

## Analys av lösningsfokuserade samtal och kbt-terapeuters samtal



JANET BAVELAS, professor i psykologi på University of Victoria, presenterade tillsammans med sitt team resultatet av tre studier där de genom mikroanalys undersökt skillnader mellan lösningsfokuserad terapi och kbt.

**Den första helgen i september samlades i Malmö omkring 300 deltagare från hela världen på European Brief Therapy Associations årliga konferens. Både forskning och tillämpning inom lösningsfokuserad psykoterapi presenterades.**

Skåne påstås vara en av världens mest tätbefolkade platser när det gäller utövare av lösningsfokuserad metod, och passande nog arrangerades konferensen i år på Hilton i Malmö. Svenskarna utgjorde trots detta en minoritet. Deltagarna representerade ett brett spektrum av yrkesfält med psykologer, psykoterapeuter, socialarbetare, konsulter, pedagoger och forskare.

Utöver tre större paneldiskussioner erbjöd konferensen sina deltagare mer än 50 föreläsningar och workshops. Dessa berörde både den lösningsfokuserade metodens praktiska tillämpning inom en mängd områden och ett antal mer teoretiska presentationer av forskningsresultat. Några av föreläsarna visade på hur den lösningsfokuserade metoden skulle kunna införliva fler begrepp och tankar ur andra teoribildningar, andra hade som ambition att fördjupa och tydliggöra specifika aspekter av det lösningsfokuserade samtalet.

EN PANELDISKUSSION behandlade forskningsläget inom lösningsfokuserad terapi. Diskussionen hölls på en generell nivå och inleddes med en genomgång av läget inom psykoterapiforskningen i allmänhet. Här betonades vikten av att forskningen på den lösningsfokuserade terapin måste vara lyhörda för de rådande vetenskapsidealerna, samtidigt som intresset för språket och den socialkonstruktivistiska utgångspunkten måste få plats i forskningen.

Wallace J Gingerich, professor i socialt arbete vid Case Western Reserve University i Ohio, följde upp paneldiskussionen med en presentation av data från sin pågående metaanalys av studier kring lösningsfokuserad terapi. Även om många studier gav stöd för metodens effektivitet inom det kliniska området så efteryste Gingerich fler stora och väldesignade studier av god kvalitet.

JANET BAVELAS, professor i psykologi på University of Victoria, presenterade tillsammans med sitt team resultatet av tre studier där de genom mikroanalys undersökt skillnader mellan lösningsfokuserad terapi och kbt. Analyserna var utförda på videoinspelningar av samtal där experter inom sina respektive fält demonstrerade sin metod. I de lösningsfokuserade samtalen bevarade terapeuterna mer av klientens språk och gjorde färre tolkningar än i kbt-terapeuternas samtal. Samtidigt introducerade de lösningsfokuserade terapeuterna mer positivt innehåll i samtalen, något som överensstämmer med metoden. I kbt-samtalen var skillnaderna mellan de olika terapeuterna i studien signifikant större än mellan de lösningsfokuserade terapeuterna.

Föreläsningen ledde till många frågor från publiken och forskarlaget utstrålade entusiasm inför fortsatta studier kring olika aspekter av det terapeutiska samtalet.

Årets EBTA-konferens arrangerades med stöd och deltagare från amerikanska Solution Focused Brief Therapy Association. I och med detta avslutades konferensen med en paneldiskussion mellan grundarna av SFBTA med reflektioner kring vad som hänt med den lösningsfokuserade metoden under dess relativt korta livstid. Efter att ha delat med sig av anekdoter från de tidiga åren poängterade paneldeltagarna att det alltid varit centralt under denna period att försöka skapa en metod som skulle leda till tidsmässigt så effektiva förändringssamtal som möjligt. Att man som terapeut skulle sträva efter att göra det som gjorde skillnad, och ingenting annat.

RAULI SULANKO  
Psykologkandidat och frilansskribent  
Publicerad i oktober 2010

[Länk till EBTA](#)