



Suomen perhe- ja pariterapiayhdistys

Finlands familje- och parterapi förening

Finlands familje- och parterapi föreningens bulletin om FAMILJE- OCH PARTERAPI SOM REHABILITERINGSPSYKOTERAPI OCH KRÄVANDE MEDICINSK REHABILITERING

Familje- och parterapi är former av psykoterapi som behandlar psykiska störningar och interpersonella relationer. De kan användas som behandlings- och rehabiliteringsformer för psykiska störningar, särskilt i samband med sjukdomar som kräver stöd för hela familjens eller parrelationernas samspel, föräldraskap, relationen mellan barn och föräldrar, situationer där en familjemedlem insjuknat eller i svåra konfliktsituationer. Precis som inom individuell terapi finns det flera olika teoretiska referensramar inom familje- och parterapi. Till exempel systemisk, kognitiv och psykodynamisk. Forskning visar inga signifikanta skillnader i effektivitet mellan olika referensramar.

Familje- och parterapi är ger effekt och är kostnadseffektivt vid behandling av psykisk ohälsa och psykiatriska tillstånd, så som ångest, depression och andra humörsvängningar, ätstörningar, schizofreni, missbruksproblem och psykisk ohälsa förorsakad somatiska sjukdomar. Familje- och parterapi kan vara huvudformen av rehabilitering eller en del av vården. Familje- och parterapi kan användas också stödjande behandling i situationer fortsättning av annan behandling eller patientföljsamhet äventyras av en låst interaktion i familjen. Att arbeta med familj och relationer ingår i God medicinsk praxis-rekommendationerna för humör, ångest, ät- och missbruksstörningar och schizofreni.

I gruppen som fick parterapi återhämtade sig patienterna bättre än kontrollergruppen, mätt med depressions symtom, allmän funktionsförmåga, psykisk hälsa och alkoholanvändning. Upp till 40 % av deprimerade partner har psykiska symtom och är i behov av hjälp. Partners lämnas ofta utan stöd.

Familje- och parterapi är underutnyttjade former av psykoterapi som stöds av FPA jämfört med deras fördelar och utbud.

År 2022 beviljades 46227 vuxna personer rehabiliterande psykoterapi i hela landet, varav 45 168 var individuell psykoterapi, 425 familjepsykoterapi, 469 parpsykoterapi och 372 grupp psykoterapi. År 2023 var siffrorna följande. Sammanlagt 47 444 vuxna fick psykoterapi, varav 46 108 var individuell psykoterapi, 435 familjepsykoterapi, 562 parpsykoterapi och 339 grupp psykoterapi. Krävande medicinsk rehabilitering beviljades som individuell terapi åt 4810 personer och som familjeterapi åt 355 personer.

Familje- och parterapi som rehabiliterande psykoterapi

- Familje- och parterapi kan fås som rehabiliterande psykoterapi
- Vid sidan om individuell psykoterapi, kan man få perioder av familje- och parterapi och vid sidan om familje- och parterapi kan man få perioder av individuell

- psykoterapi
- Som kriterier finns FPA:s ramar för rehabiliterande psykoterapi
 - max 80 besök per år
 - max 200 besök per tre år
 - besökens karaktär kan variera
 - Individuell och familjepsykoterapi kan ansökas med samma ansökan och utlåtande, när behovet för dessa är individuellt motiverad i rehabiliteringsplanen
 - Ifall behovet ändrar mitt i rehabiliteringen, kan man göra ett tilläggsutlåtande och ansökan.
- FPA:s ersättning för familje- och parpsykoterapi är 63,91€ /60min ja 95,87/90min

Familje- och parterapi som krävande medicinsk rehabilitering

- Som krävande medicinsk rehabilitering kan man få olika individuellt planerade terapier, om sjukdom eller funktionsnedsättning medför stora svårigheter att klara av och delta i dagliga aktiviteter.
- På basis av rehabiliteringsplanen kan man beviljas krävande medicinsk rehabilitering för ett år i sänder. Helhetstiden utvärderas individuellt av en specialläkare, olika terapier kan kombineras.
- Man har själv rätt att välja vilken serviceproducent som genomför din rehabilitering. Serviceproducenten ska ha ett avtal med FPA.
- Vid sidan om familje- eller parpsykoterapi kan amman också ansöka om individuell psykoterapi, dessa kan sökas med samma ansökan och utlåtande. Det individuella behovet av olika former av terapi skall vara definierade i rehabiliteringsplanen.
- Föräldrahandledning för barnets/ungas individuella psykoterapi kan sökas till samma terapeut eller skilt till en familjeterapeut. Dessa kan göras med samma utlåtande och ansökan.
- För krävande medicinsk rehabilitering finns ingen egen ekonomisk självriskandel.

Kontaktpersoner: Finlands familje- och parterapi förening:
Ordförande Tanja Pihlaja: tanja@tuntumaa.fi
Viceordförande/ Kommunikatör Terhi Kotilainen
terhi@terapia-tyonohjaus.fi
Ansvarig för svenska ärenden Mia Montonen:
mia.montonen@gmail.com

Källor:

Aaltonen, J 2012: Perheterapia. Teoksessa: Psykoterapiat (Huttunen&Kalska) Duodecim
Borchers, P & Kuhlman, I 2018: Pariterapian vaikuttavuus
Carr, A 2019; Family therapy and systemic interventions for child-focused problems: the current evidence base
Carr, A 2014; The Evidence base for couple therapy, family therapy and systemic interventions for adult-focused problems
Lindfors, O. 2014: Pari- ja perheterapiat masennuksen hoidossa
Moore, A&Crane, R 2014; Relational Diagnosis and Psychotherapy Treatment Cost Effectiveness
Seikkula, J., Aaltonen, J., Kalla, O., Saarinen, P & Tolvanen, A. (2012), Couple Therapy for Depression in a Naturalistic Setting in Finland: A 2-year Randomized Trial. Journal of Family

Therapy.