

Psykolog

Ges ut av Sveriges Psykologförbund

TIDNINGEN
#7 2020

TEMA

Framtiden för
specialisterna

NYHETER

Därför blir
psykologer
anmälda

FORSKNING

Faktorerna
för framgång
i skolan

9

NYA BÖCKER AV
PSYKOLOGER

CHRISTINA
ANDERSSON

Varmt mottagande

för svåra känslor



Kommer under hösten:

ABAS-3

Adaptive Behavior
Assessment System,
Third Edition

- Bedömning av adaptiv funktion från 0 till 89 års ålder
- Svensk-danska normer
- Översättning och anpassning till svenska av Eric Zander och Sven Bölte

ABAS-3 är en standardiserad och enhetlig metod för att kartlägga en individs adaptiva funktion under hela livet ur olika informanternas perspektiv.

Nytt i ABAS-3 är, förutom reviderat och uppdaterat item-innehåll, möjligheten att bedöma adaptiv funktion hos fler åldersgrupper än tidigare, från 0 till 89 år.

Materialet innehåller manual och fem olika formulär, anpassade efter ålder och informant.

Svenska ABAS-3 innehåller amerikanska normer för alla åldersgrupper, och svensk-danska normer för åldrarna 5–21 år.



www.hogrefe.se

 **hogrefe**

»Vi har kommit så långt vi kan när det gäller att erbjuda likvärdighet och hög kvalitet.« Sid 14

Innehåll #7 2020



Intro >4

Psykologer i media och den trummande psykologen.

Nyheter >8

Runt 80 anmälda psykologer till Ivo de senaste tio åren. Men inga alls i Etikrådets arkiv – det har destruerats.



Specialisternas framtid >12

TEMA. Psykologförbundet har en plan: att låta någon annan ta över.

Nya böcker >22

Maria Bühler om varför hon skrev en bok om unga flickor med NPF.

Medkänslans mästare >26

MÖTET. Christina Andersson om vändpunkten som gjorde henne intresserad av terapimetoden CFT.

Essä >32

Jonas Brun om nobelpristagaren Louise Glück och psykoanalysen.

Forskning >34

Framgångsfaktorerna för skolan.

Debatt >42

»Låt oss studenter läsa den mesta radikala litteraturen«, skriver psykologstudenten Hugo Nabu.

»Tänk om terapin utplånar något som jag är rädd om.«

Arbetsrätten redan liberal

CENTERN OCH LIBERALERNA tjarar om att arbetsrätten måste moderniseras. Det låter ju bra, in med det moderna, ut med det förlegade. Egentligen menar dessa småpartier att arbetsgivarna borde få lite mer makt, och fackförbunden mindre. Vad som nu är modernt med det. Men de ylar allt högre, för ett litet parti behöver sticka ut, hitta något eget. Moderaterna är måttligt intresserade. Inte ens arbetsgivarna tycker att turordningsreglerna är särskilt heta.

Arbetsgivarna går igång på annat. De avskyr till exempel sympatiätgärder, att fackförbund kan gå ut i strejk utan att själva vara inblandade.

I ÖVRIGT TYCKER arbetsgivare och fackförbund att arbetsrätten funkar ganska väl. Arbetsgivarna är till exempel nöjda med att det är så lätt

att dra ner på personal. Det är nämligen arbetsgivaren som avgör när det råder arbetsbrist, allt som krävs är ett penndrag. I andra länder är det desto knepigare. Men visst, ytterligare något undantag från turordningen är inte fel, anser arbetsgivarna. Och fackförbunden efterlyser kom-

petensutveckling för de anställda, här går det kanske att göra en affär. Fast nu har Centern och Liberalerna pressat fram en överenskommelse, som sannolikt kommer att bli lag. För vem vill utlösa en regeringskris mitt i en pandemi. Makten har alltså förskjutits lite mer till arbetsgivar- nas fördel, utan att göra någon gladare.

ATT CENTERN OCH Liberalerna skulle vinna några röster på detta spektakel är osannolikt, bara nördar fattar hur arbetsrätten funkar. Vi får hoppas att politikerna hittar andra ämnen att peta i framöver. Klimatfrågan till exempel, såvida inte den också har blivit omodern.

Lennart Kriisa

Chefredaktör

lennart.kriisa@psykologtidningen.se



KÄLLA: MEMES FÖR PSYKOLOGER



För mycket debatt

Jag reagerade starkt efter att ha läst senaste numret av Psykologtidningen. En tidning som utges av ett fackligt förbund, ska väl ha som främsta perspektiv att granska medlemmarnas arbetsförhållanden? Under lång tid har jag upplevt att Psykologtidningen snarare publicerar debatter där olika metoder ställs mot varandra, och där olika delar av yrkeskåren ifrågasätter om utbildningar, interventioner med mera har tillräckligt med vetenskapligt stöd. Visst är dessa diskussioner viktiga. Men ska de ges så stor plats? / Anonym

SVAR. Vi är absolut intresserade av psykologernas arbetsvillkor. Hör gärna av er och berätta. Vi publicerade till exempel en rad artiklar om missförhållanden på den psykiatriska kliniken Kronan, efter att flera anställda tipsat oss, och efter vad jag hört har situationen förbättrats. Lennart Kriisa, chefred.

Hör av er!

Mejla till: redaktionen@psykologtidningen.se

Vi förbehåller oss rätten att redigera insänt material.

Redaktionen tipsar

BOK. »Donald har inte förändrat sig sedan han var tre år. Han är samma narcissist och mobbare på jakt efter sin pappas bekräftelse. Och nu har hela



landet blivit en del av vår dysfunktionella familj.« Så lyder budskapet i psykologen och brorsdottern Mary Trumps bok *För mycket och aldrig tillräckligt*. Den kunde vara manus till en ny säsong av tv-serien *Succession*. Alla är giriga och osympatiska. /LK

PODD. Niklas dömdes till slutet rättspsykiatrisk vård för ett våldsbrott. Men trots att han efter många år nu anses frisk kan han inte skrivas ut. Kommunen är inte beredd att betala för den missbruksvård som är en förutsättning för att han ska skrivas ut. I den tvådelade radiodokumentären *Inspärrad på rättspsykiatri* beskrivs hur psykiskt sjuka personer döms till rättspsykiatrisk vård ibland oavsett hur psykiskt sjuka de är, och den kritik som såväl den juridiska som den medicinska professionen själva riktar mot systemet. P1 Dokumentär. /PÖ

Stafetten: Annette Sandback om #6 2020

Porträttet av moto-crosspsykologen Ulla Thorslund gör mig glad från start och sedan fortsätter läsningen i pur fartglädje. Tvårbromsar dock i artikeln om pseudovetenskap på psykoterapeututbildningarna – vad är kunskap? Svår fråga där mitt alma mater, Göteborgs universitet, blir både ifrågasatt och försvarat. Kunskapen om kroppssyndrom och eaet tar mig med storm. Klinikern i mig blir nyfiken, då hjärtat fortfarande klappar starkt för primärvårdssykeologen. I mitt nuvarande arbete är kvalitet en daglig fråga och det påverkar mig.

Så vad är kvaliteten i yrkesutövandet? Tanken får näring i artikeln om Alexander Rozental, som efterlyser insyn i enskilda psykologers arbete. Även Etikrådets reflektion kring engagemang och artikeln om de digitala nomaderna kopplar till kvaliteten i yrkesutövningen. Admningruppers jobb bakom flödet i våra facebookgrupper väcker respekt, då en digital gemenskap annars riskerar att bara bli gemen. Tankar om kunskap, kvalitet och gemenskap är min behållning av detta nummer.



Psykologtidningen #6/2020

Annette Sandback, psykolog på Scania i Oskarshamn, lämnar över stafettpippen till Karolina Trygg, Region Sörmland.

Börja spela trummor!

- 1) Starta ett band och spela med andra. Trummor kommer till sin rätt först tillsammans med andra instrument.
- 2) Våga ta plats. En tydlig trummis gör att de andra musikerna känner sig tryggare.
- 3) Öva och lär dig så mycket du kan, försök sedan att glömma allt och bara spela.

FAKTA: Emil Asbjörnsen bor i Göteborg med fru och två barn, en fyraåring och en fem månaders bebis. Han jobbar som specialistpsykolog på Ugglans vårdcentral.



Emil Asbjörnsen, trummis och specialistpsykolog

»Som kliniker behövs musikalitet«

SOM LITEN SNODDE Emil Asbjörnsen mammas målarpenslar och trummade loss på allt han hittade, upp och nedvända byttor, kastruller. På mellanstadiet började han spela riktiga trummor, och upptäckte sin begåvning.

– Trots att jag aldrig spelat på ett trumset fixade jag koordinationen med händer och fötter direkt.

Efter att ha spelat i en uppsjö olika band, lagt drömmarna om en musikkarriär åt sidan och bestämt sig för

att bli psykolog, ringde ägaren till en rockklubb i Göteborg och sa att Magnus Uggle letade bandmedlemmar till SVT-programmet »Var fan är mitt band«, Emil tog sina två trumstockar, cyklade ner, och gjorde audition. Det blev ja.

– Det var fantastiskt att få spela på riktigt stora scener, men jag kände också hur slitigt det kan vara att leva på musiken. Efter ett tag på turné blir tillvaron ganska tom, och det är svårt att ha familj när du ständigt är på resande fot.

Psykologjobbet känns rätt, nu har han jobbat i tio år, specialiserat sig i klinisk psykologi, och tycker att han har stor nytta av sin musikbakgrund.

– Som kliniker behöver du också ha en slags musikalitet, vara lyhörd och fånga upp teman och själv introducera andra. Man behöver ha tillgång både till sitt kunnande och sin kreativitet. Blir man för styrd eller distanserad tappar man kontakten med den andre.

● Hanna Nolin



»Behandlingarna går ju urdåligt. Psykologerna är töntar och tölpar.«

ULF KARL OLOV NILSSON, UKON, i Babels författarpanel efter att ha läst romanen *Exorcisten* från 1971 (SVT).



BILD FOND & FOND

»Jag ser inte mindfulness som en behandlingsmetod utan som en komponent. Inget är mer verksamt när en patient kommer in och är utagerande.«

ANNA KÄVER (SvD).



BILD TV4

»Det är en klyscha att man först måste kunna älska sig själv innan man kan älska någon annan. Man kan lära sig att älska sig själv genom någon annan.«

MARIA FERM, Kropp och Själ, P1.

HANNA WALLENSTEN:

»De som kliver ut ur en port, och inte överensstämmer med mallen för vilka som bor i huset, kan aldrig veta vem som har fördomsfulla föreställningar om dem. Det är då minoritetsstressen sätter in. Ett sätt att hantera den kan vara att tänka: »Jag vet vem jag är och jag tänker ta min plats här.« Eller så försöker jag signalera att: »Jag är precis som alla andra här. Ska jag skaffa mig en liten hund? Men då kanske det ser ut som om jag är hembiträde?«

Hanna Wallensten om minoritetsstress (SvD).

FREDRIC BOHM:

»Bra reality gör att tittaren reflekterar över sin egen situation och kanske kommer vidare med den. Baksidan med den här genren är program som visar människor som är oempatiska, manipulerar och ljugar. Där kan det ske en avtrubning och normförskjutning hos dem som tittar mycket. Det måste vi alla vara medvetna om.«

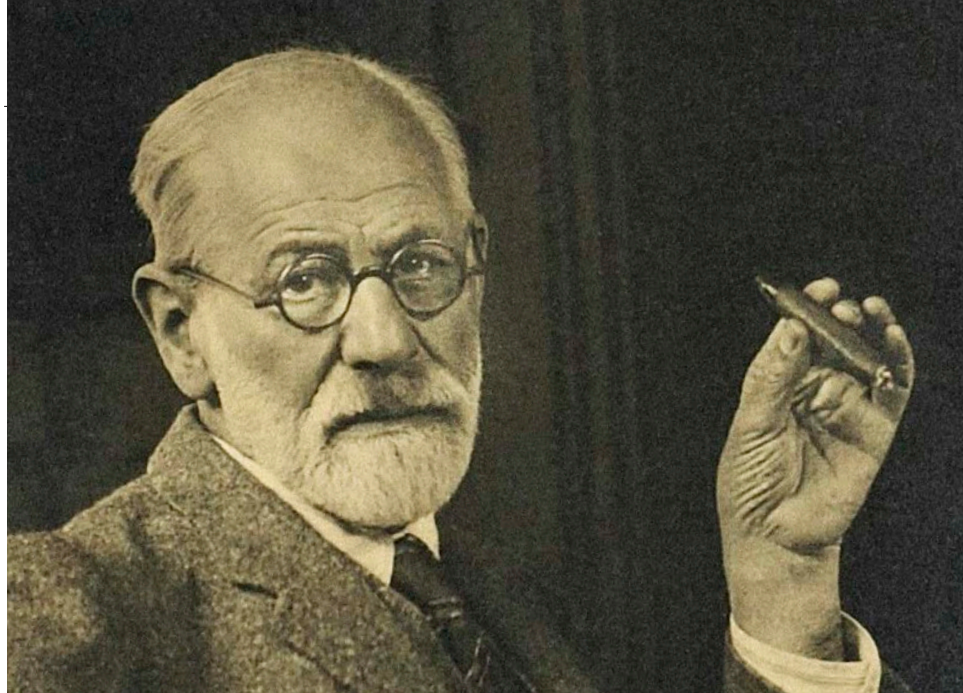
Fredric Bohm, psykolog och en av relationsexperterna i tv-programmet *Gift vid första ögonkastet* (DN).



BEATRICE LINDÉH:

»Vi psykologer är inte förskodade från fördomar på något sätt. När det lyser igenom i terapi, när terapeuten har fördomar, då blir det ett problem. Och vi har sett i forskning att många av BDSM-utövarna känner sig obekväma i terapi. Det är ju ändå ganska hårt att binda fast någon eller slå någon. Vi är inte vana vid att se på kärlek på det sättet.«

Beatrice Lindéh, psykolog och BDSM-utövare, som föreläser för psykologer om just BDSM (P4 Örebro).



Debatten om Freud

Väcker fortfarande känslor

Att flera legitimerade utbildningar lär ut gamla teorier med ringa eller inget vetenskapligt stöd är upprörande. Det skrev åtta psykologer och professorer i psykologi på DN Debatt i oktober. De hänvisade till boken *Freuds sista suck*, av vetenskapsjournalisten Charlotta Sjöstedt.

Gruppen anser att Freuds psykoanalys inte har någon som helst relevans i modern vetenskapligt baserad psykologi. »Freud ägnade sig inte åt vad som i dag skulle betecknas som forskning, utan spekulerade fram tämligen extrema och fantasifulla teorier om hur psykiska störningar uppstod. Inspirationen kom från strömningar under sent 1800-tal, innan psykologin hade blivit en etablerad vetenskap, samt en handfull fallstudier som visat sig vara kraftigt förvanskade av Freud.«

Psykoanalytikern Per

Magnus Johansson replikerade och menade att Freuds verk fortfarande kan tala till oss, men de ska inte läsas som om de vore manualer utan sättas i sitt sammanhang och »kreativt brytas mot vår samtid«.

UNIVERSITETET har en skyldighet att låta studenter ta del av vetenskapshistorien och idéhistorien, menar Per Magnus Johansson. Han fick stöd i en replik av fjorton psykoanalytiker. Att avfärda Freud är att göra psykologin historielös, anser de. »Inte bara de lovande psykodynamiska behandlingarna har sina rötter i det psykoanalytiska tänkandet, utan även en betydande del av den kognitiva psykologin

»Låt vetenskapliga resultat styra, oberoende av vilken terapiinriktning man sympatiserar med.«

och dess olika förgreningar«, skriver gruppen.

Psykologen Mats Eklöf fyllde på med ytterligare en replik och siktade in sig på de »evidensförespråkande antifreudianerna med ett stort och outnyttjat utrymme för kritisk självreflektion, eftersom deras egen kunskapsbas i grunden bygger på bedömningar, antaganden eller önsketänkande«. Han menar att det i praktiken är omöjligt att genomföra metodologiskt vattentäta RCT-studier på psykologiska interventioner, eftersom »RCT-studier ställer så stränga krav på deltagarurval och studiekontext att de i realiteten görs i en artificiell modellvärld«.

De åtta psykologerna ville backa ur ställningskriget och skrev i sin slutreplik: »Låt vetenskapliga resultat styra, oberoende av vilken terapiinriktning man anser sig sympatisera med.«

• Lennart Kriisa

3x Freud på film



Freud (NETFLIX, 2020)

Freud är huvudperson i denna märkliga serie. Angelägen om att göra sig ett namn i Wien hjälper han polisen att lösa blodiga mysterier. Freud framställs som hängiven kokainist, han anlitar ett medium för att hitta mördare, och försöker övertyga omvärlden om sina psykoanalytiska teorier. Serien har inte gjort succé på Netflix, betyget är låga 6,5/10 på IMDb.



Der trafikant (2018)

Bruno Ganz spelar Sigmund Freud i denna film som bygger på boken *Tobakshandlaren* av Robert Seethaler. Filmen kretsar runt den unge Franz som hamnar i Wien för att arbeta som lärling i en tobakshandel. Stamkunden Sigmund Freud har sitt hem och sin mottagning på samma gata. De blir vänner och Franz anförtror Freud sina kärleksbekymmer.

Det fördolda (1962)

Sigmund Freud använder hypnos för att behandla hysteri i Wien 1885. Han blir intresserad av ett fall där en pojkes hat mot sin far grundar sig i en incestuös kärlek till sin mor, vilket är en svaghet Freud ser i sig själv. Manus av Jean-Paul Sartre. Montgomery Clift spelar Sigmund Freud.



Dåligt bemötande vanligast bland Ivo-anmälningar

Att inte bli tagen på allvar, lång väntan och sexuella närmanden. Det är några av orsakerna till att patienter Ivo-anmäler psykologer, visar Psykologtidningens granskning.

Text: Lennart Kriisa

Psykologtidningen har gått igenom samtliga anmälningar av psykologer till Ivo under de senaste tio åren. Av de runt 80 anmälningarna handlar några om sexuella närmanden. En anmälan sticker ut. En manlig psykolog blev anmäld fyra gånger till Ivo, både för sitt bemötande och sexuella närmanden.

En av anmälnarna skriver:

Till en början kände jag mig bara chockad, men nu när det har lagt sig känner jag en vrede mot honom. Det känns helt sjukt att när en känner sig svag och i behov av hjälp så kan en inte ens känna sig trygg i ett psykologrelaterat rum. Jag har nu i efterhand mått väldigt dåligt av det här och menar att han utnyttjat mig i min svåra situation.

Ivo kritiserade psykologen vid flera tillfällen. När den fjärde anmälningen, som beskrev sexuella övergrepp under flera års tid, landade hos Ivo, konstaterade myndigheten att psykologen hade gått i pension och avslutade ärendet.

Den vanligaste kategorin, med runt 15 anmälningar, handlar om

att patienten upplever sig ha blivit dåligt bemött av psykologen. Oftast har patienten upplevt sig inte ha blivit tagen på allvar. En patient kände sig kränkt för sin kristna tro.

Psykologen tyckte att jag skulle suppa mig full, gå ut i skogen och ropa Ave Maria och be om förlåtelse, skriver patienten i sin anmälan.

Att patienter får vänta på vård kan få allvarliga följder. I ett par anmälningar skriver föräldrar till Ivo att deras barn kanske inte hade begått självmord om de fått hjälp i tid.

Runt tio anmälningar handlar om att patienterna tycker sig ha fått fel diagnos, ofta adhd. När patienterna läser journalerna känner de inte igen sig.

Ett par anmälningar är svåra att kategorisera. En patient klagar över oseriös regressionsterapi, då

»Med de nya reglerna i GDPR kunde vi inte ha kvar ett sådant register.«

KRISTINA TAYLOR OM
ETIKRÅDETS FÖRSTÖRDA ARKIV

smärtor under barndomen skulle återupplevas. En patient tipsades om att gå med i en sekt, en annan uppmanades att kontakta ett medium och en patient är missnöjd med att parterapin ledde till skilsmässa.

I en handfull fall klagar patienterna över att ha blivit sämre efter behandlingen.

Fyra anmälare anser att psykologen varit partisk i utredningar. Patrik Lind, ordförande i Etikrådet, är van vid den kategorin.

– Kanske hälften av alla anmälningar till Etikrådet handlar om att psykologen anses ha varit partisk, ofta i vårdnadstvister, säger han.

Men Patrik Lind är inte helt säker på andelen. Etikrådets arkiv med flera hundra anmälningar destruerades under förra året.

Kristina Taylor, då Etikrådets ordförande, nu ordförande för Psykologförbundet, beklagar att kunskapskällan gick förlorad.

– Det var på uppmaning av vår



KRISTINA
TAYLOR



PATRIK LIND

Inspektionen för vård och omsorg

ÖPPETTIDER

Måndag – fredag 8:00–16:00

Lunchstängt 12:00–13:00

förbundsjurist. Med de nya reglerna i GDPR kunde vi inte ha kvar ett sådant register.

Kristina Taylor gick igenom anmälningarna innan arkivet förstördes, och kunde dela in dessa i kategorier som bemötande, gränsöverskridande beteende, oskicklighet, otydlighet och partiskhet. Under sin tid i Etikrådet talade hon med många anmälda psykologer om just partiskhet.

– De reagerade ofta väldigt negativt på anmälan och menade att de behövde skydda ett potentiellt utsatt barn. Många intar en ideologisk hållning medan vi i Etikrådet försöker problematisera att bara en part blivit hörd, säger Kristina Taylor.

Även i Etikrådet finns enstaka

»Vi måste också ta på allvar att negativa saker kan hända.«

ALEXANDER ROZENTAL



ALEXANDER ROZENTAL



ANNIKA LINDGREN

deffa fall. Men det finns förstas ett mörkertal och här behöver vi öka medvetenheten, säger Patrik Lind.

Forskarna Alexander Rozental och Annika Lindgren, båda psykologer, är besvikna över att Etikrådets arkiv inte finns kvar. De var i kontakt med Etikrådet för två år sedan och begärde ut samtliga anmälningar för att kunna göra en studie om när psykologer blir anmälda. Etikrådet ville då inte lämna ut materialet, med motiveringen att

anmälningar mot psykologer för sexuella närmanden.

– Psykologen brukar vara själv-rannsakande i

det var konfidentiellt och skulle ta för lång tid att anonymisera.

Alexander Rozental och Annika Lindgren avgränsade sin studie till anmälningar av psykologer och psykoterapeuter inom Bup och den psykiatriska öppenvården. Totalt fick de fram drygt 30 anmälningarna. Hälften av dessa har de kategoriserat som »admi-

nistrativa«, som utdragna behandlingsförlopp, att patienten bollats mellan olika enheter eller brist på patientinflytande. De återstående anmälningar faller inom

kategorin »bemötande«.

– Här går skalan från att terapeuten har varit otrevlig till nattliga samtal av sexuell natur, säger Alexander Rozental.

Att några anmälningar handlar om sexuella övertramp är förvånande, tycker forskarna.

– Vi pratar ju hela tiden om att det är oacceptabelt, jag hoppades att vi inte skulle hitta några sådana fall överhuvudtaget, säger Annika Lindgren, som även undervisar i etik inom specialistutbildningen och psykoterapeutprogrammet.

Forskarna hoppas att studien, som ännu inte är publicerad, ska bidra till en aktiv diskussion om baksidan av de psykologiska behandlingarna.

– Vi är duktiga på att prata om hur vi ska göra för att det ska bli rätt, men vi måste också ta på allvar att negativa saker kan hända, säger Alexander Rozental. ●



BILD ISTOCKPHOTO

TIO I TOPP ENLIGHT TOP FACTOR:

1. **Meta-Psychology**, Linnéuniversitetet
2. **Advances in Methods and Practices in Psychological Science**, SAGE
3. **Comprehensive Results in Social Psychology**, Taylor and Francis
4. **Cortex**, Elsevier
5. **European Journal of Personality**, Wiley
6. **Collabra**, University of California Press
7. **Journal of Research in Personality**, Elsevier
8. **BMJ Open Science**, BMJ
9. **Social Psychological Bulletin**, PsychOpen
10. **Journal of Cognition**, Ubiquity Press

Svensk psykologitidskrift toppar världsrankning

Den svenska tidskriften Meta-Psychology rankas nu som den mest transparenta i världen.

- Vi har jobbat mycket för att ha högt i tak och våga prova nya saker, säger chefredaktören Rickard Carlsson. Text: Peter Örn

Meta-Psychology, som ges ut av Linnéuniversitetet, toppar rankinglistan TOP Factor från den amerikanska organisationen Center for Open Science. Det innebär flest totalpoäng för transparens, öppenhet och reproducerbarhet i forskningsresultat. Omkring trehundra vetenskapliga tidskrifter har hittills granskats.

- Bristen på öppenhet bland vetenskapliga tidskrifter är ett jättestor problem, säger Rickard Carlsson, docent i psykologi vid Linnéuniversitetet.

Den bristen var anledningen till att han startade open access-tidskriften Meta-Psychology vid års-

skiftet 2017/2018, tillsammans med den kanadensiske psykologiprofessorn Ulrich Schimmack. De ville göra en tidskrift som tar tillvara det som många pekat på är problemen inom forskning, till exempel det som kallas replikationskrisen.

- Det handlar, som vi ser det, om att åtminstone hålla sig till en miniminivå. Det garanterar ju inte alltid att det är bra forskning som vi publicerar. Men det betyder åtminstone att alla kan läsa och avgöra om den är bra eller dålig, säger Rickard Carlsson.

Tidskriften vill lyfta fram ett metaperspektiv på psykologiforsk-



RICKARD CARLSSON

ningen. Ämnet metapsykologi studerar psykologin som forskningsämne genom en kombination av metavetenskapliga perspektiv, metodutveckling samt utvärdering och syntes av forskning. Tidskriften publicerar bland annat replikeringsstudier, kritiska kommentarer och systematiska översikter.

Nu pågår det en stor förändringsprocess i hela tidskriftsvärlden mot att bli mer transparenta, menar Rickard Carlsson. Vissa gör små förbättringar, andra tar större steg.

- Tittar man på till exempel Nature-gruppen så tycker jag att de åstadkommit mycket bra. Men det är svårare att styra om en gammal stor tidskrift än en ny. Det måste man vara lite ödmjuk inför, säger han.

Den psykologiska vetenskapen pekades för snart ett decennium sedan ut som ett område med stora problem, särskilt socialpsykologin. Nu är det flera tidskrifter inom psykologin som ligger bland topp tio i TOP Factor-rankingen.

- Psykologin har på många sätt tagit upp bollen gällande öppenhet och transparens och är nu i flera fall ledande på området. Men det är fortfarande en ganska lång väg att gå, säger Rickard Carlsson. ●



BILD ISTOCKPHOTO

Psykedelika Psykologer övervakar patienter på psilocybin

Tio psykologer har rekryterats för att arbeta som terapeuter i en studie på Karolinska institutet för att utvärdera effekten av psilocybin vid depression.

– Den psykedeliska upplevelsen är kraftfull och kan upplevas skrämmande, säger psykologen Maria Beckman, en av de ansvariga för studien.

Psilocybin är ett ämne som finns i vissa svampar, populärt kallade *magic mushrooms*. Intag har visat sig kunna påverka perception, känslotillstånd och tankeverksamhet under några timmar efter dosering.

Forskarna vill förstå sambanden mellan nybildning av synapser i hjärnan, patienternas upplevelse under dosering, och hur den terapeutiska delen av behandlingen kan hjälpa patienten att integrera sin upplevelse.

Studien finansieras genom en donation från Osmond Foundation, en stiftelse med syfte att främja vetenskaplig forskning på psykedeliska substanser. Per Carlbring, professor i psykologi vid Stockholms universitet, är en av ledamöterna i Osmond. /LK

Psykisk hälsa Ny psykologisajt för ungdomar

Nu lanseras Psykologiguiden UNG, en webbplats om psykologi och psykisk hälsa som riktar sig till unga i åldern 13 till 19 år. Med bland annat artiklar i en rad ämnen, och ungdomars egna frågor som besvaras av legitimerade psykologer, hoppas skaparna av sajten att den ska bli en viktig källa till information för den aktuella målgruppen. Ambitionen är att med bland annat ett ungdomligt språk och en anpassad layout nå ut till även de yngsta i målgruppen.

Sajten finansieras av Allmänna arvsfonden. Projektet sträcker sig till mars år 2021 men sajten ska finnas kvar även därefter. Bakom projektet står Psykologförbundet, Sveriges Elevråd, Sveriges Elevkårer, Lärarnas Riksförbund samt Stiftelsen Företagsam. Allt material på sajten är faktagranskat av Psykologförbundet. Se ung.psykologiguiden.se. /PÖ

Jämställdhet Att dela lika minskar stress

Pappor som delar föräldraledigheten lika med sin partner fram till att barnet är 18 månader upplever mindre stress i föräldraskapet och är mer tillfredsställda med familjesituationen. Det visar psykologen Monica Lidbeck som nu disputerat på sin doktorsavhandling vid Göteborgs universitet.

Delad föräldraledighet ledde även till en bättre balans mellan arbetsliv och familjeliv för båda föräldrarna. /PÖ

BILD FONDSFOND



FRÅGOR TILL KRISTINA TAYLOR

Ordförande för Psykologförbundet som möter kritik bland medlemmarna efter att ha godkänt avtalet mellan PTK och Svenskt Näringsliv.

Hur hanterar du svekdebatten?

– Jag har försökt förklara hur vi resonerat på många olika ställen: på förbundets sajt, i facebookgruppen för psykologer och på förbundets facebook sida. Och så har jag fått två-tre mejl som jag har besvarat.

Varför gick ni med på att försämra anställningstryggheten för psykologer?

– Helheten i överenskommelsen är avsevärt bättre för tryggheten på arbetsmarknaden än utredningens förslag. Dessutom har vi ett ansvar att försvara partsmodellen och inte låta politikerna ta makten över våra frågor. Bedömningen är att det nu har tillkommit tillräckliga skrivningar som gör att vi känner oss tryggare med att ingen godtyckligt ska kunna sägas upp.

Men var är den fackliga kampviljan och lojaliteten med LO?

– Jag har förståelse för den ståndpunkten och det är just ett fackligt ansvar vi försöker ta. Med partsmodellen får vi möjlighet att i direkt förhandling med arbetsgivarna påverka medlemmarnas villkor. Men det är ett högt spel med regeringskris och annat i vågskålen.

● Lennart Kriisa

Upphandling psykoterapeutisk samtalsbehandling Region Östergötland

Region Östergötland upphandlar nu psykoterapeutisk samtalsbehandling i form av KBT (Kognitiv beteendeterapi), IPT (Interpersonell terapi) och PDT (Psykodynamisk terapi) för behandling vid depression och ångestsjukdomar. Patienten har möjlighet att välja den behandlare hen önskar, och vi ser gärna anbud från behandlare i olika geografiska delar i länet. Anbud kan lämnas av legitimerad psykolog eller psykiater senast den 1 december 2020 via TendSign <https://www.visma.se/upphandlingsverktyg/>



Region
Östergötland



Specialister framtid

Specialistutbildningen ska öka psykologernas status och driva upp lönerna. Men hittills har det gått trögt, visar Psykologtidningens granskning. Nu vill Psykologförbundet göra sig av med hela rasket. *Texter: Maria Jernberg*



nas

Förbundet redo att **släppa taget**

Tiden är nu mogen för att släppa ifrån sig specialistutbildningen, anser förbundsordförande Kristina Taylor. Men skeptikerna undrar om det verkligen finns någon spekulant.

Kristina Taylor är just hemkommen från sitt första internat med förbundet. Tillsammans har de lagt upp riktlinjer för framtiden. Vad som ska hända med specialistordningen är ett prioriterat område.

– Utbildningen har genomgått en stor utveckling sedan den inrättades. Många gör ett otroligt jobb och jag tycker mig höra att folk är nöjda, men nu har den blivit så stor att det är dags för en ny fas. Vi bedömer att vi har kommit så långt vi kan när det gäller att erbjuda likvärdighet och hög kvalitet.

Kristina Taylor vill ha ett offentligt övertagande av utbildningen.

– Patienter, arbetsgivare, samhället och vår egen kår skulle ha mycket att vinna på en offentlig finansiering och reglering.

Håkan Nyman är examinator för specialistutbildningen och har varit med sedan starten 1992. Han tror inte att någon annan kommer att vilja ta över.



KRISTINA
TAYLOR



SARA
HENRYSSON
EIDVALL

– Tänker man att Socialstyrelsen ska driva det här? Det vill de inte. Absolut inte. Professionen måste göra det själva, säger han.

Frågan om en reglerad specialistordning för psykologer har utretts tidigare. År 2010 kom regeringen fram till att det ur patientsäkerhetsperspektiv inte finns behov av en offentlig reglering. I Norge får det norska psykologförbundet årligen ett antal miljoner från staten för att sköta specialistutbildningen. En sådan modell tror Håkan Nyman skulle vara mer realistisk.

– Å andra sidan finns en baksida, för då säger staten att »de här specialiteterna är vi intresserade av, men de där som ni håller på med de bekostar vi inte«. »Nähä«, så står man där. När någon annan ska bestämma.

Sara Henrysson Eidvall är ordförande i specialistrådet vars uppgift är att stötta utbildningsavdelningen i övergripande frågor. Hon är också fundersam kring vem som skulle vilja hålla i utbildningen:

– Psykologkåren är bred. Yrket utövas på varierade sätt och under olika villkor. Jag som arbets- och organisationsspecialist har rent krasst ganska lite gemensamt med en klinisk psykolog. Socialstyrelsen

är ju till exempel inte inblandade i mitt jobb. Att de då skulle vilja ha med min vidareutbildning att jag göra, är inte troligt.

Ibland görs en jämförelse med läkarnas specialistordning men Sara Henrysson Eidvall tycker att det finns väsentliga skillnader:

– Hos läkarna är spridningen mindre och de har alla samma



»Tänker man att Socialstyrelsen ska driva det här? Det vill de inte.«

huvudmän – regionerna och Socialstyrelsen. Då blir det mycket enklare att låta någon annan än den egna professionen ha hand om specialiseringen.

Sara Henrysson Eidvall ser dock att det skulle finnas fördelar med att exempelvis låta universiteten stå som värdar:

– Som det är nu så är det vi som utser oss själva till experter. Det är en förtroendefråga och vi vill egentligen inte ha det så här.

I dagsläget finns tio specialiteter. De har vuxit fram utifrån behov och nya kunskapsvinningar. Den som inleder sin specialistutbildning har tio år på sig att bli klar. Då ska introduktionskurs, specialistkollegium, sex kurser motsvarande 7,5 högskolepoäng vardera och specialistarbete, ha genomförts och blivit godkänt.

– Fast man läser sig inte till att bli specialist. Man jobbar inom det aktuella området och övar. Sedan går man kurser som höjer ens ➔



BILD ISTOCKPHOTO

SPECIALISTERNA PÅ FÄLTET

Psykologtidningen har pratat med tre färdiga specialister. Vad har de fått ut av sin specialistutbildning och hur är deras yrkesliv i dag?

»Jag har blivit tryggare«

Att bli specialist har inte lönat sig ekonomiskt för **Sara Strandberg**. Ändå vill hon plugga mer.

Sara Strandberg blev specialist i neuropsykologi 2017.

– Samma dag som jag sa upp mig från mitt jobb på neurologiska rehabiliteringsmottagningen fick jag ett brev hem i brevlådan om att jag var godkänd specialist. Det var ju lite ironiskt.

I den nya tjänsten på barn- och ungdomshälsan upplevde hon att det kunde bli tvetydigt för familjerna att höra att de skulle träffa en specialist i neuropsykologi eftersom det är en verksamhet som inte ställer diagnoser utan endast erbjuder samtal.

Sedan något år är hon tillbaka på rehabiliteringen där hon utreder och arbetar med psykologisk behandling. De flesta av hennes patienter har drabbats av stroke, förvärvad hjärnskada eller hjärntumör. Hon serverar också geriatriken med demensutredningar. Hon har inte en särskild specialisttjänst och egentligen inte heller andra arbetsuppgifter än tidigare, men tycker att det i en sådan tjänst som hon har, behövs vidareutbildning. Psykologprogrammet räcker inte.

– Jag har inte heller fått högre lön och vet inte om det skulle vara ett argument i löneförhandlingen.

Sara Strandberg tycker ändå att utbildningen gett mycket.

– Det har varit förmånligt att gå kurserna och få det senaste gratis. Sedan jag började jobba har jag uppskattat utbildning på ett annat sätt – att få sitta och lyssna på någon annan som kan, att placera in kunskapen i mina egna fack och att ha patienter att träna på och ställa i



relation till. Jag har blivit tryggare i utövandet av mitt yrke.

Hon är nöjd med alla kurser utom en.

– Den skulle jag säga var på basnivå och innehöll mest sådant jag redan kunde.

Sara Strandberg har under åren slagits av hur många skickliga och pålästa psykologer det finns där ute och som genom specialistutbildningen kan dela med sig.

– Eva Tideman till exempel. Jag blir ödmjuk inför människor med sådan erfarenhet och kunskap som hon.

Nu har det gått en tid sedan Sara Strandberg blev klar och viljan att lära sig nytt börjar komma tillbaka.

– Men jag är osäker på vilken vidareutbildning jag kan få framöver. Vad kan man förvänta sig när man redan är specialist? ●

kompetens men det viktiga är att kunna tillämpa de nya kunskaperna i praktiken, säger Håkan Nyman.

När specialistordningen infördes var ett av argumenten att ingen enskild psykolog kan hålla sig à jour inom alla områden. Vetenskapen och kunskapen utvecklas i snabb takt och för att komma till sin rätt krävs en specialisering. Ett annat argument var att specialistordningen på ett mer strukturerat sätt skulle erbjuda utbildningsvägar. Det fanns då en brokig palett av vidareutbildningar för psykologer och det var svårt att få överblick.

Sedan startskottet 1992 har specialistutbildningen omformats vid flera tillfällen. Det har skett en åtstramning gällande studieplan och upplägg. Kraven för om en kurs ska ackrediteras till specialistkurs har ökat. Den typiska specialisten har också blivit en annan:

– I dag är det en ambitiös yngre kvinna som lyckats bra i sina grundstudier, men för några år sedan skulle jag säga att det var en gammal stöt som jobbat i fyrtio år och som blev specialist på gamla meriter. Som jag ungefär, säger Håkan Nyman.

Under åren har förbundets resurser fått läggas på att klara av kvalitetssäkringen av utbildningen, som växt i storlek.

– Det har huvudsakligen varit ett internt projekt. Utbildningen föddes utifrån ett intresse och ett

»Man läser inte till att bli specialist. Man jobbar inom det aktuella området och övar.«

behov hos våra medlemmar. Nu måste vi bli mer utåtriktade, säger Kristina Taylor.

Förbundet ska framöver ägna sig åt hur specialistpsykologer ska vara patienter och olika sektorer till större gagn. Utbildningen behöver utvecklas och ske i närmare samverkan med verksamheterna som psykologerna arbetar i.

För närvarande finns drygt hundra specialisttjänster i Sverige. Unge-



HÅKAN NYMAN

fär 2 850 specialister har examinerats sedan starten. Löneökningen för en färdig specialist är knapp och ingen självklarhet. Kristina Taylor tycker ändå att det hos arbetsgivarna finns ett ökande intresse som ännu inte märks så tydligt i siffror.

– Vi ser en framåtrörelse i frågan. Verksamheter startar egna utbildningar, kompetensen efterfrågas, men det ser olika ut. Genom en offentlig reglering skulle det bli en tydligare struktur. Det skulle vara ett sätt att hjälpa arbetsgivarna att förstå hur specialistutbildningen fungerar och vad vi bidrar med. Om det blir en större efterfrågan hos arbetsgivarna kommer de troligen också att bli mer beredda att betala för vad de får.

Det brukar sägas att psykologer





BILD ISTOCKPHOTO



SPECIALISTUTBILDNINGENS TIO SPECIALITETER

De mest populära är (utan inbördes ordning):

- Psykologisk behandling/psykoterapi
- Klinisk vuxenpsykologi
- Klinisk barn- och ungdomspsykologi
- Neuropsykologi
- Arbets- och organisationspsykologi

Färre läser (utan inbördes ordning):

- Forensisk psykologi
- Hälsopsykologi
- Funktionshindrens psykologi
- Pedagogisk psykologi
- Missbruks- och beroendepsykologi

är det yrke som vidareutbildar sig mest under livet. Enligt Håkan Nyman kan det stämma.

– För många är jobbet ett kall och en viktig del av ens identitet. Det är helt klart så att vidareutbildning har ett eget värde för psykologer men för den skull är lönen inte oviktig. ➡

SPECIALISTERNA PÅ FÄLTET

»Hoppades på mer«

Dan Bengtsson ägnar en dag i veckan åt specialistsysslor. Han hoppas att specialisttjänster kan bevara kunskap som riskerar att gå förlorad.

Dan Bengtsson har en specialisttjänst i Region Stockholm. Den finns inom Psykiatri Sydvästs personlighetsprogram som är en specialistmottagning för personlighetssyndrom. Han är avlönad därefter och har en konkret rollbeskrivning. En dag i veckan ägnar han åt specifika specialistsysslor.

– Då driver jag ett projekt om behandlingsuppföljning. Jag har också hand om utbildningsfrågor och bistår med handledning till PTP:are och kandidater.

Han beskriver att hans tjänst fyller ett behov av seniora funktioner.

– Jag ser det kliniska arbetet som ett hantverk att tillägna sig och skulle vilja att mottagningarna fungerade mer som ett hantverksskrå gör, att erfarna lär upp yngre. Det senaste decenniet verkar de äldre psykologerna ha försvunnit från psykiatrin, vilket har påverkat hela verksamheten. Kunskap som byggts upp under många år har gått förlorad. Att införa specialistpsykologer tänker jag är ett sätt att komma till rätta med det.

För ett år sedan gick han ut Karolinska institutets kombinerade specialist- och psykoterapeutprogram och blev specialist i klinisk vuxenpsykologi.

Det som lockade med KI var att få ett sammanhållet program som någon annan tänkt ut, att ha handledning och tillgång till lärare och duktig personal. Dan Bengtsson är nöjd även om studierna var krävande.

– Jag kan inte plocka ut något särskilt element. Det är summan av erfarenheterna som gett mycket.



Däremot tycker han att det är synd att en specialistutbildning blir helt knuten till en terapeutisk skolbildning.

– Psykologi är ett brett fält. Jag hade önskat mer övergripande kunskaper om komplexa problem och lösningar. Att få en allsidig verktygslåda av interventioner och tankesätt, fast med en gedigen utgångspunkt i förutsättningslös vetenskaplig metod.

Han tycker att större vikt behöver läggas vid hur behandling kan anpassas i mötet med den enskilda patienten.

– För att behandlingen ska fungera behöver psykologen komplettera och ta bort. Jag trodde att jag skulle få mer träning i hur jag kan anpassa till just den personen som sitter framför och samla in feedback kring det som händer, för att på så vis säkerställa kvaliteten i arbetet och se att det faktiskt hjälper. ●



SPECIALISTUTBILDNINGEN I SIFFROR

Studerande just nu:
cirka 4 000

Examinerade
specialister sedan ut-
bildningen startade:
cirka 2850

Legitimerad psyko-
loger i Sverige idag:
drygt 14 500

Specialisttjänster:
drygt 100

Sara Henrysson Eidvall delar bilden av de utbildningstörstande psykologerna.

– Forskning visar att psykologer ligger högt på personlighetsdraget »openness«. Vi är nyfikna och vill ständigt lära nytt.

För att också skapa ett större intresse hos arbetsgivarna och samhället, för psykologisk kunskap tycker Sara Henrysson Eidvall att professionen måste bli bättre på att påvisa nyttan.

– Det är den enda vägen att gå. Vi måste jobba utifrån evidens så att vårt arbete ger effekter vi kan visa.

Vem inom offentligheten som skulle kunna tänkas ta över tycker Kristina Taylor är för tidigt att säga.

– Vi håller på att ta fram en

kortsiktig och en långsiktig plan som förbundsstyrelsen ska besluta om framöver. Den kortsiktiga är att verkligen sätta frågan på dagordningen. Att avsätta resurser från förbundsstyrelsen, kansliet och övriga organ för att kartlägga hur ett offentligt övertagande ska gå till. Vi behöver utveckla kontakter med politiska instanser, universitet och arbetsgivare. Den långsiktiga är att ha färdiga mål och sträva mot dem.

Kristina Taylor tror att förbundet och professionen kommer att ha kvar inflytande, trots en offentlig reglering.

– Målet är att vi inte ska äga eller reglera utbildningen, på så vis kommer vi inte ha ett direkt inflytande. Men genom de insatser som

vi nu gör får vi större kontaktytor. Det kommer att kunna bidra till ett högt förtroende för förbundet och möjlighet att påverka.

Samtidigt som de strategiska planerna ritas upp, pågår arbete med att skapa utbildningsplaner och lärandemål som harmoniserar med högskoleförordningens krav.

– Kompetensbeskrivningarna för varje specialitet är skrivna på en mycket övergripande nivå och behöver bli mer detaljerade, säger Ulrika Eskner Skoger, central studierektor för specialistutbildningen.

Förbundsdirektör Ulrika Edwinston betonar vikten av att samordna så att specialistutbildningen ser likadan ut i hela landet.



ULRIKA
EDWINSTON

– Det är ett avgörande steg för att skapa ett intresse hos offentligheten, säger hon.

Redan 2004 fattades beslut på kongressen om att ta fram strategier för en offentlig reglering. Ulrika Edwinson har varit förbundsdirektör sedan 2015. Hon kan inte svara på hur frågan drivits innan hennes tid. Under hennes fem år har den lyfts fram i enskilda kontakter med myndigheter.

När Psykologtidningen ringer runt är det svårt att hitta någon som har aktuell kunskap i frågan om offentlig reglering. De svar som ändå lämnas visar att ansvariga på Socialdepartementet inte hört av Psykologförbundet under minst fyra år samt att Socialstyrelsen och Sveriges Kommuner och Regioner inte uppvaktats i ärendet på åtminstone tre år.

– Myndighetskontakterna har inte tagits på ett strukturerat plan, säger Ulrika Edwinson. Nu har förutsättningsarna ändrats och vi gör ett omtag.

Kristina Taylor ser också omvärldsförändringar som talar för att tiden är mogen.

– Samhället har i dag en högspecialiserad vårdorganisation. Det ställer krav på spetskompetens. På det sättet är vi i en överensstämmande fas med vår samtid, att se att det här skulle patienter och klienter tjäna på. Det gäller inte bara inom vården men det är kanske lättast att beskriva utifrån de strukturer som där finns andra professioner med specialistutbildning.

Mycket arbete återstår men Kristina Taylor är hoppfull och tror på en offentlig reglering och finansiering.

– Det är mer realistiskt och inom räckhåll än någonsin.

Någon tidsplan vill hon dock inte ge.

– Om tidningen följer upp den här frågan inför kongressen 2023 hoppas jag kunna svara. ●

»Målet är att vi inte ska äga eller reglera utbildningen.«

SPECIALISTERNA PÅ FÄLTET

»Fick betala själv«

Maria Karnell tror inte att hennes kollegor har en susning om vad en specialistpsykolog är. Men det spelar ingen roll. – Det betyder något för mig att jag vet.

Maria Karnell är HR-strateg på Kulturhuset Stadsteatern. Hon blev färdig specialist inom arbets- och organisationspsykologi 2014. Hennes huvuduppdrag är att stötta cheferna i den pågående verksamheten. På arbetsplatsen finns 129 professioner. Det är bibliotekarie, hattmakare, skådespelare, smed och många andra. Yrken med sina egna utmaningar. Maria Karnell handleder chefer, hjälper till i gruppprocesser, håller utbildningar om arbetsliv och hälsa, och bistår i konflikthantering.

Redan något år efter att hon avslutat psykologprogrammet påbörjade hon specialistutbildningen.

– Jag har alltid tyckt om att studera. För mig blev specialistutbildningen en ram, en riktning framåt. Något som tvingade mig och därför blev motiverande.

Skillnaden mot att gå enstaka kurser tycker hon också är möjligheten att utvecklas i sin yrkesidentitet.

– Introduktionskursen och specialistkollegierna är forum för att träffas och diskutera, bli insatt i yrkets historia och hur professionen har vuxit fram. Det leder till en fördjupad identitet och stolthet.

Kurserna höll en något ojämn nivå men Maria Karnell tycker att hon fått med sig avgörande kunskaper.

– Jag måste ju jobba med modern psykologi. Mycket av det som jag lärde mig på grundutbildningen är inaktuellt i dag.

Under resan till att bli specialist har hon haft tre arbetsgivare. Deras inställning och stöttning har varierat.



– När jag började på mitt nuvarande jobb hade jag en kurs kvar, den fick jag betala själv.

Hon tycker att de ojämlika förutsättningarna för vidareutbildning är ett problem. Sedan ett par år är hon mentor i specialistkollegierna. Hennes bild är att upp till hälften av dem som går utbildningen delvis eller helt bekostar den själva.

– Man ska ju inte jämföra med läkarna men jag har en sambo som är läkare och specialist. Hans chef har tagit fram en plan för vidareutbildning. Min sambo skulle ju aldrig i sitt liv betala för något själv. Det är en absurd tanke tycker han. ●

»Specialistutbildning innebär inte automatiskt att man ska få högre lön.»

Nästa sida ➔

Lång väg till lönemålen

Den som utbildar sig till specialist kan inte räkna med löneförhöjning – trots att Psykologförbundets riktlinje är att en specialistlön ska ligga på 65 100 kronor.

Jaime Aleite anser att lönerna för dem som har en specialisttjänst är för låga. Ett annat dilemma är att det bara finns drygt hundra specialisttjänster.

– Vi behöver jobba för fler specialisttjänster till rätt villkor. Det måste gå hand i hand, säger han.

Lön ska sättas utifrån prestation, innehåll och efterfrågan på arbetsmarknaden.

– Bara för att man gått en specialistutbildning innebär det inte automatiskt att man ska få högre lön. För det krävs en förändring i innehåll och uppdrag, att det blir en ny tjänst.

En majoritet av färdiga specialistpsykologer har inte en specialisttjänst.

– Här behöver vi ta reda på bekymret – har arbetsgivarna inte behov eller utförs redan i dag sysslor på specialistnivå utan att avlönas?



ROLAND SÄLL



JAIME ALEITE

Psykologförbundet har sedan tidigare beslutat att riktlinjen för en specialistlön är 40 procent över den 90:e percentilen av legitimerade psykologers löner.

– Lönesättningen är ju egentligen individuell, inte schablonmässig. Det bör nog ses som något att ta sikte på, sedan behöver den enskilda fråga sig: Vad är realistiskt för mig?

Jaime Aleite tror att många som läser utbildningen inte har som syfte att få en ny tjänst.

– Många lockas nog av att bli skickligare och kunna arbeta med svårare dilemman. Sedan tänker man i och för sig att det också kan påverka lönen.

Under åren har psykologerna vuxit mer för specialistutbildningen än vad arbetsgivarna har. Vissa tecken tyder på att det är på väg att ändras. Hos Psykiatri Sydvest i Region Stockholm planeras för åtta

specialisttjänster varav en redan är tillsatt. Tjänsterna är en del av en större satsning på bästa tänkbara vård där den psykologiska behandlingen ska spetsas till. Specialistpsykologen ska vara expert inom sitt område och utbilda, implementera och utvärdera.

– Den tjänst som är igång fungerar utmärkt, säger Roland Säll, sektionschef för öppenvårdssektionen på Psykiatri Sydvest.

Han upplever att efterfrågan på specialister har ökat i takt med att psykologisk behandling har uppvärderats inom psykiatrin.

– Det har också skett en stor förändring bland våra psykologer. Intresset för psykoterapeututbildning har minskat kraftigt, i stället vill man ha specialistbehörighet.

Även Psykologpartners satsar på specialistutbildning till sina anställda.

– Vi gjorde en rejäl genomlysning av frågan innan vi bestämde oss och intervjuade både internt inom företaget och våra kunder, säger Elin Wesslander, chef för de kliniska psykologerna i Stockholm och Umeå.

Framförallt märktes ett stort engagemang hos medarbetarna.

– Nu jobbar vi externt så att kunderna ska förstå värdet av seniora kompetenser.

Hon påpekar att Psykologpartners är en stor arbetsgivare för psykologer.

– På det här viset signalerar vi att specialistutbildningen är viktig. ●

LÖNEUTVECKLING

(Statistik hämtad ur den partsgemensamma databasen.)

Specialister

(De flesta i denna grupp har en specialisttjänst eller åtminstone en uttalad specialistfunktion.)

2015

Medellön **42 759 kr**
10:e perc **38 900 kr**
90:e perc **47 550 kr**

2019

Medellön **47 604 kr**
10:e perc **41 750 kr**
90:e perc **53 450 kr**

Leg psykolog

(Här finns också färdiga specialister men som inte har specifik specialisttjänst eller specialistfunktion.)

2015

Medellön **37 074 kr**
10:e perc **32 600 kr**
90:e perc **42 000 kr**

2019

Medellön **40 796 kr**
10:e perc **36 000 kr**
90:e perc **46 500 kr**

LÖNELÄGET 2019

(Psykologförbundets egen statistik. Bygger på enkät svar.)

Leg psykolog 41 231 kr

Specialistpsykolog med specialistbefattning 49 937 kr
Specialistpsykolog utan specialistbefattning 46 378 kr

ANTALET SPECIALISTTJÄNSTER INOM REGIONERNA

(det finns enstaka inom privat sektor som inte är medräknade.)

2017

51 specialisttjänster
(Svar erhöles endast från 12 av regionerna, bortfall av 9 regioner.)

2019

101 specialisttjänster

Var med och gör skillnad!

Hälsokatastrofen som det nya coronaviruset orsakat har bara börjat och när det gäller psykisk ohälsa kan de negativa konsekvenserna bli omfattande och långvariga. Redan innan pandemin var väntetider och undermålig vård ett återkommande tema i myndigheternas rapporter om psykisk ohälsa. Det är därför mer angeläget än någonsin att finna nya sätt att möta den växande vårdskulden!

Sveriges största digitala vårdgivare

Kry har på några år etablerat sig som Sveriges i särklass största digitala vårdgivare och har även etablerat sig i flera andra länder, vilket har revolutionerat möjligheten för patienter att få snabb hjälp. Inte minst uppskattar patienter med psykiska besvär att själv kunna boka en snabb tid hos någon av våra över 100 psykologer.

Inte längre enbart digital

Även om den tekniska utvecklingen hos Kry har revolutionerat vården både för patienter och kliniker, så räcker det ibland inte att enbart erbjuda kontakt online.

Vi tar nu därför nästa steg och öppnar 20 vårdcentraler runt om i Sverige med målet att kunna hjälpa ännu fler patienter med alla besvär som primärvården ska hantera. Vår övertygelse är att framtidens vård kommer kräva en integration mellan digital teknik och traditionella vårdmöten. Vi vill nu bjuda in dig till att bli en del av den utvecklingen!

Frihet och stöd i arbetet som psykolog

Våra psykologer brukar lyfta fram flera fördelar med att arbeta hos Kry:

- ✓ Den bästa tekniska lösningen som minimerar administrativt arbete.
- ✓ Frihet att arbeta varifrån du vill. Och när du vill arbeta.
- ✓ Mycket stöd i det kliniska arbetet, både genom handledning, vidareutbildning och snabb support från seniora psykologer och läkare i det dagliga arbetet.
- ✓ Tydliga strukturer och vägledningsdokument att förhålla sig till i arbetet som psykolog.

Vid intresse, kontakta Pernilla Blennow: pernilla@kry.se | +46(0)72-216 87 08

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

kry

Religion och vetenskap – inget omöjligt par

En kväll under första året på psykologprogrammet fick jag ett mejl av en kursare. Hen skrev att det var hens plikt att sprida Kristi budskap och att den som inte väljer Guds väg hamnar i helvetet. Mejlet hade gått ut till alla i klassen och det var som att kasta ett stycke kött till vargar. Nyanlända till universitetsvärlden som vi var; kunskapsstörstiga och diskussionssugna. Hur kunde hen tänka att hen visste den rätta vägen för alla människor och samtidigt ha ambitionen att bli psykolog? Att vara psykolog är väl att stötta människor i att finna sin egen väg? Att vara normkritisk och öppen inför olika sätt att leva! Hen blev så stressad och vi andra var så många och upprörda att det omöjligt gick att få till något samtal.

Sedan dess har jag flyttat till Sveriges bibelbälte och fått många kristna kollegor. Även om jag inte diskuterat ämnet närmare så har frågan skvalpat runt i mitt bakhuvud: Hur går det egentligen ihop - en

tro på Gud och en tro på evidens och vetenskap?

Så hittar jag Pekka Møllergråds bok *Jag tror för att förstå* (Artos, 2020). Författaren är läkare och forskare, men också aktivt kristen. Boken är riktad till alla som genom åren just frågat hur man får ihop det. Han skriver bland annat om att tro på mirakel är att erkänna att saker kan ske som vi ännu inte har någon vetenskaplig förklaring till. Han vänder

»Tro på mirakel är att erkänna att saker kan ske som vi ännu inte har någon vetenskaplig förklaring till.«

också på frågan och undrar om en sann vetenskapsman verkligen kan avfärda religionen, bör han inte närma sig också den med öppet sinne, precis som i allt sökande efter kunskap?

Jag läser med glädje eftersom jag tycker att hans förhållningssätt går bra ihop med att vara psykolog; han intresserar sig för andra människors erfarenheter och han är öppen inför att de kan se väldigt olika ut. Han har en tillbakalutad hållning och inget behov av att övertyga någon. Men om man vill höra kan han gärna berätta om sin syn på saken. När jag slår igen boken är det med känslan av att ha haft ett genuint samtal. Kanske är jag inte närmare svaret på min fråga rent rationellt, men på något sätt har jag fått en annan emotionell förståelse.

• Celia Svedhem, psykolog och litteraturkritiker



Höstens böcker

Samtalsterapi – språket som kur och krämpa

Jonas Ramnerö och Niklas Törneke, Natur & Kultur, 2020

Författarna, den ena psykolog, den andre psykiater, utgår från det mänskliga språket som fenomen i sig, för att förstå hur behandling i form av pratande kan medföra förändringar i människors liv.

Utifrån inlärningspsykologi beskriver de principer som antas vara närvarande i alla terapier där språket är ett avgörande verktyg. Boken skildrar också ett grundläggande dilemma – att det

inre samtal varje människa har med sig själv samtidigt är en central del av det problem som terapin avser påverka. Läsaren bjuds in till en tankeväckande konversation om att förstå det mest grundläggande i all psykoterapi – själva språkandet.

Suicidala patienter – klinisk handbok för bedömning och behandling

John A. Chiles, Kirk D. Strosahl och Laura Weiss Roberts, Natur & Kultur, 2020

Författarnas utgångsläge är att suicidalt beteende är ett farligt och kortsik-





dygnsvård, samt behandling av särskilda målgrupper som ungdomar, äldre och patienter med substansberoende eller psykos. Det praktiska förhållningssättet är grundat i ACT och kbt.

Psykoterapi – de sex grundläggande kompetenserna

Leif Havnesköld och Birgitta Elmquist, Studentlitteratur, 2020

Denna bok skiljer sig från många andra metodböcker i ämnet genom att den inte utgår från en specifik inriktning, metod eller skolbildning. I stället beskrivs sex empiriskt grundade kärnkompetenser som, oavsett inriktning, är gemensamma för det goda kliniska arbetet. Boken presenterar dessa kärnkompetenser och hur de kan utvecklas under hela den psykoteraeutiska karriären.



tigt problemlösande beteende för att hantera intensiv känslomässig smärta. De tar upp akuta kriser, behandling inom primärvården och i psykiatrisk öppenvård respektive hel-

Liria Ortiz.



Motiverande samtal i arbete med våld i nära relationer

Liria Ortiz, Gothia, 2020

En handbok med konkreta samtalsverktyg för att fråga om våld, motivera till förändring och hantera motstånd. Boken vänder sig till alla som i sin yrkesroll arbetar med motivation till förändring i möten med personer som är utsatta för våld i såväl olikkönade som samkönade relationer. Den riktar sig också till



exempel i form av dialoger som visar hur motiverande samtal om våld i nära relationer kan gå till.

Fokusert gruppeanalytisk psykoterapi

Steinar Lorentzen, Gyldendal, 2020

Människor är sociala varelser och det mesta av inläringen sker i sociala situationer. Ändå är denna potential underutnyttjad i psykologisk behandling,



anser författaren och går igenom den evidens som finns. Intresset bland svenska psykologer har generellt varit lågt för gruppterapi, men det beror sannolikt på andra orsaker än att empiri saknas. I Norge är gruppterapi mer populärt, vilket lett till denna bok.

Urval av Lennart Kriisa.

Räddningen för kbt:ns skamfilade rykte

Olle Wadström delar i sin senaste bok frikostigt med sig av sin mångåriga erfarenhet som terapeut och handledare. Grundstrukturen och arbetsgången i tillämpad beteendeanalys (TBA), allt från problembeskrivning via topografisk och funktionell analys, upprättande av behandlingsmål och val av interventioner till utvärdering, går noggrant igenom. Boken är också rik på exempel som förklarar grunderna i inlärningspsykologi. Det är ingen lätt läsning för den oinvigde men mer eller mindre ett måste för den som arbetar med kbt.

Wadströms utgångspunkt är att inlärningspsykologi och tillämpad beteendeanalys är det fundament som den kognitiva beteendeterapin vilar på. Det ökade utbudet av allehanda kbt-utbildningar har medfört att många är otränade och okunniga i inlärningspsykologi och beteendeanalys. Ofta utbildas studenterna i olika metoder och manualbehandlingar, utan att ha tillägnat sig grunderna i inlärningspsykologi.

Kbt som evidensbaserad behandling kan komma att

skamfilas då många terapeuter som uppger sig ha kbt-kompetens inte har det.

PATIENTERNA KAN komma att säga att de har provat kbt och att det inte fungerade. Många gånger sätter man igång behandlingen utan att först ha gjort en funktionell beteendeanalys. Författaren menar att detta är lika tokigt som för en läkare att skriva ut godtycklig medicin utan att

ha undersökt patienten eller att ha ställt en diagnos.

I beteendeterapi kan man grovt säga att förändringen sker utifrån och in. Beteendeförändring leder till nya känslor och tankar, vilket lite skämtsamt kan uttryckas i devisen »move your ass and your mind will follow». Wadström hävdar att tankar lärs in och vidmakthålls på samma sätt som observerbara beteenden. Tankar är be-

teenden som kan analyseras och behandlas på samma sätt som motoriska beteenden. Detta ämne har Wadström utförligt även beskrivit i en tidigare bok *Sluta älta och grubbla – lättare gjort med kbt*.

I stället för att tala om ångest, tala hellre om sympatikusreaktionen menar Wadström. Ett avsnitt i boken ger en gedigen genomgång av hur det autonoma nervsystemet fungerar.

WADSTRÖM GER I boken också en ingående beskrivning om vilka färdigheter och kunskaper man behöver för att bli en skicklig kbt-terapeut. Många av dessa rekommendationer och handfasta tips är baserat på hans eget frammejslade terapeutarbete under 49 år.

Boken riktar sig framför allt till kbt-terapeuter men även till kursanordnare som vill rädda den kognitiva beteendeterapis rykte.

Boken rekommenderas till den som vill förankra interventionerna i en funktionell beteendeanalys, men även de som arrangerar kbt-utbildningar bör ha boken i sin litteraturlista.

● Bengt Daleflod, psykolog och psykoterapeut



KOGNITIV BETEENDERAPI OCH LITE TILL.
49 ÅRS ERFARENHETER SOM BETEENDERAPIUT.
OLLE WADSTRÖM, PSYKOLOGINSATS, 2020.



I metaforernas landskap

AV GUDRUN OLSSON, CARLSSON BOKFÖRLAG, 2020.

Syftet med Gudrun Olssons bok är att undersöka metaforanvändningen i vårt vardagsspråk. De metaforer vi använder färger i hög grad hur vi lever våra liv och hur vi förstår våra upplevelser. Vilken metafor vi lutar oss mot påverkar oss ofta mer än vi kan ana, anser Gudrun Olsson. /LK



Vila i dig själv

AV MARIA ELMFELDT ÖHRSKOG OCH SUSANNE ENGGREN, LAVA FÖRLAG, 2020.

Boken varvar teori och praktik för att träna närvaro och compassion. De teoretiska delarna ger förståelse för varför vi reagerar som vi gör, och förklarar vad vi kan göra annorlunda. Boken avslutas med positioner från »restorative yoga». /LK



Maria Bühler / psykolog

»Tänk alltid NPF när unga flickor söker hjälp«

Hemma upplevde föräldrarna problemen. Men i skolan var Ella, som då gick i femte klass, välanpassad och social. Inget bråk. Det var först efter flera år, i åttan, som hon fick diagnosen adhd.

Psykologen Maria Bühler, specialist i neuropsykologi, berättar om sin egen dotter. Ett ganska typiskt exempel på svårigheten för unga flickor med en neuropsykiatrisk funktionsnedsättning, NPF, att få rätt diagnos, förklarar hon.

– Tänk alltid NPF när unga flickor söker hjälp för psykisk ohälsa. De kanske söker för självskadebeteende, depression eller ångest, men i väldigt många fall ligger NPF bakom, säger Maria Bühler.

De egna erfarenheterna

som förälder, liksom många års utredningsarbete med barn och unga, fick henne att skriva boken *Flickor med autism och adhd – En guidebok för föräldrar och professionella*. Maria Bühler vill lyfta fram det som specifikt kännetecknar unga flickor med autism och adhd och som skiljer från jämnåriga pojkars symtombild.

– Medan pojkar ofta är utåtagerande och stökiga, och kanske ofta håller sig för sig själva på skolgården, så är flickorna till synes mer sociala. Men även om de ingår i ett sammanhang har de svårare än neurotypiska barn att interagera, att förstå leken med sina kamrater. De kan uppleva ett »inre raseri« som ofta skapar stor ångest och känslor av att vara misslyckad, säger Maria Bühler.

Svårigheten att tolka symtomen rätt hos flickor med NPF riskerar att leda till fel insatser, menar hon. Inte sällan tolkas till exempel ett självskadebeteende som uttryck för emotionella problem eller kopplas till antaganden om problem i hemmet, då det i stället kan vara uttryck för underliggande NPF.

– Det kan leda till en väldigt negativ spiral, till

misstankar om att allt inte står rätt till i hemmet och i förhållningen kanske till socialtjänstanmälningar om det finns misstankar att föräldrarna inte klarar av sin uppgift, säger hon.

Det som oroar henne mycket just nu är rapporter om en dramatisk ökning av skolfrånvaro bland flickor, berättar hon.

– Det måste tas på stort allvar. Agerar man inte och tittar på de bakomliggande orsakerna, och sedan går in med rätt insatser, riskerar många flickor att få en väldigt negativ start i skolan. I värsta fall blir de hemmasittare under många år, säger Maria Bühler.

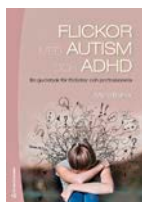
HON HOPPAS ATT hennes bok, som kombinerar handfasta råd med att lyfta fram aktuell forskning på området och inte minst ger ett inifrån-perspektiv vid adhd och autism hos flickor, ska vara värdefull för både föräldrar och psykologer.

– Även om det alltmer talas om skillnaderna mellan pojkar och flickor med NPF så upplever jag att det inom psykologkåren ofta saknas en djupare kunskap om hur autism eller adhd yttrar sig hos just flickor. Det behöver man ha för att upptäcka dessa flickor, säger Maria Bühler.

• Peter Öm

Flickor med autism och adhd

EN GUIDEBOOK FÖR FÖRÄLDRAR OCH PROFESSIONELLA
AV MARIA BÜHLER, STUDENTLITTERATUR, 2020.



För en flicka med autism och adhd blir ofta hemmet den arena där symtomen blir tydliga. I skolan kan hon upplevas glad och social, och skillnaderna mot hur en pojke uttrycker motsvarande symtom är stora. Författaren vill med sin nya bok öka förståelsen för hur flickor med adhd och autism fungerar och ge handfasta råd till både föräldrar och psykologkollegor.

»Du kan prata både anknytningssteori och hjärna, beroende på vem patienten är och behöver. Den spännvidden tilltalar mig.«

Text: Anna Wahlgren Bild: Pieter ten Hoopen

Christina Andersson är 27 år och ligger på en intensivvårdsavdelning. Hon är svårt hjärtsjuk och via en plastslang i armvecket får hon dropp. Hon är sängbunden i flera månader och har tid att fundera över bemötandet från olika läkare. En av dem hastar förbi under den sedvanliga rondan. Det är fredagseftermiddag, han är stressad och meddelar i förbifarten: »Vi har hittat bakterier i ditt hjärta och vi kommer antagligen att behöva ta bort klaffen. Men troligtvis kommer du att kunna leva ett ganska bra liv ändå. Vi ses efter helgen.«

– Och där skulle jag ligga och vänta till måndag morgon, titta ut genom fönstret och försöka smälta hans besked. Jag trodde att mitt liv var över.

Hon minns också kardiologen som klev in i sjuksalen med sitt följe av AT-läkare. Hon sträckte

artigt fram handen för att hälsa, men han ryggade tillbaka när han kände hennes febersvettiga hand mot sin.

– Han drog blixtnabbt bort handen, och torkade av den på rocken. Jag översköldes av skam, jag kände mig så otroligt dum.

Men hon minns också läkarna som tog sig tid. Han som noterade vilka böcker hon läste och som pratade litteratur så fort tillfälle gavs. Och han som la sin hand på Christinas knä, tittade henne i ögonen, och med trygg röst sa: »Du, det kommer att bli bra det här.« Så små insatser, men de påverkade henne starkt. Hon började fundera över vilken känsla man kan skapa hos en annan människa genom bemötandet. Och hon bestämde sig för att lägga ekonomiskarriären på hyllan och utbilda sig till psykolog.

Intervjun görs på en lunchres-

CHRISTINA ANDERSSON

ÅLDER: 40 år.

BOR: I Örnsköldsvik.

FAMILJ: Ja.

GÖR: Psykolog och doktorand vid Institutionen för klinisk neurovetenskap på Karolinska institutet, samt ansluten till forskningscentret Center for Arts, Business and Culture vid Handelshögskolan i Stockholm.

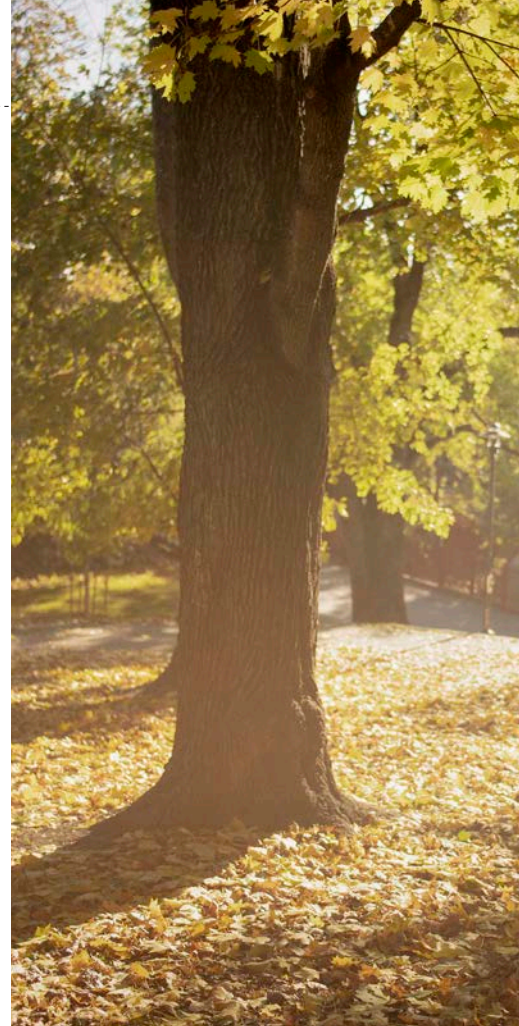
AKTUELL: Medförfattare till boken *Yogahjärnan* (Volante) som ges ut i vår. Två compassionprogram ska göras tillgängliga för allmänheten via 1177 Vårdguiden.

taurang i Stockholm. Christina är klädd i en tjock, mjuk polotröja. Om kroppen är varm är det lättare att känna sig trygg och därmed blir compassion mer tillgängligt, menar hon. Det brukar hon påpeka när hon håller föredrag. Christina använder genomgående det engelska ordet *compassion*.

– Compassion är ett psykologiskt begrepp som har med känsla att göra, men som säger något mer, och som omfattar både det kognitiva, känslomässiga och beteendemässiga.

Terapimetoden CFT har funnits i Sverige i snart ett decennium, delvis tack vare Christina. Metoden handlar om att utveckla medkänsla, både med sig själv och andra, och att få tillgång till sitt inre, biologiska trygghetssystem. Christina beskriver CFT som en blandning av KBT och PDT. Det är en integrativ terapiform med bas i





neurovetenskap, evolutionsteori, anknytningsteori, affektteori och inlärningssteori, men också i den österländska filosofin.

Under senare år har Christinas eget liv mest handlat om compassion. Hon har stått med ena benet i forskningen och det andra i den kliniska verksamheten. Hon genomförde den första svenska studien i compassionsträning, på anhöriga till cancerpatienter, och skrev den första boken på svenska om CFT. Hon har precis avslutat två studier: en där hjärtpatienter får compassionsträning, en där studenter via en app får träna upp ett compassion-mindset. Någon gång under nästa år kommer hon att disputerat.

Men för henne handlar compassion inte bara om terapi och forskning, det är en attityd till livet och ett sätt att leva.

– Det är ett sätt att hantera

de motgångar och smärtsamma upplevelser som ingår i livet, och ett förhållningssätt till andra människor och en själv, som går ut på att man är omtänksam, vänlig och vill hjälpa sig själv och andra att minska lidande. Med hjälp av compassion kan vi möta livets svårigheter med värme, vänlighet, omsorg och förståelse i stället för självkritik och krav på prestation.

Redan under psykologutbildningen, då hon gjorde praktik på stressmottagningen på Karolinska, kom hon i kontakt med compassion.

– Jag jobbade med Walter Osika som hade träffat Dalai lama i samband med att det etablerades ett compassioncenter vid universitetet i Stanford. I samma vecka träffade vi presidenten för Mind & Life Institute, som är ett forskningsinstitut där västerländsk medicin möter österländsk kunskap. Jag åkte dessutom på retreat

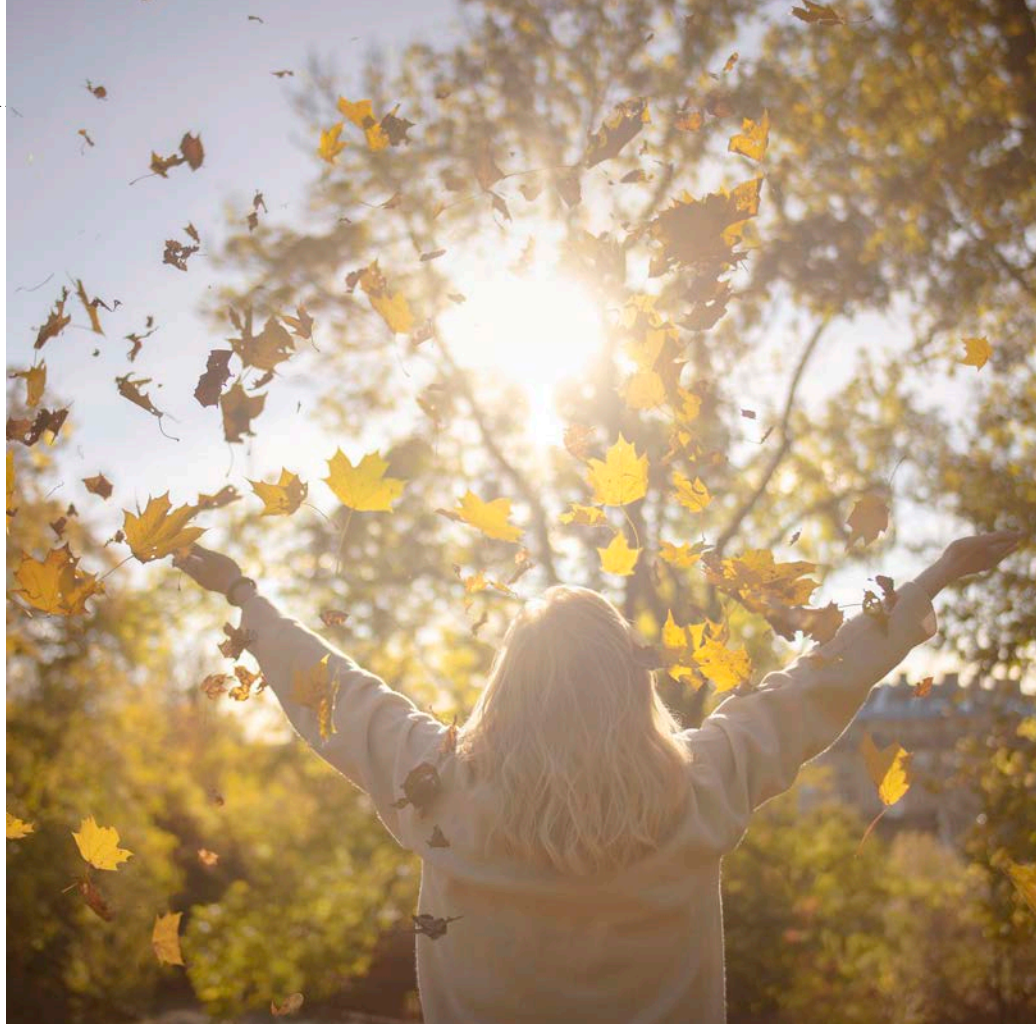
COMPASSION- FOKUSERAD TERAPI

En integrativ terapiform som har utvecklats av den brittiske psykologiprofessorn Paul Gilbert. Till en början var terapiformen fokuserad på att beskriva självkritik och skam. Senare vidgades metoden till att behandla depression, ångest, ätstörningar, ilska och låg självkänsla. Den fokuserar på att stärka människans förmåga till omsorg om sig själva och andra.

till Skottland och träffade flera av världens ledande compassionforskare, däribland Paul Gilbert. Jag kände starkt att det måste skapas ett compassioncenter också i Sverige. Tillsammans med Stefan Einhorn etablerade vi Centrum för social hållbarhet. Nu finns liknande center både på KTH och Handelshögskolan i Stockholm.

Hon ser ett stadigt växande intresse för compassion inom kåren. Hennes egna kurser efterfrågas i allt större utsträckning.

– Många psykologer pratar om compassion, men med andra termer. Personligen föredrar jag förstås CFT som ju är en strukturerad modell. Jag tror att compassion ligger i tiden, vi behöver ett riktmärke av godhet i det samhälle vi lever i. Numera finns CFT inom primärvården, företagshälsovården, och psykiatri, samt på ungdomsmottagningar. Och



tusentals svenskar använder min app.

Christina jobbar gärna i nya kanaler – huvudsaken är att nå ut. Hon har lanserat en app, spelat in virtual reality-filmer och nu ska hennes självhjälpsprogram lanseras på 1177 Vårdguiden.

–1177 Vårdguiden når ut till många, så där känns det viktigt att vara. Primärvårdspatienterna kan ta del av det vanliga compassion-programmet, men jag har också gjort ett självmedkänsloprogram för vårdpersonal. Det är bra med olika format, så att metoden kan anpassas efter olika målgrupper. Appen är väl den som är mest tillgänglig, det är säkert hundratusen svenskar som har laddat ner den.

Men det finns ett före det liv som är nu. Då var hon en aktiv person som bockade av saker utan att reflektera särskilt mycket. Hon såg till att få bra betyg, kom med i

»Bara för att man är duktig behöver det inte betyda att man är lycklig i det man gör.«

landslagslaget i fotboll och när hon skulle läsa ekonomlinjen på universitet i Umeå läste hon andra kurser parallellt.

– Bara för att man är duktig behöver det inte betyda att man är lycklig i det man gör. På universitetet började jag få stressymptom. Jag blev orolig och hade ont i magen. Det var nytt för mig, ingen hade berättat för mig vad ångest var. Men jag kände starkt att jag var inne på fel väg. Det är inte det här som kommer att göra mig lycklig, tänkte jag. Jag var grundligt olycklig. Jag tog en paus från studierna och flyttade hem till Övik.

Christina hejdar sig lite, funderar över hur öppenhjärtig hon ska vara. Hon är noggrann med sin integritet, om inte annat så för patienternas skull, de behöver inte känna till mer än nödvändigt om henne. Christina vill låta det privata vara privat, men just det här – att må dåligt som ung vuxen – tycker hon är viktigt att föra fram.

– Jag var duktig på att ta hand om mig – jag både tränade och undvek godis – trots det signalerade kroppen att den inte mätte bra. Jag gick och pratade med någon om min stress och fick rådet att andas i fyrkant. Men jag var ung och inte mottaglig för den typen av råd. Jag hade behövt compassion, men det fanns inte i Sverige då.

Christina drogs med förkylningar, och blev aldrig riktigt frisk. I samma veva gick hon till tandläkaren och gjorde en rotfyllning. Exakt vad som hände vet hon inte



2 X COMPASSION OCH FORSKNING

Är det viktigt för dig att CFT har stöd i forskningen?

Jag märker att CFT har effekt och det vågar jag uttrycka, men jag vill också validera ett sådant påstående. Jag rör mig i kretsar där forskning är viktigt. Mina handledare Walter Osika och Stefan Einhorn är docent respektive professor. Vi har många diskussioner om forskning och jag tycker förstås att det är kul om teorierna också kan få vetenskapligt stöd. Därför kan jag bli besviken ibland, för även med de bästa intentioner händer det att vi inte får signifikanta effekter. Vi kanske har för få försökspersoner, kontrollgruppen är för lik och så vidare.

Saknas det forskning runt compassion?

Ja, jag skulle gärna se en bred, finansierad studie där psykologer som kan CFT, jämför individriktad CFT-terapi med annan terapiform.

än i dag. Om hon hade halsfluss och om bakterier från tandoperationen letade sig ner mot hjärtat. Men hon blev ordentligt sjuk, och inlagd på intensivvårdsavdelning. Läkarna hittade bakterier i hjärtklaffen och i flera veckor vårdades hon med dropp.

– En dag när jag skulle få behandling – det råkade vara min födelsedag, jag skulle fylla 27 – så kände jag att något inte stämde. Jag kunde inte andas. Personalen sa att det inte var någon fara, att allt såg normalt ut, och försvann ur rummet. Det började snurra i huvudet och jag kände »Nu dör jag, på min egen födelsedag.« Sen föll jag – rätt på larmknappen. Det räddade mitt liv, personalen hann dit och jag vaknade upp med syrgas. Jag hade en blodpropp som löstes upp i hjärtat. I flera månader fick jag fragminsprutor. I dag är jag frisk, kontrollerna har visat att jag har ett starkt och friskt hjärta.

Christina Andersson är grundare av Compassion lifestyle-appen som har laddats ned cirka hundratusen gånger. Hon är också yogalärare specialiserad på yinyoga och hathayoga.

Men efter det tog livet en ny riktning. Med sin bakgrund både inom ekonomi och sociologi är det kanske inte så konstigt att hon fastnade just för compassion, funderar hon i efterhand.

– Jag hade en bred insats in i psykologin. Och compassion är också brett, du kan närma dig compassion från många olika håll. Praktiskt, existentiellt, men också fysiologiskt. Du kan prata både anknytnings teori och hjärna, beroende på vem patienten är och behöver. Den spännvidden tilltalar mig. Dessutom är förklaringsmo-

dellerna konkreta och enkla. Inom psykologin finns det annars så många svåra modeller, och de kan visserligen boosta psykologens ego, men CFT:s enkla förklaringsmodeller passar mig.

De senaste åren har Christina levt en stor del av sitt liv i Örnsköldsvik. När hon satt punkt i den senaste boken kände hon att hon behövde göra något annat. Jobba mer praktiskt, inte bara vara i tankar och teorier. Så hon köpte en tomt vid havet och blev byggmästare.

– Det var jättehäftigt att få vara i ett helt annat sammanhang. Vad händer med mig när jag ägnar mig åt färg och form? I flera år har jag varit nöjd med att gå där uppe och tänka. Samtidigt känner jag att jag har ett uppdrag i livet. Jag älskar mötet med patienter, men jag älskar också det vetenskapliga. Jag vill göra båda. ●

»Jag älskar mötet med patienter, men jag älskar också det vetenskapliga. Jag vill göra båda.«

Hur ska papperslösa få vård?

Fråga: Hur kan jag påverka att vården för gömda flyktingar och papperslösa blir mer lättillgänglig? Jag arbetar i primärvården och ser flera hinder för att personer ska få den vård de har rätt till. Regionen där jag är verksam verkar inte vilja underlätta för dessa grupper trots stora vårdbehov.

Din fråga kom just på Världsdagen för psykisk hälsa den 10:e oktober. Läste med anledning av detta ett citat av generalsekreteraren för FN:s internationella organisation för migration, IOM, António Vitorino: »Mental health care must be available to all migrants regardless of their status.« Enligt FN:s deklaration om mänskliga rättigheter har alla individer rätt att »såväl i fysiskt som psykiskt avseende åtnjuta bästa uppnåeliga hälsa«. Svensk lag bygger också på att vård ska ges efter behov och inte efter juridisk status. Men det som du märker av i din verksamhet är att det finns utrymme för godtycke i hur verksamheter och enskilda professionella väljer att göra i praktiken. En del i detta är en annan lag som faktiskt delar upp människor utifrån juridisk status. Det är »lag (2013:407) om hälso- och sjukvård till vissa utlänningar som vistas i Sverige utan nödvändiga tillstånd«. Den säger att personer som fyllt 18 år endast har rätt till »vård som inte kan anstå«. Detta kan leda till att personer som uppsöker

vården blir bedömda att inte vara tillräckligt sjuka för att erbjudas insatser. De får då vänta tills tillståndet bedöms vara mer allvarligt eller akut.

KOMMITTÉN OM den framtida svenska migrationspolitiken kom i dagarna med ett betänkande, som regeringen nu lägger ut på remiss. Där finns flera förslag om att Sverige ska fortsätta ge tillfälliga uppehållstillstånd till asylsökande. I vården har vi sett att just tillfälliga uppehållstillstånd hindrar människor från att få mer kvalificerad vård och vård som behöver uppföl-

»Patient-säkerheten hotas när vården uteblir på grund av utvisningshot.«

jande behandling över längre tid. Patientsäkerheten hotas när vården uteblir på grund av utvisningshot. När politiken försätter behövande människor i en omöjlig situation sätts också professionella under stark etisk press.

HINDREN FINNS PÅ många nivåer. Det handlar om allt från övergripande politiska beslut till värdegrundsarbetet på den enhet där du arbetar och din egen moral. Vad kan du då göra för att öka tillgängligheten? Börja i det lilla som kan göra skillnad. Öka medvetenheten om dessa frågor bland kollegor och i organisationen.



Sprid kunskap på relevanta språk om att vårdpersonal i Sverige har regelverk och etiska principer som ska skydda behövande. Se över hur mottagandet ser ut där du arbetar. Undanröj hinder som finns i de tekniska lösningarna. Man ska inte behöva bankkonto och bank-id för att kunna få vård!

MYCKET AV vårdande insatser, där den reguljära vården brister, sker i civilsamhället genom frivilligorganisationer och kyrkor. Psykologförbundet ingår i Rätt till vård-initiativet (vardfoppapperslosa.se) som en del i att arbeta aktivt med mänskliga rättigheter i Sverige. Här finns representanter både från civilsamhälle och fackliga organisationer för vårdyrken. Det är ett sätt för oss att få ökad kunskap om vad som behöver göras för att värna människors rätt i vården. Etikrådet tar gärna del av dina erfarenheter av hur arbetet går vidare. ●

PATRIK LIND
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.

Psykoanalys, psykofarmaka och pånyttfödelse

För **Louise Glück**, nobelpristagaren i litteratur, har psykoanalysen haft stor betydelse. Översättaren och psykologen Jonas Brun fördjupar sig i sambandet. Text: Jonas Brun

Som Margulies säger: Döden / förskräcker oss alla till tystnad. Så lyder slutorden i dikten »Fladdermöss«. Det är en av de sista dikterna i Louise Glücks elfte diktsamling *A Village Life* från 2009, som jag arbetar med att översätta just nu. Med andra ord läser jag den här boken på både längden och tvären. Varje gång jag kommer till orden »Som Margulies säger: Döden / förskräcker oss alla till tystnad.« blir jag förvånad.

De sticker onekligen ut i *A Village Life*, som är en samling dikter som beskriver personer, händelser och naturen i och kring en by. Var byn ligger sägs aldrig, men platserna kan ha italienska namn, som Via Delle Ombre och tiden är inte nutid, utan snarare ett arkaiskt tidigt nittionhundratals, där jorden brukas traditionellt och småskaligt och där man samtidigt vet att något annat väntar om hörnet. Det slags liv man lever kommer snart att förändras i spåren av ny teknologi. Jag skulle säga att det är Glücks mildaste diktsamling, kontemplativ, dikterna sträcker ut sig och talar lugnt och sakligt.

Så vem är Margulies? Längst bak i boken finns en not där man får veta att citatet är hämtat från ett föredrag som psykoanalytikern Alfred Margulies höll 1998 på The Massachusetts School of Professional Psycho-



JONAS BRUN delar sin tid mellan författarskap och psykologyrket. Sedan debuten med romanen »Den andra tiden« 2004 har han publicerat fyra romaner och fem diktsamlingar.

logy. Det är det enda angivna citatet i boken och ett av mycket få rena citat i hela Glücks författarskap.

Sett till den enskilda dikten »Fladdermöss« och boken där den ingår, är citatet från Alfred Margulies apart, det bryter tydligt textens överenskommelse med läsaren om att beskriva en särskild plats och dess invånare. Ur ett bredare perspektiv på Glücks författarskap är citatet inte lika underligt. Både medvetenheten om dödens realitet och skräcken för att tystna är motiv som förgrenar sig genom hela Louise Glücks författarskap. Som det står i dikten »Vild iris«, ur diktsamlingen med samma titel:

Det är fruktansvärt att överleva
som ett medvetande
begravt i den mörka jorden.

Sedan var det över, det man fruktar: att vara
en själ som inte
kan tala.

DET ÄR INTE FÖRVÅNANDE att det är just en psykoanalytikers ord som citeras. Så här skriver Louise Glück i essän »Education of the poet«, som finns att läsa i hennes essäsamling *Proofs and Theories* från 1994:

»Jag var rädd för psykoanalys av de konventionella

anledningarna. Jag trodde att det som höll mig vid liv, att det som gav mig hopp, var min ambition, min känsla av ett kall. Jag var rädd för att mixtra med mekanismen. Men en viss grundläggande pragmatism sa mig att jag ännu inte skapat något som skulle stå sig, därför kunde jag inte tillåta mig att dö.»

I essän beskriver hon sin familjebakgrund, vad hon läste som barn, viktiga lärare: de centrala upplevelserna som format henne som författare. I samma text berättar Glück att hon drabbades av anorexia som sextonåring och att hon på eget initiativ började gå i psykoanalys. Louise Glück är säkert inte den första nobelpristagaren som gått i psykoterapi (och absolut inte den första författaren!) Och hon är inte heller den första människan som gått i terapin som ställt frågan – tänk om terapin tar något från mig? Tänk om den utplånar något i mitt lidande som jag är rädd om och behöver? Som det står vidare i »Education of the Poet«:

»Men ibland under de där sju åren, hände det att jag vände mig mot min doktor med de gamla anklagelserna: att han skulle göra mig så frisk, så hel, att jag aldrig skulle skriva igen. Till sist fick han tyst på mig: Världen, sa han, kommer att ge dig nog med sorger ändå. Jag tror att han väntade med att säga det för, inledningsvis, var det faktum att världen alls finns bortom min förståelse, som den är för alla egocentriker.«

I Glücks fall verkar det i slutändan ha fungerat tvärtom, analysen tog inte bort grunden till kreativiteten, utan möjliggjorde den. I essän beskriver hon den psykoanalytiska erfarenheten som något som format henne inte bara som människa, utan också som författare:

»Psykoanalys lärde mig att tänka. Lärde mig att använda min tendens att inte vilja formulera tankar om mina egna tankar, lärde mig att använda tvivel, att uppmärksamma undvikanden och utelämnanden i mitt eget tal. Det gav mig en intellektuell uppgift som gjorde det möjligt att omvandla paralyseringen jag upplevde – som är en extrem form av självtvivel – till insikt.«

PSYKOANALYS HAR SATT flera konkreta spår i Glücks författarskap, inte bara citatet jag inledde den här texten med. Flera dikter beskriver en terapisituation, ibland underförstått, ibland utsagt. Som dikten »Svaret i stenen« från Glücks senast utgivna diktsamling, *Faithful and Virtuous Night* från 2014:

Min analytiker tittade upp hastigt.
Självklart kunde jag inte se honom
men jag hade lärt mig,
under våra år tillsammans,
att intuitivt uppfatta rörelsen.
Som vanligt vägrade han bekräfta
om jag hade rätt eller inte.
Min påhittighet mot hans
undanglidanden: vår lilla lek.

»I Louise Glücks diktvärld är det som det borde vara i den riktiga världen – psykoterapi är förstahandsvalet när det gäller att behandla och förstå psykiskt lidande, inte psykofarmaka.«



LOUISE GLÜCK
Nobelpristagare
i litteratur 2020.

För övrigt förekommer inte bara psykoterapi, utan även psykofarmaka, i Glücks författarskap. Främst i den syrliga skilsmässoboken *Meadowlands* från 1996 (som utkommer i svensk översättning av Stewe Claesson senare i år), där många dikter är uppbyggda som dialoger (eller snarare gräl) mellan paret som snart ska

separera. »Du borde ta någon av de där kemikalierna, / då kanske du skulle skriva mer«, säger den ena parten till den andra i en dikt. Och i en av de sista dikterna berättar den andra parten något om deras bröllop som aldrig sagts tidigare: »Jag tog valium den kvällen.«

Men det är ett sidospår. I Louise Glücks diktvärld är det som det borde vara i den riktiga världen – psykoterapi är förstahandsvalet när det gäller att behandla och förstå psykiskt lidande, inte psykofarmaka. Insikt

är det långsiktiga målet, de som talar i Glücks dikter vet att snabba lösningar bara är tillfälliga, oavsett om de är växter, gudar, eller människor. De ser livet utan skygglappar och tar sig an det som en uppgift som är både smärtsam och hänförande. De vet att allt kan förändras, också det som framstår som mest hopplöst. »Vid slutet av mitt lidande / fanns en dörr«, lyder de två första raderna i *Vild iris*.

FÖR ATT BÄRA OCH hantera livserfarenheterna krävs ett språk. I Glücks dikter (och som i psykoterapi) kan ord göra tillvaron begriplig och därmed förvandla den. Som det står i dikten »Treblad«:

Jag visste inte ens att det var sorg jag kände
tills ordet fanns hos mig, tills jag märkte
att regnet strömmade från mig.

Jag skrev tidigare att medvetenheten om döden ett grundmotiv i hela Glücks författarskap. Jag vill tillägga: Ett lika grundläggande motiv är helandets och återfödelsens möjlighet. Den är inte lättvunnen. Men den finns. Som när man tror att vintern ska vara för evigt och snödropparna plötsligt bryter genom den kalla jorden. I *Vild iris* ger Glück snödropparna röst och låter dem säga:

rädd, ja, men bland er igen
gråtande ja riskera glädje

i den nya världens råa vind. ●

Implementering av nya modeller i skolan hamnar lätt i ett sårbart läge. Rektorsbyten är ett sådant. Men det finns tydliga framgångsfaktorer för att de ska bli lyckade, såsom en utförlig behovsinventering och ett systematiskt arbete med mätbara mål. Det visar en studie på fyra skolor i Angered där den hälsofrämjande modellen PALS implementerades, skriver skolpsykologerna Jasmina Karlsson och Dorsa Jamie Godorn.



enligt skollagen ska varje skola arbeta förebyggande och hälsofrämjande^[1]. Det uppstår dock olika tolkningar kring hur det förebyggande och hälsofrämjande arbetet ska utföras och vad det ska innehålla^[2]. En vanlig missuppfattning är att införandet av nya modeller enbart handlar om kunskapsutveckling eller ny utbildning. I verkligheten handlar det om skolomfattande förändringsprocesser.

Denna studie belyser implementeringsprocessen av skolmodellen PALS (positiv atferd, læringsmiljö och samhandling) i fyra skolor i Angered. Genom enkäter, observationer och intervjuer med skolor som hade deltagit i implementering av PALS-modellen 2007–2015 har det framkommit en bild av vilka framgångsfaktorer och utmaningar skolorna upplever när de tar på sig att införa en evidensbaserad hälsofrämjande modell.

Resultaten från studien visar att vissa viktiga nyckelfaktorer kan bidra till lyckad implementering av en modell i skolans värld. Dessa nyckelfaktorer har vi kategoriserat utifrån Fixsens implementeringsmodell, vilka innefattar områdena kompetens, ledarskap och stödjande organisation^[3].

Kompetens

Kompetens syftar på i vilken utsträckning personal har kunnat lära sig modellens kärnkomponenter, samt om dessa kärnkomponenter har accepterats av personalen. Studieresultatet visar att pedagogerna hade lätt att förstå förhållningssättet i PALS-modellen, det vill säga ett fokus på **positivt beteendestöd** (PBS). Även de skolor som avslutade implementeringen av PALS-modellen fortsatte att använda sig av PBS vid bemötande av eleverna.

De komponenter som man mäter inom området kompetens är att definiera förväntade beteenden, lära ut det förväntade beteendet samt skapa ett system för beröm och belöning. Dessa kärnkomponenter kunde bestå i skolorna trots brister i ledarskap och stödjande organisation. Det är det salutogena perspektivet som hamnar i fokus där personalen utformar system för förstärkning av det positiva beteendet.

Studieresultatet visar också att det var svårare för skolorna att utforma ett system för korrigering

av det oönskade beteendet. Detta gällde även för de skolor som anser sig jobba enligt modellen. En förklaringsmodell kring orsakerna är att korrigering av felbeteenden krockar med personalens inre modeller av hur man ska arbeta med korrigeringen av felbeteenden. Det kan exempelvis handla om att pedagogens inre modell inte stämmer överens med ett behavioristiskt perspektiv där miljön kan tänkas påverka eleven i hög grad, utan har en inställning som baserar sig på att eleven exempelvis har egenskaper som inte låter sig påverkas av den yttre miljön. På så sätt kan korrigering av ett beteende hos en elev bli svårt att uppnå då pedagogen upplever det ineffektivt och ej lönsamt.

Ledarskap

Området ledarskap handlar om hur skolans rektor leder implementeringsarbetet under alla implementeringsfaser. Resultatet visar att rektorens engagemang och deras passion för modellen var av stor betydelse och återkom som ett tema för en framgångsrik implementering. Starkt ledarskap från rektorns sida behövs då rektorn måste göra nödvändiga prioriteringar: att skapa tid och strukturer, roller och ansvar (som till exempel att utse ett fungerande PALS-team, att utse en PALS-instruktör på skolan samt se till att hen aktivt deltar i PALS-arbetet).

Ledarskapet innefattar även PALS-handledarens roll och handledarens kvalitetssäkring, vilken har en betydande roll för implementeringsprocessen. Vid implementeringen av modellen i Angered var handledarens roll inte kvalitetssäkrad. Det försatte implementeringen av hela modellen i ett kritiskt läge. När PALS implementeras i dagens läge finns en handledarutbildning som garanterar kvalitets-säkringen av handledarens insats.

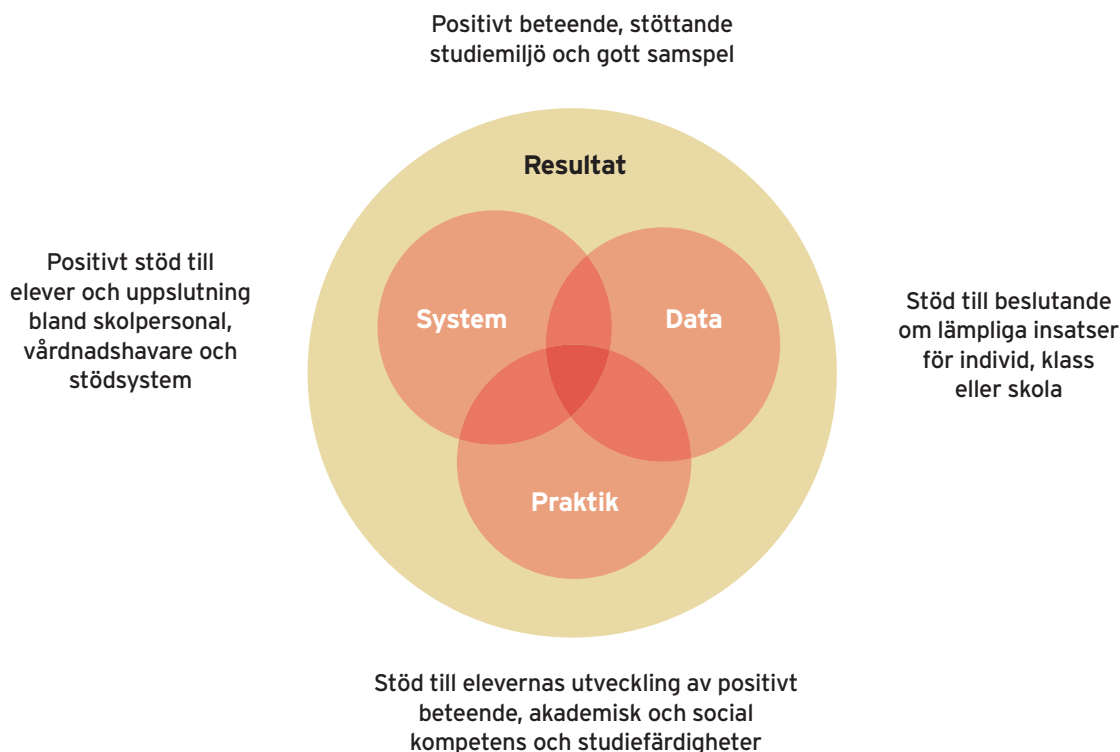
En stor utmaning inom ledarskap är sjuk-skrivningar eller rektorer som byter jobb. Sådana faktorer leder till att skolan tappar tempo då den nya rektorn måste sätta sig in i arbetet. I denna studie riskerades hela skolans arbete som dittills gjorts inom ramen för PALS-modellen om den nya rektorn inte ansåg att det arbetet var viktigt. En annan viktig faktor var att förbereda rektorerna för att kunna bemöta och hantera skolpersonalens osäkerhet och motsättningar under implementeringsprocessen, då detta är ett vanligt förekommande inslag i alla förändringsarbeten.

Stödjande organisation

Området stödjande organisation syftar på behovet av ett system/en modell och en struktur för uppföljning av skolans arbete kring dess behov, mål och vision. Utifrån intervjuerna med personalen framgick det att det inte var behovet som styrde

» Vid positivt beteendestöd, PBS, används funktionell analys för att förstå orsakerna till ett problematiskt beteende. PBS utgår ifrån att alla typer av beteenden är logiska och går att förstå utifrån det sammanhang individen befinner sig i.

PALS fyra huvuddelar



vilken metod som valdes, samt att ledningen inte tydliggjorde vad som låg till grund för den stora satsningen i Angered. Det saknades skraddarsydda implementeringsplaner utifrån den enskilda skolans behov, och beslutet om vilka skolor som skulle implementera modellen baserades inte på behov utan på intresse och frivillighet. I dag har denna process utvecklats där momentet kring behovsanalysen har uppdaterats en hel del.

Det saknades också konkreta och mätbara mål inför implementeringen av modellen, och personalen kunde inte se kopplingen mellan införandet av modellen och förändringarna som skedde i verksamheten. Det är angeläget att kunna visa att investeringar i program som är avsedda för att öka elevernas studiero och måluppfyllelse i utsatta områden, faktiskt leder till de önskade utfallen. Skolorna valde också bort att investera i incidentrapporteringsprogram. Incidentrapporter skulle ha underlättat kvalitetsarbetet.

Slutsatser

När organisationen i Angered beslutade att satsa på PALS-modellen fanns det i Sverige varken erfarenhet

eller kunskap om modellen och dess implementering. Viktiga personer som ansvarade för implementeringen fick lära sig modellen, samtidigt som de fick driva och implementera den. En av slutsatserna i implementeringsstudien är att pedagogerna hade lätt att förstå förhållningssättet i PALS-modellen, det vill säga ett fokus på positivt beteendestöd (PBS). Även de skolor som officiellt hade avslutat arbetet med PALS-modellen fortsatte att ha nytta av PBS i skolan.

En annan slutsats är att implementeringen av modellen hamnade i ett sårbart läge på grund av rektorsbyten och stora organisatoriska förändringar. En av slutsatserna var också att kvalitetssäkring av PALS-handledaren är nödvändigt. Samtliga skolor brast i det systematiska kvalitetsarbetet, som innebär uppföljning och utvärdering av hur modellen infördes i skolorna.

Utifrån implementeringsforskning är det mer regel än undantag att förändringar sker under implementeringar av olika modeller. Utmaningen blir därför att kunna införa modeller som kan hålla i organisatoriska förändringar och samhällsföränd-

ringar. För att klara av att implementera nya modeller i skolans värld kan det förslagsvis byggas upp team inom kommunerna som kan erbjuda en palett av evidensbaserade modeller för att öka elevernas studiero. Skolpsykologer ser vi som ett självklart inslag i sådana team.

Inför en implementering av en ny modell i skolan är det nödvändigt med en utförlig behovsinventering. Den skapar en större förståelse för vilka delar av verksamheten som behöver förberedas, och ökar förutsättningarna för ett lyckat utfall av modellen. Bara för att en metod har evidens betyder det inte att den är hjälpsam för målgruppen. Det måste finnas en tydlig koppling till behov och vilken metod som kan tillgodose dessa.

Det bör även ske ett systematiskt arbete kring organisationens och verksamhetens mätbara mål, samt kontinuerlig användning av inkomna data för att utvärdera framsteg och hinder. Den stödjande organisationen innefattar även att kunna få tillgång till handledning när verksamheten kräver det.

Vår förhoppning är att denna studie ska kunna bidra till ökad förståelse kring hur implementering av evidensbaserade modeller kan se ut i praktiken. Studien belyser att det inte räcker med att personalen tar till sig kunskapen för att implementeringen av modeller i skolan ska bli framgångsrika. Det krävs även en förändringsberedskap på den organisatoriska nivån. Skolpsykologer ser vi som ett stöd för införandet av evidensbaserade modeller i skolans värld. ●

Jasmina Karlsson, psykolog,
specialist i pedagogisk psykologi

Dorsa Jamie Godorn, psykolog

Texten är en sammanfattning av studien Implementeringsstudie av skolmodellen PALS i Angered (2019). Den gjordes inom ramen för specialistutbildningen i samarbete med Utvecklingscentrum för barns psykiska hälsa, som har ett politiskt uppdrag att implementera PALS inom Västra Götalandsregionen.



JASMINA KARLSSON



DORSA JAMIE
GODORN

Detta är PALS

Positiv atferd (positivt beteende), lärmiljö (gynnsam inlärningsmiljö) och samhandling (samspel/relation mellan skolpersonal och elever), PALS, är en norsk anpassning av den skolomfattande modellen SW-PBIS (School Wide Positive Behavioral Interventions and Supports). PALS-modellen innebär systematiskt arbete med skolpersonalens förhållningssätt med syfte att minska beteendeproblem i skolan, samt att stödja eleverna mot bättre skolprestationer.

PALS-modellen består av fyra delar:

- **System** behandlar skolans externa och interna stödsystem.
- **Praktik** omfattar konkreta åtgärder för att främja en positiv studiemiljö genom att stödja, vidmakthålla och utveckla elevernas positiva beteenden. Man följer en manual av interventioner som underlättar implementeringen av modellen. En extern handledare finns med för att bistå som stöd genom implementeringsprocessen och för att föra en dialog med skolläda.
- **Data** behandlar systematisk insamling av information för bedömning, beslutsfattande och utvärdering. Data/informationen som samlas in handlar om modellens genomförande och kvalitet, samt elevernas nytta av insatserna.
- **Resultat** består av de mätbara resultaten inom system-, praktik-, och datadelarna. Resultatdelen ska säkerställa hög implementeringsgrad, metodfölsamhet och kompetensutveckling.

Referenslista

1. Skolverket, Skollagen och förordningar, 2012.
2. Hylander, I. Elevhälsa i retorik och praktik. Vetenskapsrådet, UVK. Karolinska institutet, 2011.
3. Socialstyrelsen. Om implementering, 2012.

»Bara för att en metod har evidens betyder det inte att den är hjälpsam för målgruppen. Det måste finnas en tydlig koppling till behov och vilken metod som kan tillgodose dessa.«

»Orsakerna till att spelandet leder till färre symtom på ångest kan vara att spelandet i sig innefattar kontakter med andra.«

ONLINE-SPELANDE BARN MÅR BÄTTRE

➤ Spelberoende, omfattande online-spel utan pengar, finns bland föreslagna framtida psykiatriska diagnoser. Men hur farligt är det? En ny studie från Norge med barn som uppvisar ett beroendeliknande online-spelande, visar att spelandet inte ökar känsligheten för psykisk ohälsa jämfört med andra barn. Snarare tvärtom.

Över 700 barn ingick i studien. Det enda sambandet de norska forskarna fann mellan omfattande online-spel och psykisk hälsa var att barn som, när de var i åldern tio till tolv år och då hade ett beroendeliknande online-spel, två år senare hade färre symtom på ångest jämfört med jämnåriga barn som inte spelade.

Orsakerna till att spelandet leder till färre symtom på ångest kan enligt forskarna vara att spelandet i sig innefattar kontakter med andra, men kanske också till att barnen helt enkelt grubblar mindre. Studien är publicerad i *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 2020.

FLER TRAFIK-OLYCKOR MED ADHD

➤ Risken för att orsaka en trafikolycka ökar kraftigt bland bilförare som redan som barn diagnostiserats med adhd

och har kvar symtomen som vuxen. Riskökningen uteblir dock helt om symtomen har upphört i vuxen ålder. Det visar en studie med närmare 700 deltagare som följts från att de var sju år till de var 25 år, 441 av dessa hade som barn fått diagnosen adhd.

Resultaten visade ingen skillnad i antalet individer som valde att ta körkort mellan personer som fått en adhd-diagnos, och kontrollgruppen. Det var inte heller någon skillnad vid vilken ålder man tog körkort.

Men när det kom till inblandning i trafikolyckor fanns en signifikant skillnad. Vuxna, som fått adhd-diagnosen som barn och fortfarande

hade adhd-symtom (ouppmärksamhet, impulsivitet och hyperaktivitet) hade 1,81 högre risk att vara inblandade i trafikolyckor jämfört med vuxna helt utan en historia av adhd. Mellan 5 och 75 procent beräknas ha kvar adhd-symtom som vuxen då man fått diagnosen som barn.

Studien är publicerad i *Journal of the American Academy of Child & Adolescent Psychiatry*, 2020.

KBT FÖRSTÄRKS MED LÄKEMEDEL VID PTSD

➤ Forskare vid Linköpings universitet ska starta en klinisk studie för att undersöka om

ett läkemedel i kombination med kbt kan lindra ptsd. Det är första gången detta läkemedel, som är under utveckling och som höjer nivån av kroppens egna cannabisliknande substanser i hjärnan, prövas mot ptsd. Det är också nytt att kombinera kbt med läkemedel som sannolikt förstärker effekter av den psykologiska behandlingen.

För dem som diagnosticerats med ptsd är den bästa behandlingen en särskild kognitiv beteendeterapi som går ut på att man på ett kontrollerat sätt rekonstruerar minnena av traumat. Med stöd av en behandlare exponerar sig patienten på ett systematiskt sätt för minnena, vilket kan



få rädsloinnena att klinga av. Men det är svårt att få en fullständig utsläckning av rädsloinnena.

Forskarna har tidigare visat i en experimentell studie på friska personer att läkemedlet har en lovande effekt på hjärnans förmåga till ny inlärning så att de skrämmande minnena inte längre signalerar fara.

SKILSMÄSSOBARN KOPPLAS TILL MÅ BRA-HORMON SOM VUXEN

> Skilsmässobarn har som vuxna lägre nivåer av hormonet oxytocin, och svårare att knyta an till andra vuxna, än personer vars föräldrar inte skiljde sig när de var barn. Det visar en studie från forskare vid Baylor University i USA. Det är en av ganska få studier som tittat på sambandet mellan oxytocinnivåer, tidiga erfarenheter och effekter i vuxenlivet.

I studien ingick 128 deltagare mellan 18 och 62 år. Drygt 27 procent av deltagarna hade erfarenhet av att föräldrarna skiljts sig när de var barn. Genomsnittsåldern när det hände var 9 år. I studien kombinerades ett omfattande frågeformulär, med uppgifter om bland annat föräldrar, syskon, hur de fungerade socialt och hur de skattade den egna föräldrarollen, med urinprov för att mäta nivån på oxytocin.

Nivån var betydligt lägre bland deltagarna som varit skilsmässobarn. De skattade dessutom föräldrarna som mindre omtänksamma och mer likgiltigt inställda, och var mindre säkra på sig själva och hade svårare med nära relationer som vuxna.

Studien är publicerad i Journal of Comparative Psychology, 2020.

BILD PRIVAT



NOAM RINGER : »VIDGA COPING- STRATEGIERNA FÖR BARN MED ADHD«

Copingstrategierna för barn med adhd kan vidgas genom att lyssna mer på hur barnen själva upplever orsakerna till symtomen och väljer att hantera dessa. Det visar psykologen Noam Ringer som disputerat på en doktorsavhandling om barn med adhd.

Noam Ringer är tjänstledig från Bup och har tidigare arbetat med barn med adhd inom såväl habilitering som skola. Nu har hon disputerat på en avhandling på pedagogiska institutionen vid Stockholms universitet om barns perspektiv på adhd.

– Jag har ofta upplevt att den behandling vi kan erbjuda dessa barn inte alltid riktigt når fram och började därför fundera på vad det är vi saknar, säger hon.

Inom somatiken är self-management, det vill säga patientens eget sätt att hantera sin sjukdom, en självklar aspekt. Det kan handla om hur astmatikern hanterar sin astma, eller diabetikern sin diabetes. Self-management borde även ha en större plats inom psykiatrin, anser Noam Ringer.

– Det finns viktig kunskap som vi i dag inte uppmärksammar. Därför blev jag intresserad av hur barn med adhd själva upplever sin situation och vad de redan i dag gör i form av copingstrategier, både sådana som fungerar och inte fungerar, säger Noam Ringer.

HON HAR BLAND annat djupintervjuat fjorton barn mellan åtta och sjutton år med adhd, ungefär lika många pojkar som flickor. Då framkom tre olika sätt att uppfatta orsaken till sin adhd.

– En grupp uppfattar att symtomen har biologiska orsaker, att något brister i kroppen eller att något i hjärnan inte fungerar.

En annan grupp att orsaken är faktorer i omgivningen, kanske en stökig skolmiljö. Den tredje gruppen uppfattar att orsaken är den egna personligheten, säger Noam Ringer.

Parallellt uppgav barnen tre olika strategier för att hantera symtomen.

– Det finns ett mönster mellan vad barnet tror är orsaken till adhd och vilka copingstrategier det sedan använder. Ser man det som orsakat av biologi försöker barnet kontrollera impulser, handlar det om omgivningen så försöker det ändra på faktorer i miljön eller undvika en viss miljö, till exempel inte gå på gympan. Tror man det handlar om personligheten så lever barnet ut symtomen och försöker i efterhand hantera de eventuella problem som symtomen leder till, säger hon.

NOAM RINGER TYCKER att psykologer har en uppgift att hjälpa barn med adhd att vidga sin repertoar av copingstrategier.

– Som psykolog kan jag anpassa mig till barnets perspektiv och utgå från dessa när man föreslår copingstrategier. Är det miljön som barnet själv upplever som en orsak till rastlösheten, de överväldigande känslorna eller svårigheten att koncentrera sig, kanske man ska anpassa miljön mer utifrån den upplevelsen, säger hon.

– Skolan borde vara en lämplig miljö för att tänka i dessa banor, menar hon.

– Hjälper vi barnet att systematiskt kartlägga hur en vanlig skoldag kan se ut, hur det själv tänker och uppfattar olika situationer, kan vi lära barnen fler strategier för att fungera bra i just den miljön.

Titeln på avhandlingen är *Patterns of Coping: How Children with ADHD and Their Parents Perceive and Cope with the Disorder*.

● Peter Öm

Gör professionerna delaktiga

Tillsammans med övriga förbundsordförande i den opinionsbildande samverkansallians Psykologförbundet ingår i inom Saco Hälso- och sjukvård, skrev jag nyligen under ett debattinlägg i Dagens Medicin. I inlägget påtalar vi vikten av att professionerna görs delaktiga när regeringens särskilda ekonomiska satsning på »krisstöd« till personal som arbetat med covid-19 i regioner och kommuner ska fördelas och omsättas i olika åtgärder. Vi trycker på vikten av att fördelning och beslut om insatser föregås av en noggrann behovsinventering, och att en sådan inventering bör bygga på den kunskap som finns hos professionerna, samt att man i denna process tar hänsyn till vad de direkt berörda, den personal som pengarna är avsedda för, uppger att de behöver.



»Vi trycker på vikten av att fördelning och beslut om insatser föregås av en noggrann behovsinventering.«

sjösätta denna politik i olika farvatten. Min förhoppning är att den processen inspirerar fler enskilda medlemmar till att vilja vara en aktiv del av vårt gemensamma påverkansarbete, till gagn för såväl de som anlitar oss, som för samhällsutvecklingen och vår profession. Möjligheterna och arenorna är obegränsade!

Kristina Taylor
Kristina Taylor, ordförande

MED ANDRA ORD är det krav och önskemål som många psykologer – i sällskap av många andra yrkesgrupper – under lång tid gett uttryck för även i sin dagliga praktik. För att kunna erbjuda patientsäkra, patientnära, likvärdiga och evidensbaserade behandlande, konsultativa och hälsofrämjande tjänster, behöver politiker, verksamhetsansvariga och arbetsgivare säkerställa att professionernas kunskap 1) finns representerad i tillräcklig utsträckning i organisationerna och 2) används på ett så effektivt sätt som möjligt. Det förutsätter också att vi som enskilda psykologer, kår och förbund funderar över hur vi kan bidra till en sådan verklighet.

SOM FACK- OCH professionsförbund är det vår uppgift att bedriva ett konstruktivt påverkansarbete i såväl villkorsfrågor som utifrån vårt professions- och samhällspolitiska program. Mitt ansvar som ordförande är att leda förbundsstyrelsens arbete med att formulera och skapa strategier för en tydlig politik och opinion, och att tillsammans med övriga förbundsorgan och förbundskansliet



Förbundsnytt

Saco Studentmessa blir digital

STUDENTMÄSSA. Sacos Studentmessa är Sveriges största mötesplats för studieval efter gymnasiet. Tidigare år har närmare en tredjedel av Sveriges avgångselever besökt studentmässan i Stockholm och Malmö för att få fakta och inspiration hos utställare, och lyssna till seminarier. Men på grund av covid-19 sker nu mässan digitalt 24-27 november. Sveriges Psykologförbund medverkar med en digital monter där besökare kan lyssna till ett seminarium och ställa frågor till en psykologstudent eller yrkesverksam psykolog.

Du och din lön

LÖNEENKÄT. Du har väl inte glömt besvara löneenkäten? Enkäten skickades ut digitalt den 12 oktober till alla som är medlemmar i Psykologförbundet och som har en anställning. Utifrån svaren kan vi kartlägga inte bara psykologers löneuppgifter och arbetsvillkor utan även trender och utvecklingsbehov. Enkätsvaren används även i förbundets påverkansarbete. Ju fler som besvarar enkäten, desto bättre underlag för förbundets fortsatta arbete med löne- och arbetsvillkor.

Samma medlemsavgift

MEDLEMSAVGIFT. Psykologförbundets kongress har beslutat att alla yrkesverksamma medlemmar ska ha samma medlemsavgift, oavsett inkomst. Medlemsavgiften har tidigare varit inkomstbaserad, vilket har ställt stora krav på dig som enskild medlem att registrera korrekt inkomstunderlag i medlemsregistret. Den nya avgiften träder i kraft 1 januari 2021.

»Lyssna på professionen«

DEBATT. Vem inom hälso- och sjukvård och äldreomsorg som arbetat med covid-19 ska få ta del av de 500 miljoner kronor i krisstöd som regeringen aviserat? Dags att lyssna på professionen, menar Psykologförbundets ordförande Kristina Taylor och tolv andra förbundsordförande inom ramen för samarbetet Saco Hälso- och sjukvård som nu skrivit en gemensam debattartikel i Dagens Medicin (1/10 2020).

Uppdatera nu

MEDLEMSNYTTA. Du vill väl inte missa värdefull information? För att vara på den säkra sidan – gå in på Psykologförbundets hemsida och se efter på »Min sida« om dina kontaktuppgifter stämmer. Om inte, uppdatera nu!

www.psykologforbundet.se • post@psykologforbundet.se

Hur kan jag hantera den kontrollerande chefen?

Fråga: Jag har en chef som inte förstår verksamheten och trots det ska hen ha synpunkter på hur många tider som är bokade med patienter. Jag är van att självständigt lägga upp mitt arbete men nu känner jag mig plötsligt styrd och kontrollerad. Vad ligger bakom. Misstror chefen mig? Vad kan jag göra?

Att chefen har en åsikt om hur många patienter du träffar är sunt och kan tolkas som att chefen bryr sig om hur du har det på arbetet. Alternativet att chefen inte alls skulle bry sig låter i mina öron ännu värre. Men uppföljning kan också precis som du beskriver upplevas som att chefen misstror dig. Skillnaden brukar ligga i hur vi upplever de bakomliggande intentionerna och i någon mån också i själva genomförandet.

Oavsett vad som ligger bakom just i ditt fall så är det inte långsiktigt hållbart att gå runt med en känsla av att chefen misstror dig, det riskerar att i förlängningen bli ett arbetsmiljöproblem. Att avfärda chefen med hänvisning till att denne inte förstår verksamheten är inte en hållbar lösning. Istället är mitt råd att du tar tjuren vid hornen och bokar in ett möte med chefen. Förklara hur du upplever chefens synpunkter och fråga om det finns någon grund för din upplevelse. Är det något du gör som får chefen att tvivla på vad du sysslar med på dagarna? Finns det något ni kan göra tillsammans för att komma till rätta med det? Eller är det något som är hänförligt till

hur verksamheten arbetar med styrning och uppföljning och inte till dig som person?

I Arbetsmiljöverkets föreskrifter om organisatorisk och social arbetsmiljö finns kraven: »Arbetsgivaren ska se till att de arbetsuppgifter och befogenheter som tilldelas arbetstagarna inte ger upphov till ohälsosam arbetsbelastning. Det innebär att resurserna ska anpassas till kraven i arbetet« (9 § AFS 2015:4). Att du inte kan kontrollera din arbetssituation och påverka hur du lägger upp arbetet kan vara en fråga om bristande resurser som i förlängningen orsakar ohälsa. Att tillsammans med chefen prata om vad som är rimliga krav i arbe-

»Att avfärda chefen med hänvisning till att denne inte förstår verksamheten är inte en hållbar lösning.«

tet och vilka förutsättningar som är nödvändiga är ett annat sätt att närma sig frågan, då som en del av det systematiska arbetsmiljöarbetet på arbetsplatsen.

Om du inte når fram till din chef så vänd dig till ditt skyddsombud eller den fackliga representanten på din arbetsplats. Du är naturligtvis välkommen att kontakta medlemsrådgivningen för att få ett oberoende perspektiv på din situation.

/ Johan Tessler, ombudsman



JOHAN TESSLIN



JAIME ALEITE

Fråga: Jag sa upp mig för en månad sedan för att börja jobba för en annan arbetsgivare. I går hörde den nya arbetsgivaren av sig och sa att tjänsten är indragen på grund av coronakrisen. Har jag rätt att få tillbaka min gamla tjänst eller få skadestånd trots att jag aldrig ens hann påbörja min nya tjänst?

Någon rätt att få tillbaka sin uppsagda tjänst finns inte i det här fallet. När det gäller den tilltänkta tjänsten så är det däremot lite mer komplicerat. I princip handlar det om att du har sagts upp från den nya tjänsten, trots att du aldrig hann tillträda den. Därmed skulle det krävas förhandling med facket bland annat. Det skulle också innebära att du har rätt till din uppsägningstid som troligen är på en månad. Den börjar dock räknas från och med det datum som du blev meddelad att du inte kan påbörja den nya tjänsten. Det innebär att du i praktiken inte heller kan räkna med någon uppsägningslön.

Försök i stället att tala med din nuvarande arbetsgivare. Kanske kan du få tillbaka din tjänst. Om det inte är möjligt så efterfråga en skriftlig motivering till varför du inte kunde tillträda den nya tjänsten. Det har du rätt till eftersom arbetsgivaren ska följa vissa förmålieregler vid uppsägning. Underlaget kan behövas för din a-kassa.

/ Jaime Aleite, förhandlingschef

HAR DU EN FRÅGA?

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

Hugo Nabo:

»Låt oss läsa den mest radikala litteraturen«

Som ett resultat av den debatt (DN Debatt 14/10) som blossat upp den senaste tiden angående den psykodynamiska praktikens vara eller icke vara, känner jag att det är nödvändigt med en replik från en av de studenter som i dagsläget ges en utbildning baserad på vad som på flera håll kallas för pseudovetenskap. Det handlar om att gå psykodynamisk inriktning på psykologprogrammet.

Under introduktionskursen till psykologprogrammet fick vi studenter höra att de flesta elever sökte sig till programmet på grund av en önskan att hjälpa andra människor. Som tidigare nämnts i denna debatt hjälps cirka hälften av psykiatrins patienter av den kbt-behandling som de erbjuds (Psykologtidningen 5 oktober).

Detta skulle man kunna tolka som att vi studenter alltså måste sänka våra krav till att endast hjälpa hälften av de lidande, till förmån för att den metod som för närvarande anses bäst ska få allt kliniskt utrymme.

DEBATTÖRERNA VILL minska den andel litteratur som inte är direkt kopplad till en evidensbaserad metod. Ofta exemplifierat med Freud. Detta synsätt på litteratur och kunskap överlag tycker jag är ytterst märkligt.

Vi studenter ska alltså undanhållas den litteratur som i mångt och mycket utgör grunden för dagens psykologiska terminologi och tänkande. Jag som student finner stor behållning i att förstå det historiska och teoretiska sammanhang som ligger till grund för modern pdt, och i vilken även kbt har kunnat växa fram. Argumentet att viss litteratur saknar direkt koppling till evidens-

baserad behandling är haltande när det handlar om en så pass lång utbildning som fem år.

Mitt förslag är att vi som läser psykodynamisk inriktning även får läsa den mest radikala behavioristiska litteraturen för att kontrastera vår inriktning. Vad kan möjligt vara negativt med belästa studenter i den framtida kåren av psykologer?

UNDER MINA STUDIER har jag genomfört en kandidatpraktik samt extraarbetat inom psykiatrin. En erfarenhet jag gjort i mötet med patienter är att många anser sig ha blivit hjälpta av den kbt-behandling de fått. De kan hantera vardagen på ett bättre sätt. Ändå söker de vård på nytt. På frågan hur de mår blir svaret beklämmande ofta att de oavsett beteendeförändringarna mår lika dåligt som innan.

Att jag valde ptd-inriktning beror på att jag är övertygad om att det existerar ett mänskligt psyke bortom objektivet observerbara symtom och beteenden. Jag finner det psykodynamiska arbetssättet mycket användbart när det kommer till att förstå patientens upplevda lidande. Ett fokus som jag annars tycker hamnar i skymundan i jakten på direkt observerbara beteenden. Om vi psykologer inte tar den subjektiva upplevelsen av att vara människa i beaktande, vem ska då göra det?

Under åtta terminer på psykologprogrammet har vi hittills inte läst en enda obligatorisk text av Freud.. Det har jag fått ombesörja på min egen fritid. Det har varit lärorik läsning. ●



*Hugo Nabo,
student på
psykologpro-
grammet vid
Stockholms
universitet*

ANNONS:

Forskning inom Ungdomsvård och missbruksvård

Ansökningstillfälle
den 28 februari 2021

Statens institutionsstyrelse, SiS, svarar för planering, ledning, drift och uppföljning av de särskilda ungdomshemmen och LVM-hemmen. En viktig uppgift är att bedriva metodutveckling samt att stödja forskning i syfte att öka kunskapen om och förbättra SiS vård och behandling.

SiS välkomnar forskningsansökningar som tar sin utgångspunkt i myndighetens forskningsprogram, med fokus på vård och behandling under tvång och nära kopplade till SiS verksamhet.

I år välkomnar vi särskilt frågeställningar som belyser områden såsom den sociala tvångsvårdens organisering och samverkansformer mellan SiS och hälso- och sjukvård, psykiatri, socialtjänst. Frågor som undersöker juridiska aspekter av tvångsvård och samsjuklighet mellan missbruk och psykisk ohälsa är också av särskilt intresse.

Ansökningstillfället gäller såväl ett- som fleråriga forskningsprojekt.

Senast den 28 februari 2021 ska projektskisser ha kommit in till SiS för projekt som avses löpa från och med den 1 januari 2022.

Läs mer på
www.stat-inst.se/ansokan

Statens
institutions
styrelse SiS

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:

Anna Wahlgren, Pieter Ten Hoopen, Maria Jernbeck,
Celia Svedhem, Jonas Brun

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: Nytorosg 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:

Pieter ten Hoopen

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	8/2020
Utgivning	v 51
Manusstopp	1 december

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,
förbundsdirektör.

Mahlin Levin, 08-567 064 07,
förbundssekreterare.

■ Kommunikation

Ann Hallenius, 0706-12 70 60,
kommunikationschef.

Susanne Bertman, 0709-67 64 13,
tf redaktör Psykologiguiden.

Anna Härenvik, 08-567 064 42,
kommunikationsstrateg.

Emily Storm, tjänstledig.

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

Kristina Wallin, 0709-76 54 75,
webbredaktör.

■ Professions- och medlemsfrågor

Jaime Aleite, 08-567 064 14,
förhandlingschef.

Martin Björklind, 08-567 064 11,
professionsstrateg.

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

Elin Eos, 08-567 064 03,
ombudsman, tjänstledig.

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.

Eva Haglund, 08-567 064 09, administratör.

Förbundsstyrelsen

Kristina Taylor, ordförande.

Maria Nermark, 1:e vice ordförande.

Annalena Pejok, 2:e vice ordförande.

Sara Renström, ledamot.

Isabel Khoure, ledamot.

Eva-Lena Lindström, ledamot.

Anders Ordqvist, ledamot.

Andreas Karlsson, ledamot.

Carl Hellström, ledamot.

Martina Holmbom, ledamot

Linus Olsén, studerandeledamot.

Ninni Ahlin, studerandeledamot.

Valberedningen

Per Fallén, ordförande.

Etikrådet

Patrik Lind, ordförande.

Anita Wäster, vice ordförande.

Bo Hejlskov Elvén, ledamot.

Åsa Prestby-Magnusson, ledamot.

Linda Richter Sundberg, ledamot.

Joel Rutschman, ledamot.

Specialistrådet

Sara Henrysson Eidvall,
sammankallande.

Maria Marinopoulou, ledamot.

Sofia Strand, ledamot.

Malin Öhman, ledamot.

Studeranderådet

Maja Strah, ordförande.

Clara Söderstjärna, vice ordförande.

Vetenskapliga rådet

Petri Partanen, ordförande.

Ida Flink, vice ordförande.

Elinor Schad, 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 Hellgren, 0705-93 56 00.



ANNONSERA I

Psykolog

TIDNINGEN

Annonskontakt: Newsfactory

Madeleine Nordberg

Tel: 08-505 738 15

MARKNADSANNONSER



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

■ SKEPPSBRON 10 GAMLA STAN, STOCKHOLM

Etablerad psykoterapimottagning. Vi har lediga rum för uthyrning. Pris enligt överenskommelse. Vi finns på Skeppsbron 10, Gamla Stan med bra kommunikationer. Kontakta Owe Larsols för mera information på mobilnr: 073-915 47 27

■ BEHÖVER DU EN HEMSIDA?

Jag skräddarsyr hemsidor med personlig design för bland andra psykologer. Innehållet uppdaterar du enkelt själv.

Läs mer och se exempel här: www.annbrostrom.se

Kontakt: ann@annbrostrom.se

■ TERAPIRUM UTHYRES I CENTRALA GÖTEBORG.

Rummet är beläget i en idyllisk oas mitt i Göteborg (Postgatan 4, Kronhusbodarna) och kommer bli ledigt på Mån och Tors fr.o.m.

1 Jan 2021. Uthyres per heldag, halvdag, eller timme. Lokalen har ett samtalsrum och ett väntrum, pentry och WC.

Välkommen att kontakta Follad Yarollahi på 076-146 95 72.

Marknadsannonser

MARKNADSANNONS + E-TIDNING: 950 kr.

Rubrik samt fyra rader text.

Kommande utgivning av Psykologtidningen 2020

Digitala E-tidningen: 11 december
Papperstidningen nr 8: 18 december
Sista bokningsdag: 23 november

KURSANNONSER



**Skandinaviens Akademi
för Psykoterapiutveckling**

Se våra utbildningar:
www.sapu.se

Specialistkursen
Neuropsykologisk vuxenpsykiatri
7,5 hp digitalt/i Umeå

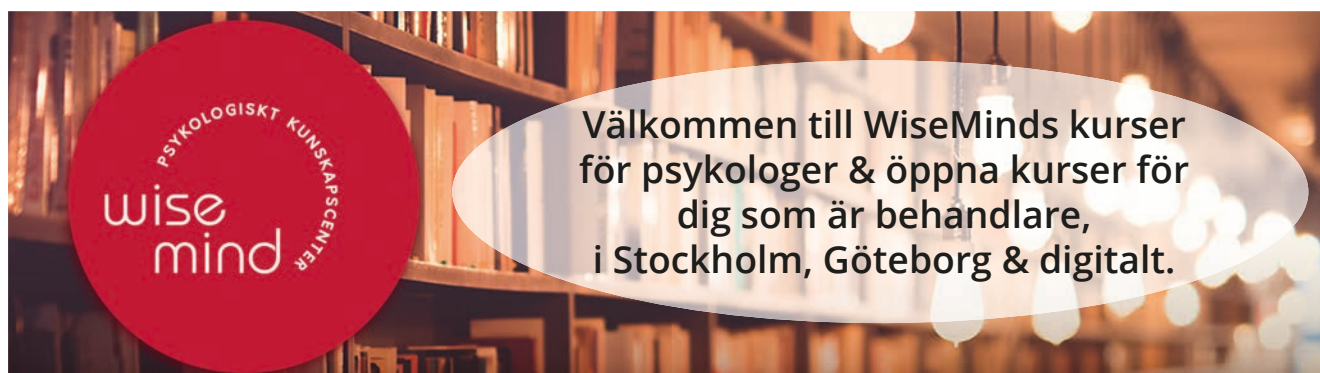
Kursen består av tre block:
Introduktion, Språk & Kommunikation,
Uppmärksamhet & Exekutiva funktioner
med inslag av både praktiska
och teoretiska moment.

Fyra tillfällen á två dagar.
inklusive examination under våren 2021.

För mer information:
psykolog@lindagjertsson.se
www.lindagjertsson.se

PSYKOLOG LINDA
GJERTSSON





Välkommen till WiseMinds kurser
för psykologer & öppna kurser för
dig som är behandlare,
i Stockholm, Göteborg & digitalt.

Uppdraget & rollen som skolpsykolog

Start februari 2021: En termins lärande genom 4 digitala kursdagar, kollegialt utbyte & resurser via kursplattform.

Psykologen & de globala hållbarhets- utmaningarna. Specialistkurs.

- Psykologen som förändringsledare i miljö och klimatfrågorna. Start 28:e januari.

Radically Open DBT. Motsvarar två specialistkurser.

Webbminarium med engelska grundarna till metoden + kursträffar i Sverige. Mars-November 2021.

Den alternativa modellen för personlighetssyndrom

i DSM-5 - Lär dig utreda utifrån denna modell som är grundad i modern forskning om personlighetsproblematik. Stockholm 16:e april & 28:e maj 2021.

Radically Open DBT- En introduktion

En ny form av DBT för nya målgrupper. Transdiagnostisk & grundad i forskning. Digital kurs 30:e november 2020.

Att ta sig ur ensamhet

Färdigheter till att bättre förebygga, förstå och hantera ensamhet utifrån bl.a. RO-DBT. Stockholm & digitalt.

Rädsla och oro hos barn & ungdomar

- Förstå & behandla. Göteborg & digitalt 18:e februari 2021.

XBT: Existentiell beteendeterapi

Stockholm & digitalt. Heldagskurs 19:e mars 2021.

Fler kurser och info på www.wisemind.se

Tel. 073 619 83 66 - info@wisemind.se

Specialistkurs:

Det existentiella samtalet



Göteborg 15 – 16 april 10 – 11 maj

Det existentiella samtalet (motsvarande 7,5 hp) är ackrediterad som specialistkurs och kan betraktas som en introduktion till existentiell psykoterapi. Kursen arrangeras av Psykologos i samarbete med SEPT

(Sällskapet för Existentiell Psykoterapi).

För anmälan, information eller frågor, kontakta:
psykologos@psykologos.se eller besök oss på www.psykologos.se

Specialistkurser i utredning och diagnostik för legitimerade psykologer

Läs mer om kurserna och anmäl dig på www.hjarnkunskap.se

Utredning och evidensbaserade interventioner vid ASD och ADHD, ackrediterad som två kurser

Föreläsare: Sven Bölte, Tomas Larson, Sebastian Lundström, Eric Zander, Tatja Hirvikoski, Douglas Sjöwall, Jacqueline Borg m fl

Kurstid: 1-3 februari, 8-10 mars, 19-20 april 2021, Stockholm

Somatisk differentialdiagnostik vid utredning av barn och vuxna

Föreläsare: Britt-Marie Anderlid, Kerstin Malmberg, Marika Möller, Christian Oldenburg, Patrik Mattsson, Jacqueline Borg m fl

Kurstid: 24-26 maj, 7-8 juni 2021, Stockholm



Missbruks- och beroendepsykologi, VT 2021

Kursen är ackrediterad som 1 av 6 specialistkurser; som 1 fördjupningskurs inom Missbruks- och beroendepsykologi samt Klinisk vuxenpsykologi

Kursen erbjuder ett brett perspektiv på substansproblematik och sätter in problematiken i ett utvecklingspsykologiskt, sociokulturellt och etiskt sammanhang som möjliggör kritisk reflektion av såväl forskning som den egna rollen. Kursen behandlar upptäckt, bedömning, behandling och förhållningssätt vid substansproblematik. Kursen innehåller även grundläggande beroendelära som kan tillämpas på andra beroendeproblem, samt kunskap om olika substanser och deras effekter. Därutöver förmedlar kursen kunskap om och förhållningssätt till interaktionen mellan substansbruk och psykisk ohälsa som ångest, förstämning, trauma, kognitiva störningar och psykotiska upplevelser.

Kursen innehåller sex heldagar fördelade på tre tillfällen under april / maj / juni, VT21
totalt 48 undervisningstimmar

Anmälan senast 8 mars 2021. Kostnad 18 000 kr exkl moms

För mer information och anmälan: Jonas Ståhlheim / Magnus Menfors

mail: missbrukberoende19@gmail.com Telefon: 0709-699 700 / 0706-303 652

SISTA ANSÖKAN 20/11



Cario Psykiatri

**PSYKOLOGER/PSYKOTERAPEUTER
SÖKES TILL NYA SAMTALSMOTTAGNINGAR
I LINKÖPING/ NORRKÖPING**

Cario Psykiatri satsar för fortsatt utveckling och planerar att öppna nya samtalsmottagningar i Linköping och Norrköping.

Vi kommer behandla patienter med ångest- och depressionstillstånd samt även tvångssyndrom och PTSD, där det också kan förekomma annan samsjuklighet. Vi kommer arbeta enligt avtal med Region Östergötland och tar emot patienter från fyllda 17 år. Tillsammans med patienter arbetar vi på ett konstruktivt och nyfiskt sätt mot symtomförbättring och förbättrad funktionsförmåga. Vi arbetar på ett strukturerat sätt med metoder som har forskningsstöd, t ex KBT, PDT och IPT.

Kvalifikationer
Legitimerad psykolog och/eller psykoterapeut med minst två års klinisk erfarenhet under de senaste fem åren. Intyg avseende legitimation och klinisk erfarenhet och antal år ska bifogas ansökan.

För mer information se
<https://cario.se/arbete-hos-oss/>



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 2020-11-10 till 2020-12-01

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

VI SKA BLI SVERIGES
BÄSTA OFFENTLIGA ARBETSGIVARE



VÄSTRA
GÖTALANDSREGIONEN

**90 SVENSK
KONTO INSAMLINGS
KONTROLL**

**NÄR BARN BERÄTTAR
FINNS DET HOPP.**

Det är första steget till förändring.

Ge fler barn möjlighet att berätta. Swish: 9015041 | Plusgiro: 90 15 04-1

BRIS

QbTest

– en extra
medarbetare
i ditt team



Att ta diagnostiska beslut vid misstanke om ADHD är svårt och en nyckel till framgång är att ha ett stöttande team runt sig i dessa beslut. Under de senaste 15 åren har vi jobbat med professionella kliniker som uppskattar samarbetande teammiljöer, precis som du.

FÖR EN UTOMSTÅENDE är QbTest ett sätt för kliniker att kvantifiera objektiva symtom för att lättare kunna ta diagnostiska beslut. QbTest mäter alla tre huvudsakliga symtom vid ADHD: aktivitet, uppmärksamhet och impulsivitet. Men det är mer än ett objektiva mått – med QbTest får du också ett helt team. Vårt team av psykologer ger dig svensk support redan från start, för att möjliggöra för dig att administrera och tolka QbTest. Vi erbjuder också fortsatt utbildning och stöd, vilket givetvis är kostnadsfritt, så du kan fortsätta växa i din kompetens. För att du ska känna dig trygg i hur du administrerar och tolkar QbTest.

Med QbTest har du nu ett eget team för att stötta dig och du är bara ett telefonsamtal bort från en hjälparens hand. För som alla bra team är vi där för att stötta dig hela vägen.

VILL DU VETA MER om hur du kan göra QbTest en del av ditt team?
Ring 08-790 5001 eller maila
info@qbtech.com för att ta reda på mer.

Vill du veta mer om forskningen bakom QbTest?

Gå till <https://www.qbtech.com/clinical-documentation> för att läsa mer om forskningen.



QbTest av

Tillverkad i Sverige.

Qbtech





POSTTIDNING B
Psykolog
TIDNINGEN

Vid obeställbarhet, retur till
Psykologtidningen,
Box 3287, 103 65 Stockholm



Pearson

BROWN EXECUTIVE FUNCTION / ATTENTION **SCALES**

Brown EF/A gör det möjligt för psykologer att bedöma patientens exekutiva fungerande. Brown EF/A är ett verktyg för att utreda funktioner som till exempel uppmärksamhet, aktivitetsnivå, arbetsminne och självreglering. Skandinaviska normer för åldern 5-44 år.

pearsonclinical.se/brown-info

Vill du veta mer om
våra test eller boka en
kostnadsfri
presentation?

Maila oss gärna på:
info.se@pearson.com



BASC-3 består av skattnings-
skalor som integrerar information
och perspektiv från flera källor.
Skalorna ger en både bred och
djup bild av olika beteenden, tankar
och känslor hos barn och unga.

pearsonclinical.se/basc3-info

Missa inte våra kurser!

Är du intresserad av utbildning i våra test? Pearson har tidigare anordnat uppskattade kurser med externa utbildare i CELF, WAIS och D-KEFS. Snart inleder vi också en ny satsning med kurser online. Håll ögonen på vår hemsida och våra nyhetsbrev – mer information kommer snart!



Läs mer på
pearsonclinical.se