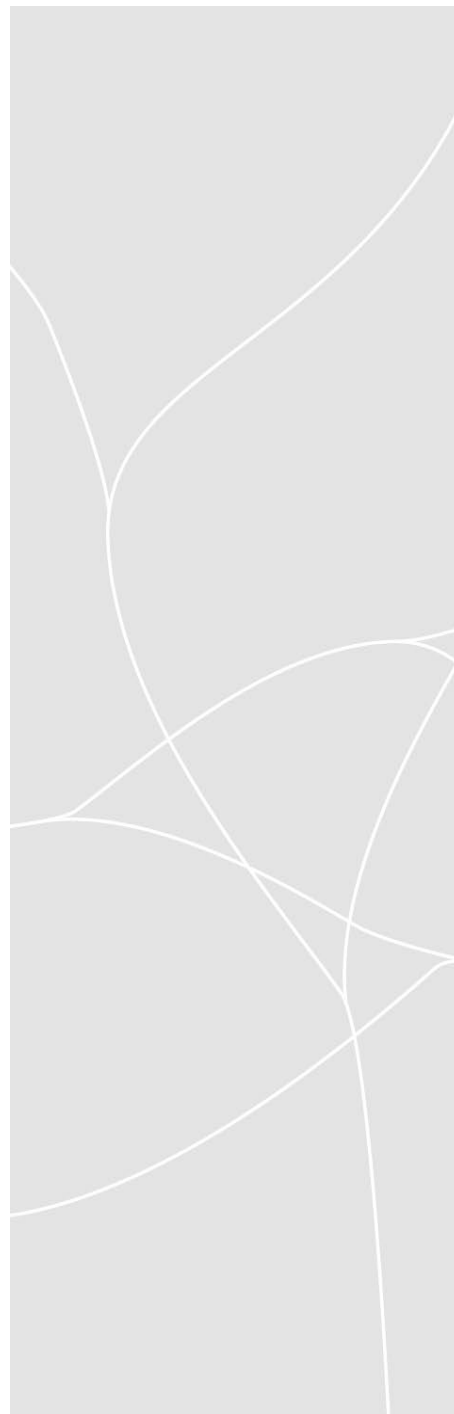


# Single Session!

Tre års erfarenheter

**Familjerådgivningen**  
**Sociala Resursförvaltningen, Malmö Stad**



Upprättad  
Datum: 2014-02-14  
Version:1.0  
Ansvarig: Martin  
Söderquist  
Förvaltning: Sociala  
Resursförvaltningen



**Malmö stad**

## Innehållsförteckning

<b>Single Session!</b> .....	<b>1</b>
<b>Tre års erfarenheter av Single Session</b> .....	<b>1</b>
<b>Sociala Resursförvaltningen, Malmö Stad</b> .....	<b>1</b>
<b>Inledning</b> .....	<b>3</b>
<b>Bakgrund</b> .....	<b>3</b>
<b>Single Session 2011-2013</b> .....	<b>4</b>
<b>Upplägg och organisering</b> .....	<b>4</b>
<b>Antal samtal och bortfall</b> .....	<b>5</b>
<b>Resultat</b> .....	<b>5</b>
<b>Gjorda erfarenheter</b> .....	<b>6</b>
<b>Planering av Single Session 2014</b> .....	<b>7</b>
<b>Litteraturreferenser</b> .....	<b>8</b>

# Single Session!

## Tre års erfarenheter

Martin Söderquist, Kristina Engman & Karin Wulff

## Inledning

I en tidigare rapport Ett samtal! (2013-03-13) har vi sammanställt erfarenheter och uppföljningsresultat av arbetet med Single Session i vår verksamhet på Familjerådgivningen 2011-2012. Under 2013 har vi arbetat vidare med modellen.

Föreliggande rapport är en sammanfattning av tre års arbete med Single Session och hur vi planerar att utveckla arbetet ytterligare.

## Bakgrund

En tredjedel av alla par som bokar tid för familjerådgivning kommer till ett samtal (på engelska unplanned single session) och många av dem är nöjda med samtalet (Talmon, 1990, Söderquist, 2009). Detta var vår utgångspunkt när vi började planera arbetet med Single Session i Malmö. Kan vi göra detta enda samtal så effektivt som möjligt och kan par och familjerådgivare komma överens om detta redan vid tidsbokningen (på engelska planned single session), är det till stor fördel för alla. Efter omfattande litteraturstudier av den erfarenhet som finns kunde vi starta pilotprojektet 2011. Även Öppenvårdshuset Gustav startade sitt pilotprojekt med Single Session under 2011.

Det var främst Bouverie Family Centre i Melbourne, Australien (SSW - Single Session Work) och Eastside Family Centre i Calgary, Kanada (Single Session Walk-In) som vi hämtade inspiration och idéer från.

([www.bouverie.org.au](http://www.bouverie.org.au), <http://www.woodshomes.ca>)

När vi gjorde uppföljningar med paren vi träffat visade det sig att paren i stor utsträckning tyckte att samtalet räckte för att fortsätta eller komma igång med det arbete de behövde göra för att komma vidare i sin relation.

Single Session verkar vara ett bra alternativ för fyra grupper:

- Par som tror och hoppas att Single Session räcker
- Par som vill komma igång och få en bra start av ett gemensamt förändringsarbete
- Par som vill pröva om samtal kan vara något för dem
- Par där den ena är högst motvillig och den andra genom övertalning i alla fall får till ett OK för Single Session

(Ett samtal! Rapport från Familjerådgivningen 2013-03-13).

I september 2013 kunde vi efter mycket förarbete ordna den första internationella Single Sessionkonferensen i Malmö. Föreläsare var Nancy McElheran och Margie Oakander, Eastside, Calgary, Jeff Young, Bouverie, Melbourne, Bertil Ekstedt, Öppenvårdshuset Gustav, Malmö och Martin Söderquist, Familjerådgivningen, Malmö. Intresset var mycket stort och många blev inspirerade att börja arbeta med Single Session i sina verksamheter. För oss som i några år arbetat med modellen blev konferensen en bekräftelse på vårt arbete och gav oss samtidigt många ideér om hur vi kan utveckla vårt arbete ytterligare (Olsson & Olsson, 2013).

## Single Session 2011-2013

En utförlig sammanställning av uppföljningarna 2011 och 2012 finns i ovan nämnda rapport. Vi har också per telefon följt upp de par vi haft Single Session med under 2013 och vi redovisar här alla tre årens resultat.

## Upplägg och organisering

Upplägg	2011	2012	2013
Organisering	Pilotprojekt En månad	Implementering Tre månader	Reguljärt erbjudande
Information	Telefon	Telefon/ Web	Web
Väntetid	En vecka	Fem veckor	Fem veckor

Under de tre år vi arbetat med Single Session har upplägget organiserats på olika sätt.

2011 gjorde vi en pilotstudie i samverkan med Öppenvårdshuset Gustav. Vi utgick från Talmons ursprungliga modell, som också Bouverie arbetat med i många år. Vi planerade 30 Single Session på vardera mottagning. Paren informerades om Single Session i telefon när de ringde för att boka tid för samtal och kunde välja detta alternativ eller ordinarie familjerådgivning. Väntetiden var kort och vi genomförde 31 av 33 planerade Single Session under en månad och följde upp med telefonintervju efter två månader. Öppenvårdshuset Gustav genomförde också 31 Single Session under 2011 och har liksom vi fortsatt 2012-2013.

2012 bestämde vi att implementera Single Session i vår verksamhet på Familjerådgivningen. Uppföljningarna 2011 gav positiva resultat och det blev naturligt att implementera Single Session. Under tre månaders tid kunde paren välja mellan Single Session och ordinarie familjerådgivning. Paren informerades både i telefon och på vår hemsida.

Under 2012 var vår väntetid 5 veckor.

2013 fortsatte vi med Single Session, nu som ett reguljärt serviceerbjudande till paren. Väntetiden var fortfarande lång (vilket egentligen är kontraindicerat för Single Session) och vi informerade paren endast via vår hemsida.

De par som läst på vår hemsida och uppgav att de ville boka tid för Single Session när de ringde fick tid för detta.

## Antal samtal och bortfall

Samtal	2011	2012	2013
Planerade	33	34	42
Genomförda	31	20	37
Bortfall	2	14	5

Längre väntetid gav ett större bortfall, framförallt 2012, vilket inte är förvånande. När par ringer för att få hjälp med sin relation, behöver de hjälpen om inte genast så i alla fall inom någon – några veckor. Blir väntetiden för lång, hittar paret hjälp på annat håll alternativt löser problemen själva (vilket är bra) eller separerar/konflikterna ökar (vilket kanske inte är det paren vill egentligen).

Både 2011 och 2013 är det 24% av paren som valt Single Session som återkommer för fler samtal. 2012 är siffran lägre (10%). Detta är låga siffror jämfört med Bouverie (50%) och Eastside (37%).

## Resultat

Nedanstående tabell bygger på de uppföljningsintervjuer vi gjort per telefon med paren två månader efter samtalet. 2013 gjordes telefonuppföljning med 20 par två månader efter samtalet.

Det är skillnad mellan de par som söker för separationsproblem (61% av paren 2011 – 2012 och 17% 2013) och de som söker för andra svårigheter. Separationsprocessen är en krävande och många gånger långdragen process där parterna oftast är långt ifrån varandra och i olika faser. Vi har därför i tabellen jämfört de par som söker för separationsproblem och de par som söker för andra svårigheter.

	2011	2012	2013
Bättre – alla	62%	68%	75%
Bättre – separationsprobl.	46%	59%	40%
Bättre – övriga problem	83%	91%	92%
Nöjd med – alla	70%	74%	95%
Nöjd – separationsprobl.	55%	63%	100%
Nöjd – övriga	91%	91%	93%
Uppnått mål	-	58%	60%

62% respektive 68% av paren uppger vid uppföljningen 2011 -2012 att deras situation är lite eller mycket bättre två månader efter samtalet. Siffran är högre 2013 (75%). Detta är i linje med Eastsides resultat.

När det gäller parens nöjdhet med samtalet är det 2011 - 2012 70 - 74% som uppger att de är nöjda med samtalet. Jämfört med Bouveries 88% har vi något lägre siffror. Med tanke på att par i separationsprocessen sällan är helt överens, betraktar vi våra siffror som tillfredsställande.

2013 är paren i mycket hög utsträckning nöjda med samtalet och det gäller även paren med separationsproblematik, vilket kanske motsäger ovanstående. Då antalet intervjuade är relativt få per år bör man kanske vara försiktig med att dra alltför långtgående slutsatser.

2012 och 2013 tillfrågade vi också paren om de tyckte de uppnått sina mål med samtalet. 58-60% uppger att de helt eller delvis uppnått sina mål.

2013 är det några anmärkningsvärda skillnader. Det är färre antal par som söker Single Session och som uppger att de har separationstankar/planer jämfört med tidigare år. Fler par än tidigare är nöjda med samtalet, även de par som uppger separationsproblem.

I slutet av 2013 började vi introducera den nya uppföljningsmodell vi planerar att genomföra från och med 2014 i alla Single Session samtal. 9 par ombads fylla i formulär innan och efter samtalet. Resultaten redovisas inte här då gruppen är för liten, men tendensen går i positiv riktning. Paren upplever något mindre stress och mer känsla av att kunna hantera sina problem direkt efter samtalet.

## Gjorda erfarenheter

Det verkar som att valmöjlighet och kort väntetid är två viktiga faktorer för parens upplevelse av att de får ett gott bemötande och den hjälp de behöver.

För de par som tycker att de inte har så stora problem eller hoppas det räcker med Single Session, blir det naturligt och lätt att välja Single Session. För par som vill prova om familjerådgivning är något för dem eller vill få till en gemensam start av en förändring är Single Session tilltalande. För de par där den ena parten är motvillig eller direkt avståndstagande är Single Session en möjlighet att i alla fall vid ett tillfälle tillsammans göra något som kan vara till någon hjälp för paret.

Viktigt att påpeka är att paret inte väljer bort möjligheten till fler samtal när de väljer Single Session. Om paret vill boka ett Single Session till eller ha möjligheten till flera samtal, kan de kontakta familjerådgivaren de träffade. En del par har gjort detta. 2011 och 2013 bokade 24% av Single Sessionparet ytterligare ett eller flera samtal med familjerådgivare. 2012 är andelen lägre.

För oss familjerådgivare har arbetet med Single Session inneburit en skärpning och kalibrering av vårt ”Mindset”. Att tänka att varje samtal kan vara det enda eller sista och att det är paret som bestämmer, gör att vi måste vara mycket uppmärksamma på vad paret ser som sitt problem, vad de vill och önskar åstadkomma i sin relation och helt koncentrera oss på detta.

Då Single Session är ungefär en timme finns inte heller tiden att prata om allt utan både par och familjerådgivare behöver fokusera på det för paret viktigaste och det som går att göra något åt. Paret val av Single Session och överenskommelsen om detta mellan par och familjerådgivare, gör att både par och familjerådgivare startar samtalet förberedda och inställda på ett fokuserat och koncentrerat arbete. Det gäller att göra det enda samtalet så effektivt som möjligt.

För verksamheten har Single Session inneburit metodutveckling i vår verksamhet – både samtalsmässigt och när det gäller att hitta former för uppföljning. Samverkan med Öppenvårdshuset Gustav var och är betydelsefullt både ur metodutvecklingssynpunkt och för det fortsatta arbetet i Malmö Stad.

Arbetet med Single Session gav oss också möjlighet att arrangera en konferens med inbjudna föreläsare från Eastside och Bouverie. Konferensen inspirerade många av deltagarna till att börja tänka och planera Single Session i sina respektive verksamheter och väckte också intresse för och idéer om en Walk-In mottagning i Malmö.

## **Planering av Single Session 2014**

Erfarenheterna från tre års arbete med Single Session är goda och inspirerande. Både öppenvårdshuset Gustav och Familjerådgivningen kommer att fortsätta utveckla arbetet på respektive mottagning. Vi fortsätter också vårt samarbete med Öppenvårdshuset Gustav, intresserade team i Malmö och Eastside i Calgary och Bouverie i Melbourne kring metodutveckling och uppföljning.

När det gäller vår verksamhet på Familjerådgivningen kommer vi att göra förändringar i organiserandet och upplägget av Single Session:

- Vi kallar arbetssättet **Single Session** som speglar det vi avser med modellen. Vi markerar skillnaden mellan rådgivning och terapi och betonar att samtalet kan vara det som räcker för paret att arbeta vidare själva. Om paret behöver, finns möjlighet till ytterligare ett eller flera samtal.
- Från och med 2014 kommer vi arbeta för att om möjligt korta våra väntetider och erbjuda de som väljer Single Session tid inom 2 veckor. Detta för att möta paren när de behöver hjälpen i så hög utsträckning som möjligt.
- Vi kommer i fortsättningen informera paren både i telefon och på vår hemsida och ge dem möjlighet att välja mellan Single Session och ordinarie familjerådgivning. I detta avseende behåller vi Bouveries ursprungliga SSW-modell. Bouverie erbjuder numera alla klienter Single Session och i slutet av samtalet kommer klient och terapeut överens om när uppföljning ska göras.
- Tidigare har vi gjort telefonintervju en vecka innan samtalet och en telefonuppföljning två månader efter samtalet. Detta medför en orimlig tidsåtgång. Från och med 2014 använder vi istället frågeformulär strax innan samtalet och direkt efter samtalet. Frågeformulären mäter känsla av stress och känsla av att hantera sin situation före och efter samtalet. Paren ombeds också fylla i SRS som är ett beprövat mätinstrument för att skatta parets upplevelse av samtalet.

Vi vill närmare studera de omedelbara resultaten i samtalet. Detta är inspirerat av Eastsides Single Session Walk-In.

## Litteraturreferenser

- de Shazer, S. et al. (2007) *More than miracles*. The Haworth Press.
- Ekstedt, B., Olsson, Y. & Olsson, A. (2012) Ett samtal – utvärderingen av single session. ([www.malmo.se/oppnvardshuset](http://www.malmo.se/oppnvardshuset))
- Hubble, M., Duncan, B. & Miller, S. (eds.) (1999) *Heart & Soul of Change. What works in therapy*. American Psychological Association.
- Journal of Systemic Therapies*, Vol.27, No. 4, 2008.
- Perkins, R. (2006) *Effectiveness of single session therapy*. Bouverie.
- Olsson, A. & Olsson, Y. (2013) Single Session-konferens i Malmö 4-5 september 2013. *Svenska föreningen för lösningsfokuserad korttidsterapi, Medlemsblad 10*. ([www.sflk.se](http://www.sflk.se))
- Slive, A. & Bobele, M. (2011) *When one hour is all you have. Effective therapy for Walk-In clients*. Phoenix, Zieg, Tucker & Theisen, Inc.
- Socialstyrelsen (2011) Kommunal familjerådgivning år 2010.
- Söderquist, M. (2003) *Framgångsberättelser. Erfarenheter från terapi och vardagsliv*. Stockholm, Mareld.



- Söderquist, M., Engman, K. & Wulff, K. (2013) Rapport från Familjerådgivningen. ([www.malmo.se/familjeradgivningen](http://www.malmo.se/familjeradgivningen))
- Söderquist, M. (2013) Ett samtal med par. *Svenska föreningen för lösningsfokuserad korttidsterapi, Medlemsblad 8.* ([www.sflk.se](http://www.sflk.se))
- Söderquist, M. & Ekstedt, B. (2012) Single Session på svenska. *Svenska föreningen för lösningsfokuserad korttidsterapi, Medlemsblad 4.* ([www.sflk.se](http://www.sflk.se))
- Talmon, M. (1990) *Single Session Therapy*. San Francisco, Jossey-Bass.

[www.bouverie.org.au](http://www.bouverie.org.au)

<http://www.woodshomes.ca>

[www.newlifetexas.org](http://www.newlifetexas.org)

[www.malmo.se/oppenvardshuset](http://www.malmo.se/oppenvardshuset)

[www.malmo.se/familjeradgivningen](http://www.malmo.se/familjeradgivningen)