade sitt fokus ur ett folkhälsoperspektiv (2005). Lundblads studie omfattade 312 par på sex olika familjerådgivningsbyråer där relationsvariabler, familjevariabler och individuella variabler användes i självskattningsformulär före och efter behandlingen samt två år efter avslutad behandling. I Lundblads studie (2005) visade resultaten att både män och kvinnor skattade stora eller medelstora positiva förändringar i samtliga variabler som undersökts. Initialt skattade kvinnorna allvarligare problem än männen. Behandlingsinsatsen var fem samtal i genomsnitt.

### **Transaktionsanalys, TA och forskning**

En svensk avhandling (Ohlsson 2010) fann 50 studier inom olika TA-områden där TA hade testats och visade positiva resultat. Det rörde delade meningar om dessa var evidensbaserade (Johnsson 2011). Elbing (2007) kom fram till att det var möjligt att genomföra lyckade RCT studier inom TA, men att det inte fanns tillräckligt många genomförda studier av god vetenskaplig kvalitet. Khalil (2007) menade att TA mest var effektivt som grupperapi. Khalil undersökte 34 studier och fann att 19 av dessa var evidensbaserade.

Inom svensk familjerådgivning saknas fortfarande forskning eller utvärdering av behandling, inspirerad av Transaktionsanalytisk teori och metod. Det finns dock ett antal avhandlingar och vetenskapliga artiklar inom olika områden inom Transaktionsanalytisk psykoterapi. Johnsson (2011) avhandlade tre metoder som beskrev en transaktionsanalytisk grupperapi bestående av: 1 - Diagnos/klientbedömning, 2 – Psykoterapimetoden och 3 - Terapeutiska alliansen. Widdowsons (2016) avhandling handlade om depression och den resulterade i en bok som används som manual för Transaktionsanalytisk psykoterapibehandling. TA har visat sig vara effektivt för behandlingen av posttraumatisk stress störning (Harford & Widdowson 2014) och för människor med långtidsjuka hälsotillstånd (McLeod 2013).

### **Syftet med studien**

**Syfte:** Syftet med denna jämförande studie var dels att genomföra en utvärdering av verksamheten, dels att undersöka klienternas skattningar av traditionell parterapi (TAU) med skattningar av Transaktionsanalytisk parterapi (TA).

### **Frågeställningar**

Vilken betydelse hade skriptintervjun för deltagarnas upplevelse av behandlingen med TA?

Vilken betydelse hade deltagarnas förståelse av Interlocking Racket System för behandlingsresultatet med TA?

Vilken kunskap kunde TA modellen tillföra familjerådgivningen? Gick det att formulera vilka klienter som hade bäst nytta av modellen?

Uppvisade klienterna som fick TA parterapi förbättrade resultat efter behandlingens avslut utifrån hur de skall skattade känslan av samhörighet och grad av enighet.

Uppvisade klienterna som fick (TAU) förbättrade resultat efter behandlingens avslut utifrån hur de skattade känslan av samhörighet och grad av enighet?

### **Metod**

#### **Deltagare**

Studien genomfördes 2016-17 och omfattade 40 klienter. Dessa bestod av 10 par som fick EFT-inspirerad par terapi samt 10 par som fick TA terapi med inslag av Interlocking racket

system och Skriptintervju. Båda grupperna deltog 7-12 gånger i samtalsterapin. Deltagarna som var i åldern 22-53 år, var förvärvsarbetsande eller studerade. Studiegruppen som fick TA bestod av 4 par som var gifta och 5 par som var sammanboende och 1 par som var särbo. Parrelationens längd varierade från 2 år upp till 28 år. Jämförelsegruppen och studiegruppen som också fick inslag av TA i behandlingen skilde sig inte nämnvärt åt från varandra vad gäller åldrar, relationens längd eller sysselsättning. De presenterade likartade problem vid söktillfället, det vanligaste problemet var svårigheten att kommunicera.

Ett strategiskt urval genomfördes vilket innebar att vartannat par blev erbjudna TA-behandling och vartannat par blev erbjudna TAU. Deltagarna hade via intake förfarandet (telefonid en gång i veckan) till familjerådgivningen blivit informerade om studien av behandlaren. Båda grupperna hade skriftligen samtyckt till sitt deltagande. I samtycket beskrevs behandlingsuppläget och att deltagarna omfattades av sekretess i rapporten.

### **Datansamling**

Inledningsvis tillfrågades samtliga par som sökt till familjerådgivningens terapeut (Socionom, Certifierad transaktionsanalytiker (CTA) och europeisk certifierad psykoterapeut (ECP) under den avgränsade utvärderingstiden. När paret tackat ja till deltagande och därefter fyllt i samtyckesformuläret, slumpades man till TAU eller TA. Paret deltar mellan 7-12 gånger. Båda grupperna fick presenterat behandlingsuppläget vid första tillfället och vad de olika delarna består av. Samtliga deltagare i studien, dvs båda grupperna fyllde i självskattningsformulär som mäter kvalitén av den dyadiska relationen (QDR/Ahlborg/Göteborg, Sweden 2009). Formuläret är en vidareutveckling av Dyadic Adjustment Scale (DAS). QDR är testat på 820 förstagångsföräldrar som efter 6 månaders barnafödande fyllde i formuläret. Skattningsformuläret är testat med Cronbach's alpha samt med faktoranalys. Formuläret fylls återigen i efter avslutad kontakt. Formuläret beskriver relationsklimatet utifrån fem olika dimensioner (Ahlborg 2004), 1 – Förmåga att komma överens, 2 – Tillfredsställelse (inkl. kommunikation), 3 – Samhörighet, 4 – Sensualitet och 5 – Sexualitet.

Gruppen som fick (TA) fyllde vid sista behandlingstillfället i självskattningsformulär avseende frågeformulär kring parets gemensamma fastläsning (Interlocking Racket System, Holtby 1979) och frågeformulär avseende skriptintervju.

### **Metodologiska hänsyn**

För att inte riskera att "favorisera" *studiegruppen till förmån för jämförelsegruppen* har ingen inläsning av TA litteratur skett under studiens genomförande. "Allegiance" kan i detta sammanhang översättas med att en systematisk favorisering sker för en metod till förmån för en annan metod (Luborsky et. al.1999). För att hantera eventuell bias har ingen TA-handledning erhållits. Däremot har kontinuerlig EFT-handledning erhållits under studiens genomförande EFT-handledning bedrivs stadigvarande på mottagningen för familjerådgivare där huvudförfattaren deltagit tillsammans med övriga rådgivare. Huvudförfattaren har försökt omsätta EFT-handledningen till allmän kunskap som kommer båda deltagargrupperna till del. Huvudförfattaren har inte genomfört någon komplett TA-behandling efter avlagd certifiering 1992 till transaktionsanalytiker. EFT och andra metoder samt psykodynamiska teorier har varit tongivande i huvudförfattarens förståelse till studiegruppen. TA har funnits med som en del av den samlade erfarenheten som erhållits under tiden som behandlare.

### **Statistik**

Beräkningar och databearbetning utfördes med SPSS (Statistical Package for the Social Sciences) version 23.0. För att göra jämförelser mellan två tidpunkter/mättillfällen användes det icke-parametriska testet Wilcoxon signed Rank-Test med en 5% signifikansnivå. För jämförelser mellan grupperna vid samma mättillfälle användes Mann Whitney U-test med samma signifikansnivå.

### **Resultat**

Av de 20 personer som fick frågeformulär på TA-modellens betydelse avseende parets gemensamma fastläsning (Interlocking racket system, Holtby 1979) och skriptintervju (Ohlsson, Björk & Johnsson 1992) så var det 19 personer som svarade (10 kvinnor och 9 män).

Sammanfattning av svaren från tabell (1) visade att kvinnorna i högre grad än männen tyckte att modellen var begriplig. Det var 40 % av kvinnorna som svarade mycket tydlig och 11 % av männen. Både män och kvinnor tyckte att betydelsen av blädderblock för förtydligande av modellen var positivt samt att samspelet har förändrats med hjälp av modellen i hög grad.

Formuläret innehöll också öppna frågor kring en eventuell ökad förståelse för relationen samt modellens styrka respektive svaghet och om deltagarna i studien upplevde förändringar i samspelet kopplat till förståelsen av modellen. Här följer några citat. "*Förstår bättre hur N fungerar och varför han biter ihop istället för att prata*". "*Hon klagar på att jag inte snickrar jag känner mig som en värdelös man*". "*Det blev tydligt vad jag har med mig för känslor och saknat som liten och hur jag försöker kompensera det nu och detsamma för P och vari olikheterna ligger som bidrar till ökade missförstånd i kommunikationen idag*".

Vad gäller modellens styrka så framhölls tydligheten med modellen och att den

visualiserades med hjälp av blädderblock. ”Den fokuserar både på mig och min partner vilket gör det lättare att identifiera gemensamma problemområden” Kunde reflektera tillbaks på föregående vad som skrevs på papper” Det negativa med modellen beskrevs som att ”förklarar beteendet men ger inga verktyg till en lösning”.

Vad gäller exempel på förändringar beskriver de svarande ”Vi kommunicerar bättre, jag förstår min partner bättre”, ”Tydlig med vad jag behöver och vill och kommunikation”, ”Jag försöker gå fram lugnare i mitt bemötande i pressade situationer”, ”Hur vi pratar och löser konflikter innan de uppstår” och ”Behov av att vara öppen, tydlig och inte dra mig undan när vi är oense”.

**Tabell 1.** Resultat kring gemensam fastlåsning.

1. Vilken betydelse har modellen för din förståelse av din relation till din partner?

Mycket hög	hög	varken eller	liten	obetydlig	Ej svar
9	9	0	1	0	1

2. Hur begriplig är modellen?

Mycket tydlig	Tydlig	varken eller	Ganska otydlig	Otydlig	Ej svar
5	12	1	1	0	1

3. Vilken betydelse hade det för dig att vi använde blädderblock när vi förtydligade nedtecknandet av modellen?

Stor	Liten	varken eller	Ringa	Ingen	Ej svar
17	1	1	0	0	1

4. I hur hög grad har din förståelse av modellen bidragit till en förändring i ditt samspel med din partner?

Mycket hög	hög	varken eller	Ganska obetydligt	Ingen	Ej svar
5	11	2	1	0	1

I sammanfattningen av svaren (se tabell 2) framkom att kvinnorna skattade betydelsen av att samarbeta, dvs fylla i intervjun tillsammans med sin partner(5st) som mycket stor och att förståelsen av modellen med hjälp av skriptintervjun(4st) också var mycket stor.

Vad gäller beskrivningar av vilken betydelse skriptintervjun hade beskrev flera av de deltagande paren följande: ”Att svara på konkreta frågor om vår situation gjorde mig mer medveten om vad jag vill, saknar och behöver”, ”Tydliga kopplingar till varandras upplevelser under barndomstiden” och ”Att få ge uttryck och berätta mer om mig i en trygg miljö att få större förståelse för A”.

Flera par i studien beskrev vad de upplevde som värdefullt: ”Att förstå, bli lyssnad på bli förstådd och få verktyg att lösa problem med min partner” och ”Att se hur gamla vanor/händelser påverkar mitt beteende idag”.

**Tabell 2.** Resultat kring skriptintervju.

1. I vilken grad har skriptintervjun bidragit till din förståelse av din livssituation?

Mycket hög	hög	varken eller	liten	Ingen	Ej svar
5	10	2	2	0	1

2. Vilken betydelse hade det att intervjun gjordes tillsammans med din partner?

Mycket stor	stor	varken eller	liten	Ingen	Ej svar
7	10	1	1	0	1

3. Vilken betydelse har skriptintervjun för förståelsen av modellen interlocking racket system?

Mycket stor	stor	varken eller	liten	Ingen	Ej svar
5	8	4	1	0	2

**Tabell 3.** Wilcoxon-test för totalgruppen mätning 1 jämfört med mätning 2 (n=40)

	Mätning 1		Mätning 2		
QDR index	M	SD	M	SD	Sig
Enighet	4.37	.496	4.89	.448	.000
Samhörighet	3.58	.713	4.26	.848	.000
Tillfredsställelse	3.82	.620	4.43	.707	.000
Sensualitet	3.79	.958	4.41	1.01	.001
Sexualitet	3.27	.742	3.74	.678	.000

Ett Wilcoxon-test utfördes för att utröna om det fanns skillnader mellan ingångsvärdena vid starten av behandlingen jämfört med vid avslutad behandling. Resultat visade att hela gruppen, dvs både studiegruppen och jämförelsegrupp, hade högre värden på alla fem QDR-index vid avslutad behandling.

**Tabell 4.** Wilcoxon-test för studiegruppen (TA) mätning 1 jämfört med mätning 2 (n=20)

	Mätning 1		Mätning 2		
QDR index	M	SD	M	SD	Sig
Enighet	4.46	.357	4.94	.509	.004
Samhörighet	3.82	.693	4.19	.794	.030
Tillfredsställelse	4.04	.494	4.36	.731	.064
Sensualitet	4.07	.854	4.39	1.15	.170
Sexualitet	3.48	.700	3.87	.738	.052

Vidare genomfördes samma beräkning för enbart studiegruppen. Studiegruppen hade högre värden på QDR-indexen Enighet och Samhörighet vid avslutad behandling. Störst förbättring fanns för Enighet. En tendens till förbättring fanns också för index Sexualitet.

**Tabell 5.** Wilcoxon-test för jämförelsegruppen (TAU) mätning 1 jämfört med mätning 2 (n=20)

	Mätning 1		Mätning 2		
QDR index	M	SD	M	SD	Sig
Enighet	4.19	.552	4.85	.453	.000
Samhörighet	3.34	.660	4.33	.914	.000
Tillfredsställelse	3.59	.660	4.49	.694	.000
Sensualitet	3.51	.994	4.43	.876	.001
Sexualitet	3.05	.737	3.61	.603	.002

Vid avslutad behandling uppvisade jämförelsegruppen förbättring inom alla fem kategorier. Störst förbättring fanns för kategorierna Samhörighet, Sensualitet och Tillfredsställelse.

## Diskussion

Denna uppföljningsstudie visade att klienterna på familjerådgivningen var förbättrade vid avslutad behandling. De resultat som framkom visade att mellan 65 % och 83 % av totalpopulationen hade förbättrade skattningar vid mättillfälle två avseende de fem kategorierna som studerats, **enighet, samhörighet, tillfredsställelse, sensualitet och sexualitet**. Den terapeutiska inriktning man valt, en anknytningsbaserad behandlingsmodell, tycks passa den klientgrupp som sökt parterapi under den tid då uppföljningen genomfördes.

De par som ingick i gruppen som fick traditionell behandling (jämförelsegruppen) skattade överlag högre på samtliga frågor. Resultatet indikerar på vikten av att tidigt i behandlingen fokusera på var och ens anknytningsmönster. Den känslomässiga läsningen bearbetades på ett tidigt stadium i processen där fokus var på här och nu. Paren skapade ett nytt tryggt känslomässigt band. De fick genom en trygg inramning möjlighet att uppleva ett nytt tryggt anknytningsätt. Denna grupp fick stöd i att endast fokusera på ”här och nu” vilket kan upplevas som befriande och som ytterligare kan förklara att denna grupp skattade högre värden. En begränsning med TAU behandlingen var att en djupare förståelse över var och ens uppväxtvillkor blev begränsad.

Studiegruppen fick dessutom i behandlingen ta del av den andres livshistoria, vilket kan öka förståelse för den andre och därmed stärka banden på längre sikt. En svårighet med studiegruppens design blev en frustration över längden av behandlingstiden som var maximerad till 12 gånger. En fördjupning av behandlingsresultatet hade varit önskvärt. I studiegruppen fick 30 % av paren inledande samtal innan första skattningstillfället (innan studiens start) vilket kan förklara att gruppen hade signifikant högre värden vid första mättillfället i jämförelse med TAU gruppen.

Då terapeuten inte erhållit någon TA-handledning under studiens genomförande kan detta också bidra till lägre värden vid skattningstillfälle två. Enligt Khalil var TA mest effektiv som grupperapi vilket kan vara ytterligare en förklaring till att TAU hade högre värden i skattningarna.

### Förslag till framtida forskning

Förslag på fortsatt forskning inom området är att undersöka hur ett framtida utfall blir om man integrerar båda modellerna i en gemensam arbetsmodell. TA har sin styrka i det intrapsykiska perspektivet och beskrivningar hur läsningar blockerar samspelet. TAU:s styrka ligger i den känslomässiga anknytningen här och nu. Designen skulle kunna vara 15 samtal för att nå en genomarbetning både av den intrapsykiska och den interpersonella nivån.

Fran Parkin (2014) beskriver en teori om ett empatiskt engagemang med fokus på otillfredsställda anknytningsbehov där teorierna kompletterar varandra. Förhoppningsvis kan paren då också beskriva en ökad tillfredsställelse vad gäller sexualitet och sensualitet.

Denna studie visade något lägre skattningar med avseende på sexualitet och sensualitet, kanske beroende på att behandlaren inte utforskar dessa områden om inte paren själva väljer att ta upp dessa frågor. Dessa områden är av stor betydelse för parets välbefinnande enligt (Hansson & Ahlberg 2012) som har beskrivits i en longitudinell studie.

## Referenser

- Ahlborg, T. (2004). *Experienced quality of the intimate relationship in first-time parents*. (Doktorsavhandling, Nordic School of Public Health).
- Ahlborg, T., Lilleengen, A.-M., Lönnfjord, V., & Petersen, C. (2009). A.M. Quality of dyadic relationship in Swedish men and women living in long-term relationships and in couples of family counselling Introduction of a new self-report measure, QDR. *Nordic Psychology*, 61(3), 23-46.
- Andersson, E.M., & Lambert, M.J. (1995). *Short-term dynamically oriented psychotherapy: A review and meta-analysis*. *Clinical Psychology Review*, 15, 503-514.
- Anker, M.G., Duncan, B.L., Owen, J., & Sparks, J.A. (2010). The Alliance in Couple Therapy: Partner Influence, Early Change, and alliance Patterns in a Naturalistic Sample. *Journal of Consulting and Clinical Psychology: 2010, Vol. 78, No. 5, 635-645*.
- Armeliuss, B.-Å. (2002). Diskussion om evidensbaserad socialtjänst-en-deja-vu upplevelse. *Social-vetenskaplig tidskrift nr 2-3*.
- Bergin, A. E., & Garfield, S.L. (Eds). (1994). *Handbook of Psychotherapy and Behaviour Change* (4th e. d.). New York: John Wiley & Sons.
- Berne, E. (1972). *What Do You Say After You Say Hello?* New York: Grove Press
- Bordin, E.S. (1979). The generalizability of the psychoanalytic concept of the working alliance. *Psychotherapy: Theory, Research and Practice*, 16, 252-260.
- Bowlby, J. (1994). *En trygg bas*. Stockholm: Natur och Kultur.
- Crossman, P. (1966). Permission and Protection. *Transactional Analysis Bulletin 5 (19)*, 152-154.
- Duarte, M.Z. (2003) *Vi kanske kommer igen om det låser sig, kvinnors och mäns möte med familjerådgivning*. Doktorsavhandling. Lund: Sociologiska Institutionen.
- Elbing, U. (2007). A search for transactional analysis studies according to Evidence Based Medicine (EBM) criteria, *EATA Newsletter 90(oct)*.
- Gottman, J.M., & Levensson, R.W. (1999) "What predicts change in marital interaction over time "A study of alternative models" *Family press Journal* 38.2 (1999):143-58. Print.
- Gottman, J.M., & Levensson, R.W. (2002). "A Two-Factor Model for predicting. When a Couple Will Divorce": Exploratory Analysis Using 14-Year Longitudinal Data *Family Process journal* 41.1(2002):83-96. Print.
- Greenberg, L., & Johnson, S.M. (1988). *Emotionally Focused Therapy for Couples*. New York: Guilford Press.
- Hansson, M., & Ahlborg, T. (2012). Quality of the intimate and sexual relationship in first time parents. *Sexual and reproductive Healthcare* 3 (2012) 21-29.
- Hartford, D., & Widdowson, M. (2014). Quantitative and qualitative outcomes of transactional analysis psychotherapy with male armed forces veterans in the UK presenting with post-traumatic stress disorder. *International Journal of Transactional Analysis Research*, 5(2): 35-65.
- Holtby, M.-E. (1979) .Interlocking Racket System. *Transactional Analysis Journal* 9(2), 131-135.
- International Transactional Analysis Association (2011). *Training and exam Handbook section 7*, Retrieved August 15, 2011, from <http://www.ita-net.org>.
- Johnsson, R. (2011). *Transactional analysis psychotherapy Three Methods Describing a Transactional analysis group therapy*. Doktorsavhandling. Lund universitet: Printus, Malmö.
- Johnsson, S.M. (2004). *The practice of emotionally focused couple therapy: creating connection – 2nd ed*. New York: Brunner-Routledge.
- Johnsson, S., Hunsley, J., Greenberg, L., & Schindler, D. (1999). Emotionally Focused Couples Therapy: Status & challenges (A meta-analysis). *Journal of clinical Psychology: Science and Practice*, 6(1), 67-79.
- Khalil, E., Callaghan, P., & James, N. (2007). *Transactional analysis: A scoping exercise for evidence of outcome*. Report prepared for the Berne Institute. The University of Nottingham, School of Nursing.
- Lambert, M.J., & Ogles, B.M. (2004). The efficacy and effectiveness of psychotherapy. *I: Lambert, M.J. (Ed.) Bergin and Garfield`s handbook of psychotherapy and behaviour change. 5th Ed. New York, Wiley, p. 139-93*.
- Leichsenring, F. (2003). *The effectiveness of psychodynamic psychotherapy and cognitive behaviour therapy in treatment of personality disorders: a metaanalysis*. *American Journal of Psychiatry* 160, 1223-1232.
- Lipsey, M.W., & Wilson, D. B. (1993). The efficacy of psychological, educational and behavioural treatment: Confirmation from meta-analysis. *American Psychologist*, 48, 1181-1209.
- Luborsky, L., Diguier, L., Seligman, D. A., Rosenthal, R., Johnson, S., Halperin, G., Bishop, M., & Schweizer, E. (1999). The researchers own therapeutic allegiances – A "wild card" in comparisons of treatment efficacy. *Clinical Psychology: Science and Practice*, 6132.
- Psychotherapy part 1), *psykologitidningen nr 6*, 19-22.
- Lundblad, A.-M. (2005). *Kärlek och hälsa Par-behandling i ett folkhälsoperspektiv*. (Doktorsavhandling, Nordiska högskolan för folkvetenskap, Göteborg).

- McLeod, J. (2013). Process and outcome in Pluralistic Transactional Analysis counselling for long-term health conditions: a case series. *Counselling and Psychotherapy Research*, 13(1):32-43.
- Ohlsson, T. (2010) Scientific evidence base for transactional analysis in the year 2010. Annex 2 – the Psychotherapy List: References to research on Transactional Analysis psychotherapy effects. 1963-2010. *International journal of Transactional Analysis Research* 1(1), 24-29.
- Ohlsson, T., Björk, A., & Johnsson, R. (1992). *Transaktionsanalytisk psykoterapi – TA i teori och praktik*. Lund: Studentlitteratur.
- Oscarsson, L. (2009). *Evidensbaserad praktik inom socialtjänst*. Örebro: SKL Kommentus
- Parkin, F. (2014). Breaking the Circuit: The power of Empathy and Understanding Interlocking Racket Systems in Deepening Work With Couples. *Transactional Analysis Journal* 2014, vol. 44(3) 208-217.
- Philips, B., & Holmqvist, R. (2008). *Vad är verksamt i psykoterapi*. Stockholm: Liber AB.
- Smith, M.L., Glass, G.V., & Miller, T.I. (1980). *The Benefits of Psychotherapy*. Baltimore: The John Hopkins University Press.
- Socialstyrelsen (2016). Statistik om Kommunal familjerådgivning 2015. Sveriges officiella statistik.
- Socionomen (2015). Parterapians utveckling Pia Litzell Berg (2015:4).
- Wampold, B.E. (2001) *The Great Psychotherapy Debate: Models, Methods, and Finding*. New Jersey: Lawrence Erlbaum Associates
- Widdowson, M. (2016). *Transactional Analysis for Depression*. London & New York: Routledge.