

Psykologer på Pride

FOTO: CARIN WALDENSTRÖM



Övre raden fr v Ulrika Sharifi, Maria Norlin, Theodor Mejias Nihlen och Sara Renström. Undre raden Indra Windh, Matilda Wurm och Anna Malmquist (Tove Lundberg saknas på bilden).

Forskningsnotis

KBT en möjlig metod vid samlagssmärta

Kvinnor med samlagssmärta bär ofta på katastroftankar, negativa känslor och rädsla som leder till att de undviker sex, men ökad kunskap om psykologiska mekanismer bakom problemen kan öppna upp för nya behandlingar med kognitiv beteendeterapi. Det tror Steven Linton, professor i psykologi vid Center for Health and Medical Psychology vid Örebro universitet.

För att skapa nya behandlingar har Steven Linton, tillsammans med Johanna Thomtén som är postdoktor vid Örebro universitet, undersökt likheter mellan kvinnor som lider av samlagssmärta och smärtpatienter med besvär i nacke och rygg.

Resultaten visar att det finns flera likheter mellan dessa patientgrupper, bland annat den så kallade fear-avoidancemodellen (FA-modellen) som visar hur smärtpatienter ofta fastnar i en ond cirkel som är svår att bryta.

För båda patientgrupperna leder smärtan ofta till katastroftankar, tankar som målar upp det värsta scenariot och gör den drabbade rädd för sådant de upplever som riskfyllt.

Vid ryggsmärta kan det handla om vardagliga sysslor i hemmet, vid samlagssmärta handlar det om intimitet. Utifrån FA-modellen kan kanske en behandling med kognitiv beteendeterapi utformas som hjälper patienterna att bryta den onda cirkeln.

Endast omkring 60 procent av kvinnor med samlagssmärta söker sjukvård, och bara 40 procent av dessa får en diagnos. ●

– Det handlar om att öka medvetenheten och kunskapen i hbtq inom Psykologförbundet och i kåren som helhet, säger Sara Renström, som ingår i förbundets nybildade kompetensgrupp för hbtq.

Psykologförbundets nybildade kompetensgrupp för hbtq träffades för första gången i början av april för att skissa på hur de ska förvalta kongressbeslutet från i höstas att öka kompetensen och medvetenheten i hbtq-frågor inom förbundet och psykologkåren.

Enligt beslut ska detta göras genom att ”förbundet utformar rekommendationer för bemötande av hbtq-personer, utreder möjligheterna att utveckla en fortbildning för medlemmar gällande sexualitet och genus och normkritik, samt verkar för att arrangera ett seminarium under Pride 2014”.

I gruppen, som leds av Ulrika Sharifi, ledamot i förbundsstyrelsen (FS), och Sara Renström, studerandedamot i FS, ingår även Indra Windh, Maria Norlin, Anna Malmquist, Theodor Mejias Nihlen, Tove Lundberg och Matilda Wurm.

– Det är roligt att arbetet är i gång. Det blev många givande diskussioner om hur det kommande arbetet ska fortskrida och vikten av att göra faktiska insatser som gör skillnad i kompetenshöjandet inom förbundet inom detta

område. Många idéer och förslag kom upp. Deltagarna har ett stort engagemang och starkt driv, och en gedigen kompetens, säger Sara Renström.

Kompetensgruppens närmaste planer är Pride 2014, som äger rum 2 augusti i Stockholm, med dels ett seminarium, dels deltagande i tåget. Men allt är inte klart än.

– Den röda tråden är psykologers bemötande och vi planerar ett seminarium på detta tema. Tanken är att temat också ska synas i tältet och i paraden. Förhoppningen är att väcka debatt, och att på lång sikt bidra till utveckling sett till just bemötandefrågor inom yrkeskåren, säger Ulrika Sharifi.

Sara Renström fyller i:

– Vi hoppas att många medlemmar vill gå i Pride-paraden med oss, delta på seminariet och komma förbi i tältet. Vi vill bland annat relatera till EBPP och kika vidare på de brittiska riktlinjerna, och vad vi kan lära oss/inspireras av från dem, och väcka en diskussion kring vad som kan göras bättre, men även ta lärdom från goda exempel. ●

KAJSA HEINEMANN