

# FUNKSJONELL FAMILIETERAPI

FAKTA // SEPTEMBER // 2007

Funksjonell familieterapi (FFT) er et behandlingstilbud for familier hvor en ungdom (12-18 år) viser alvorlige atferdsvansker eller er i risiko for å utvikle dette. Det kan dreie seg om et høyt konfliktnivå i hjemmet, problemer i forhold til skolen, uheldig innflytelse fra venner og/eller rus. Evalueringsforskning har vist at FFT-behandling gir god hjelp til familier og ungdom med atferdsvansker, samt virker forebyggende i forhold til problemutvikling hos yngre søsken. Behandlingsmetoden benyttes i Sverige, Nederland og USA, og de første FFT-teamene i Norge starter opp høsten 2007.

## Metoden

I Funksjonell familieterapi ses ungdommens atferd i sammenheng med hvordan alle i familien gjensidig påvirker hverandre. Behandlingen er inndelt i tre faser med spesifikke mål og intervensjoner.

Første fase i behandlingen heter *Motivasjons- og involveringsfasen* og fokuserer på å få alle i familien involvert i og motivert for behandlingen. Terapeuten skal etablere god kontakt med alle i familien, bidra til at det blir færre beskyldninger og mindre negativitet i samtaler, skape en felles problemforståelse mellom familiemedlemmene og vekke håp om at familiens problemer er mulige å løse. Samtidig gjør terapeuten gjennom samtaler en kartlegging av risikofaktorer og beskyttelsesfaktorer.

Andre fase, *Atferdsendingsfasen*, retter fokus mot endring av de samhandlingsmønstrene som skaper problemer for familien. Terapeuten utformer en individuelt tilpasset endringsplan og gjennomfører denne med bruk av teknikker og øvelser som styrker familiens ferdigheter i bl.a. kommunikasjon, konflikthåndtering og problemløsning.

Tredje fase, *Generaliseringsfasen*, fokuserer på å generalisere de endringene familien har oppnådd til andre områder og kommende problemsituasjoner. Terapeuten skal hjelpe familien til å kunne løse fremtidige problemer på egenhånd. Dessuten skal det i denne fasen arbeides med at familien skal kunne benytte seg av relevant hjelp og støtte i nærmiljø og eget nettverk.

## Behandlingsforløp

I FFT møter terapeuten hele familien på kontoret eller hjemme hos familien, på tidspunkter som passer for familien. FFT-terapeuten skal sammen med familien ha samtaler som bidrar til å bedre måten familiemedlemmene kommer overens på. I denne behandlingsmetoden er det nødvendig at både ungdommen og foreldrene møter til samtaler. Arbeidet er ofte intensivt i oppstarten og kan da dreie seg om flere møter i uken. Behandlingen varer fra tre til seks måneder, men avsluttes tidligere hvis situasjonen har bedret seg slik at familien klarer seg videre på egenhånd.

## Kvalitetssikring

FFT har omfattende kvalitetssikringsrutiner som skal sikre at behandlingen gis på den måten som den har vist seg effektiv. FFT- terapeutene får grundig opplæring i metoden og deltar i ukentlig veiledning. I tillegg benytter terapeutene seg av skjemaer for å sikre systematikk i sitt arbeid og innhenter jevnlig tilbakemeldinger fra familien om hvordan de opplever terapien. Erfaringer viser at dette sikrer en god utvikling av terapeutenes ferdigheter i anvendelsen av metoden og dermed bidrar til at familiene får god hjelp.

## FFT i Norge

Funksjonell familierapi (FFT) er et behandlingstilbud som drives av Barne-, ungdoms- og familieetaten (Bufetat). Henviing til FFT-behandling skjer ved at det kommunale barnevernet henviser en familie til nærmeste regionale fagteam. Det regionale fagteamet vil deretter vurdere FFT som ett av flere mulige tilbud for familien.

For å sikre god behandling for de som får tilbud om FFT, gjøres det et grundig opplærings- og kvalitetssikringsarbeid. Dette arbeidet utføres av Atferdssenteret tilknyttet Universitetet i Oslo i samarbeid med metodens utviklere, FFT LLC.

## Kontaktinformasjon:

For informasjon om FFT -behandlingssteder, kontakt Bufetat **[www.bufetat.no](http://www.bufetat.no)**

For mer informasjon om FFT som behandlingsmetode, kontakt Atferdssenteret: **[www.atferdssenteret.no](http://www.atferdssenteret.no)**

