

Psykolog

Ges ut av Sveriges Psykologförbund

TIDNINGEN
#3 2020

PANDEMIN

Forskare
studerar våra
beteenden

ANNA KÅVER

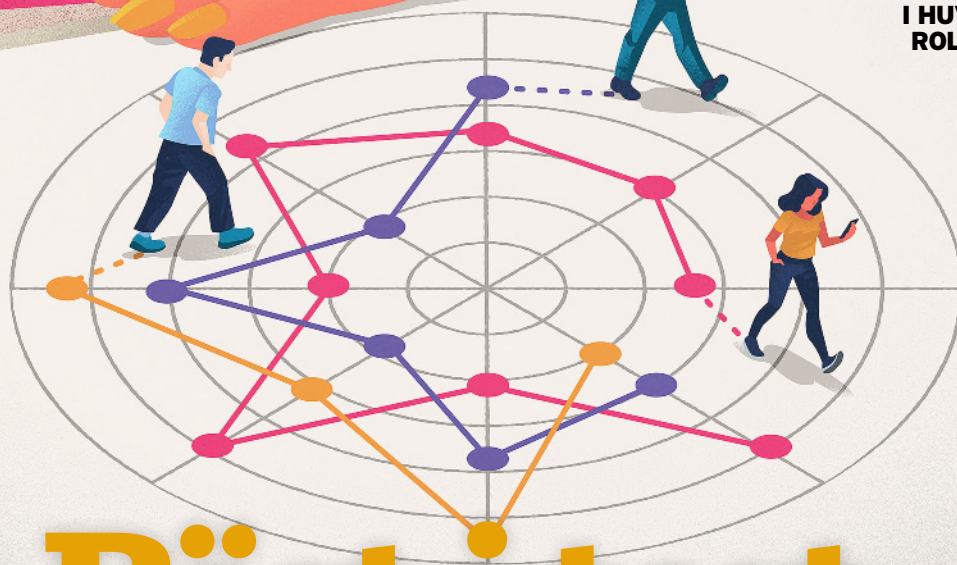
Fokuserar på
det existentiella

FORSKNING

Framgång
för ACT inom
slutenvården

7

ROMANER
MED PSYKOLOG
I HUVUD-
ROLLEN



Bäst i test

SÅ VILL PSYKOLOGER
ARBETA MED URVAL

Byt jobb. Inte yrke.

När den psykiska ohälsan breder ut sig och väntetiderna bara blir längre, då är det lätt att känna uppgivenhet. Många av oss har hunnit ledsna så till den grad att vi funderar på att hitta något annat att göra. Jag vet – för jag har själv varit där.

Men så hamnade jag på KRY. Här fick jag uppleva skillnaden mellan att fånga upp en trettonåring som nyss börjat skolka jämfört med att möta patienten när hen redan har skolvägrat i tre månader. Smidiga möten via video är en fördel med att jobba på KRY. Men det finns många fler.

Du får en arbetsmiljö utan tidskrävande administration och kan lägga mera tid på dina patienter. Du är fri att arbeta varifrån du vill. Du bestämmer själv när du ska arbeta. Och du får tillgång till handledning, vidareutbildning och stöttning av seniora psykologer i ditt dagliga arbete.

Så innan du bestämmer dig för att byta yrke, hör av dig till oss. Du behövs faktiskt mer än någonsin.



Martin Forster

Ansvarig för barnpsykologi, KRY

Vid intresse, kontakta Louise Källén: louise@kry.se | +46(0)72-188 22 83

För att söka tjänsten krävs att du är legitimerad psykolog med KBT-inriktning. Erfarenhet av arbete inom primärvård, psykiatri och/eller företagshälsovård är meriterande.



»Vi behöver inte förstärka oron genom att låta radio och tv stå på dygnet runt.«
Sid 24

Innehåll #3 2020



8



12

»Det var pirrigt och jag inser att jag har tagit en professionell risk.«

Intro > 4

Psykologer i media och psykologen som är mästare i schack.

Nyheter > 8

- Forskare vill studera pandemins psykologiska verkningar.
- Psykologförbundet ställer om till digital kongress.

Testa personligheten > 14

TEMA. Allt fler arbetsgivare använder tester vid rekryteringar.

Bland psykologerna råder skilda meningar om tester ska kompletteras med intervjuer.

Etikrådet > 23

Psykologernas ansvar under coronakrisen.

Lugnets drottning > 24

MÖTET. Anna Kåver om hur hon går in i nästa fas och tar sig an de existentiella frågorna.

Litteraturens psykologer > 28

Celia Svedhem har läst romanerna med psykologer som huvudkaraktärer.

Forskning > 32

Framgångar med ACT inom psykiatrins heldygnsvård.

Nytt i tryck > 38

Anna Bratt om varför hon skrev en bok om psykologiska perspektiv på åldrandet.

De hjälpande händerna finns överallt

»JAG HÖLL HONOM i handen. Det var det minsta jag kunde göra«, berättade en sjuksköterska på covidavdelningen, om mannen som drog sina sista andetag. Nu är det vårdpersonalen som ger ett sista avsked, i stället för de anhöriga.

Du hör säkert också tragiska historier. Men jag hör också om många som ställer upp i svåra tider. Psykologerna finns där förstås. Ett exempel är det särskilda nätverk av psykologer som stöttar vårdpersonalen i Region Stockholm. Det handlar ju inte bara

om att vårdplatserna ska räcka till, personalen måste också hålla ut. Adrenalin är ett riskabelt bränsle.

Ett annat exempel är psykologen Liria Ortiz, som bildat en grupp på Facebook för psykologer som vill hjälpa till i coronatider. Och psykologstudenterna, som vill dra igång en stödlinje. För att inte tala om alla psykologer som svarar på frågor i media.

Möjligen är de psykologer, som vet vad som krävs för att vi ska förändra våra beteenden, lite väl osynliga. Hur länge orkar vi bry oss om social distansering? Hur kan vi orka lite till? Vilka argument får fäste?

Förhoppningsvis vänder allt snabbt. När du läser det här kanske forskarna har hittat ett botemedel. Maskineriet drar igång igen, rekryteringar i stället för varsel.

I det här numret kan du läsa om just rekryteringar, om hur personlighetstester kan, eller bör, användas. För allt kommer ju bli som vanligt, för de allra flesta.



Chefredaktör

lennart.kriisa@psykologtidningen.se



Psykologtidningen #2/2020

Försvaret för Tavistock

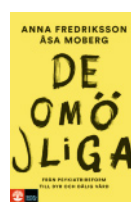
Debatten kring Externatet på psykologprogrammet i Lund har i huvudsak handlat om universitetspolitik och skärskådande av enskilda kursmoment men inte så mycket om själva huvudtemat: Tavistockmetodiken. För att denna metod inte ska falla helt i mörker kan en påminnelse om dess innebörd och potential vara på sin plats.

Utbildningsformen är en här och nu-arena där man undersöker vad som händer i grupper och mellan grupper. Med hjälp av associationer och metaforer lägger man fram hypoteser kring vad som pågår och hur man kan förstå detta i ett större sammanhang. Eftersom man själv deltar i det sammanhang i vilket allt utspelas, kan man få en mer direkt och kraftfull förståelse för destruktiva arbetsplatsfenomen; förändringsmotstånd, flykt från huvuduppgift och konsekvenser av oklar målbild.

Anders Rydell, psykolog och specialist i organisationspsykologi

Redaktionen tipsar

FILM. True crime-serier matar oss med rättspsykologiska myter. Nu har forskargruppen i rättspsykologi vid Göteborgs universitet producerat en serie mycket korta filmer om vad som egentligen är sant om falska minnen, hur man minns traumatiska händelser, etc. *Beyond true crime: Myths and facts about legal psychology* är snyggt producerade, svensktextade och tillgängliga både via Youtube och Psykologiska institutionen vid Göteborgs universitet. /PÖ



BOK. I mitt kvarter ser jag många hemlösa, och några av dem är uppenbart

psykiskt sjuka. De förmår inte att ta hand om sig själva. I min barndom fanns de inte där, då blev de inlåsta på Långbro. Fanns ingen annan lösning än att skicka ut dem på gatan? Är friheten så mycket värd? Så landar den nya boken *De omöjliga - från psykiatireform till dyr och dålig vård* (Natur & Kultur), av Åsa Moberg och Anna Fredriksson. Jag tror svaren finns i den boken. /LK

Stafetten: Juliana Moraes om #2 2020

»Låter jag bitter? Nej, nej, jag tar bara sats.«

Mitt i oroliga tider läser jag i PT#2 om:

1. Jacqueline Levis reflektion om relevansen i att det läggs mycket fokus på potatismakande i läroplanen för hemkunskap samtidigt som undervisning om normalt psykologiskt fungerande i princip är obefintlig.

2. Folkhälsomyndighetens rapport *Skolans betydelse för inåtvända psykiska problem bland skolbarn* som visar på positiva effekter av undervisning om psykisk hälsa i grundskolan.

Det är mars 2020 och ett lömskt virus har gjort entré världen över och ingenting är sig längre likt. Psykologisk kunskap är avgörande i all krishantering. Ändå saknas denna kunskap eller så nedgraderas den till så kallade mjuka frågor, eller företräds av andra yrkespersoner - ej psykologer men »väldigt intresserade av människor«. Låter jag bitter? Nej, nej, jag tar bara sats. Vi vet allt mindre om framtiden men en sak förblir oförändrad: hur människor fungerar. Psykologer behövs. Låt oss flytta fram våra positioner.



Psykologtidningen #2/2020

Juliana Moraes, specialist i arbets- och organisationspsykologi på Scania. Hon lämnar över stafettpippen till Maria Valkama.

Hör av er!

Mejla till: redaktionen@psykologtidningen.se

Vi förbehåller oss rätten att korta och redigera insänt material.

Börja spela schack!

1) Träna! För att få bra mängdträning är det bra att gå med i en schackklubb eller spela på nätet.

2) Lär dig några mönster utantill och vad som generellt är bra att göra.

3) Analysera dina svagheter, hitta en spelare som är bra och kan hjälpa dig att hitta dina svagheter.

Hans Tikkanen bor utanför Vimmerby med sin sambo och jobbar på vårdcentral som psykolog.



Hans Tikkanen, från schackproffs till psykolog

»Schack har lärt mig se saker från olika håll«

HAN KAN UPP till 200 000 schackmönster utantill (ett mönster kan vara en uppställning eller drag som följer på varandra). Så har han också spelat schack i trettio år. Började gjorde han redan som bebis i pappas knä, och tittade på när pappa och storebröderna spelade.

– Så småningom lärde jag mig se olika mönster. Det är lite som ett språk, det är bra att börja tidigt.

När han var 5 år spelade han i den lokala klubben, från det att han var 25 år till det han blev 28 levde han som

professionell schackspelare, och vann SM flera gånger.

– Jag spelade 5–8 timmar varje dag. Men det var tufft att alltid behöva vinna för att få ihop till brödfödan, det tog bort lusten.

Så han slutade, och började att läsa psykologprogrammet. Från början var det kognitionspsykologin som lockade.

– I schack handlar mycket om att lära sig mönster utantill, det är intressant att se hur mycket som kan bli automatiserad kunskap.

Nu spelar han schack när han får tid över, och ser att han fått med sig mycket från spelandet till psykologjobbet, som en väl tränad koncentrationsförmåga som är bra när man ska lyssna.

– Och att jag lärt mig att se saker från olika håll och vinklar. Det är bra när man vill förstå och hjälpa människor.

Och det gör han nu som psykolog på en vårdcentral.

– Jag känner att jag gör något mer meningsfullt, att få hjälpa andra, det känns mycket bra. ● Hanna Nolin

Psykologernas bästa råd

Coronakris. Aldrig tidigare har psykologer synts lika mycket i media som under coronapandemin. De sitter i tv-soffor, svarar på läsarnas frågor i chattar och hörs i radio.

Urval: Lennart Kriisa

»Vuxna kan stötta varandra och ge en signal när du låter eller ser ut på ett sätt som kan oroa barn.«

ANNA NORLÉN i Helgstudion (SVT)
om att barn med pressade föräldrar blir än mer utsatta.

»Coronaisoleringen ger oss anledning att prata om hur vi alla nu kan bidra tillsammans. Prata med barnen om situationen. Förklara för dem att alla jobbar tillsammans för att skydda samhället och se till att de svaga inte dör.«

LINE MARIE WARHOLM,
norsk psykolog i Svenska Dagbladet.

»Rent logiskt vet vi att vi inte behöver tre balar toapapper, men när vi ser någon annan fylla hela vagnen går vi in »överlevnadsmode« och fyller också vår. För att kunna planera för framtiden måste vi i stället tänka rationellt.«

JENNY JÄGERFELD i Svenska Dagbladet.

»Vi behöver vara lite mer aktiva för att sortera i rädslan och oron – vad är fakta och vad är grundat i en överdriven tolkning i min hjärna.«

KATARINA BLOM i Dagens Nyheter.

»Om man mår dåligt och inte tycker att saker är så kul längre är det viktigt att göra dem ändå. Man kan också göra en lista över projekt man ska ta tag i: sköta om trädgården, rensa förråd, sätta in foton, laga en ny maträtt.«

LIV SVIRSKY i Expressen.

»Om man fastnar i ett orosmoln kan man testa något som kallas för tvåminutersregeln. Efter ungefär två minuter av orostankar kan du gå igenom vad du faktiskt tänkt och se om du kommit närmare en insikt eller löst ett problem. Är svaret nej är det lika bra att bryta oron genom exempelvis fysisk aktivitet.«

BJÖRN HEDENSJÖ i Sörmlands Nyheter.



BILD PRIVAT

»Generellt skulle jag säga att det är viktigt att man ser till att använda sig av bra källor och att försöka lita på det myndigheterna säger. Att citera experter som fullständigt emotsäger våra myndigheter kan ju bidra till att göra människor mer oroliga.«

LISA CLEFBERG i läsarchatt, Expressen.

»Ta inte för givet att barn automatiskt är rädda. De kanske mest är nyfikna och intresserade. Var lyhörd. Utgå inte från att det är deras oro du ska hantera utan deras kunskapstörst.« JENNY KLEFBOM på Psykologguiden.se.



BILDERIK ARDELUS



»Hypokondriker, eller personer med tvång, som att tvätta händerna ofta, kan ha en extra tuff period nu. Ta kontakt med en vårdcentral om du blir försämrad och kom ihåg att det även finns digitala vårdcentraler.«

SIRI HELLE besvarar läsarfrågor hos Aftonbladet.

»Sitt på händerna eller håll saker i händerna. Du behöver träna varje dag för att ändra ett beteende.«

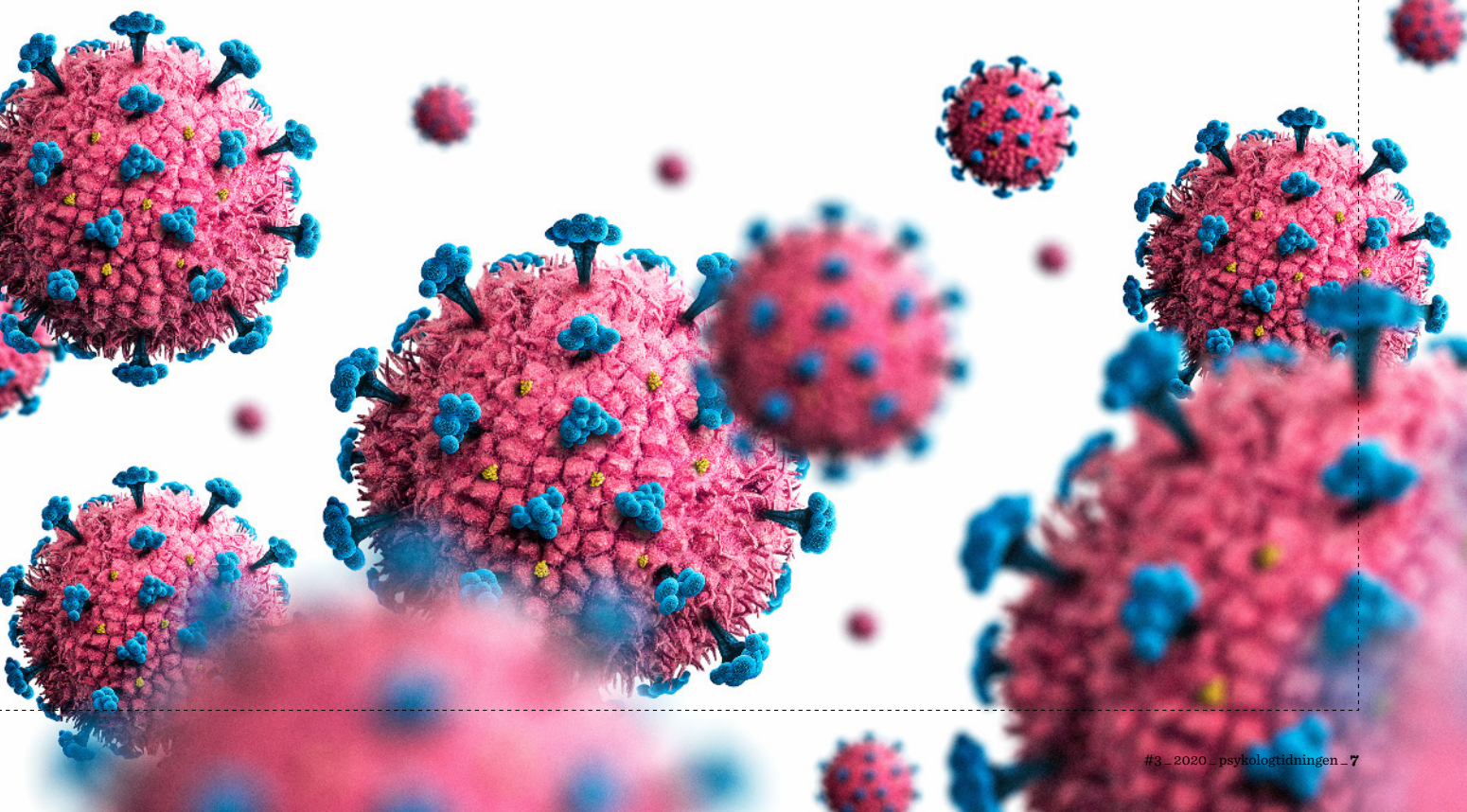
ERIK ANDERSSON, TV 4 Nyheter om att undvika att peta sig i ansiktet.

»Vi lever i en värld där verklig fara - som skapar en realistisk oro - blandas med en oro och fantasier som härstammar från andra erfarenheter; dåtid och nutid förs samman i en rädsla inför framtiden. Det finns alltid en större eller mindre irrationell kraft som slumrar hos den enskilde. Den kraften har blivit aktualiserad med hjälp av covid-19«

PER MAGNUS JOHANSSON på Freudianska föreningens FB-sida.

»Vi kan inte kontrollera hur Folkhälsomyndigheten eller regeringen arbetar. Men vi kan kontrollera hur mycket mat vi har hemma, och då tar vi tag i den frågan.«

JONAS MOSSKIN i Eskilstuna-Kuriren om hamstringsvågen.



»Pandemin ger unika möjligheter till forskning«

Coronapandemin är på flera sätt unik och psykologiforskarna har reagerat snabbt. Nu startar en rad studier.

– Det här är ett tillfälle jag som forskare inte vill missa, säger Linus Andersson vid Umeå universitet.

Text: Peter Örn

Studier som ger ögonblicksbilder, andra som följer deltagarna långsiktigt. Ytterligare någon som även är framåtsyftande: hur hoppas vi att pandemin ska förändra samhället på sikt? Psykologiforskare har varit snabba med att försöka dra lärdom av den unika situation som pandemin lett till.

– Vi lever på ett helt annat sätt i dag än bara för ett par veckor sedan. Socialt isolerade, förändrade ekonomiska förutsättningar, oro för smitta. Situationen är extrem på många sätt, säger psykologen Elisabet Rondung som leder en coronastudie vid Mittuniversitetet i Östersund.

Studien görs som en webbenkät och besvaras vid ett tillfälle. Resultaten blir en temperaturmätare på hur pandemin påverkar deltagarna psykiskt just då, när den besvaras.

– Vi bestämde oss för att genomföra studien för bara 14 dagar sedan. Nu har vi omkring 1 200 deltagare

och överväger att stänga den. Men vi räknar med att göra fler nedslag längre fram för att se om det skett några förändringar beroende på hur läget utvecklas, säger Elisabet Rondung.

På Institutionen för psykologi vid Umeå universitet pågår två coronastudier parallellt och med olika upplägg. Doktoranden Elin Andersson genomför i samarbete med forskare vid universitetet i Lugano i södra Schweiz en studie där varje deltagare följs under två veckor. Varje dag ska deltagarna, som oidentifierats, registrera sina uppgifter via en telefon-app.

– Vi får hela tiden nya deltagare och vi har inte satt någon gräns för hur länge studien ska pågå eller för antal deltagare. Förmodligen pågår den hela våren, säger Elin Andersson.



ELISABET RONDUNG



ELIN ANDERSSON

»Pandemin ger förmodligen unika förutsättningar att här och nu studera inte minst människors oro.«

Frågorna handlar bland annat om riskuppfattning, medievanor, och hur vardagsliv och sociala relationer påverkas. Den teoretiska grunden bygger i stor utsträckning på det som kallas *protection motivation theory*; förmågan att värdera och hantera hotfulla situationer.

– Men vi är dessutom intresserade av till exempel sociala faktorer. Genom att använda en telefon-app kan vi löpande undersöka deltagarnas tankar, känslor och beteenden i nära anslutning till deras upplevelser, säger Elin Andersson.

De dagliga registreringarna ger forskarna möjlighet att följa vad som händer över tid, hur till exempel mediernas förändrade bevakning och nya myndighetsbeslut påverkar beteenden och upplevelser.

– Pandemin ger förmodligen unika förutsättningar för att här och nu studera inte minst män-



Butikshyllorna gapar tomma. En följd av coronakrisen.

niskors oro. Ofta bygger studier på minnesbilder och vi vet att minnet kan vara bedrägligt, säger Elin Andersson.

Samarbetet med Schweiz föll sig naturligt. Elin Andersson hade sedan tidigare kontakt med professor Peter Schulz på universitetet i Lugano, och när han frågade om hon var intresserad av ett pilotprojekt som han påbörjat var hon inte sen att haka på och vidareutveckla studien.

– Det var först tänkt som ett pilotprojekt i Umeå men spred sig snabbt via sociala medier. Nu täcker deltagandet hela Sverige, säger hon.

På samma institution vid Umeå universitet finns psykologiforskaren Linus Andersson. Tillsammans med kollegor vid Gymnastik- och idrottshögskolan i Stockholm och Karolinska institutet i Solna har han utformat en webbenkät med frågor om hur pandemin påverkar

människors mående. Deltagarna, som deltar anonymt, kan svara på enkäten vid upprepade tillfällen genom att ange en kod som de själva skapar.

– Frågorna handlar om hälsa, livskvalitet, konsumtion, stress och annat som kan tänkas påverkas av den pågående pandemin. Synsätten kan förändras över tid och därför är det intressant att erbjuda deltagarna att svara på enkäten vid upprepade tillfällen, säger Linus Andersson.

I enkäten, som både finns i en svensk och en engelsk version, ingår dessutom en mer öppen fråga om deltagarnas eventuella önske-



LINUS ANDERSSON

mål om förändringar i samhället efter pandemin.

– De flesta har svarat på den frågan och det är ofta långa svar. Men för att inte påverka kommande deltagare vill jag i nuläget inte berätta om vilka svar vi hittills fått in, säger Linus Andersson.

Emotion Lab vid Karolinska institutet, med 14 forskare under ledning av psykologiprofessorn Andreas Olsson, har fått pausa pågående forskning och tänka om. Nu har i stället ett flertal studier kopplade till utbrottet av covid-19 startat eller är i planeringsfasen.

Bland frågeställningarna finns beteendeförändringar i relation till ökade hotnivåer, effekter av social isolering och hur effektiva olika typer av moraliska budskap är för att påverka människor att stanna hemma för att undvika smittspridning. Emotion Lab planerar för närvarande att genomföra sex studier kopplade till covid-19. ●

FLER ÄN HUNDRA STUDIER IGÅNG

En rad internationella forskningsstudier pågår om covid-19. Inom området psykologi samlas planerade och pågående studier på bland annat COVID-19 International Academic Social Science Research Project Tracker. Databasen ska underlätta samarbeten och löpande presentera nya resultat. Fler än hundra studier är redan registrerade.



BILD ISTOCKPHOTO

Forskare varnar för suicidökning

Mycket talar för att den nuvarande pandemin leder till en ökning av antalet självmord, uppger forskare. Tidigare kriser pekar på mellan 4 och 6 procents ökning.

Text: Peter Örn

Pandemin med coronaviruset riskerar att leda till fler självmord än normalt när krisen så småningom lagt sig. Det tror forskare vid Nationellt centrum för suicidforskning och prevention, NASP.

– Det finns flera studier som har visat att jämförbara kriser i samhället leder till färre suicidfall under själva krisen, men att minskningen kompenseras och även överkompenseras därefter, säger forskaren Sebastian Hökby på NASP.

Anledningen till att talen går ner under själva krisen kan vara människors benägenhet att samarbeta, att ta hand om varandra för att överleva, vilket skapar sammanhållning.

– Men när krisen passerat släpper som regel den ökade känslan av sammanhållning och krisens konsekvenser blir tydliga för de drabbade, säger Sebastian Hökby.

Det finns inga suicidstudier som tittat specifikt på pandemier. Det



SEBASTIAN
HÖKBY

som ligger närmast är studier efter naturkatastrofer och krigssituationer, som enligt NASP på många sätt kan jämföras med den nuvarande pandemin, sett till egendomsförluster och förluster av anhöriga. Och ekonomiska kriser, som den år 2008 då antalet varsel och uppsägningar ökade kraftigt, och många företag gick i konkurs.

Organisationen International Monetary Fund, IMF, förutspår en ekonomisk kris till följd av pandemin som motsvarar den år 2008. Skulle effekten på antalet självmord likna den efter 2008 års finanskris handlar det om mellan drygt 4 procent och drygt 6 procent

»När krisen passerat släpper som regel den ökade känslan av sammanhållning.«

fler fall än förväntat, visar en studie publicerad i tidskriften BMJ år 2013. I europeiska länder ökade antalet fall år 2009 främst i åldern

15 till 24 år, medan ökningen i amerikanska länder var störst i åldern 45 till 64 år.

– Suicidtalet för Sverige är för närvarande 18,7 per 100 000 invånare i åldern 15 år och äldre. Det motsvarar ungefär 1 500 personer som tar sina liv varje år, så den procentuella ökningen som eventuellt kan ske handlar om många människor och dessutom naturligtvis ett stort lidande för anhöriga, säger Sebastian Hökby.

Förutom riskfaktorer som personliga ekonomiska kriser och upplevda trauman bland efterlevande till avlidna i covid-19, finns en rad andra riskfaktorer i den nuvarande pandemin.

– Förmodligen har många hamstrat läkemedel av rädsla för att insjukna i covid-19 eller för att hamna i en långvarig isolering. När det gäller riskfaktorer för suicidförsök är tillgången på toxiska läkemedel, som till exempel paracetamol och andra smärtstillande preparat, en av de viktigaste; i Sverige står förgiftning med läkemedel och narkotiska ämnen för en tredjedel av alla fullbordade självmord, säger Sebastian Hökby.

Det innebär dessutom en risk om den redan överbelastade vården kommer att ha svårt att omhänderta självmordsnära personer på samma sätt som under normala omständigheter.

NASP går nu ut med en uppmaning om att förstärka det självmordsförebyggande arbete som redan pågår i landet för att möta den riskökning som befaras, framför allt i pandemins slutskede.

– Politikerna måste ta höjd för den riskökningen. Även om den kliniska vården just nu tvingas göra andra prioriteringar så kan självmord förebyggas genom andra åtgärder. Det finns en rad evidensbaserade strategier på befolkningsnivå och dessa måste förankras politiskt i regioner och på kommunal nivå, säger Sebastian Hökby. ●

PSYKOLOGENKÄT

Hur har du påverkats av coronakrisen?

»De som önskar jag behandlar jag över telefon.«



BIRGITTA EDENRYD, Järvsö

– Jag kontaktar alla före besöket via sms och påminner om att man måste vara fullt frisk och utan minsta symtom. På mottagningen har vi öppna fönster och två-tre meter mellan oss och det finns handsprit.

Det fungerar riktigt bra. De som önskar jag behandlar jag över telefon. För riskgrupper eller klienter med symtom är det förstås en självklarhet.

»Uppdrag som ledningsgruppsutveckling och teamutveckling har flyttats fram.«



JONAS MOSSKIN, organisationspsykolog:

– Mina uppdragsgivare har påverkats; kontor har stängts, personal arbetar hemifrån och stora omprioriteringar har behövt göras. Många möten har flyttat över till video och telefon. Uppdrag som

ledningsgruppsutveckling och teamutveckling har flyttats fram eller ställts in. Likaså ledarutbildning och föreläsningar. Coaching, organisationsutredningar och personbedömningar har ändå kunnat fortgå hyfsat.

»Det går överraskande bra.«



LIV SVIRSKY, privatpraktiserande, handledare och undervisar på halvtid på Stockholms universitet.

– Inte så mycket, det går överraskande bra. Jag fortsätter träffa mina klienter via digitala tjänster, nästan ingen har avbokat. Studenterna undervisar jag

via zoom, det är också ganska enkelt. Studenterna är ju vana vid det digitala, jag kan fråga dem om jag behöver hjälp med det tekniska.

»Intäkterna har mer än halverats.«

DAN KATZ



– Jag svarar för den gemensamma mottagning som jag har med min fru eftersom vi delar på verksamheten och hon numera tar de flesta nya klienter. I början av krisen såg vi ingen i förändring i klienttillflöde, men nu är det skralare. Många sessioner sköts via

telefon, någon enstaka via skype eller zoom. Även handledning har skett på detta sätt. Intäkterna har mer än halverats. Föreläsningssengagemang har av naturliga skäl upphört.

»Jag startade en grupp på Facebook om psykologer som vill hjälpa till i tider av kris.«

LIRIA ORTIZ



– Alla mina utbildningar blev inställda, med undantag för två som jag kunde hålla via Zoom. Så i princip noll inkomster. Började som volontär på Äldrelinjen. Skrev en handbok om Motiverande samtal och coronavirus. Startade en grupp på Facebook om

psykologer som vill hjälpa till i tider av kris (coronavirus). Försöker samla och dela alla länkar som andra skriver och som kan vara hjälpsamma. Jag själv spelar in korta filmer som kan förmedla hopp.

ENKÄT: LENNART KRIISA

BILD PRIVAT



FRÅGOR TILL CHARLOTTE THERUP SVEDENLÖF

Psykolog och chef för Kris- och katastrofpsykologi i Region Stockholm.

På vilket sätt har du varit förberedd?

– Just den här situationen är unik och mer omfattande, men vi har katastrofpsykologisk kunskap från tidigare utbrott, till exempel sars och ebola. En smittspridning upplever vi som mer skrämmande än andra påfrestande händelser, det vet vi från vetenskapen och praktiken. Biologiska ämnen i luften kan vi ju varken se, känna eller lukta. Människor känner stor oro vid en epidemi.

Hur mår de som ringer 1177?

– De är väldigt oroliga, både för att själva bli smittade och att smitta andra. På 1177 finns sjuksköterskor som kan ge medicinska och praktiska råd. Genom att hänvisa till säkra källor, som WHO, Folkhälsomyndigheten och 1177 kan vi dämpa oron. Men här ser vi en tilltagande polarisering: De som litar på myndigheterna och de som undrar varför inte Sverige gör tillräckligt. Polariseringen kan skapa en tillitsbrist gentemot våra myndigheter. Så vill vi inte att det ska bli, men vi bedömer att tilliten fortfarande är väldigt god.

Hur sprider ni er kunskap?

– I skriftliga guider och miniutbildningar informerar vi vårdgivarna om vikten av att lugna, lyssna aktivt, visa omsorg och informera. Till exempel har uppföljningen stor psykologisk verkan, som att träffa en orolig patient och erbjuda sig att ringa tillbaka nästa dag. ● Lennart Kriisa

55

Så många ärenden har psykologerna som arbetar med krisstöd på Falck Healthcare haft den senaste månaden för att stötta vårdpersonal inom Region Stockholm. En normal månad har de fem ärenden. Läs artikeln på [Psykologtidningen.se/LK](https://www.psykologtidningen.se/LK)

Katarina Billman på Fiji där Robinson-tävlingen spelades in.

»Vill visa att vi psykologer är vanliga människor«

Psykologen Katarina Billman, 60, hamnade direkt i trubbel i årets *Robinson*.

Gruppen vände sig mot henne och tyckte att hon skulle skickas hem.

– Jag begick ett strategiskt misstag, säger hon.

Text: Lennart Kriisa

Katarina Billman, AO-psykolog, brukade titta på Robinson med sina barn för tjugo år sedan. Inför den nuvarande säsongen blev hon övertalad av sina nu vuxna barn att söka in.

– De tycker att jag är äventyrlig och visst, det är jag ju, säger hon.

Totalt sökte 17 000 personer till Robinson. Av dessa intervjuades 600 i en första omgång, 60 gick vidare till fördjupade intervjuer.

– Jag har nog aldrig ansträngt mig så lite i en urvalsprocess. Kanske var det därför jag gick vidare, att jag var mig själv, säger hon.

Katarina Billman blev även intervjuad av en psykolog under en

Robinson visas på TV4 och TV4 Play. När det här numret trycktes var Katarina Billman fortfarande kvar i tävlingen.

halvtimme. Han gjorde ett bra jobb, tycker hon.

– Men det är svårt att upptäcka underliggande trauman och andra mentala risker på den korta tiden, säger Katarina Billman.

När det första avsnittet visades på TV4 satt Katarina bänkad med två av sina barn, utan att veta hur programmet hade klippts ihop.

– Det var pirrigt och jag inser att jag har tagit en professionell risk. Jag vet inte vad de andra deltagarna kommer att säga om mig, inte heller hur jag kommer att uppfattas av tv-tittarna.

I det första avsnittet visas hur

gruppen omedelbart får en uppgift att rösta ut en av deltagarna. Gruppen får bara kort diskutera uppgiften.

Katarina Billman föreslår att var och en ska berätta om kriterierna för sitt val. Gruppen vänder sig då mot henne och tycker att det är hon som ska skickas hem.

Katarina Billman visar att hon blir ledsen.

– Det var ju min värsta farhåga, att jag skulle bli hemskickad direkt. Det var också riktigt tufft att känna sig oönskad. Men det var mitt eget fel, att presentera ett sådant förslag för en otrygg grupp, det var fel strategi.

Katarina Billman lyckades ändå klara sig kvar i tävlingen. Ö-rådet

bestämde sig för att skicka hem en annan av deltagarna.

– Efteråt kände jag mig väldigt lättad men fortfarande önskad. Jag sökte då upp några i laget för att ta reda på vad som var fakta och vad som var mina föreställningar. Det är ju sådan kunskap jag har som psykolog, säger hon.

Hon bestämde sig tidigt för att hålla en låg profil med sin yrkestitel inför de andra. Att just gruppdynamik är hennes område höll hon tyst om, liksom att hon skrivit en bok med titeln *Teaming – grupputveckling i praktiken*.

– I annat fall hade jag kunnat uppfattas som förmer, säger hon.

Bland de övriga deltagarna finns flera som arbetar med psykisk hälsa: en hypnotisör, en ledarskapscoach och en naturläkare.

– Jag är en nyfiken person, inte dömande, så det tyckte jag bara var spännande, säger hon.

Som psykolog tycker Katarina Billman att hon hade flera fördelar. Till exempel att kunna skilja på person och roll.

– Det gjorde att jag kunde återhämta mig snabbare. Du tänker också på ett helt annat sätt när du är utmatad och svälter på en ö långt hemifrån; hjärnan och kroppen fungerar inte alls som du är van vid.

Hon fick också bekräftat att hon inte är långsint, däremot uthållig.

– Men jag blir förstas ledsen och gråter. Det är inget jag skäms över, tvärtom, jag vill visa att vi psykologer är vanliga människor.

Katarina Billman fick även sina kunskaper i gruppdynamik bekräftade.

– Till exempel att mänskliga system i första hand strävar efter att överleva, i andra hand att utvecklas och i sista hand att förändras.

Får hon chansen ställer hon gärna upp igen.

– Det var ju mindfulness i ett nötskal. Inget internet, att få vara ute i naturen och en känsla av samhörighet. Den här erfarenheten kommer jag att uppskatta resten av livet, säger hon. ●

Laddar för digital kongress

Psykologförbundet håller digital kongress i maj, i stället för på en konferensanläggning som planerat. Anders Wahlberg, avgående förbundsordförande, beklagar men försöker se några fördelar.

– Vi behöver ju ändå minska vårt resande framöver, det är lika bra att vi försöker tänka nytt.

Text: Lennart Kriisa

Förbundsstyrelsen var enig i sitt beslut: den planerade kongressen på en konferensanläggning i Saltsjöbaden utanför Stockholm den 17–19 maj måste ställas in.



ANDERS WAHLBERG

Att skjuta upp kongressen till hösten är svårt, anser Anders Wahlberg.

– Dels står det i våra stadgar att kongressen ska genomföras under våren, dels skulle vi åka på

en ny kostnad för att genomföra den. Vi lär inte få tillbaka alla utgifter för bokningen.

Anders Wahlberg tror att det kommer att gå ganska bra för Psykologförbundet att genomföra en digital kongress. Under den senaste kongressen, i november 2016, genomfördes voteringar och omröstningar via Ipads. Men de livliga debatterna i talarstolen kommer han att sakna.

– Å andra sidan vet vi att debatter kan vara livliga i sociala medier, det går säkert att ordna det här via vårt kongresssystem. Och kanske blir det fler som debatterar, alla gillar ju inte heller att gå upp i en talarstol.

En motion, som kan leda till de-

batt, handlar om vad Psykologförbundet kan göra för miljön. Bland annat ska förbundsanställda som inte flyger under året erbjudas två dagars extra semester. Psykologförbundet ska också driva frågan om en allmän kompetenshöjning inom miljö bland psykologer, anser gruppen som undertecknat motionen.

Flera motioner handlar om framtiden för PTP, eftersom läkarnas allmänna tjänstgöring (AT), har avskaffats.

Studeranderådet har också skrivit flera motioner, bland annat föreslås att studenter som inte erbjuds egenterapi får ett fullgott alternativ. Det håller förbundsstyrelsen med om i sitt svar inför kongressen.

En motionär vill att Psykologförbundet ska lobba för lagändringar som fastställer psykologens självklara roll i psykiatri, i likhet med hur Norges psykologförbund gjorde i samband med lanseringen av lagen om psykisk hälsovård. I Norge har specialistpsykologer möjlighet att besluta om tvångsvård.

Men förbundsstyrelsen hoppas att det förslaget ska avslås, eftersom det svenska Psykologförbundet måste utgå från svenska förhållanden, som att öka antalet specialisttjänster och att staten ska ta över specialistutbildningen. ●



Bäst i test!

Miljoner spenderas varje år på personlighetstester för att hitta de bästa cheferna. Psykologerna är efterfrågade, men inom kåren finns skilda uppfattningar om processen: **att bara låta sig styras av testresultatet** eller att komplettera med intervjuer.

Texter: Hanna Nolin Illustration: Björn Öberg



»Testerna används fel«

Ett personlighetstest behöver kompletteras med djupintervjuer anser vissa psykologer. Andra anser att intervjuerna kan leda till diskriminering.

– Majoriteten av de som jobbar med personlighetstester använder dem på helt fel sätt, säger Sara Henrysson Eidvall.

Text: Hanna Nolin

Betydelsen av ett personlighetstest skiljer sig åt bland psykologerna. Sara Henrysson Eidvall, ordförande för Nationella föreningen för arbets- och organisationspsykologer, är kritisk mot att testerna används som en del av urvalsprocessen.

– När man kompletterar med personlighetsintervjuer, då är det samma information som samlas in en gång till, säger hon.

Faran är att intervjuaren använder testet som ett intervjuunderlag, snarare än det faktiska resultatet.

– Då ökar risken att göra något olagligt, nämligen att bidra till att diskriminera människor utifrån etnicitet eller kön, säger Sara Henrysson Eidvall.

Psykologer har, som alla andra, en arsenal av fördomar och även om man kanske är medveten om dem går det inte att frigöra sig från dessa, menar Sara Henrysson Eidvall.

– Får vi information som motsäger varandra, datan från testerna och intrycket från intervjun, så skapar hjärnan en bild som stämmer överens med det som känns bäst, det som mest stämmer överens med tidigare antaganden. Där spelar våra bias in, oavsett om vi vill det eller inte.

Det viktiga när man använder testerna är hur man väger ihop resultatet, det vill säga att veta vilka egenskaper som är viktiga och hur



SARA
HENRYSSON
EIDVALL.



NISHTEMAN
HOSSEINI

de ska vägas ihop för att få fram bästa kandidaten. Och chefsreceptet är beforskat; intelligens är avgörande, och en hög grad av målmedvetenhet och integritet (att du på ett jobb gör det du ska även om ingen tittar på). Det är alltså personlighet och intelligens som avgör om man blir en bra chef eller inte, och det bedöms i personlighetstest och intelligensstester.

– **Algoritmer är** överlägset bäst för att väga ihop information för att till exempel välja rätt chef, forskningen är entydig där. Ändå fortsätter många psykologer att göra så kallade djupintervjuer. Det beror på att tilltron till intervjun är stark inom kåren, det handlar om yrkesidentitet, och att flera yrkeskårer tjänar pengar på att göra djupintervjuer, säger Sara Henrysson Eidvall.

Debatten kring algoritmer kontra helhetsbedömningar har pågått i flera år inom kåren. Sara Henrysson Eidvall representerar den mekaniska testningen (algoritmer), i

andra ändan står Malin Holm som jobbar med helhetsbedömning, hon gör även så kallade performancebaserade personlighetstester.

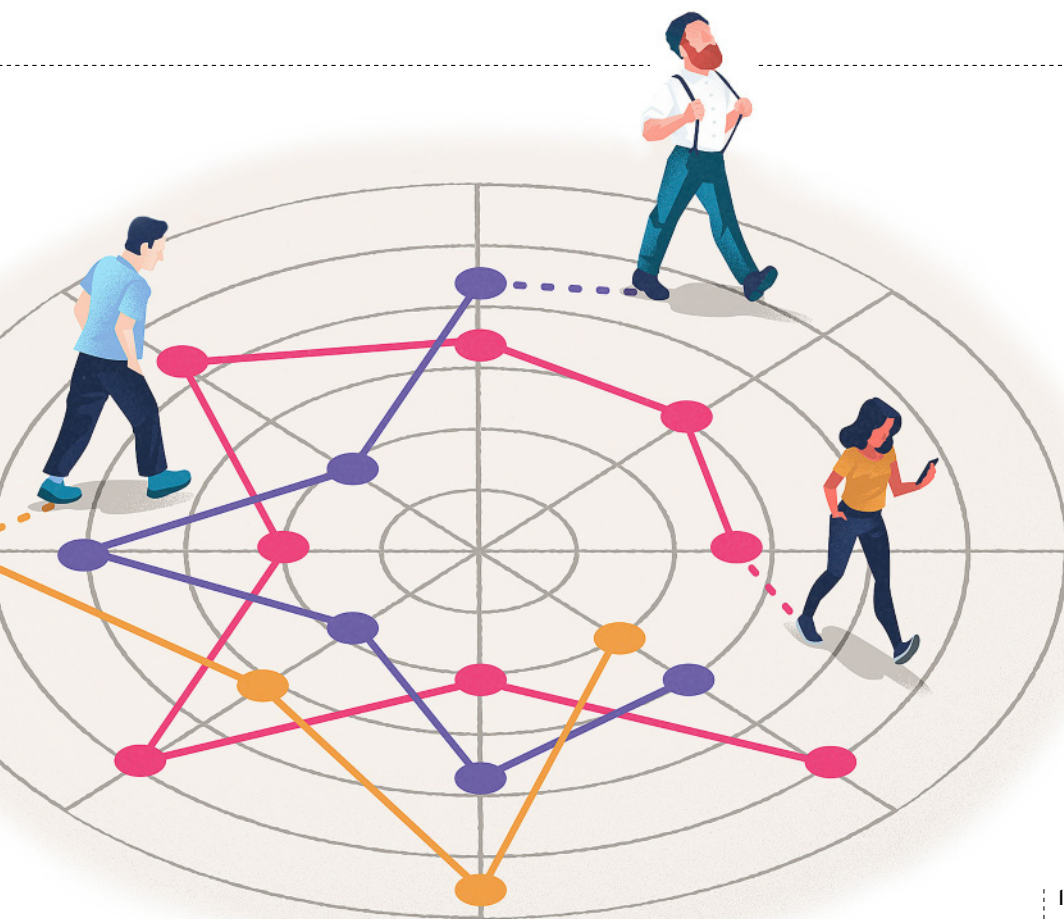
– Varje typ av test har begränsningar. Personlighetstest som femfaktortesten är självskattningar och kräver att personen vill och kan rapportera rättvisande om sig själv. Så sker ofta om man tittar på gruppnivå men det säger inget om risken att personen jag har framför mig inte gör det. Rent teoretiskt skulle vi kunna säga, att de personer som vi har störst behov av att identifiera ur ett riskperspektiv, är de som är sämst på att rapportera sanningsenligt om sig själva. De har låg självinsikt, låg ärlighet och låg tillit, säger Malin Holm.

Där är psykologens insats viktig, menar Malin Holm, att niansera bilden genom att väga resultaten från olika metoder mot varandra, inklusive intervju.

– Det finns ju en yrkeskunskap som är kopplad just till psykologer, att man har läst en vetenskaplig utbildning och sedan arbetat inom fältet, en teoretisk och praktisk grundad erfarenhet som är viktig. Allt detta samlat gör det möjligt för psykologen att tolka enskild data i det sammanhang som bedömningen gäller.

Nishteman Hosseini, psykolog

»Det är personlighet och intelligens som avgör om du blir en bra chef.«



Ovetenskapliga tester omsätter miljoner

Marknaden för testverktyg är enorm och omsätter många miljoner.

– Det är mycket skräp på marknaden som varken är granskat eller certifierat, säger Jonny Hellgren, docent på Stockholms universitet.

De senaste fem åren har 30 av landets 32 största kommuner använt sig av personlighetstester vid rekrytering. Nio av dem använder sig av icke-certifierade tester, prislappen för det låg 2019 på 15 miljoner.

– Det stora problemet är att man använder tester lite hur som helst. Tester kan ju användas på olika sätt, kanske för att jobba med grupputveckling på ett företag och då fyller de ju ett annat syfte. Men när man ska välja tester för urval ska testet vara ämnat just för urval och då är det bara tester baserade på femfaktormodellen som är ordentligt beforskade, säger Jonny Hellgren.

Han tycker sig ändå se att medvetenheten hos upphandlarna ökar. Ofta får han telefonsamtal från upphandlare som vill höra sig för kring kravspecifikationer inför upphandlingar. Då hänvisar han till det oberoende företaget Det Norske Veritas som certifierar tester.

– På deras hemsida finns en lista över vilka tester som är certifierade. Sedan kan det ju finnas evidensbaserade tester som inte finns på listan. Det är inte alltid som rekryteringsföretagen vill betala kostnaden för en certifiering.

[fotnot] Siffrorna är från en undersökning gjord av pr-företaget Greatness på uppdrag av Jobmatch Talent.

som också arbetar med rekrytering och urval, tycker inte att man ska ställa mekanisk viktning av enbart testresultat mot förekomsten av intervju eller inte. Det förenklar verkligheten och ger debatten fel fokus. Marknaden är tydlig med att de vill träffa kandidater innan de är beredda att anställa dem.

– Behovet av det mänskliga mötet kvarstår. Så vad marknaden gör är att de fortsätter med intervjuer utan någon kunskap om hur och när de bör vikta in det i hela bedömningsprocessen. Det sänker träffsäkerheten och kan bidra till att man omedvetet diskriminerar.

Hon hänvisar till den ISO-standard som utarbetats för hela rekryteringsprocessen, ISO 10667, som gäller för hela västvärlden.

– För att säkerställa att man får så bra chefer som möjligt behöver man ha en systematisk process som går att mäta, följa upp och som är likvärdig. Den behöver ock-

så vara transparent i hur bedömning och gallring av kandidater sker i olika steg utifrån definierade kriterier som baseras på forskning, säger Nishteman Hosseini.

Den interna debatten inom kåren riskerar att skapa en polarisering som gör det svårare att möta samhällets behov av psykologisk kompetens inom rekrytering, menar hon.

– De som upphandlar tjänster för chefsrekrytering saknar kunskapen och upphandlar enbart delar, till exempel arbetspsykologisk testning, av vad som egentligen är en hel process. Där har vi psykologer som grupp en viktig uppgift, att höja kunskapsnivån. Vi behöver jobba evidensbaserat och transparent i hela processen, från det att en rekryteringsannons formuleras till det att vi får den bäst lämpade kandidaten tillsatt på chefstjänsten, säger Nishteman Hosseini. ●

Sara Henryson Eidvall ordförande för Nationella föreningen för arbets- och organisationspsykologer, menar att vi alla har fördomar. Det är därför motsägelsefull information under rekryteringen måste undvikas, som att komplettera tester med intervjuer.

Så hittar du psykopaten

Var tionde chef anses ha psykopatiska drag. Flera testverktyg, så kallade darkside-tester, påstås kunna avslöja dessa.

– En psykopat framstår som charmig, men han eller hon kommer att förstöra hela verksamheten, säger Robert Hogan, professor i psykologi och grundare av Hogan Assessment.

Text: Hanna Nolin och Lennart Kriisa

Robert Hogan, på tillfälligt besök i Sverige i februari, låter sig intervjuas av Psykologtidningen på Grand Hotel i Stockholm. Robert Hogan berättar underhållande om risken med att anställa en psykopat som ledare, liksom han brukar göra under sina föreläsningar.

– Du kan aldrig lita på en psykopat. Du får inte bara din verksamhet raserad, psykopaten kan lika gärna försvinna iväg med din partner, säger han.

Robert Hogan har därför skapat darkside-tester för att identifiera psykopaten redan under urvalsprocessen. Han är övertygad om att testet fungerar.

– Psykopaten avslöjas varje gång, ingen slinker igenom, säger han.

Den svenska psykologen Michael Catenacci använder sig av Hogans deskriptiva tester. Han säger att testerna har stor potential att hitta människor med riskbeteende men menar att dessa behöver kompletteras med en intervju. Personer som inte får så höga resultat på testet kan »avslöja» riskbeteenden i en intervju.

– Det kan också vara tvärtom. Personen får höga utslag på drag



ROBERT HOGAN

som exempelvis arrogans, manipulativitet eller ombytlighet, något som indikerar att personen kan vara en riskperson. Men i en intervju kan jag ibland avfärda indikationerna eftersom dragen används »funktionellt«.

Utifrån vilka utmaningar som krävs i tjänsten kan nämligen olika drag komma till nytta på olika sätt. Personen behöver matchas utifrån kravspecifikationen för den aktuella tjänsten.

– Är det en person som ska gå i en korridor på en myndighet ska personen vara ganska strukturerad och inte vara svårstyrd. Men innebär cheftjänsten att du ska sätta upp ett nytt militärförband i ett land där det finns mycket lite av infrastruktur behöver du vara en person som kan snedda lite i kurvorna och småluga utan att det helt spårar ur.

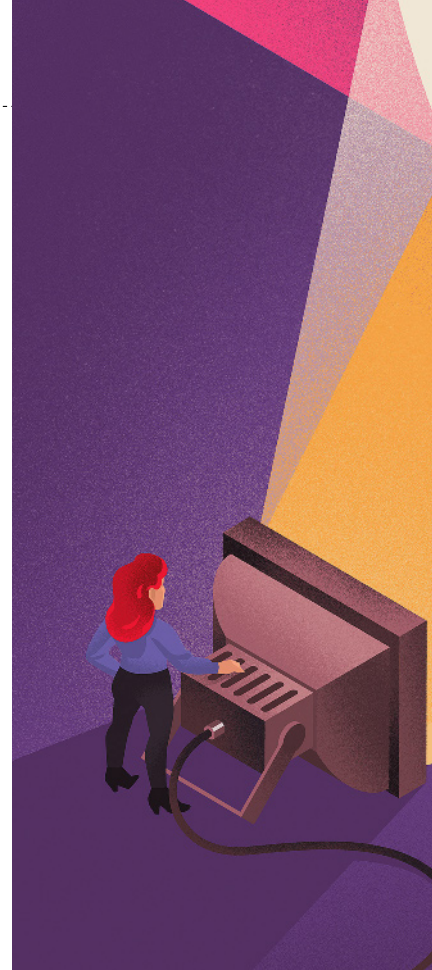
Det så kallade darkside-testet används ofta vid rekryteringar till tjänster inom säkerhetstunga branscher som totalförsvaret, banker och läkemedelsföretag. Men Catenacci menar att fler borde använda sig av testet.

– Allt fler chefer testas för riskbeteenden, men däremot inte lika många experttjänster. Urspårade

personer ställer till stor skada för verksamheten och ibland landet, det vet vi säkert. Det gäller inte bara cheftjänster utan även olika expertistjänster, bland annat inom it-sektorn.

Michael Catenacci anser att när den anställde kan få tillgång till säkerhetsklassad information, behöver man titta på såväl yttre som inre faktorer som kan skapa ett riskbeteende. Yttre faktorer kan vara olika typer av beroendeproblematik, trångmål eller om man har kriminella i sitt nätverk. Inre faktorer kan vara låg

»Urspårade personer ställer till stor skada för verksamheten och ibland landet.«





självkänsla, stort bekräftelsebehov, bristande integritet eller låg generell begåvning. Någon som ständigt har ett behov av att göra sig populär har lätt för att prata bredvid mun för att imponera. Inre faktorer kan bara en psykolog komma åt i en intervju, säger Michael Catenacci.

Men Sara Henrysson Eidvall, ordförande för Nationella föreningen för arbets- och organisationspsykologer, tycker inte att det behövs ett särskilt test för att sälla bort personer med antisociala beteenden. Ett personlighetstest baserat på femfaktormodellen räcker. Det viktiga är att man håller sig till testresultatet, och inte kompletterar med intervju.

– Psykopatiska drag gör sig bra i en intervju, de kan framstå som väldigt handlingskraftiga, ha mycket energi och vara sociala. Det är svårt att avslöja någon som lögnare. Så den som är listig kan överlista såväl psykologen som hela systemet. Kanske är det ett tecken på intelligens, säger hon. ●

5 vanliga tester

Det finns två huvudgrupper av tester:

Skattningstester görs dels enbart självskattande eller en kombination av självskattning och att andra ska skatta ens förmågor och egenskaper.

Performancetester delas in i två grupper, dels begåvnings tester, där deltagarna får lösa olika uppgifter, och dels så kallade performancebaserade personlighetstester där deltagarna ombeds rita på fri hand utifrån instruktioner. Utifrån hur personerna tar sig an uppgiften gör man en bedömning av personligheten.

1. Femfaktormodellen (Big Five)

En modell som bygger på fem faktorer som var och en utgör ett personlighetsdrag. Tillsammans ger de en bild av en individs personlighet. De fem dimensionerna är:

1. öppenhet för nya erfarenheter;
2. ordningssamhet; 3. extroversion;
4. vänlighet; 5. neuroticism. Femfaktormodellen har utvecklats under många år genom analys av begrepp i

språket som beskriver personlighet, den har testats på olika kulturer världen över, och är för närvarande den personlighetsteori som har starkast stöd i forskningen. NEOPI är världens främsta femfaktortest, utges av Hogrefe Psykologiförlaget.

Tester baserade på femfaktormodellen är självskattningstest.

2. MINT

Ett test som används för att mäta så kallad integritet, det vill säga om personen gör rätt på jobbet även när ingen tittar på. Testet är ett självskattningstest som är webb-baserat och baserat på femfaktormodellen.

3. Hogans deskriptiva skalor (HDS)

Personlighetstest (självskattande) som används för att kartlägga urspårningstendenser. Det visar hur personen reagerar vid ökad press och belastning och hur detta kan yttra sig i negativa beteendemönster på jobbet. HDS mäter 11 variabler som mäter potentiellt personlighetsproblematiska drag. De 11 variablerna är ombytlig, skeptisk, undvikande, avskärmad, passivt aggressiv, arrogant, manipulativ, dramatisk, excentrisk, perfektionistisk och osjälvständig. Två viktiga variabler för att kartlägga urspårningstendenser i arbetslivet är manipulativ (risktagande, impulsiv, förledande) och arrogant (högfärdig, övermodig, inbillad talang).

4. Myers Briggs test: Världens mest sålda personlighetstest, men saknar forskningsstöd. Har fyra binära kategorier med motsatspar: extroversion/introversion; sinnesförmåelse/intuition; tanke/känsla; bedömning/perception. Bygger på C G Jungs typologier.

5. MatriGMA, Raven och BasiQ

Intelligenstester som mäter den generella begåvningen (förmågan att kunna lösa en uppgift utan att på förhand veta hur man ska göra) på ett bra sätt. BasiQ mäter även de mer specifika faktorerna (verbal, spatial, numerisk) på ett tillförlitligt sätt. Alla IQ-tester har någon form av evidens och är performancetester. (Illustration Ravens)

[källa] Sara Henrysson Eidvall, ordförande AO, Jonas Hjalmar Blom, doktorand Stockholms universitet, Lennart Sjöberg, professor inom psykologi.

Domstol sågar arbetsgivarnas val av tester

Myndigheterna är på jakt efter arbetspsykologiska testverktyg vid chefsrekryteringar. Men flera upphandlingar har hamnat i domstol, bland annat tvingas Stockholms stad göra om hela sin upphandling.

Text: Hanna Nolin

Allt fler företag och myndigheter efterfrågar arbetspsykologiska tester vid chefsrekrytering och upphandlingarna ökar av standardiserade metoder.

– I stället för att skjuta lite från höften och anställa någon som »verkar bra«, som har ett fast handslag och möter blicken på ett sätt som känns bra, så börjar man efterfråga standardiserade metoder. Forskningen visar tydligt att dessa metoder är mer effektiva för att få rätt person på rätt plats, säger Johnny Hellgren, docent vid Psykologiska institutionen, Stockholms universitet och verksamhetsansvarig för Stiftelsen för tillämpad psykologi (STP).

Han menar att arbetsgivarna också vill ha något att falla tillbaka på om rekryteringen skulle ifrågasättas eller om de bortvalda kandidaterna börjar driva ett ärende juridiskt, exempelvis hävdar att de blivit bortvalda på grund av diskriminering.

– Då är det skönt att kunna visa på ett konkret testresultat som inte tar hänsyn till härkomst, hudfärg, kroppsbyggnad eller kön. Det finns alltså också en etisk aspekt i att använda tester, säger Johnny Hellgren. Men vilka tester och vilken



JOHNNY
HELLGREN

kvalitetsstämpel som ska gälla är inte helt tydligt. I höstas överklagade bland annat konsultföretaget AON Assessment en upphandling genomförd av serviceförvaltningen i Stockholms stad.

Anledningen var att Stockholms stad i sin kravspecifikation sagt att de arbetspsykologiska testerna ska vara granskade enligt European Federation of Psychologists' Associations (EFPA) riktlinjer och granskade av Det Norske Veritas (DNV-GL) eller motsvarande organ. AON, vars test i stället var granskat enligt Buros Center of Testing (utvecklat av American Psychologists Association (APA)), överklagade.

Argumentet var att kvalitetssäkringen var likvärdig. Och de fick rätt. Kammarrätten dömde till deras fördel och hänvisade till lagen om proportionaliteten, det vill säga att det inte fanns något hållbart argument för att Buros inte skulle vara likvärdig. Stockholms stad fick göra om upphandlingen. Jakob Andrén, psykolog och vice vd för AON är nöjd med utfallet.

»Det rimliga är att tester ska vara godkända enligt EU-standard.«

– Andra upphandlande myndigheter har inte ställt krav på att testerna ska vara godkända av EFPA. Vi ville veta om det bara ska vara upp till Stockholms stad att ställa krav och därför ville vi få saken prövad av en oberoende instans. Det finns skillnader mellan EFPA och Buros men frågan är om de är tillräckligt relevanta. Nu visar ju domen tydligt att kvalitetsgranskningen kan göras även av något som är likvärdigt med EFPA.

Jakob Andrén lyfter också upp argumentet att konkurrensen ökar när kraven breddas.

– Fler anbudsgivare deltar och myndigheten upphandlar det mest kostnadseffektiva alternativet.

Karin Toll Lane, avdelningschef för HR-service i Stockholms stad och den som gjort upphandlingen, är förvånad över domen. Det rimliga är att man ställer krav på att tester ska vara godkända enligt EU-standard, menar hon.

– Den amerikanska marknaden ser annorlunda ut när det gäller rekrytering, vilka personer man vill ha i olika roller. Det är en annan kultur, och skillnader på arbetsmarknaden ökar oftast med geografiskt avstånd. Jag kan ju inte låta bli att undra vad utslaget hade blivit om det varit en kvalitets-

säkring gjord av Sierra Leone eller Sydafrika och inte USA. Jag tror inte rätten hade dömt på samma sätt då, säger hon.

Karin Toll Lane hänvisar till att hon under förarbetet till upphandlingen inte hittat information om Buros arbete kring hur deras ramverk för att granska tester ser ut.

– Jag har jobbat med tester i tjugo år men naturligtvis är jag ändå lekman. Jag är inte psykometriker och vill alltid se att de tester jag upphandlar är kvalitets-säkrade enligt en känd modell. När jag kollade runt på nätet var det EFPA jag hittade information om. De hade en tydlig beskrivning om hur de granskar tester enligt ramverk. Om Buros hittade jag inget.

Karin Toll Lane menar att domen nu förmodligen blir ett rättesnöre för vidare upphandlingar.

– Eftersom vi fick fel i första rättsinstans kommer andra upphandlare att skriva det som vi fick skriva när vi gjort om, nämligen granskat enligt EFPA:s regelverk eller motsvarande. Men jag måste säga att jag är förvånad över utslaget.

Även Johnny Hellgren anser att domen är förvånande, och att den riskerar att undergräva arbetet för att skapa standardiseringar på marknaden.

– EFPA har ju tagit fram kriterier för bra test inom EU. De är framtagna inom EU för att vara standard så det är naturligt att det är de som gäller. Buros är ett nordamerikanskt företag som recenserar tester och sedan får kunden/brukaren själv bilda sig en uppfattning om testets kvalitéer, baserat på recensionen.

Kunskapen och medvetenheten hos upphandlaren är inte heller alltid den bästa, fortsätter Johnny Hellgren. Han tycker att ansvaret för att välja rätt test måste ligga på upphandlaren.

– Att välja test och använda test är svårt och det är bra att fördjupa sig i det och gärna utbilda sig mer, säger Johnny Hellgren. ●



»Det finns en etisk aspekt i att använda tester.«

Tredelar inom rekrytering som kan certifieras

1. Testerna

Inom EU är det EFPA som står för en kvalitetssäkring av tester, men själva certifieringen av testerna görs av ett norskt oberoende företag Det Norske Veritas (DNV-GL). På deras hemsida finns en lista över de certifierade testerna. Tidigare var det STP (Stiftelsen för tillämpad psykologi), som är kopplat till Sveriges Psykologförbund, som utförde testerna. Det finns även Buros Center of Testing som är knutet till University of Nebraska, som recenserar tester.

2. Testanvändarna

STP certifierar testanvändare. Det innebär att den som ska utföra testerna utbildar sig i testkvalitet, tolkning av resultat, resultatåterkoppling, rekryteringsprocessen generellt samt etiska spörsmål och överväganden vid personbedömning med tester. Man läser också om forskning om testning i samband med urval. Certifikatet gäller inom EU. Personlighets- och begåvnings-test dominerar i dag men även andra typer av tester diskuteras, som intressetest, motivationstest, karriärtest etc.

3. Rekryteringsprocessen

Här finns en ISO-standardisering som heter ISO 10667 som gäller för hela västvärlden. Det är alltså inte testerna och testanvändaren, utan hela rekryteringsprocessen som certifieras, från att man formulerar en kravspecifikation till att man tillsätter tjänsten.

Källa: Johnny Hellgren, docent Psykologiska institutionen, Stockholms universitet

Hur smart är det med IQ-tester?

Meningslösa eller avgörande. Experterna är oeniga om intelligensens betydelse vid en rekrytering.

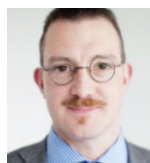
Text: Hanna Nolin och Lennart Kriisa

Vad förutsäger ett IQ-test om personen ska anställas? Ingenting, menar Robert Hogan.

– Jodå, invänder Sara Henrysson Eidvall, ordförande för Nationella föreningen för arbets- och organisationspsykologer, och ansvarig för Mensas IQ-tester.

– Intelligens är en avgörande faktor för att få bra chefer. Ju komplexare jobb desto större betydelse har intelligens, säger hon.

Men det gäller att använda rätt begåvningsmetod, den så kallade hierarkiska begåvningsmodellen. Det är test som mäter det man kal-



MICHAEL
CATENACCI

lar generell begåvning, det vill säga logiskt tänkande, förmågan »att veta vad man ska göra även om man inte vet vad man ska göra«.

– Att veta vad du ska göra utan att ha erfarenhet av det är den viktigaste delen av intelligens, säger Sara Henrysson Eidvall.

I intelligenstest mäter man även verbala, spatiala och numeriska faktorer men de har lite mindre påverkan när det gäller att få rätt person till jobbet.

– En del leverantörer har enbart deltester som exempelvis verbal faktor. Det ger inget tillförlitligt

resultat, det är den generella begåvningen som är relevant, säger Sara Henrysson Eidvall.

Michael Catenacci, psykolog och rekryterare håller delvis med, IQ-tester är bra instrument för chefsrekrytering, men de är trubbiga.

– Det har forskats på generell logisk förmåga sedan mer än hundra år och det har visat sig att man inte blir en bättre chef för att man ligger högt på den förmågan, däremot en sämre chef om man ligger signifikant under snittet. Ett test säger aldrig allt. Först när man kombinerar begåvningsstest, personlighetstest samt psykologintervju kommer man upp i träffsäkerhet vid urval.

Robert Hogan är väl medveten om att arbetsgivarna efterlyser IQ-tester vid urval.

– Vi kanske utvecklar ett test som mäter IQ. Här finns pengar att tjäna, men jag tror inte det har något värde för rekryteringen, säger han och ler klurigt. ●



FRAMTIDENS JOURNALSYSTEM

Kombinera själv vilka funktioner du vill ha.
Ingen startkostnad, ingen bindningstid.

Journal

Bokning

Fakturerings

Video & Chat

Säker inloggning

med mera

Testa själv, du är igång på 5 min.
www.kaddio.com

Erbjudande!
2 månader gratis
med kod KA20



Höj taket i samtalen om möjligheter

Fråga: Hur ska vi som psykologer tänka om vårt ansvar och våra möjligheter att hjälpa människor att ta sig igenom den förändrade tillvaro och den minskade trygghet som coronakrisen innebär?

Under en föreläsning för psykologer i Malmö för några veckor sedan - före reserestriktionerna - kommenterade en kursdeltagare att hon kunde bli frustrerad över hur ofta det pratas om etik som en reflekterande praktik, och menade att hon saknade samtal om att etik måste innebära att vi agerar, annars känns själva reflektionen närmast oetisk. Tack till den kollega som uttryckte detta! Att reflektera har naturligtvis ett värde i sig i den mån det hjälper oss att förstå och analysera en situation eller ett fenomen, men egentligen är ju reflektionen menad att leda till en handling, ett förändrat förhållningssätt - ja, till någon form av beslut som gör en avgörande skillnad.

VAD KAN SÅDANA reflekterande och agerande processer handla om just nu? Jag gissar att många av oss, liksom du som ställer frågan här, tänker mycket på hur vi kan bidra i samhället under rådande kris, såväl som privatpersoner som utifrån våra professionella kunskaper och i våra arbeten. Som medmänniskor och psykologer kan vi hjälpa andra och oss själva med det kanske svåraste; att fortsätta leva och stå ut med den radika-

la ovisshet som nu råder, och samtidigt inte glömma alla de strider människor utkämpar, som inte är relaterade till covid-19. Etiken guidar oss att fortsätta värna om mänskliga rättigheter, respekt och integritet även när världen gungar - kanske särskilt då. Den turbulenta samhällsordningen kommer troligen att kräva mer flexibilitet och fler kreativa lösningar inom alla sektorer, både under krisen och lång tid efteråt, och vi kan komma att behöva gå utanför våra professionella ramar såsom vi känner dem. En ledstjärna i denna okända terräng kan vara att utforska alternativ som vi under mer normala förhållanden skulle välja bort, och höja taket i samtal om olika möjligheter. En form av reflekterande praktik som i min erfarenhet även brukar vara hjälpsam när den tillämpas på komplexa etiska dilemman.

DET UPPSTÅR NATURLIGTVIS en mängd specifika professionella, praktiska och yrkesetiska utmaningar i denna situation, och jag vet att många fler kollegor med dig just nu vänder sig till Psykologförbundet med sådana frågor. Att slå sina kloka huvuden ihop, samtala om komplexa utmaningar och hjälpas åt med problemlösning är ju sådant jag ofta lyft i denna spalt som avgörande för patientsäkerhet och för vår egen trygghet, och detta är verkligen en tid att använda den



möjligheten. Samtidigt tror jag att det kan vara en annan typ av moraliska och mänskliga frågor som många av oss upplever som de svåraste eller viktigaste just nu, och som jag läser in i din fråga (även om den kanske också omfattar mer konkreta aspekter av att »hjälpa«). I min egen existentiella skärva av tillvaron, mer fysiskt avskärmad från människor än annars, upplever jag till exempel ett starkare behov av att känna samhörighet med andra, och av att ingå i en kollektiv strävan att dela ansvar och smärta. Jag kommer att tänka på en intervju med filosofen Emmanuel Levinas där han beskrev sina tankar om människan som moralisk varelse; »Tro är inte en fråga om existensen eller icke-existensen av Gud. Det är uppfattningen att kärlek utan belöning är meningsfull.« ●

KRISTINA TAYLOR,
ORDFÖRANDE I ETIKRÅDET

HAR DU EN FRÅGA TILL ETIKRÅDET?

Mejla: etikfragan@psykologforbundet.se

Eller skriv till:

Etikrådet, Sveriges Psykologförbund
Box 3287, 103 65 Stockholm

Du får alltid svar på din fråga. Ofta lämpar sig etiska frågeställningar bättre att samtala om, och då får du förslag på en telefontid. Om din fråga berör ett särskilt aktuellt tema publiceras svaret på denna sida.

»Patienterna har uppfattat mig som lugn och trygg. Framför allt de emotionellt instabila. Jag är lugn, jag kan till och med uppfatta mig själv som lite seg.«

Text: Anna Wahlgren Bild: Fond & Fond

När vi ses för att göra intervjun är coronakrisen ett faktum. Jag har tagit tåget från Stockholm till Uppsala där Anna Kåver bor, och vi var bara en handfull resenärer ombord. De som har möjlighet håller sig hemma, men Anna Kåver har efter en hel del funderande bestämt sig för att genomföra intervjun. Hon är försiktig, men inte den oroliga typen.

– Det kan jag väl till femtio procent tacka min biologi och genetiska utrustning för. Men till femtio procent är det här vad jag har lärt mig av mina föräldrar, mina fyra syskon och under livets gång. Mina föräldrar uppfostrade oss fritt, nästan hårdhudat, men också kärleksfullt. Jag växte inte upp med oro och ångslighet, mina föräldrar förmedlade i stället att jag har kapacitet att ta hand om mig.

Vi ses på det klassiska konditoriet Ofvandahls, här är för ovanlighetens skull gott om plats. Vi placerar oss med en och en halv

meters avstånd till varandra. Vi köper stora koppar te vid disken, Folkhälsomyndigheten har ännu inte beslutat att bara bordsbeställning är tillåten.

På morgonen har Anna Kåver gjort intervjuer med både Svenska Dagbladet och M Magasin. Tidningarna vill förklara för läsarna hur de ska orientera sig i tider av oro och ovisshet. Också patienterna hör av sig i större omfattning – de som var oroliga förut är ännu mer uppgjorda nu.

– Frågan uppstår hela tiden – hur ska man göra för att hantera sin oro? Jag brukar svara att det är självklart att vi är oroliga, att vi är programmerade för att reagera på oro. Men vi behöver inte förstärka oron genom att låta radio och tv stå på dygnet runt. Man göder oron och ångesten genom att hela tiden vara i hotkällorna. Vi behöver pausa och byta perspektiv emellanåt.

Oron var förstas ett problem redan innan coronan, konstaterar

ANNA KÅVER

ÅLDER: 67 år.

BOR: Lägenhet i centrala Uppsala. Hus på sydöstra Gotland.

FAMILJ: Gift med Göran. Dottern Sara och sonen Oskar med respektive, samt fem barnbarn.

YRKE: Legitimerad psykolog, legitimerad psykoterapeut, specialist i klinisk psykologi, certifierad handledare med inriktning på kbt, föreläsare och författare.

AKTUELL: Med boken *Dansa mjukt med tillvaron, om mening, mod och möjligheter* (Natur & Kultur) som utkommer i augusti. Är också flitigt anlitad expert i orosdebatten under coronakrisen.

Anna Kåver. De flesta psykiatriska diagnoser har en orodimension i sig.

– Jag brukar beskriva oron som det lilla vattenglasat vid den fina middagen. Det står alltid där, och det fylls på hela tiden – oavsett huvudrätten, alltså oavsett huvuddiagnosen. Min huvudrätt kan vara en svår ätstörning eller ett trauma, men jag har hela tiden det lilla vattenglasat med oro nära mig.

Anna Kåver gillar att tala i bilder.

Kanske är det intresset för att popularisera som har gjort henne så folklig och populär i bredare kretsar?

– Metaforer är bra, speciellt om patienterna känner igen sig. Jag är inte bara ute efter att ekvilibristiskt hitta tjusiga metaforer, utan det ska vara något som patienterna kan knyta an till. Metaforer brukar öka förståelsen för ens egen situation och ens problem. Dessutom brukar de hjälpa patienten att minnas.



»I grunden är vi rädda för samma saker – sjukdom, döden, att bli ensamma, att inte duga... Jag vill dela villkoren för levandet med andra.«

Anna Kåver växte upp i ett tryggt akademikerhem i Lund. Mamman var psykiater och pappan kirurg. Tillsammans hade de fem barn och marktjänsten sköttes av hembiträden. En fri, men också ansvarsfylld uppväxt. Och en perfekt grogrund för ett icke-neurotiskt förhållningssätt till livet. Men varför blir den stadiga och stabila flickan så småningom psykolog?

– Ja, varför? Jag är uppvuxen i ett hem där humanismen var ledstjärna. Man var nyfiken på människor, man jobbade med människor. Mina föräldrar var kulturella och musikaliska, och jag trivdes bra i den humanistiska sfären. Jag har alltid varit intresserad av kommunikation och språk. Hur man samtalat. Och så har jag en ådra i mig som vill andra människor väl.

Hennes första psykologjobb var som fängelsepsykolog i Gävle. Otroligt tuffa år, tänker hon i efterhand. Hon pendlade från Uppsala och på tåget hem, när arbetsdagen var slut, släppte hon ut känslorna. Hon grät och funderade över om psykologyrket verkligen var något för henne. Samtidigt vill hon inte ha åren ogjorda – på många sätt går det inte att föreställa sig en bättre skola.

– Jag lärde mig att gå emot mina egna rädslor och att kämpa i motvind. För mig var det en läroresa och jag blev ödmjuk inför vad man faktiskt kan utträtta som psykolog, vad som är möjligt givet kontexten. Psykologin är inte alltid verktyget att nå fram till människor. Jag som person kommer heller inte att klicka med alla.

Säger Anna med sin lugna röst. Hennes stillsamhet påverkar intervjun, när jag lyssnar på samtalet i efterhand noterar jag att vi talar saktare i takt med att samtalet fortskrider. Lugnet lyfter hon fram som ett karaktärsdrag. Det har hon haft användning för i sitt yrke.

– **Patienterna** har uppfattat mig som lugn och trygg. Framför allt de emotionellt instabila patienterna som är väldigt ångestdrivna och utåtagerande. Jag är lugn, jag kan till och med uppfatta mig själv som lite seg.

Anna Kåver var en av dem som tog behandlingsformen dialektisk beteendeterapi, DBT, in i svensk psykiatri. Hon var i USA i flera omgångar och utbildade sig hos professor Marsha Linehan vid universitetet i Seattle.

– I sin behandling hämtade Marsha – vilket var väldigt ovanligt på den tiden, i mitten av 1990-talet – inslag från buddhismen. Hon mediterade själv, och använde sig av meditation, och var en av de första i världen att baka in mindfulness i psykoterapi. Jag och mina kollegor lärde oss hennes metodik, vi var där i många omgångar, och sedan plockade vi metoden till Sverige. Men vi stötte på patrull inom psykiatrin först. Vad är det där för flum? Ingen trodde att vi skulle kunna lära impulsiva, suicidala borderlinepatienter att stanna upp och andas och vara närvarande.

Att ha banat vägen för DBT:n är det hon är mest stolt över i sin karriär. Och så är hon förstås nöjd

BAKGRUND

Behandlingsforskning vid Karolinska institutet i Solna och Akademiska sjukhuset i Uppsala. Arbetat mycket med suicidala och självskadande unga kvinnor. Skrivit åtta böcker inom området kognitiv beteendeterapi, varav några tillsammans med kollegan Åsa Nilssonne.

med sina populärvetenskapliga bedrifter. Att hon har lyckats nå ut till en bredare allmänhet. Hon är en flitigt efterfrågad föreläsare och hennes psykologiböcker klättrar upp på topplistorna. Boken *Att leva ett liv, inte vinna ett krig* är till exempel en av Natur & Kulturs bäst säljande psykologiböcker genom tiderna.

– Jag tror att jag har hittat en ton som gör det möjligt för människor att ta till sig budskapet. När jag började skriva sa jag att jag ville skriva för både professionen och allmänheten, ibland i samma bok. Det går aldrig, sa förlaget, du måste bestämma dig. Men jag tänkte att det måste vara möjligt att föra ut evidensbaserad forskning och slutsatser utan att läsaren är insatt i terminologin.

Drivkraften att skriva har varit stark. Anna Kåver har tyckt om att dela med sig av sina tankar till en större krets. Hon ser det som sin uppgift att använda sin yrkeskunskap till att förmedla sådant som kan vara hjälpsamt för andra.



– Vi sitter ju i samma båt, det är inte så mycket som skiljer oss åt. Även om du har panikångest och jag inte har det, så bär vi i grunden på samma rädslor. Det handlar bara om att du känner ångesten starkare eller att du inte har redskap att hantera den. Men i grunden är vi rädda för samma saker – sjukdom, döden, att bli ensamma, att inte duga... Jag vill dela villkoren för levandet med andra.

När fan blir gammal blir han religiös, och när psykologen blir gammal blir hen filosof, utbrister Anna, och konstaterar att det existentiella perspektivet har blivit allt viktigare för henne.

– De senaste åren har jag varit intresserad av gränslandet mellan psykologi och filosofi, och nu märker jag att allt fler kollegor också börjar intressera sig för filosofiska frågor. Mina patientsamtal blir mer och mer färgade av de stora frågorna: Vad är meningen för dig och ditt liv? Bär du på en rädsla för

att inte duga? För att bli ensam? Vad är lycka för dig? De här frågorna har lika stor vikt som dem som handlar om hur du ska hantera din panikångestattack.

Med den bakgrunden är det helt logiskt att Anna Kåvers nya bok handlar om psykisk och existentiell hälsa. Nu vill hon fokusera på vad vi kan lära av alla dem som inte lider av psykisk ohälsa, utan som faktiskt mår väldigt bra. Hon vill ingjuta optimism och livsglädje. Det perspektivet fattas ibland i samhällsdebatten, tycker hon.

– Det är lite Hans Rosling över det hela... i boken har jag försökt att lyfta fram våra befintliga möjligheter och peka på faktorer som är viktiga för välmående. Jag tror på att plocka fram människors positiva resurser, att inte bara fokusera på bristerna.

Efter intervjun ska Anna Kåver svara på ännu en journalists frågor om coronaoro och sprida sitt lugn. ●

ANNA KÅVERS TRE KÄLLOR FÖR INSPIRATION

ASTRID LINDGREN

Jag älskar hennes författarskap och det hon stod för. Hennes sätt att tackla livet tilltalar mig. Hennes sagor har påverkat mig och jag har läst dem intensivt för mina barn. Jag skulle också vilja påstå att hon har påverkat mig som psykolog. Hennes humanistiska inställning, framför allt till barn, har jag burit med mig under yrkeslivet.

MARSHA LINEHAN OCH ALAN FRUZZETTI

Det var Marsha som lärde mig hur jag skulle förhålla mig till de självskadande patienterna. Hon har i sin ungdom själv haft dessa problem, något som hon själv vittnar om offentligt. Att hon har tagit sig därtill till en position där hon influerar en hel psykoterpivärld är fantastiskt. Men jag vill också lyfta fram hennes tidigare medarbetare Alan Fruzzetti. Han har i mer än tjugo år tillbringat mycket tid i Sverige och hjälpt oss att implementera DBT, och har blivit en nära vän. Han är otroligt välvillig och kärleksfull och lever sitt liv som han lär.

AARON BECK

Han ses ju som grundaren av kognitiv terapi och under 1980-talet inspirerade han mig mycket. Det var då den kognitiva terapin började gifta sig med beteendeterapi och blev till kbt. Han tillförde verkligen något nytt till psykoterapi, och då ska man komma ihåg att han var psykoanalytiker från början. Han var djärv och vågade ifrågasätta sina egna hypoteser utifrån sina kliniska iakttagelser. Dessutom var han generös och öppen som person och också intresserad av mina tankegångar. Vi brevväxlade till och med under en period.

Hela Madeleine Schantz Vaken dröm utspelar sig i terapirummet.

BILD KAUSA GÖRANSSON



BILD OLOF GRIND



Psykologer som vassa karaktärer

Författaren Lydia Sandgren debuterar med boken *Samlade verk* om psykologstudenten Rakel. Hon är inte ensam om att välja en psykolog som huvudkaraktär. – De förväntas vägleda genom livets svårigheter, samtidigt är de lika ofullkomliga som alla andra, säger Lydia Sandgren.

Text: Celia Svedhem

Inom krimgenren har psykologen blivit en av de mest populära romankaraktärerna. Susanne Boll's deckare med psykologen Vera Lilja, Camilla Grebes böcker med profileraren Hanne och Helena Kubicek Boyes deckare med psykologen Anna Varga, är några exempel.

Michael Hjort och Hans Rosenfeldt skriver just nu på sin sjunde bok i serien om psykologen Sebastian Bergman.

– Vi ville bjuda deckarentusiasterna

på fördjupade perspektiv. Psykologens försök att förstå förövarna blev en ingång, säger Hans Rosenfeldt.

Madeleine Schantz, som debuterade i mars, har skrivit en bok som helt och hållet utspelar sig i terapirummet.

– Psykologen står för det kliniska. Människans behov av mätbarhet, kontroll och kategorisering, säger hon till Psykologtidningen.

Det var när Schantz kom på att hennes huvudkaraktär kunde tvingas

svara på frågor och bli avbruten av en psykolog som hon tyckte att berättelsen fick sin form och riktning.

Agnes Lidbeck skrev ifjol om psykologen Anders i *Gå förlorad*.

– Konsten och kulturen framställer många gånger människor förenklat, som goda eller onda, med helgjutna värderingar och känslor som de känner hela vägen, säger hon.

Agnes Lidbeck ville i stället visa hur



Traumatiserad psykolog som hjälper polisen är Michael Hjort och Hans Rosenfeldts framgångsrecept.

»Man kan sila övriga karaktärer genom den litterära psykologens ögon.«

Jenny Jägerfeld, aktuell med boken *Monster i terapi*.



BILD HUGO THAMBERT

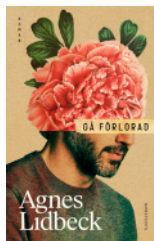
paradoxala människor ofta är. Psykologen Anders blev en möjlighet att illustrera alla motsägelser inom oss.

Jenny Jägerfeld, aktuell med boken *Monster i terapi*, tycker att det rent berättarmässigt finns vinnningar i att ha med en psykolog i en roman.

– Man kan sila övriga karaktärer genom den litterära psykologens ögon, säger hon och menar att det kan bidra till en djupare förståelse kring var och en av romanfigurerna i en bok. ●

7 aktuella böcker med psykologer i huvudrollen

Celia Svedhem, psykolog och litteraturkritiker, har läst böckerna om psykologer. Här är hennes omdömen.



Gå förlorad

Agnes Lidbeck, Norstedts

Här får vi följa Anders, en medelålders familjefar som delar psykologmottagning med sin mamma. Lidbeck ska ha sagt att hon med Anders, i denna sin tredje roman, experimenterade med hur osympatisk det gick att göra en huvudperson. Anders lever i total avsaknad av självinsikt, är på samma gång väldigt självgod och mycket osäker. Han är notoriskt otrogen och örfilar sitt barn, men ser sig själv som känslomässigt mogen och därmed också som kompetent psykolog. Det är välskrivet, men riktigt plågsam läsning. Precis som i Lidbecks tidigare romaner vilar en menkoli och handlingsförlamning i texten och hos mig som läsare uppstår en stor frustration och vilja att skaka om huvudpersonen.

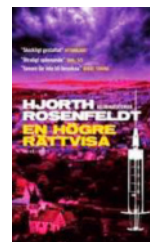


Jag ser allt du gör

Annika Norlin, Weyler

Artisten bakom Hello Saferide och Säkert! kom nu i mars med en samling noveller, en

genre som hon redan förra året visade att hon behärskade när hon vann Sveriges Radios novellpris. I bokens första novell *Bekräftaren* möter vi psykologen Charlie som har övergett det traditionella psykologarbetet och i stället skaffat sig visitkort där det står »Confirmer». För bekräftelse är ju det enda folk egentligen vill ha? Och dessutom råkar det vara det som Charlie är allra bäst på att ge. Bra dagar ser hon hur hon drar fram folks verkliga potential i ljuset, dåliga dagar känner hon sig som en prostituerad. Norlins prosa lyckas på samma gång vara både ironisk och naiv, inte alls olik texterna i hennes musik.



Serien om Sebastian Bergman

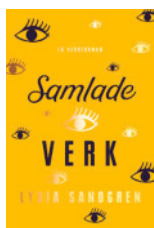
Michael Hjort och Hans Rosenfeldt, Norstedts

Av alla tiotal deckarserier med en eller annan psykolog i rollistan är detta den absolut bästa. Spänningen är på topp och en mer karismatisk psykolog än Sebastian Bergman går inte att hitta. Han är starkt traumatiserad efter att ha förlorat sin familj i tsunamin 2004 och söker ständigt ångestlindring genom sex och förförelse. I sitt arbete med gärningsmannaprofiler gör han sig omöjlig att arbeta med, trots det bjuder

»Vi ville bjuda deckarentusiasterna på fördjupade perspektiv. Psykologens försök att förstå förövarna blev en ingång.«

Hans Rosenfeldt som tillsammans med Michael Hjort skriver böckerna om psykologen Sebastian Bergman.

polisen in honom gång på gång eftersom hans hjälp är ovärderlig för utredningarna. Den sjätte boken i serien *En högre rättvisa* kom 2018 och den sjunde boken beräknas komma nu till hösten.



Samlade verk

Lydia Sandgren,
Albert Bonniers förlag

En maffig och vidsträckt roman om familjen Berg. En berättelse som inte gör sig någon brädska utan tecknar varenda karaktär nyanserat och omsorgsfullt. Mamma Cecilia är försvunnen sedan 15 år och pappa Martin lever på hoppet om att dottern Rakel en dag ska ta över hans bokförlag. När hon i stället berättar att hon kommit in på psykologprogrammet försöker han trösta sig med tanken att »en psykologexamen kan komma förlaget till godo eftersom de känsliga författarna behöver manövreras genom skrivandets alla stadier med takt och försiktighet«. I övrigt märks inte Rakels psykologstudier särskilt mycket, det gör dock författarens. Det är en bok mättad av undertexter och med stor medvetenhet

om hur olika människors erfarenheter påverkar deras uppfattningar om nuet. Om någon kritik ska framföras mot detta imponerande familjeepos till debut, så är det att författaren och psykologen Sandgrens insikter emellanåt känns brådmogna hos den 24-åriga fiktiva psykologstudenten.



Vaken dröm

Madeleine Schantz,
Wahlström & Widstrand

Maren sitter hos en psykolog och försöker berätta om en traumatisk händelsekedja, men psykologen som intervjuar henne med hjälp av en diagnosmanual vill bara ha raka svar på sina frågor. De pratar hela tiden om och förbi varandra på ett sätt som för tankarna till Samuel Becketts *I väntan på Godot*. Maren berättelse är osammanhängande, poetisk och våldsromantisserande. Psykologen förblir i princip bara sitt SCID-II-formulär som emellanåt frågar sin patient om hon behöver ett glas vatten. Efter denna första utredningssession är boken slut, eventuell diagnos överlämnas helt åt läsaren att ställa.



Min perfekta man

Bengt Ohlsson, Bonnier Bookery
Psykologen Jasmine lever ihop med den helt perfekta Adrian och jobbar med partierapier. I denna introspektiva berättelse får läsaren följa Jasmynes många funderingar kring hur hon uppfattas både som privatperson och psykolog. En dag kommer det krisande paret Silvio och Filipa till hennes mottagning och motvilligt märker Jasmine hur attraherad hon blir av Silvio. Detta väcker ännu fler funderingar hos Jasmine; hur får man bete sig som psykolog, vilka känslor får man ha? Och vad gör man om det visar sig att man inte alls klarar av att leva som man lär? En kortroman av Bengt Ohlsson som enbart finns som ljudbok och e-bok.



Terapeuten

Helene Flood, Polaris

Denna norska författare, tillika psykolog och traumaforskare, kom ut med sin första spänningsroman på svenska i januari. Psykologen Sara tar emot unga patienter hemma i villan. Plötligt en dag försvinner hennes man och andra oförklarliga saker börjar ske i det stora huset. En berättelse med frågeställningar kring gott och ont, och som sig bör i en psykologisk thriller; vem som egentligen går att lita på?

I psykologen
Lydia Sandgrens
debutroman är
huvudpersonen
psykologstudent.



BILD EMELIE ASPLUND

Replik Lågaffektiva psykologer:

»Vi har inte lagt en krona på marknadsföring«

Vi välkomnar debatt och diskussioner. Vi tycker dock att de bör vara informerade och inte bestå av påhopp och osanningar, skriver Nätverket Lågaffektiva psykologer i en replik till Sveriges kliniska psykologers förening och Olle Wadström.

Olle Wadströms artikel ställer en fråga till oss som vi gärna besvarar: Jo, en del av oss är inlästa på tillämpad beteendeanalys. Och vi känner till många single case-studier som stödjer olika mekanismer i lågaffektivt bemötande. Det är en del av av det vetenskapliga stöd vi anser att metoden har. Mycket av utvecklingen av lågaffektivt bemötande på 1990-talet byggde på tillämpad beteendeanalys. Vi ser dock inget större värde i att gå omvägen via tillämpad beteendeanalys i vår rådgivning. Det är betydligt enklare att beskriva lågaffektivt bemötande på andra sätt. Sedan beskriver Wadström att det kan finnas risk för negativa konsekvenser av lågaffektivt bemötande. Vi ser gärna dokumentation för de risker Wadström antyder.

Vi vill också bemöta och kommentera Styrelsens för Sveriges kliniska psykologers dubbla anklagelse om offensiv marknadsföring och avsaknad av vetenskaplig förankring: »Det vi vänder oss mot i detta sammanhang är att legitimerade psykologer offenserar marknadsför och implementerar psykologiska metoder som saknar vetenskaplig förankring.«

Lågaffektivt bemötande bygger på psykologisk forskning och teoribildning. Begrepp som affekt-smitta är beskrivet i experimentell forskning sedan 1800-talet (se till exempel Olszanowski, Wróbel & Hess 2020 för en aktuell genomgång

av forskningsläget). Fysisk närhet har i experimentella studier visat sig öka risken för våld (se till exempel Kinzel 1970 och Hayduk 1983). Så metoden har en tydlig vetenskaplig förankring. Fast det är nog inte det Styrelsen menar. De vänder sig nog mot bristen på effektforskning. Både de de-eskalering och avledande metoder som lågaffektivt bemötande till stor del består av har dock utvärderats i studier, både i de single case-studier av enstaka mekanismer som Wadström hänvisar till och i mer direkt lågaffektiva single case-studier (som till exempel McDonnell et al 1998).

Även på gruppnivå finns studier som visat på goda resultat av de-eskalering och avledande metoder (till exempel Nau et al 2010) och en aktuell systematisk review-artikel konkluderar att de-eskalering minskar skador på både personal och klient, sjukskrivningar och personalgenomströmning samt minskar incidenters styrka (Engel, McManus & Herald 2020). Metoderna för hantering av aktivt våld har utvärderats med positiva resultat i single case-studier (till exempel McDonnell et al 1998) och i enstaka studier på gruppnivå (till exempel McDonnell et al 2007).

Det finns även formella utvärderingar av hela det lågaffektiva paketet med positiva resultat (till exempel danska socialstyrelsens och University College Copenhagens utvärdering: Ertman et al 2015). Vi rekommenderar alltså en metod där vi anser att det finns en växande evidensbas i paritet med många andra metoder som utvecklats. Vi arbetar själva ständigt som scientist-practioners och utvär-



Bo Hejlskov Elvén, företrädare för nätverket för lågaffektiva psykologer.

»Metoden har en tydlig vetenskaplig förankring.«

derar löpande de insatser vi gör. Som psykologer ska, enligt evidensbaserad praktik. Sedan ser vi fram emot mer forskning i lågaffektivt bemötande, även effektforskning.

Påståendet om offensiv marknadsföring är helt enkelt inte sant, utan ett i bästa fall slarvigt vidareförande av Isak Skogstads anklagelse mot Bo Hejlskov Elvén 2019, att marknadsföra implementering av lågaffektivt bemötande mot skolan. Detta var en del av Isak Skogstads och Liberalernas kampanj för införandet av auktoritära metoder och utökade befogenheter att använda våld i skolan.

Bo Hejlskov Elvén har dock inte lagt en krona på marknadsföring av implementering av lågaffektivt bemötande i skolan. Vad vi känner till har inga legitimerade psykologer lagt en enda krona på marknadsföring av lågaffektivt bemötande i Sverige. Därför syns inga annonser för utbildning i lågaffektivt bemötande i Psykologtidningen heller. Vi har sett annonser för organisationens Läras utbildningar i lågaffektivt bemötande riktat mot LSS-personal, men i de utbildningarna är inga psykologer involverade.

Enskilda psykologers annonsering av sin kompetens och vad de erbjuder på egna hem- och facebooksidor torde knappast vara att betrakta som »offensiv marknadsföring« eller vara Styrelsens för Sveriges kliniska psykologers avsikt att tysta?

Att utveckla forskningsstödda metoder för att hantera utmanande beteenden på sätt som är etiska och minimerar risken för våld och skador, är brådskande. Vi som arbetar med lågaffektiva metoder har vikt vår profession åt detta. Vi välkomnar debatt och diskussioner. Vi tycker dock att de bör vara informerade och inte påhopp och osanningar. ●

Nätverket Lågaffektiva psykologer.

Fotnot: Referenser finns på Psykologtidningen.se.

Psykologisk behandling i psykiatrisk heldygnsvård kräver flexibilitet. När inne-
liggande patienter erbjuds
kvalificerad behandling är det
oftast av öppenvårdens psyko-
loger, men som regel erbjuds
ingen psykologisk behandling
alls. ACT har visat sig vara
lovande i psykiatrisk heldygns-
vård, skriver psykologen
Mårten Tyrberg, som här
redogör för en ACT-studie vid
heldygnsvården i Västerås.



Psykiatrisk heldygnsvård är en notoriskt komplex kontext^[1]. Patienterna som vårdas där vill ofta inte vara där, befinner sig i akut kris och har multipla diagnoser. En annan utmaning är kulturell. Av tradition som sträcker sig tillbaka till tiden innan psykiatrireformen, präglas avdelningar ibland av en slags observationskultur. Interaktioner som syftar till förändring eller påverkan är mindre vanliga. Ytterligare utmaningar är organisatoriska. Ofta är bemanningen på avdelningarna instabil och inte organiserad för terapeutiska samtal. Kompetens är en annan utmaning. Personalen på avdelningarna har i de flesta fall inte någon terapeutisk utbildning.

Psykologisk behandling i psykiatrisk heldygnsvård kräver flexibilitet. Arbetet kan ske på tre nivåer^[2]. Direkt arbete genom face to face-samtal med patienten. Indirekt arbete handlar om samarbete med övrig avdelningspersonal, framför allt sjuksköterskor och mentalskötare. Det kan exempelvis ske på rond, i handledning eller i samband med utbildningstillfällen. Strategiskt arbete riktar sig mot organisationen, genom försök att skapa förutsättningar för psykologiskt behandlingsarbete på avdelningen.

Färre återinläggningar

Det finns lyckade exempel på hur psykologisk behandling på framför allt direkta och indirekta nivåer har tillämpats. Cuijpers et al.^[3] sammanfattar i en metaanalys tilläggs effekterna av kbt för inneliggande patienter med djupa depressioner, jämfört med sedvanlig vård. Författarna konstaterar att effekten är liten men robust (Hedge's $g = 0.29$). I två amerikanska RCT-studier^[4,5] prövades ACT i kortformat (3–4 sessioner) för heldygnsvårdade psykospatienter och behandlingen var effektiv både avseende återinläggningsgrad och psykiatriska symtom.

Utbildningen av avdelningarnas sjuksköterskor och mentalskötare i terapeutisk teknik har utvärderats i flera projekt^[2]. I vissa fall användes en stegvis modell, där samtliga i en personalgrupp fick grundläggande utbildning i terapeutiskt förhållningssätt, stress och sårbarhetsmodellen, och andra generella färdigheter^[6]. Nästa nivå gavs till enbart legitimerad personal och innefattade också riktat terapeutiskt arbete med påträngande röster och tankar. Den högsta

nivån gavs till en utvald grupp av särskilt intresserad personal och innebar ytterligare träning i terapeutisk teknik inklusive klinisk handledning. Två faktorer tycks vara centrala för att implementeringen av utbildning ska bli framgångsrik: stöd från ledningen och stabil bemanning på avdelningen.

På de flesta heldygnsvårdavdelningar i Sverige saknas psykologer. Det innebär att om inneliggande patienter ska kunna erbjudas kvalificerad psykologisk behandling får öppenvårdens psykologer engageras. Ibland kan en pågående behandling kontakt upprätthållas genom att psykologen besöker patienten på avdelningen. I många fall är detta svårt. Ett skäl är att patienten anses för sjuk för att tillgodogöra sig behandling. Ett annat skäl kan vara praktiskt; det är inte säkert att det finns utrymme för avdelningsbesök i tidboken. Även om det finns fall där det går utmärkt för öppenvårdspsykologen att upprätthålla behandling under inneliggande vård, saknar en stor del av heldygnsvårdens patienter fast öppenvårdsbehandlare. En del av dem är helt nya för psykiatrin. Andra har haft, men avslutat, öppenvårdskontakt, eller har bara gleasa besök på sin mottagning och därmed ingen stadig behandlare. Många av heldygnsvårdens patienter är också så kallade svåra fall, med mängder av öppenvårdskontakter under lång tid, men där ändå ingen stabil behandling kunnat inledas. Ofta är också diagnostiken hos de inlagda patienterna oklar, vilket kan komplicera frågan om mottagningstillhörighet. Sammantaget är tyfallet att en inlagd patient inte erbjuds psykologisk behandling under vårdtiden.

ACT vid direkt och indirekt behandlingsarbete

På Vuxenpsykiatriska kliniken vid Västmanlands sjukhus i Västerås har ett **projekt** genomförts i syfte att ge heldygnsvården mer och bättre innehåll. Utgångspunkten var att det finns forskning som visar att 1) effektiv psykologisk behandling går att tillämpa i heldygnsvård och 2) det tycks gå att använda den terapeutiska potentialen hos avdelningarnas kärnpersonal på ett bättre sätt om de får rätt utbildning. Projektet hade som ambition att tillämpa både direkt och indirekt psykologiskt behandlingsarbete. Det gick redan vid projektets start att läsa sig till i litteraturen att bäge sannolikt behövs för en maximalt effektiv psykologisk heldygnsvård. Vikten av att påverka avdelningskontexten som helhet blev än tydligare när arbetet med projektets första studie, som inriktades på direkt psykologisk behandling, satte igång.

Det övergripande syftet var att undersöka om ACT gick att tillämpa som en brett applicerad behandlingsmetod på en heldygnsvårdavdelning för

»Projektet ingick i doktorsavhandlingen *Bringing psychological treatment to the psychiatric ward. Affecting patients, staff, and the milieu*, Stockholms universitet, 2019.

»Patienter som fått ACT på avdelningen klarade sig längre utan heldygnsvård under en tremånaders uppföljningsperiod.«

psykopatienter. ACT valdes på grund av det stöd som modellen fått i [tidigare forskning](#)^[4,5]. Men valet baserades också på kliniska erfarenheter hos författaren. För en grupp patienter med så komplex problematik som psykos, har ACT visat sig kliniskt användbart tack vare sin inneboende flexibilitet. Psykopatienter är en heterogen grupp där symtombilden skiftar från patient till patient. Behandlingsmodellen behöver därför vara anpassningsbar. Det är också författarens erfarenhet att själva heldygnsvårdskontexten ställer liknande krav på behandlingsmodellen med tanke på att miljön kraftigt varierar (beläggningssmässigt, personalmässigt, vårdplaneringsmässigt).

Ledde till mindre heldygnsvård

Projektets första studie syftade till att undersöka om individuell korttidsbehandling med ACT, i tillägg till sedvanlig avdelningsvård, dels var praktiskt genomförbar och dels hjälpsam för patienterna^[7]. Totalt 21 patienter med psykosdiagnos randomiserades till antingen sedvanlig avdelningsvård eller i genomsnitt två sessioner ACT under vårdtiden på avdelningen. Det ACT-protokoll som användes baserades på en av de tidigare ACT-i-heldygnsvårdstudierna^[5]. Principen var att varje enskild session i möjligaste mån skulle innehålla samtliga komponenter i den grundläggande ACT-modellen^[8]. Varje session innehöll i någon utsträckning psykoedukation om psykos, presentation av ACT-modellen, defusions- eller acceptansövning, tydliggörande av värden, sessionsammanfattning och formulering av mellan-sessionssuppgift. För en enskild avdelningspatient kan vårdtiden vara svår att uppskatta, och för gruppen avdelningspatienter som helhet varierar vårdtiden mellan något och ett antal dygn. Med ett principstyrt protokoll där varje session kunde vara en fullständig behandling, säkerställdes att även de patienter som skrevs ut från avdelningen efter kort tid kunde inkluderas i studien. Ett maxantal på fyra sessioner baserades också på de tidigare två studierna.

I likhet med tidigare studier visade projektet att de patienter som fått ACT på avdelningen klarade sig längre utan heldygnsvård under en tremånaders uppföljningsperiod. Skillnaden var signifikant i den

« I studien visade ACT-gruppen större förbättringar gällande bland annat affektiva symtom och svårigheter kopplade till hallucinationer. Även andelen som åter behövde sjukhusvård efter fyra månader var lägre i ACT-gruppen, men den skillnaden var inte statistisk signifikant.

analys som kontrollerade för ålder, kön och skattning av värdebaserat leverne innan behandlingen. Resultaten visade också trendmässiga positiva effekter för ACT-gruppen vad gällde värdebaserat leverne, även om också kontrollgruppen förbättrades.

Under arbetet med den första studien blev betydelsen av den kontext som möter patienterna mellan de psykologiska behandlingssamtalen allt tydligare. Liksom vid all psykologisk behandling är den tid som tillbringas hos psykologen bara en bråkdel av dygnets 24 timmar. Indirekt psykologiskt behandlingsarbete är ett sätt att möta detta dilemma. Därför syftade projektets andra studie till att undersöka om det var genomförbart och effektivt att implementera fokuserad ACT-utbildning och ACT-handledning riktad till kärnpersonalen på samma psykosavdelning där patienterna i den första studien vårdades^[9].

Hela personalstyrkan (totalt 20 personer) fick delta i en tvådagars ACT-workshop, där syftet dels var att introducera den grundläggande ACT-modellen och dels att specifikt träna personalen i att använda den i sin vardag på psykosavdelningen. Ambitionen var att hjälpa dem hålla modellen i bakhuvudet när de interagerade med patienter i sin arbetsvardag, och alltså inte att hålla regelrätta behandlingssamtal. Strukturen för workshopen var en förenklad ACT-modell där de ursprungliga sex processerna (acceptans, defusion, närvaro i nuet, själv som kontext, värden och ändamålsenligt handlande^[8]) kokats ned till tre: öppen, medveten och aktiv. Ledstjärnan för workshopen var förenkling för att möjliggöra för så många som möjligt att tillägna sig principerna trots att ingen av dem hade formell utbildning i psykologisk behandling. En annan princip för workshopen, och för ACT rent allmänt, var att vi sitter i samma båt som patienterna. Modellen är tillämpbar på oss själva som personal, likväl som på patienterna. På det sättet introducerades ACT också som ett verktyg för att hantera egen stress eller oro på arbetet.

Personalen förändrade sitt beteende

Resultaten av den andra studien visade att vissa ur personalgruppen på ett tydligt sätt förändrade sitt beteende gentemot patienterna efter workshopen

jämfört med före, så att de agerade mer ACT-konsekvent och därmed potentiellt kunde stödja den individuella behandlingen. Hos andra syntes inga tydliga förändringar. Detta sågs som en effekt av varierande motivation, men också av att andra faktorer i avdelningsmiljön (in- och utskrivningar, skiftande bemanning, ständigt beroende av hyrpersonal) över-skuggade eventuella inlärnings effekter.

För att undersöka ACT-modellens potential att fungera som ett verktyg för personalen att hantera egen stress och oro, mättes också personalen före och efter workshopen med avseende på arbetsrelaterad acceptans. Resultaten visade att acceptansen ökade något, jämfört med en icke-randomiserad personalgrupp på en grannavdelning, även om skillnaderna var mycket små.

För att också fånga upp de historier om hur ACT-modellen upplevdes fungera som författarna fått ta del av i samband med utbildningar, handledning och andra besök på avdelningen, designades den tredje studien i projektet som en kvalitativ intervjustudie^[10]. Fokus var på vilket sätt, om alls, personalen hade upplevt ACT-modellen som användbar och på vilket sätt de upplevt den som svår att använda. Resultaten avtäckte både aspekter av användbarhet och svårighet. I den mån modellen upplevdes som användbar kunde den användas för att hjälpa patienter handskas med sina symtom, som ett sätt att berika rutinarbetsuppgifter på avdelningen och för att handskas med egen stress. Svårigheter i att använda modellen handlade dels om upplevd tidsbrist, dels svårigheter att förstå modellen som sådan, och dels det faktum att patienterna på avdelningen var så pass svårt sjuka.

Viktigast att *något* implementeras

Projektets tre studier kan sammantaget ses som en ram för ett möjligt psykologiskt behandlingssystem i heldygnsvården, där man tar hänsyn till hela kontexten. ACT är ett sätt att möta de många utmaningarna i heldygnsvården, och tycks vara en modell som lämpar sig väl både för direkt och indirekt behandling.

Men med utgångspunkt i hur verkligheten ser ut på de flesta heldygnsvårdavdelningar är det centrala

sannolikt inte att implementera ACT framför andra möjliga behandlingsmodeller, utan att implementera något. Och detta något bör vara en modell som är transdiagnostisk, flexibel och relativt lätt att ta till sig för utbildad personal. Vi behöver närma oss heldygnsvårdens patienter med en tydlig föresats att skapa förändring.

Mårten Tyrberg

Psykolog, psykoterapeut, specialist
i klinisk psykologi, fil.dr

Referenser

1. Folke F, Kanter JW & Ekselius L. Integrating behavioural activation into acute inpatient services. *Journal of Psychiatric Intensive Care*, 2018;12(2), 109-118.
2. Clarke I & Wilson H. (Eds.). *Cognitive behavioral therapy for acute inpatient mental health units*. 2009. Hove: Routledge.
3. Cuijpers P, Clignet F, van Meijel B, et al. Psychological treatment of depression in inpatients: A systematic review and meta-analysis. *Clin Psychol Rev*, 2011;31(3), 353-360.
4. Bach P & Hayes SC. The use of acceptance and commitment therapy to prevent the rehospitalization of psychotic patients: A randomized controlled trial. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 2002;70(5), 1129-1139.
5. Gaudiano BA & Herbert JD. Acute treatment of inpatients with psychotic symptoms using Acceptance and Commitment Therapy: pilot results. *Behav Res Ther*, 2006;44(3), 415-437.
6. McCann E & Bowers L. Training in cognitive behavioural interventions on acute psychiatric inpatient wards. *Journal of Psychiatric and Mental Health Nursing*, 2005;12(2), 215-222.
7. Tyrberg MJ, Carlbring P & Lundgren T. Brief acceptance and commitment therapy for psychotic inpatients: A randomized controlled feasibility trial in Sweden. *Nordic Psychology*, 2017;69(2), 110-125.
8. Hayes SC, Strosahl KD & Wilson KG. *Acceptance and commitment therapy. An experiential approach to behavior change*. New York: Guilford Press, 1999.
9. Tyrberg M J, Carlbring P & Lundgren T. Implementation of acceptance and commitment therapy training in a psychiatric ward: feasibility, lessons learned and potential effectiveness. *Journal of Psychiatric Intensive Care*, 2017;13(2), 73-82.
10. Tyrberg MJ, Carlbring P & Lundgren T. Usefulness of the ACT model for nurses in psychiatric inpatient care: A qualitative content analysis. *Journal of Contextual Behavioral Science*, 2017;6(2), 208-214.



MÅRTEN TYRBERG

»ACT är ett sätt att möta de många utmaningarna i heldygnsvården och lämpar sig väl både för direkt och indirekt behandling.«

»Sömnkvalitet hos mycket små barn är nära knutet till förmågan att reglera känslor när barnen blivit något äldre.«

ÅSIKTER PÅVERKAS AV EMOTIONELL FÖRMÅGA

> Personer med låg emotionell förmåga är mer benägna att ha auktoritära åsikter, visar ny forskning. I studien jämfördes den politiska ideologin med den emotionella förmågan hos 983 vuxna personer i Belgien. De som skattades lägre för emotionell förmåga och förståelse tenderade att skattas högre för högerpolitiska auktoritära ståndpunkter, sett till en vilja att underkasta sig politiska auktoriteter och uttrycka fördomar och en fientlighet mot andra grupper. Tidigare studier har visat liknande samband mellan lägre kognitiv förmåga och uttryck för bland annat fördomar.

Studien *The relationship between emotional abilities and right-wing and prejudiced attitudes* är publicerad i tidskriften *Emotion*.

EMOTIONS-REGLERING SÄMRE VID SÖMNBRIST

> Det finns ett samband mellan sömnkvalitet under de första levnadsmånaderna och oro och beteendeproblem vid två års ålder. Närmare 1 700 föräldrar fick i studien svara på ett frågeformulär om barns sömnvanor då barnen var 3, 8, 18 och 24 månader. Då barnen var 24 månader komplettera-

des frågeformulär om emotionella och beteendemässiga symtom, och 950 föräldrar svarade även på det.

Forskarna fann ett starkt samband mellan dålig sömn (frekventa uppvaknanden under natten) och emotionella och beteendemässiga symtom vid 24 månaders ålder. Barn som uppvisade korta sömnperioder, som behövde lång tid för att somna in och dessutom ofta vaknade under natten, uppvisade även svårighet att reglera emotioner, exempelvis starka uttryck för ilska.

Resultaten visar att sömnkvalitet hos mycket små barn är nära knutet till förmågan att reglera känslor när barnen

blivit något äldre, uppger forskarna, som pekar på både genetiska och miljömässiga faktorer som tänkbara förklaringar till sömnproblemen.

Studien *Parent-reported early sleep problems and internalising, externalising and dysregulation symptoms in toddlers* är publicerad i *BMJ Paediatrics Open*.

BARN MED FETMA SÄRSKILT UTSATT

> Flickor med fetma har 43 procent högre risk för ångest och depression än flickor från den allmänna befolkningen, medan pojkar med fetma har 33 procent högre risk att drabbas än andra pojkar. Det visar en studie

från Karolinska institutet och som baseras på över 12 000 barn mellan 6 och 17 års ålder som behandlats för fetma. Barnen jämfördes med en matchad grupp på 60 000 barn i den allmänna befolkningen. Sambandet bestod efter att forskarna justerat för andra riskfaktorer som bland annat neuropsykiatriska diagnoser, familjehistoria med ångest och depression och socioekonomisk status.

Resultatet pekar på den utsatta situation som många barn med fetma befinner sig i. Ångest och depression vållar känslomässig och fysiologisk stress och lidande, vilket också kan försvåra behandling mot fetma, uppger forskarna



bakom studien. Det är därför viktigt att barn med fetma erbjuds adekvat och långsiktig behandling tidigt i livet för att minska dessa risker. Att vissa regioner i Sverige inte erbjuder någon behandling alls för barn med fetma är djupt oetiskt, menar forskarna.

Studien *Anxiety and depression in children and adolescents with obesity: a nationwide study in Sweden* är publicerad online i tidskriften BMC Medicine.

VÄLGÖRANDE ATT VARA EXTROVERT

> Ett påtvingat extrovert beteende, med ökad pratsamhet och utpräglad självsäkerhet, ger positiva effekter på det psykiska välmåendet. Det framgår av en studie med amerikanska grundskoleelever.

De 91 eleverna som deltog i studien fick på förhand veta att tidigare studier visat att såväl extrovert som introvert beteende är välgörande. Nu uppmanades hälften av gruppen att under en vecka vara så pratsamma, spontana och uppvisa så stort självförtroende som möjligt. Den andra hälften uppmanades att vara så tysta och reserverade som möjligt. Efter en vecka uppmanades respektive grupper att anta den andra gruppens beteenden. Resultatet visade att den extroverta veckan hade en rad positiva effekter efter att studien avslutats, såsom förbättrat välmående och ökad kontakt med andra elever. Det oavsett vilken personlighet som var den normala för respektive elev. Den »introverta veckan« gav motsatta effekter.

Studien *Experimental manipulation of extraverted and introverted behavior and its effects on well-being* är publicerad i Journal of Experimental Psychology: General.

BILD PRIVAT



SEBASTIAN CANCINO MONTECINOS:

»DET SKA VÄLDIGT MYCKET TILL INNAN VI ÄNDRAR STÅNDPUNKT.«

Det kan vara positiva emotioner som leder till en attitydförändring vid kognitiv dissonans, inte negativa som tidigare forskning antytt. Det visar en doktorsavhandling av psykologiforskaren Sebastian Cancino Montecinos.

Kognitiv dissonans, konflikten mellan exempelvis handling och grundläggande värderingar, har varit ett begrepp inom psykologin sedan 1950-talet. Kopplingen mellan kognitiv dissonans och emotioner och emotionsreglering kan spela en viktig roll inte minst för politiska ställningstaganden, menar Sebastian Cancino Montecinos. Hur mycket negativ publicitet kan till exempel USA:s president Donald Trump få innan hans följare väljer att överge honom?

– Det handlar om ståndpunkter som internaliseras som en del av en själv. Vi vill ha en koherent världsbild och förståelse av oss själva, och det ska väldigt mycket till innan vi ändrar ståndpunkt, säger han.

I APRIL DISPUTERAR Sebastian Cancino Montecinos, Psykologiska institutionen vid Stockholms universitet, på en doktorsavhandling om kognitiv dissonans i förhållande till bland annat emotioner och emotionsreglering.

– Man kanske ska se kognitiv dissonans som en del av emotionsregleringskonceptet. Trots att man initialt upplever negativa emotioner i början av en dissonant situation så kommer vissa att börja reflektera över situationen och skifta perspektiv och uppleva mer positiva emotioner, säger Sebastian Cancino Montecinos.

Det är dessa positiva emotioner, inte de initialt negativa, som ligger till grund för en attitydförändring, visar hans forskning. Utvecklingen av emotioner vid dissonanta situationer är därför en mer dynamisk process än vad man tidigare trott.

Enligt dissonansteorins trappa upplever man först negativa emotioner då man blir medveten om att man agerat på ett sätt som går stick i stäv mot ens attityder. Därefter försöker man reducera dissonansen och de negativa emotionerna. Enligt vedertagen teori bör det därför finnas en korrelation mellan negativa emotioner och efterföljande attitydförändringar.

– Jag visar att det förmodligen inte är så. Men det kausala sambandet är svårt att fastslå, ändrar du attityd är ju sannolikheten större att du känner positiva emotioner, säger Sebastian Cancino Montecinos.

FÖR ATT MÄTA intensiteten i den affektiva reaktionen fick deltagarna, studenter på universitetet, gradera en rad emotioner under pågående experiment. Den experimentella manipulationen bestod av att i skrift argumentera för något som stred mot den egna uppfattningen, i detta fall argument för reducerade CSN-bidrag vid missade tentamina.

Sebastian Cancino Montecinos lyfter även fram betydelsen av ödmjukhet då man drar slutsatser av den här typen av forskning, att resultat uppnås under specifika förutsättningar.

– När det handlar om dissonansforskning måste man resonera kring resultat utifrån ett logiskt såväl som ett filosofiskt perspektiv, och ställa frågor om vad man menar med kognitiv dissonans och emotionsreglering. Genom att välja vissa mått och vissa statistiska verktyg stänger jag dörrar för alternativa tolkningar av resultat, säger han.

Disputationen sker digitalt med både opponent och betygsnämnd närvarande online. Titeln på avhandlingen är *New perspectives on cognitive dissonance theory*.

● Peter Öm

Kompass i klurig diagnostik

När jag gick psykologprogrammet för 15 år sedan och skulle lära mig psykiatrisk diagnostik gjorde jag som många andra psykolog- och läkarstudenter: jag köpte kortversionen av DSM-IV och började nöta diagnoskriterier. Jag fick massor av utantillkunskaper av att göra det. Problemet var att jag inte hade en susning om hur jag skulle använda dessa kunskaper i praktiken.

Några patienter jag träffade kvalade in på tio olika diagnoser, andra verkade inte passa in på någon diagnos alls. En del patienter förstod jag inte över huvud taget. Precis som för många andra nybakade psykologer blev jag bättre med tiden på diagnostik, men det tog många år av hård träning.

OM MAN VILL lära sig diagnoskriterier för olika psykiatriska tillstånd finns det ett flertal olika böcker tillgängliga i handeln. Något som saknats är en bok som går igenom hur man som kliniker gör för att ställa diagnos.

HANDBOK I KLINISK PSYKIATRISK DIAGNOSTIK.
MATS ADLER,
PSYKIATRIUTVECKLING SVERIGE AB AB, 2019

Vad ska man leta efter när man undersöker patientens symptombild? Vad är viktigt att tänka på när man frågar kring problematikens utveckling? Hur är patientens sociala situation? Hur ska man fråga kring dessa saker?

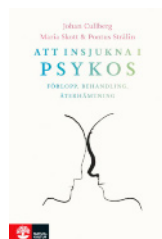
Hur svarar patienten på öppna respektive slutna frågor? Hur ska jag veta vad som är primär diagnos? Alla erfarna kliniker vet att bra diagnostik handlar om så mycket mer än att bara lära sig diagnoskriterier utantill.

Mats Adlers nya bok kring psykiatrisk diagnostik är den bok jag själv skulle önska att jag hade fått läsa under min psykologutbildning. Boken går igenom – teoretiskt såväl som praktiskt – hur man som kliniker gör för att skapa sig en högupplöst bild kring patientens problematik. Boken tar förvisso upp diverse diagnoskriterier men återvänder ständigt till hur man som kliniker ska göra för att samla in relevant och beslutskritisk information för diagnostik.

EN ANNAN VIKTIG aspekt med denna bok är att den går igenom olika sätt att genomföra diagnostik (kriteriebaserad-, prototypisk- eller dimensionell diagnostik). Boken avslutas med några kluriga diagnostiska överväganden som är intressanta att läsa och som fördjupar förståelsen kring de tidigare resonemangen i boken.

Varje psykologstudent som har ambitioner att jobba med patienter i framtiden bör läsa denna bok.

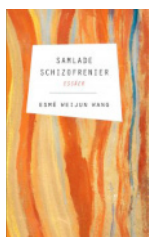
● Erik Andersson, psykolog



Att insjukna i psykos

AV JOHAN CULLBERG, MARIA SKOTT OCH PONTUS STRÅLIN,
NATUR & KULTUR, 2020

Varje år insjuknar över två tusen personer i Sverige i psykosjukdom för första gången. Här redogör författarna för symtom, diagnoser och dagens moderna psykologiska och medicinska behandlingsformer. Med flera exempel och en hoppfull grundton beskrivs vanliga tankar, känslor och frågor kring sjukdomen.



Samlade schizofrenier

AV ESMÉ WEIJUN WANG,
DAIDALOS, 2020

»Schizofreni förskräcker. Som ingen annan sjukdom signalerar den vansinne.« Så skriver den amerikanska romanförfattaren Esmé Weijun Wang i boken som vänder och vrider på våra föreställningar om mental ohälsa. Wang diagnosticerades med bipolär sjukdom i artonårsåldern, men fick till slut diagnosen schizoaffektivt syndrom.



Mikael Rennemark och Anna Bratt.

Anna Bratt / psykolog

»Låt äldre knyta ihop nuet med tidigare erfarenheter«

Ge äldre klienter mer tid att reflektera. Om den psykologiska behandlingen anpassas har äldre som regel lika stor nytta av den som yngre klienter.

– Oavsett om du arbetar med kbt eller andra terapiformer så arbeta med ett narrativ, låt den äldre knyta ihop nuet med tidigare erfarenheter i livet och var inte lika lösningsfokuserad som med yngre klienter, säger psykologen Anna Bratt.

Anna Bratt undervisar på psykologprogrammet vid Linnéuniversitetet i Växjö, där hon också forskar kring åldrandets psykologi.

Tillsammans med psykologiprofessorn Mikael Rennemark, även han på Linnéuniversitetet, kommer hon nu ut med boken *Psykologiska perspektiv på åldrande och hälsa*.

ÅLDERISMEN – särbehandlingen av äldre – är omfattande i samhället.

– Det ser vi inte minst inom hälso- och sjukvården, där det är betydligt vanligare att äldre erbjuds läkemedel i stället för psykologisk behandling, säger hon.

Ålderismen återspeglas även i det låga intresset bland psykologer och psykologiforskare för de äldres villkor.

– Ta den senaste världs-

kongressen i gerontologi, i Göteborg förra året, med många bidrag från sjuksköterskor, fysioterapeuter, läkare och andra professioner. Det var betydligt färre bidrag från psykologiforskare. Det är märkligt att den psykologiska forskningen på området är så eftersatt, säger Anna Bratt.

Trots att Anna Bratt under

sin psykologutbildning i mitten av 1990-talet själv fick »lära sig« att det inte var någon idé att erbjuda psykologisk behandling till äldre, att de var låsta i sina mönster, har hon ofta arbetat med äldre som psykoterapeut. Och när hon disputerade år 2016 var det på en avhandling om hur äldre påverkas av en förlusta av närstående.

– Jag ville studera det vi brukar kalla »dö av brustet hjärta«, och hade tillgång till ett stort material, med ett slumpvis urval av personer från 60 år och uppåt. Resultaten visade att knappt 1 procent hade avlidit det närmaste halvåret efter förlusten av en närstående, det vill säga en förhållandevis liten riskökning, berättar hon.

I EN NY ÄNNU opublicerad studie visar hon att äldre som upplever sig mötas av negativa attityder i samhället oftare uppvisar såväl fysisk som psykisk ohälsa, jämfört med äldre som inte upplever sådana attityder.

Psykologiska perspektiv på åldrande och hälsa bygger bland annat på den senaste forskningen. Anna Bratt hoppas att boken ska bidra till färre fördomar, men också till en nyfikenhet om äldre och deras psykiska hälsa. Inte minst bland psykologer.

– Psykologisk behandling för äldre är väldigt eftersatt. Där finns det mycket kvar att göra, säger hon.

● Peter Örn



Psykologiska perspektiv på åldrande och hälsa

AV MIKAEL RENNEMARK OCH ANNA BRATT, STUDENTLITTERATUR, 2020

Förändras personligheten när vi åldras och vad betyder ålderism? Med utgångspunkt från forskning tar boken upp frågor om åldrande, hur bland annat personlighet och livsstil kan påverka åldrandet olika och hur kunskap kan undanröja fördomar och missförstånd.

Tack för förtroendet!

När jag skriver detta är vi mitt uppe i coronakrisen. Alla pratar om det, alla nyheter handlar om det och det finns en väldigt utspridd oro både för viruset och för ekonomin. Det är många som har blivit drabbade av denna kris, så också förbundets medlemmar. Många studenter som är på praktik har inte fått fortsätta och psykologer kan inte genomföra en PTP på grund av att avbokningar leder till att man inte uppfyller kraven. Vi har uppsägningar av psykologer och egenföretagare får inställda uppdrag, vilket leder till ekonomiska svårigheter.

Samtidigt har vi både studenter och yrkesverksamma som vill ställa upp pro bono för att hjälpa till med stöd till oroliga och drabbade. Det finns inte en tidning eller annan media som inte har haft psykologer som uttalat sig om krisen och reaktionerna på den.

Psykologer ställer verkligen upp.

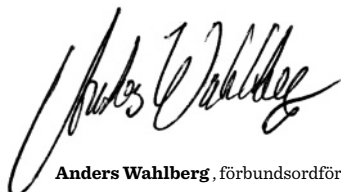
Förbundets kansli gör ett jättejobb för att ta vara på all information som kommer och sprider det till medlemmarna. Men förbundet arbetar inte bara med att ta fram information utan ser också till att avtal följs kring samverkan, omplaceringar, uppsägningar och semester. När krisen kommer så är det en risk att det tas genvägar som riskerar arbetsmiljö för våra medlemmar, vilket våra förtroendevalda och förhandlare gör allt för att undvika.

Jag är säker på att psykologer även kommer att påverkas efter det att krisen är över. Alla som inte har kunnat få hjälp kommer att behöva än mer hjälp: Alla som skjutit på organisatoriska insatser kommer att vilja ha dem. Många som drabbats av krisen kommer att söka hjälp. Vi har redan organisationer som hör av sig om hur psykologer kan hjälpa.

Nu gäller det att hålla ut, ta vara på sig själv och de man har kontakt med. Det finns ett slut på detta även om det är tufft nu.

Mitt i allt detta kommer vi att ha en helt digital kongress i maj. Jag har då valt att lämna ordförandeposten till någon annan. Jag vill därför passa på att tacka för det förtroende jag getts under sex och ett halvt år. Det har varit en förmån att få representera en så stark och professionell kår i utveckling. Jag ser bara möjligheter för psykologer i framtiden.

Ta hand om er!



Anders Wahlberg, förbundsordförande



Mamduh Halawa



Kim Einhorn



Nils Johansson

Förbundsnytt

Tre finalister utsedda

LILLA PSYKOLOGPRISET.

Nu är det klart. De tre finalisterna till Lilla Psykologpriset 2020 heter Mamduh Halawa, Kim Einhorn och Nils Johansson. Vem av dessa som tar hem priset, äran och blir 10 000 kr rikare offentliggörs efter sommaren. Priset delas ut lördagen den 24 oktober, under PS20, som arrangeras i Karlstad. PS20 var planerad i april men är nu på grund av covid-19 uppskjutet till i höst. Läs juryns motivering och mer om priset på Psykologförbundets hemsida.

11 891

ANTAL MEDLEMMAR I PSYKOLOGFÖRBUNDET ÖKAR (MARS, 2020).

Ny corona-sajt

COVID-19. Coronavirusets spridning skapar oro och väcker många frågor. För att du som anställd, förtroendevald, egen företagare, student eller PTP-psykolog ska få svar på vad som gäller - har Sveriges Psykologförbund skapat en särskild corona-sajt. Här finns aktuell och angelägen information samlad om viruset, vilka krav som ställs på arbetsgivare samt svar på de vanligaste

förekommande frågorna.

Psykologförbundet följer noga smittspridningens utveckling och myndigheters rekommendationer. För att hålla dig uppdaterad: Läs nyhetsbrev och gå in på sajten som finns på psykologforbundet.se.

Öppet som vanligt

MEDLEMSRÅDGIVNINGEN.

Om du som medlem har frågor rörande anställning, lönevillkor, sjukskrivning med mera kontakta Psykologförbundets medlemsrådgivning. Ring: 08-567 06 400 (vardagar mellan 9-12) och mejla: medlemsradgivningen@psykologforbundet.se.

Tips från kalendariet

16-17 MAJ

Psykologförbundets kongress 2020, som arrangeras digitalt.

23-25 SEPTEMBER

»Evidens & Resiliens«, nationell konferens, som arrangeras av Yrkesföreringen för psykologer inom mödrahälsovård och barnhälsovård, i Skövde. Mer info finns på föreningens hemsida.

23-25 OKTOBER

Obs. nytt datum! PS20 arrangeras i Karlstad med tillhörande prisutdelning av Lilla Psykologpriset.

HÅLL DIG UPPDATERAD!

Läs bloggar, nyheter och nyhetsbrev så du inte går miste om angelägen information. Vi finns också på Facebook.

Får chefen dra in min semester?

Fråga: Jag hade tänkt vara ledig tre dagar i maj. Nu har min chef sagt att de inte kommer att bevilja semesteransökningar under rådande situation. Kan de verkligen göra så?

För att besvara frågan så korrekt som möjlig kommer frågan att besvaras utifrån tre delar.

1. Sommarsemester (juni-augusti). Gäller det semesteransökningar för perioden juni-augusti så har den anställde rätt till minst fyra veckors sammanhängande ledighet. Det innebär att en arbetsgivare i normfallet måste bevilja ledighet under dessa månader, vilket, också framgår av semesterlagens 12 §. Arbetsgivaren kan dock under speciella omständigheter, dra tillbaka redan beviljad semester men svaret på denna fråga är att arbetsgivaren inte utan vidare kan vägra anställda ledighet under sommaren.

2. Övrig semester. Övrig semester är dock inte reglerad i lag eller avtal utan förutsätter att den anställda minst två månader i förväg ansöker om semesterledighet. Variationer mellan kollektivavtal kan förekomma, varför det är viktigt att ta reda på vad som gäller på just din arbetsplats. En arbetsgivare kan således komma att låta bli att bevilja semester eller återta redan beviljad semester. I det fall som arbetsgivaren återtar redan beviljad semester bör en dialog föras om att arbetsgivaren kompenserar för de omkostnader som kan ha uppstått då arbetsgivaren

tidigare redan beviljat ledigheten. Om det finns en förening lokalt så bör föreningen kunna begära en överläggning med arbetsgivare för att utreda nödvändigheten i att inte bevilja eller dra in redan utlagd semester.

3. Flextid. På många arbetsplatser tillämpas ett system med flextid och flextidsramar. Dessa lokala avtal är inte tänkta att ersätta semesterledigheter men många gånger kommer chef och medarbetare överens om att i stället för att ta en semesterdag så »tar man det på flexen«. Det förutsätter naturligtvis att man har ett antal plustimmar på kontot och att det rör sig om en eller enstaka dagar. Även här är det viktigt att granska vad som framgår i just ert flextidsavtal. Problem kan dock uppstå om anställda har slagit i taket för sina flexkonton och inte ges möjlighet till ledighet då verksamheten i nuläget inte tillåter det. I sådana situationer behöver facket lokalt bli involverat och en dialog inledas. Saknas en lokal företrädare så bör du vända dig till vår medlemsrådgivning. I det läget är det viktigt att en dialog förs med arbetsgivaren om hur dessa timmar ska tas ut och vad som händer i det fallet som du som anställd behöver arbeta mer än vad arbetstiden medger. I enstaka fall kan utbetalningar bli aktuella. Men det är viktigt att timmar inte »försvinna« eller »brinner inne« bara för att arbetsgivaren i nuläget inte kan medge ledigheter.

/ Jaime Aleite, förhandlingschef



JAIME ALEITE



NILS ERIK SOLBERG

Fråga: Jag är PTP-psykolog och nu vill min arbetsgivare att jag ska utföra andra arbetsuppgifter som mentalskötare för att hjälpa till under coronakrisen. Måste jag göra det?

PTP-tjänstgöringen är speciell, eftersom den regleras av Socialstyrelsens föreskrifter och syftar till att du ska få legitimation när du gjort färdig den. Samtidigt finns en grundregel som anger att arbetsgivaren ensidigt kan förändra dina arbetsuppgifter så länge som förändringarna håller sig inom anställningsavtalets ram. Både anställningsavtalet och PTP-föreskrifterna utgör alltså en ram för vad som faller inom din arbetsskyldighet. Gränsdragningen är inte enkel, mellan vad arbetsgivaren har rätt att förändra ensidigt inom arbetsskyldigheten och vad som ligger utanför din arbetsskyldighet.

Om du vägrar utföra de arbetsuppgifter som din arbetsgivare ger dig, kan du riskera att arbetsgivaren anser att du arbetsvägrar vilket kan vara allvarligt. Rådet är därför i första hand att du och arbetsgivaren i stället kommer överens om att förlänga din PTP-tjänstgöring så länge som de nya arbetsuppgifterna är tänkta att pågå så du säkert kan fullgöra din PTP. Tacka inte nej utan att först prata med lokala förtroendevalda eller medlemsrådgivningen.

/ Nils Erik Solberg, förbundsjurist

HAR DU EN FRÅGA?

Mejla! redaktionen@psykologtidningen.se
Du kan också kontakta medlemsrådgivningen på telefon 08-567 06 400.

Psykolog

TIDNINGEN

Ges ut av Sveriges Psykologförbund.

REDAKTIONEN

Chefredaktör och ansvarig utgivare:

Lennart Kriisa
mobil 0709-67 64 53
lennart.kriisa@psykologtidningen.se

Vetenskapsredaktör:

Peter Örn
mobil 0703-09 10 42
peter.orn@psykologtidningen.se

Medverkande i detta nummer:

Fond & Fond, Örjan Karlsson, Hanna Nolin, Celia Svedhem, Anna Wahlgren, Björn Öberg



Redaktionsrådet:

Gerhard Andersson, professor i klinisk psykologi vid Linköpings universitet och KI.
Anne Grefberg, psykolog och föreläsare.
Jenny Klefbom, psykolog och författare.
Jonas Ramnerö, psykolog vid Stockholms universitet.
Simone Vastamäki, studeranderepresentant.

facebook.com/psykologtidningen
 @psykologtidning
 #psykologtidningen
 Psykologtidningen

Postadress: Nytorpgsg 17A,
116 22 Stockholm

e-post: redaktionen@
psykologtidningen.se
www.psykologtidningen.se

ISSN 0280-9702.

Annonser: Newsfactory

Eftertextannonser
& material: Madeleine
Nordberg,
08-505 738 15
madeleine.nordberg@
newsfactory.se

Textannonser:
Madeleine Nordberg,
kontaktuppgifter se ovan

Grafisk form:

Birgersson & Co
Anders Birgersson
Markus Edin

Korrektur:

Mats Wirström

Omslag:

Björn Öberg

Prenumerationer och adressändringar:

Vasabyrån
Tel 08-567 064 30
msc@akademikerservice.se

Pris: 700 kr inkl moms
helår, 8 nr 2019.

Utrikes 800 kr.
Lösnummer 60 kr.

Plusgiro: 29 77 01-5
Bankgiro: 5675-9202

Psykologtidningen på nätet:

All redaktionell text
lagras elektroniskt för att
kunna publiceras också på
internet. Författare som
inte accepterar detta måste
meddela förbehåll. I princip
publicerar vi inte artiklar
med sådana förbehåll.

TS-kontrollerad upplaga
12 000 ex 2018.

Medlem av Sveriges
Tidskrifter.

Tryck:
Norra Skåne offset



PRESSTOPP FÖR NOTISER

Nummer	4/2020
Utgivning	v. 24
Manusstopp	20 maj

Här hittar du alla som arbetar inom Sveriges Psykologförbund

Kontakt

Medlemsrådgivningen

(frågor som rör lön, anställning,
profession, juridik, egenföretagare etc.)
Vardagar 9.00-12.00
08-567 064 00
medlemsradgivningen
@psykologforbundet.se

Specialistutbildningen

Tel tid 13.30-15.00 torsdagar
08-567 064 00
specialist@psykologforbundet.se

Medlemsregistret

08-567 064 30
medlemsregistret@psykologforbundet.se

Kansli

Postadress: Box 3287,
103 65, Stockholm

Besöksadress: Vasagatan 48

E-post: post@psykologforbundet.se

E-post till personal:
fornamn.efternamn@psykologforbundet.se

Psykologförbundets hemsida:
www.psykologforbundet.se

Plusgiro: 373267-4
Bankgiro: 767-2066

Direktnummer till personalen

Ledning

Ulrika Edwinson, 08-567 064 02,
förbundsledare.

Mahlin Levin, 08-567 064 07,
förbundssekreterare.

Kommunikation

Ann Hallstenius, 0706-12 70 60,
kommunikationschef.

Susanne Bertman, 0709-67 64 13,
pressansvarig, tf redaktör
Psykologguiden.

Anna Härenvik, 08-567 064 42,
kommunikatör.

Emily Storm, tjänstledig.

Kajsa Heinemann, 0709-67 64 78,
redaktör för Psykologguiden Ung.

Kristina Wallin, 0709-76 54 75,
webbredaktör.

Professions- och medlemsfrågor

Jaime Aleite, 08-567 064 14,
förhållingschef.

Martin Björklind, 08-567 064 11,
professionsstrateg.

Maria Enggren Zavisic, 08-567 064 59,
samhällspolitisk strateg.

Elin Eos, 08-567 064 03,
ombudsman.

Carl Johan Brunnerbäck,
tjänstledig.

Leif Pilevång, 08-567 064 10,
ombudsman.

Nils Erik Solberg, 08-567 064 12,
förbundsjurist.

Linda Solberg, 08-567 064 73,
ombudsman.

Johan Thesslin, 08-567 064 05, ombudsman.

Utbildning

Ulrika Eskner Skoger, 08-567 064 02,
utbildningschef och central studierektor.

Håkan Nyman, examinator
specialistutbildningen.

Eva Shaw, 08-567 064 54, administratör.

Veronica Brunér, 0709-67 64 74,
handläggare.

Eva Haglund, 08-567 064 09, administratör.

Förbundsstyrelsen

Anders Wahlberg, ordförande,
anders.wahlberg@psykologforbundet.se,
08-567 064 01, 0709-67 64 01.

Ulrika Sharifi, 1:a vice ordförande,
ulrika.sharifi@liv.se, 0730-98 22 20.

Elinor Schäd, 2:a vice ordförande,
elinor.schad@psy.lu.se, 0709-65 04 00.

Tove Gelin, 0736-66 42 57.

Björn Hedquist, bjorn.hedquist@
kbtinstytutet.se, 08-644 91 80.

Martina Holmbom, martina.holmbom@
gmail.com, 0660-897 49.

Maria Nermark, 0768-93 01 11.

Sara Renström, 0737-20 46 46.
Magnus Rydén, magnus.ryden@
arbetsformedlingen.se, 0703-95 55 69.

Emma Henning, emmahenning@
hotmail.com, studerandedamot.

Isabel Khouré, annalena.pejok@vll.se,
0730-26 96 65.

Valberedningen

Ordförande Julia Stenberg,
juliastenberg@hotmail.com.

Etikrådet

Ordförande Kristina Taylor,
kristina@skolpsykologen.se, 0760-08 86 53.

Vice ordförande Birgitta Johansson Niemelä,
0706-98 41 10.

Ledamöter:
Bo Hejlskov Elvén, bohejlskovj@me.com,
0706-52 51 13.

Patrik Lind, patrik.l.lind@sil.se, 0731-50 16 88.

Åsa Prestby-Magnusson,
asa.prestbymagnusson@stat-inst.se.

Anita Wäster, anita.waster@clurium.se,
0736-22 24 56.

Specialistrådet

Carl Åborg, sammankallande,
carlaborg@yahoo.se
Maria Marinopoulou,
maria.marinopoulou@
regionvarmland.se
Sofia Strand,
sospsykologkonsult@gmail.com
Malin Ohman,
malin.ohman@motala.se

Studeranderådet

Isabel W. Sörensen,
Uppsala universitet, ordförande
Linus Olsén,
Örebro universitet, vice ordförande

Vetenskapliga rådet

Petri Partanen, ordförande.
Ida Flink, vice ordförande.
Magnus Sverke, vice ordförande.

IHPU – psykologiutbildarna AB

Box 3287, 103 65 Stockholm,
ihpu@psykologforbundet.se
VD: Ulrika Edwinson, 08-567 064 02.
Eva Haglund, 08-567 064 09,
administration IHPU.

Psykologföretagarna

Box 3287, 103 65 Stockholm
psykologforetagarna@
psykologforbundet.se, 08-567 064 30
Hemsida: www.psykologforetagarna.se

STP – stiftelsen för tillämpad psykologi

Box 3287, 103 65 Stockholm
Johnny Helligren, 0705-93 56 00.



ANNONSERA I

Psykolog

TIDNINGEN

Annonskontakt: Newsfactory

Madeleine Nordberg

Tel: 08-505 738 15

MARKNADSANNONSER

■ SAMTALSRUM/TERAPIRUM ÖNSKAS HYRA, CENTRALA GÖTEBORG

Samtalsrum/terapium önskas hyra i centrala Göteborg 1 till 1,5 dag/veckan. Välkommen att kontakta Susanna Kiskanyadi, leg psykolog. 073-530 22 96 eller su.kiskanyadi@gmail.com

■ MOTTAGNINGSRUM I UPPSALA

Klinik Skölden AB hyr ut ljust rum, 27 kvm, Sköldungagatan 57 i markplan. Gemensamt väntrum, personalrum/kök, 3 toaletter/dusch, föreläsningssal. Hyresgäster är Länsvaccinationer, Leg. Naparapat, Leg. Kiropraktorer, Lic Fotterapeut m.fl. www.kliniskolden.se agneta.kulling@kliniskolden.se 070-323 28 93, 070-347 14 14



Familjeterapeuterna Syd

■ LOKALER UTHYRES I HELA SVERIGE

Vi är legitimerade Psykologer och Psykoterapeuter med bred metodkompetens och arbetar med Psykoterapi, Utbildning ochHandledning. Vi erbjuder vårt sammanhang för Dig att utvecklas i som anställd, samarbetspartners eller hyresgäst.

Tveka inte att höra av Dig om Du är intresserad av att hyra in dig hos oss eller vill samarbeta. Du når oss via www.familjeterapeuterna.com

Marknadsannonser

MARKNADSANNONS + E-TIDNING: 950 kr.

Rubrik samt fyra rader text.



ITB - Institutet för tillämpad beteendevetenskap

LEDARSKAPETS FÖRUTSÄTTNINGAR

Kursen fokuserar på att undersöka hur man skapar en organisation som stödjer ett effektivt ledarskap genom att kartlägga, analysera och förändra de organisatoriska förutsättningarna.

Kursen vänder sig till dig som är nyfiken på ledarskapets organisatoriska förutsättningar och idag arbetar som operativ eller strategisk chef, arbetar inom HR, FHV eller för någon av arbetsmarknadens parter. Kursen vänder sig också till dig som är legitimerad psykolog och vill specialisera dig inom arbets- och organisationspsykologi.

Kursen ges av Institutet för tillämpad beteendevetenskap (ITB) vid Psykologiska institutionen, Stockholms universitet.

Kursstart: 7 oktober 2020

Kursansvarig: Erik Bermtson e-post: erik.bermtson@psychology.su.se

Information om kursen och ansökningsformulär finns på www.psychology.su.se/itbkurser

Sista anmälningdag är 12 juni 2020.



Stockholms
universitet

ERICASTIFTELSEN

PSYKOTERAPI • UTBILDNING • FORSKNING

Child - Parent Psychotherapy (CPP), 15 hp
Specialistkurs med start 14 september 2020
Sista anmälningdag 14 juni 2020

Eye Movement Desensitization and Reprocessing, EMDR del 1 och 2 samt EMDR för barn, 20 hp
Specialistkurs med start 2 september 2020
Sista anmälningdag 14 juni 2020

Interpersonell psykoterapi för unga (IPT-A), 15 hp
Specialistkurs med start januari 2021

Tidsbegränsad Mentaliseringsbaserad psykoterapi för barn (Time-limited MBT-C), 20 hp
Specialistkurs med start 11 november 2020
Sista ansökningsdag 16 oktober 2020

Psykisk ohälsa hos barn och unga 7,5 hp
Kurs med start 11 september 2020
Sista ansökningsdag 5 juni 2020

För ytterligare information:
www.ericastiftelsen.se

sapu

Skandinavians Akademi
för Psykoterapiutveckling

För mer information:
www.sapu.se

Singel Session - Ett Samtal i Taget Utbildningsdagar med psykologen Martin Söderquist och psykiatrikern Ben Furman

Psykoterapiforskning har visat att ett förvånande stort antal klienter drar nytta av ett enda besök. Baserat på dessa undersökningsresultat har under de senaste 30 åren utvecklats ett nytt psykoterapibegrepp, känt inom psykoterapilitteraturen som Single Session Therapy (SST) som på svenska kallas för **Ett Samtal i Taget** (ESiT). Ett ökande antal terapeuter och rådgivare, oberoende av deras terapeutiska inriktning, har, med framgång, börjat erbjuda SST/ESiT. Dessa samtalsformer är flexibla behandlingsformer som kan tillämpas i individuell terapi, par- och familjeterapi och i olika verksamheter.

Stockholm 1-2/10 - Information www.verti.se/events



ITB - Institutet för tillämpad beteendevetenskap

PERSONALHANDLEDNING OCH KONSULTATIONSMETODIK

Institutet för tillämpad beteendevetenskap (ITB) vid Psykologiska institutionen, Stockholms universitet, erbjuder en ny omgång av denna kurs, med start HT 2020. Kursen vänder sig till yrkesverksamma, legitimerade psykologer som vill fördjupa sig i personalhandledning och konsultationsmetodik. Kursen kan tillgodoräknas som två kurser i Psykologförbundets specialistordning, motsvarande 15 högskolepoäng. Omfattningen är 10 heldagar med seminarier och handledning under HT 2020 & VT 2021.

Kursstart: September 2020 och kursslut maj 2021.
Kursansvarig: Mats Najström e-post: mnm@psychology.su.se

Information om kursen och ansökningsformulär finns på
www.psychology.su.se/itbkurser

Sista ansökningsdag är 26 juni 2020.



Stockholms
universitet



MCT
INSTITUTE

FÖR FÖRSTA GÅNGEN I SVERIGE:

**LÄR DIG MCT DIREKT AV
PROFESSOR ADRIAN WELLS OCH
PROFESSOR HANS M NORDAHL**

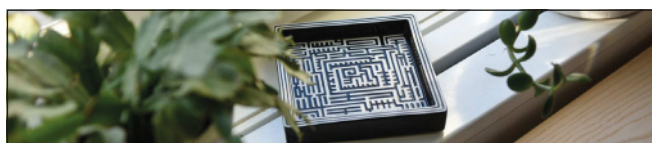
**MASTERCLASS METACOGNITIVE THERAPY,
STOCKHOLM 2020-2022**

WE INVITE YOU to participate in MCT Masterclass in Stockholm Sweden 2020. MCT Master-class is a training program for therapists arranged by the Metacognitive Therapy(R)Institute in Manchester/Trondheim in collaboration with the Swedish branch of MCT Institute. MCT Masterclass aims to provide state-of-the-art training for clinicians to develop a high level of competency in MCT. In completing MCT masterclass you will be licensed as a MCT-Institute® registered therapist. This is a protected title showing that you have the certified training in MCT by MCT Institute® Ltd.

DR. ADRIAN WELLS AND DR. HANS M NORDAHL are responsible for the program. In addition, some of our colleagues in Sweden and Norway will be assisting in the supervision and management of the training. All supervisors have been trained in MCT and work as experienced clinicians and supervisors.

KURSSTART SEPTEMBER 2020. För anmälan och mer information kontakta Peter Myhr, petermyhr@me.com eller Göran Parment, goran@parment.nu

FÖR FULLSTÄNDIG KURSINFORMATION SE
www.mct-institute.se eller www.mct-institute.co.uk



**Ger specialistkursen för
Neuropsykologisk vuxenpsykiatri 7,5 hp i Umeå**

Kursen består av tre block: Introduktion, Språk & Kommunikation, Uppmärksamhet & Exekutiva funktioner med inslag av både praktiska och teoretiska moment.

Tre träffar å 2 dagar under hösten 2020, en examination i januari 2020.

För mer information: psykolog@lindagjertsson.se

PSYKOLOG LINDA GJERTSSON AB
NEUROPSYKOLOGI & BETYENDEFÖRÄNDRING

Kommande utgivning av Psykologtidningen 2020

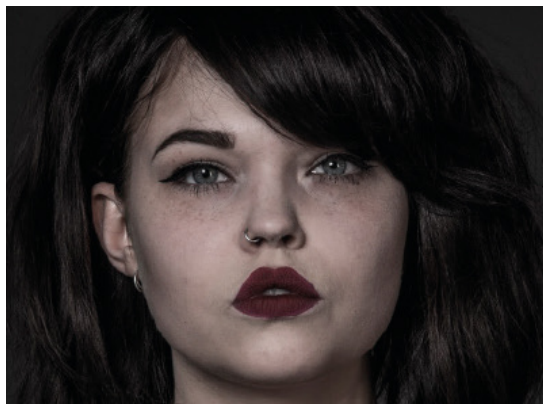
Digitala E-tidningen: 5 maj
Papperstidningen nr 4: 12 juni
Nyhetsbrev: 13 maj

OBM i praktiken

Specialistkurser i arbetspsykologi

Kurserna är ackrediterade specialistkurser. Välj mellan ett eller två kurspaket. Går du båda kan du samtidigt bli certifierad i Beteendeanalytisk organisationsutveckling.

Information finns på www.baou.se eller e-post rolf@olofsson-ou.se. Ansvarig för kurserna är Rolf Olofsson BAOU AB. Nästa kursstart är 15-16 september 2020. Anmäl dig via www.baou.se



Psykolog som kan bidra till livsviktig förändring

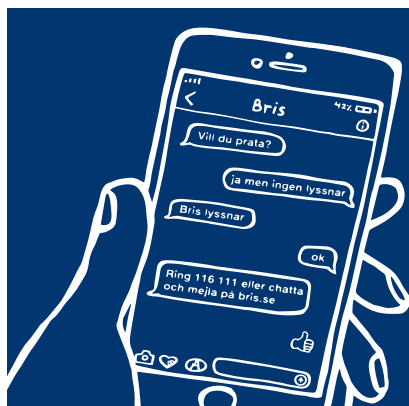
Är du redo för ett utmanande uppdrag?

Hos oss värdesätts din kompetens och du får utveckla dig inom din profession. Var med och gör skillnad! Tjänsten gäller SiS ungdomshem Långanäs i Eksjö.

Sök ett livsviktigt uppdrag på detgallerlivet.se

Statens
institutioners
styrelse SiS

Det gäller livet.



Stress, press och oro – eller nyfikenhet, förväntan och pepp?

Hur du än känner finns vi här.

BRIS



HÄR FINNS NÄRHETEN
VI BRYR OSS OM DIG SOM GÖR SKILLNAD FÖR ANDRA

20 PTP-tjänster inom vårdcentral, barn- och ungdomspsykiatri, psykiatri, habilitering, eller somatik

Starta karriären i Västra Götalandsregionen - vi erbjuder stimulerande arbetsuppgifter på kvalitetscertifierade arbetsplatser. Vi satsar på psykologers utveckling och erbjuder ett sammanhållet PTP-program!

– Välkommen med din ansökan!

Annonser finns på www.arbetsformedlingen.se eller www.vgregion.se/jobb under perioden 2020-04-27 till 2020-05-15

För mer information om PTP i VGR: www.vgregion.se/utbildningsenheten

VI SKA BLI SVERIGES
BÄSTA OFFENTLIGA ARBETSGIVARE



VÄSTRA
GÖTALANDSREGIONEN

Vi söker psykolog till elevhälsan

Sök tjänsten på norrtalje.se/jobb

NORRTÄLJE
KOMMUN



Bjergvin DPS, seksjon eMeistring søker:

Psykolog/terapeut til eMeistring - faste stillingar

Bjergvin distriktspsykiatriske senter (DPS) er ein moderne og veldreve klinikk i Divisjon psykisk helsevern, Haukeland universitetssjukehus. Klinikken gjev spesialisthelsetenester til bydelane Åsane og Arna i Bergen, Osterøy kommune og kommunane i Nordhordland; til saman 78 000 vaksne. Bjergvin DPS har til saman 150 årsverk og eit budsjett på 145 millionar kroner for 2020. Døgntilbod er lokalisert på Tertnes, medan polikliniske tenester vert gitt både i Knarvik og på Tertnes.

Bjergvin DPS sine kjerneoppgåver er:

* spesialisert utgreiing og differensiert behandling * opplæring av pasientar og pårørande * rettleiing til psykisk helsearbeid i kommunane * forskning, kvalitetsutvikling, utdanning av helsepersonell

Vi legg til rette for gode spesialiseringsløp innan klinisk vaksenpsykologi eller andre relevante spesialiseringsløp. For kandidatar med spesialistkompetanse legg vi til rette for kompetanseheving og etterutdanning, og vi har fokus på forskning. Samarbeid med sjukehus, kommunar og brukarorganisasjonar er høgt prioritert.

Vi søker etter terapeutar til seksjon eMeistring. eMeistring er eit nyskapande og banebrytande behandlingstilbod innan psykisk helsevern. Vi tilbyr nettbasert behandling til pasientar med sosialangst, panikkangst og depressjon. Behandlinga er basert på kognitiv åtferdsterapi. Vi søker etter Psykolog med norsk autorisasjon, men psykologstudentar heilt i sluttfasen av utdanningsløpet kan og søkje

I samband med at vi skal utvide behandlingstilbodet søker vi etter fleire terapeutar. Erfaringane våre tilseier at det er krevjande å jobbe fulltid som e-terapeut. Vi legg derfor til rette for at ein kan kombinere stilling i eMeistring med arbeid i ein av våre ordinære poliklinikkar. Dersom der er kandidatar som ønskjer deltidstilling er det mogleg å finne gode løysingar for desse.

Ta Kontakt med Klinikkdirktør Fredrik Hiis Bergh eller Seksjonsleiar Kristin Hogstad Bruvik på telefon 55 95 70 00.



Ref.nr. 4223573015 - Søknadsfrist: 15.05.2020

**OMKLÄDNINGSRUMMET
SKA INTE VARA DET
SVÅRASTE PÅ SCHEMAT.**

Med din hjälp kan vi stoppa mobbning.
Swisha din gåva idag till nummer 900 52 73.

friends

**Kom och
jobba hos oss**

PTP-programmet söker PTP-psykologer inom primärvården, vuxenpsykiatri samt barn- och ungdomspsykiatri.

Kontakta studierektor för PTP-programmet
Nina Stühmeyer, 072-143 19 46
eller läs mer på:
regionsormland.se/jobbahososs

REGION
SÖRMLAND



Pearson

Vill du boka ett digitalt möte med våra psykologer?

- Vill du få en presentation av ett nytt test?
- Vill du testa våra digitala produkter kostnadsfritt?
- Har du frågor om något av våra test eller skattningsskalor?
- Träffar du patienter online och har frågor om digital testning?

Kontakta oss på:
info.se@pearson.com

.....
Är du expert på neuropsykologiska test och är intresserad av att vara kursledare i samarbete med oss?

Kontakta oss på info.se@pearson.com
.....



Behavior Assessment System for Children

BASC-3 består av en samling skattningsskalor som – genom att integrera information och perspektiv från flera källor – tillsammans ger en både bred och djup bild av olika beteenden, tankar och känslor hos barn och unga.



Raven's 2 är en reviderad version av detta välkända test för bedömning av generell begåvning. En sammanhållen version ersätter samtliga tidigare versioner. Alla uppgifter i Raven's 2 är nykonstruerade. Testet kan administreras i såväl traditionell pappersversion som digitalt.

Läs mer på pearsonclinical.se