

Psykolog

TIDNINGEN
#7 2021

Ges ut av Sveriges Psykologförbund

NYHETER

Mottagning
erbjuder
psykedeliska
retreater

TEMA

Psykologen
i rätten –
fallgropar och
möjligheter

»Sex är elefanten i terapi- rummet«

MÖT TANJA SUHININA

5

BEDRÄGLIGA
STUDIER MED
GENOMSLAG

MDR

– är dina
tester
lagliga?



Dessa tre bokstäver symboliserar den nya lagstiftningen för medicinskt tekniska produkter som trädde i kraft den 26 maj 2021. Lagen syftar till att öka patientsäkerhet och säkerställa kvalitet hos medicinskt tekniska produkter och är lite viktigt för sjukvården som ex GDPR.

NU TILL DIN FÖRSTA FRÅGA – "VAD ÄR EN MEDICINSKTEKNISK PRODUKT?"

En medicinskt teknisk produkt är ett instrument, en programvara, en apparat eller annan artikel som är avsedd att, antingen separat eller i kombination, användas för följande medicinska ändamål:

- diagnos, profylax, övervakning, prediktion, prognos, behandling eller lindring av sjukdom,
- diagnos, övervakning, behandling, lindring av eller kompensation för en skada eller funktionsnedsättning. [1]

NU TILL DIN ANDRA FRÅGA – "VADÅ, JAG JOBBAR JU INTE MED MEDICINTEKNIK?"

I en allt mer digitaliserad vård arbetar vi allt oftare med medicinteknik, kanske utan att veta om det. IVO ger följande exempel på vad en medicinskt teknisk produkt är:

"Det finns många medicintekniska produkter med vitt skilda användningsområden. Det kan handla om allt från plåster och andra engångs-

artiklar, rullatorer, proteser och rengöringsprodukter till mycket komplicerad högteknologisk utrustning... Även informationssystem och programvara som hanterar information om patienten definieras som medicinskt teknisk produkt. Det kan exempelvis vara journal-system och programvaror för tolkning av testresultat och röntgenbilder." [2]

Just den sista delen anser vi är viktig att ta fasta på, "programvaror för tolkning av testresultat" – för vad innebär detta egentligen för våra psykologiska tester, som i allt större utsträckning digitaliseras? Fyller våra psykologiska tester kraven för medicinskt tekniska produkter?

NU VIDARE TILL DIN TREDJE FRÅGA – "VAD BETYDER DET HÄR FÖR PSYKOLOGER?"

Utifrån ovanstående definition berörs alla psykologiska test som psykologer används – även om tester, digitala skattningsskalor eller digitala testplattformar enbart utgör en del av det underlag som krävs för att fatta ett diagnostiskt beslut, övervaka nuvarande symtom eller för att följa en patients behandlingsutfall. Enligt Socialstyrelsen, SOSFS 2008:1, har både enskild hälso- och sjukvårdspersonal samt verksamhetschef ansvar för hur användningen av en medicinskt teknisk produkt går till. [3]

Därför vi nu en fjärde fråga, men denna gång till dig:

"HUR KAN PSYKOLOGER SÄKERSTÄLLA ATT HÄLSO- OCH SJUKVÅRD SAMT TILLVERKARE FÖLJER DEN NYA LAGSTIFTNINGEN – ALLT FÖR ATT KUNNA GARANTERA SÄKERHET TILL SINA PATIENTER?"

Fråga tillverkaren om de produkter ni använder uppfyller kraven. Vi på Qbtech tycker patientsäkerhet och kvalitet är grundläggande hörnstenar i arbetet med psykologiska tester och vi samarbetar med externa aktörer för att uppfylla de strikta kraven som finns. Vill du lära dig mer om vårt arbete om QbTest, QbCheck och MDR?

Kontakta oss på **08-790 5001** eller **info@qbtech.com**



[1] <https://eur-lex.europa.eu/legal-content/SV/TXT/?uri=CELEX:02017R0745-20200424>

[2] <https://www.ivo.se/yrkesverksamma/medicinteknik/>. Informationsfilm, hämtad 2021-06-09.

[3] <https://www.socialstyrelsen.se/regler-och-riktlinjer/foreskrifter-och-allmanna-rad/konsoliderade-foreskrifter/20081-om-anvandning-av-medicintekniska-produkter-i-halso-och-sjukvarden/>



Qbtech



»Bland psykologer finns ett motstånd att agera i rätten.«
Sid 12



Innehåll #7 2021

BILD LINNEA BLIXT



Intro >4

Psykologer i media och psykologen som springer tjugo timmar i sträck.

Nyheter >8

Snedrekrytering av psykologstudenter.

Psykedeliska retreatar får tummen upp av Psykologförbundet.



Psykologen i rätten >12

TEMA. Experter efterlyser nya krav för psykologer som är sakkunniga.

Gränsbrytaren >20

MÖTET. Tanja Suhinina tycker det är lätt att bli kårens bad girl - och trivs med det.

»Jag sprang barfota på mjuka skogsstigar, sen kunde jag inte sluta.«

Fem förhandlingsknep >26

Så ska klimatmötet i Glasgow ge resultat.

Forskning >30

KBT för barn, och behandlingsnöjdheten.

Utblick Colombia >36

Psykologernas hjälplinje ska stoppa machokulturen.

Debatt >42

Lär av gängen, anser Gunilla Guvå om skolmiljön.

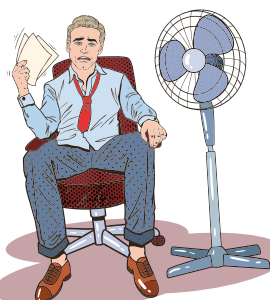


BILD SHUTTERSTOCK

Terapeutens tyngd i rätten

UNDER RÄTTEGÅNGEN MOT den så kallade Kulturprofilen fanns inga tekniska bevis. Ord stod mot ord och lång tid hade gått sedan våldtäkten. Brottsoffret kallade därför in sina vänner för att intyga att hon berättat om övergreppet. Att vänner berättar vad de minns har betydelse, fri bevisvärdering råder, och domstolen gör en trovärdighetsbedömning: Har vittnena skäl att lämna felaktiga uppgifter? Tja, att vänner vittnar är långt ifrån full pott.

MEN SÅ KALLADES ytterligare två personer som vittnen – båda psykoanalytiker. Den första berättade att han visserligen stängt sin mottagning och förstört alla journaler, men han mindes mycket väl vad brottsoffret berättat, fem år tidigare. »Det var frågan om en traumatisk upplevelse,

ett ordentligt övergrepp med sexuella förtecken», återgav psykoanalytikern, tillika läkare, inför rätten.

Den andra psykoanalytikern hade en ännu tyngre titel, han var även professor emeritus i psykoterapi.

Brottsoffret hade gått i psykoanalys hos honom under fyra år, periodvis flera gånger i veckan. Psykoanalytikern medgav att hans journalanteckningar var kortfattade men han kunde tydligt återge »våldshandlingen«.

FÖRMODLIGEN FUNDERADE psykoanalytikerna både en och två gånger inför förhören i rätten, över hur mycket deras minnesbilder hade påverkats av vad de läst i media. De fick hur som helst stor betydelse för den fällande domen. Att som terapeut dras in i en rättegång är knepigt, det finns många fallgropar. I det här numret berättar vi om vilka.

Annika Kriisa

Chefredaktör
lennart.kriisa@psykologtidningen.se



BILD MEMES FÖR PSYKOLOGER



LISTAN

Psykologerna som sprider kunskap om psykologi på Twitter.



1. Robin Fondberg. Disputerad psykolog med 8 000 följare och 22 000 tweets. Överlägsen på Twitter som psykologi-spridare. Ständigt på hugget mot metodologiska problem i publicerade fynd.



2. Frida Hylander. Psykolog med inriktning mot klimatkrisen, 3 000 följare och 15 000 tweets. Tweetar nästan dagligen om klimatet, både ur psykologiska och politiska aspekter. Anser att »politiker som skriker symbolpolitiska förslag« ska få kvarsittning.



3. Oskar Henrikson. Grundare av Psykologifabriken, 2 000 följare och 2 700 tweets. Mycket om ledarskap och motivation. Sprider kunskap om organisationspsykologi.

Hör av er!

Mejla till:
redaktionen@
psykologtidningen.se

Vi förbehåller oss rätten att redigera insänt material.

Redaktionen tipsar

BOK. En och annan psykolog morrade över att författaren Clara Törnwall publicerat ett par frågor från intelligens-testet Wais IV. Men det är en reportagebok och att Clara Törnwall hade lyckats memorera några frågor är inte mycket att göra åt. Dessutom kan vilka hygglig googlare som helst hitta exempel på frågor från testen. För henne, som för många andra, uppstod hur som



helst en diagnoslättnad. Hon kunde förstå varför livet inte klaffade på alla fronter. Boken ger en läsvärd insyn i hur det är att försöka parera alla svårigheter som en person med autism utsätts för. *Autisterna*, Natur & Kultur, 2021. /LK

TV. Egentligen är dokumentären om psykopaten Harald obegriplig. Vad är syftet? Dokumentärfilmaren följer Harald som hänsynslöst utnyttjar människor i sin närhet. Problematisering saknas, ändå får tittaren någon slags insikt i psykopatens liv, vilket är behållningen. *Psykopaten*, SVT Play. /LK

Stafetten: Tova Winblad om #6 2021

»Jag går igång på för-enklingen«, säger Björn Hedensjö i *Psykologtidningen* nr. 6, i ett samtal om hur det är att vara psykolog i media. Med det sätter han fingret på vad som fått även mig att bli alltmer medie-aktiv de senaste åren. Att kommunicera något komplicerat på ett enkelt sätt är något av det mest givande som finns för mig i yrket, den kreativa processen i det. Kanske är det vår drivkraft, vi psykologer som dyker upp i poddar, tidningar och tv – att göra något akademiskt till något folkligt, skapa konkret material av det flyktiga.

Journalisten frågar om Björn inte oroar sig över vad andra psykologer tycker när han bryter ny mark och för psykologin från klinik till sponsrad pratradio. Björn oroar sig inte och samma gäller för mig när jag pratar med influencers på Youtube eller dyker upp i en Q&A på Instagram. Jag har liksom bara utgått från att kollegerna kan uppskatta för-enklingen och dess stora förmåga att nå fram. I alla fall så länge den balanserar på rätt sida om banal.



Psykologtidningen #6/2021

Tova Winblad är psykolog och specialiserad på samspelet mellan små barn och vuxna. Hon lämnar över stafetten till Andreas Leijon på *Pliktverket*.



Börja med ultralöpning

1) När du är ute i skogen, prova att ta av dig skorna, gå fem hundra meter och känn hur det känns. Börja försiktigt och öka långsamt.

2) Ge dig ut i skogen utan att gå en stig (lagom vilse är bäst).

3) Börja med att varva gång och löpning. Ta med fika och var ute hela dagen.

FAKTA: Linnea Larsson Holm bor med man och barn i Gävle och arbetar som primärvårdssykeolog på hälsocentral och i egna firman Imrapsykologi. En dag i veckan är hon i sin ateljé och gör diverse saker.

Linnea Larsson Holm, ultralöpare och psykolog

»Nästan som att bli ett djur«

DET VAR SOM att solen gick upp i psykologen Linnea Larsson Holms liv när hon upptäckte ultralöpning. En halvmaras simning blev startskottet, hon började springa för att få upp flåset.

– Då sprang jag barfota på mjuka skogsstigar, sen kunde jag inte sluta. Att livet kunde vara så kul!

Åtta mil är det längsta hon sprungit. Tjugo timmar tog det, stundtals bröt hon ihop, grät en skvätt, insåg att hon nog måste äta, och fortsatte, trots en ond tå som visade sig vara bruten.

– Det är så det är att ultralöpa. Ett äventyr!

Som att stå mitt i natten, på ett kalhygge, med pannlampa och måne som enda belysning och leta efter en sjö som skulle finnas där. Då gäller det att lösa situationen.

– För mig är det som en lustfylld lek.

Maten är som hemma: kaffe, äggmacka, äppelklyftor och så saltpåsar från korvmöjen.

– Inga salttabletter eller gels, det ska vara mat kroppen är van vid.

Men specialsydd löparklännig bär

hon, och ritade den på en servett till sin ultralöparkompis som är skräddare. På vintern blir det snöskor.

– Och barfota, fötterna lär sig att värmereglera.

Några redskap från psykologin tar hon inte med.

– Jag är inte psykolog när jag springer, bara människa, eller nästan som ett djur.

Däremot har ultralöpningen gjort henne till en bättre psykolog.

– Jag får inte panik om något skulle vara krångligt, och har lätt att se saker från olika håll. ● Hanna Nolin



»Belöningen i form av värme delas bara ut ibland och på ett oförutsägbart sätt, vilket gör den extra stark.«

MARIA BRAGESJÖ om hur det kan vara att leva med en narcissist (Dagens Nyheter).



BILD MARTIN MAGNÖRN

»Det borde finnas vänskapskurser likaväl som det finns sluta röka-kurser.«

FRIDA BERN ANDERSSON medförfattare till boken *Länge leve vänner* tycker att vänskap är en underprioriterad folkhälsofråga (Sydsvenska Dagbladet).



»Det är ett sätt att medvetet begränsa användningen av psykofarmaka.«

STEPHAN HAU, professor i klinisk psykologi, om att den som behöver terapi i Tyskland erbjuds hundratals timmar betalda av staten (SvD).

MALIN BERGSTRÖM:

»Jag tycker att det skulle vara oetiskt att du medicinerade när dina reaktioner är sunda och mänskliga konsekvenser av stark påfrestning. Därför vill jag inte att du går till doktorn och ser om du uppfyller kriterierna för en depressionsdiagnos. I stället vill jag att din man tar hand om barnen själv regelbundet.«

Malin Bergström svarar »Npf-mamman« som är utmattad och samtidigt inte vill lämna barnen ensamma med pappan (Vi Föräldrar).

ANNA NORLÉN

MED FLERA:

»Att anknytningsrelationer är etablerade, som i Tims fall, innebär att barnet är psykologiskt beroende av tillgång till sina anknytningspersoner för att hantera skrämmande eller oroande upplevelser. Detta återspeglas bland annat i mycket omfattande stressreaktioner i samband med ofrivilliga, långvariga separationer från anknytningspersonerna.«

Anna Norlén och ytterligare femton psykologer/forskare i psykologi kritiserar Migrationsverkets beslut att utvisa en treåring (SvD).



JOHANNA MÄHLER:

»Det är elever som kan bli utmärkta kockar, sjuksköterskor, behandlingsassistenter, bildlärare, idrottslärare, poliser eller skötare.«

Johanna Mähler kritiserar antagningskraven som hindrar ungdomar från att komma in på gymnasiet (Sundsvalls Tidning).

Var med och gör skillnad!

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.

Vi letar nu efter psykologer som vill vara med och bygga upp framtidens vård, där det digitala möter det fysiska, på våra nystartade vårdcentraler i Stockholm. Vårdcentralerna ligger i Gallerian på Hamngatan och i Sickla köp kvarter.

Självklart är du också välkommen att höra av dig om du sitter i andra delar av Sverige och vill arbeta digitalt för oss!

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. Som ett led i att fortsätta bygga upp en vård med tydligt patientfokus har vi öppnat upp flera vårdcentraler runt om i landet.

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 Sofia Staaf

Mail: sofia.staaf@kry.se

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



kry

Snedrekryterade drömstudenter

Något fler med utländsk bakgrund och en lite jämnare könsfördelning, visar Psykologtidningens kartläggning av psykologstudenterna.

– Men fortfarande är den typiska studenten en ung, vit och duktig kvinna, säger Anna Stigsdotter Neely, programledare för psykologprogrammet i Karlstad.

Text: Maria Jernberg

Snedrekryteringen till psykologprogrammet fortsätter. Av höstens nybörjare är 65 procent kvinnor. De senaste siffrorna över antalet med utländsk bakgrund visar att gruppen utgör 14 procent av de antagna, vilket är betydligt lägre än snittet för yrkesexamensprogram. Trögt framåt är det också ur ett klassperspektiv.

– Det är en ovanligt stor andel som har högskoleutbildade föräldrar, 60 procent har föräldrar med minst treårig eftergymnasial utbildning, säger Helen Dryler på Universitetskanslersämbetet.

För nybörjare till samtliga yrkesexamensprogram är siffran 40 procent.

Anna Stigsdotter Neely, programledare för psykologprogrammet i Karlstad, säger att den bristande pluralismen är olycklig både för hur utbildningen gestaltar sig och för kåren i stort.

– Vi mister dimensioner för att förstå och sätta oss in i andras verklighet. En hel del forskning pekar också på hur gruppens sammanställning gynnas av mångfald.

I Göteborg har studierektor

Jeremy Ray lagt märke till att de med utländskt efternamn ändå blir några fler för varje år.

– Men vi behöver nå en kritisk massa innan det ger avtryck i diskussionerna. Dessutom tappar vi oftare de studenter som inte kommer från svenska medelklasshem.

Hos de tillfrågade studieorterna pågår inget aktivt arbete för att minska snedrekryteringen.

– Men en sån sak som att ta in en större andel på högskoleprovet kan nog öka spridningen, säger Joakim Norberg, programansvarig i Örebro.

Åldersfördelningen skiljer sig mellan studieorterna, men många kommer direkt från gymnasiet. Anna Stigsdotter Neely och Jeremy Ray saknar kravet på ett års arbetslivserfarenhet.

– Att ha fler upplevelser med sig in i utbildningen tillför något viktigt, säger Jeremy Ray.

Till höstterminen är antagningspoängen 21,36. A i alla ämnen plus meritpoäng krävs.



ANNA
STIGSDOTTER
NEELY

» Vi mister dimensioner för att förstå och sätta oss in i andras verklighet.«

– Det positiva är att vi får studenter som är tacksamma och vana att ta ansvar. Om vi säger »det här kan vara bra om ni tittar lite mer på«, då har de till nästa gång lärt sig det och mer därtill. Baksidan är att man nog inte behöver ha så höga betyg för att lyckas som psykolog.

Från fler håll lovsjungs psykologstudenterna och deras förmågor.

– Det är en härlig grupp vi fått – nyfikna, engagerade, begåvade och kompetenta. Därtill är de insatta och ställer bra frågor, säger Joakim Norberg.

Det låter ju som drömstudenter?

– Ja, de är drömstudenter!

Jeremy Ray ger en liknande beskrivning av sin nya klass – intresserade och på hugget.

– Numera är det den typiska psykologklassen.

Och medaljens baksida med så duktiga blivande psykologer?

– Nä, det skulle jag inte säga finns någon. De är också empatiska, har en acceptans för olikheter och en god människosyn, svarar Joakim Norberg. ●

»Jag tänker att det är ett sånt yrke som håller hela livet.«

Nybörjarna på Stockholms universitet | 1. Hur bestämde du dig för att bli psykolog? 2. Om tio år, vad gör du då?



NAOMI CARTER, 27 ÅR

1. Det är det enda jag har varit intresserad av hela mitt liv, som konstant verkar kul. Att förstå varför jag och andra gör som vi gör.
2. Supersvårt att svara på, men gärna forska, kanske arbeta med terapi - för det är roligt att reda ut, »nu har ni hamnat här«.



FRIDA KNAPE, 38 ÅR

1. En begynnande 40-årskris. Jag har jobbat som journalist i 15 år, nu chansar jag och tar en ny väg i livet.
2. Då har jag ett rum här på Kungsholmen där jag bor. Folk kommer till mig i par eller med egna livsproblem. Mina barn springer förbi på gatan och hejar.



KLARA FJELLSTRÖM, 28 ÅR

1. Jag har sysslat med musik efter gymnasiet, psykolog har legat och mognat lite. Jag tänker att det är ett sånt yrke som håller hela livet.
2. Vet faktiskt inte alls. Men ett jobb där jag blir stimulerad och får hjälpa människor.



FREDERIK WITTE, 38 ÅR

1. Jag är dataanalytiker och samarbetar med psykologer för att kunna tolka data. Nu vill jag kunna tolka själv.
2. Då hoppas jag ha en positiv inverkan på någons liv. Jag kommer att ha en hel arsenal av verktyg jag kan använda.



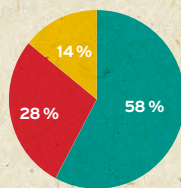
JEREMIAS RUBIO, 20 ÅR

1. I trean på gymnasiet kom jag på det här yrket, det är jätteintressant, det enda jag kan tänka mig.
2. Jag tror att jag har startat en egen klinik.

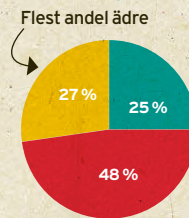
21,36

Antagningspoäng ht 2021.

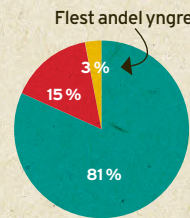
Åldersfördelning, antagna, ht 2021



Samtliga universitet



Stockholms universitet



Uppsala universitet

FLEST FÖRSTAHANDSSÖKANDE

1. Göteborg 2. Lund 3. Stockholm 4. Uppsala
5. Karolinska institutet 6. Linköping 7. Umeå 8. Örebro 9. Linnéuniversitetet 10. Mittuniversitetet
11. Karlstad, 12. Umeå - inriktning idrott

Antagna till psykologprogrammet



Utländsk bakgrund
(Snitt för samtliga nybörjare i yrkesexamenprogram 27,1 procent.)



Föräldrar med minst treårig eftergymnasial utbildning.



Kön, andel kvinnor
(Av de som sökte till högskolan totalt sett ht 2021, var 62 procent kvinnor.)

14 711

Antal sökande till psykologprogrammet ht 2021.

STOR VARIATION MELLAN UNIVERSITETEN AVSEENDE KÖN, HT 2021.

Andel kvinnor, Karlstad:

80%

Andel kvinnor, Karolinska institutet:

59%

Källor: SCB, UKÄ och UHR

BILD ISTOCKPHOTO



BILD SHUTTERSTOCK

Psykologer startar psykedeliska retreatar

En nybildad psykologmottagning i Stockholm startar psykedeliska retreatar i Holland.

– Vi hoppas på en bra diskussion om de etiska och juridiska aspekterna av verksamheten, säger psykologerna Filip Bromberg och Johan Eriksson.

Text: Lennart Kriisa

De fyra psykologerna på mottagningen Nysnö i Stockholm ligger i startgroparna för att arrangera retreats i Holland. Där är många av de psykedeliska substanserna förbjudna, men psilocybin i tryfflar är tillåten. De kan köpas i så kallade Smart shops och används på retreatar där deltagarna får uppleva de hallucinogena effekterna.

– Utmanande upplevelser i form av till exempel ångest eller rädsla är vanliga och en naturlig del av processen, men behöver bemötas och följas upp på rätt sätt av tränad personal, säger Johan Eriksson



FILIP BROMBERG

och Filip Bromberg, som även är generalsekreterare i Nätverket för psykedelisk vetenskap.

Samtidigt betonar de att verksamheten inte handlar om psykologisk behandling utan om personlig utveckling, ett »sjäsligt och psykologiskt utforskande i våra deltagares strävan efter ett mer autentiskt liv», skriver de på hemsidan.

– Vi kommer att använda oss av ett noggrant screeningförfarande för att sälla bort personer i behov av psykologisk behandling. Personer med sårbarhet för psykos

kommer att exkluderas, säger Filip Bromberg och Johan Eriksson till Psykologtidningen.

Patrik Lind, ordförande för Etikrådet, påminner om att psykologer inte har med sig någon kunskap om kemiska substanser från grundutbildningen.

– Så det ställer förstås krav på din professionalitet i hur du förhåller dig till gränserna för din egen kompetens. Detta gäller förstås hela tiden när du arbetar som psykolog, och då särskilt när metoder är utforskade eller i sin linda, säger han.

Kristina Taylor, Psykologförbundets ordförande, säger att hon inte vill moralisera samtidigt som gränsen alltid är fin mellan »lovande resultat» och »bristande evidens».

– Förbundets yrkesetiska principer handlar om att använda beforskade och säkra metoder, men också att utgå från klientens specifika situation och utifrån befintlig kunskap våga utforska det hittills okända som skulle kunna komma människor till gagn.

Är det acceptabelt att psykologer förser klienter med substanser som är narkotikaklassade i Sverige?

– Ja, under förutsättning att psykologen följer lagar, EBPP och våra yrkesetiska principer. Dessutom beskriver de tydligt på sin hemsida vad de erbjuder för slags tjänster och vad de inte erbjuder, och det är en helt privatfinansierad verksamhet, säger Kristina Taylor.

Per Carlbring, professor i klinisk psykologi och medlem i Nätverket för psykedelisk vetenskap, har hört talas om planerna på retreatar i Holland.

– Som jag uppfattat verksamheten är det inte tal om behandling av psykisk ohälsa, utan snarare ett sjäsligt och psykologiskt utforskande hos personer som jag gissar är väl screenade. Hur effektivt detta verkligen är känner jag inte till. Men visst stöd verkar finnas, säger han. ●

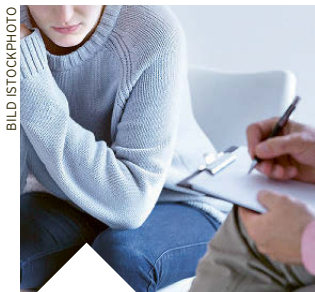


BILD ISTOCKPHOTO

ACT Sjukskrivningar minskade efter utbildning

När primärvårdspersonal utbildades i terapimetoden ACT (Acceptance and Commitment Therapy) minskade sjukskrivningarna kraftigt. Studien, som publicerats i den vetenskapliga tidskriften BMC Family Practice, har letts av forskare från Linköpings universitet.

Vid fem vårdcentraler i Region Kalmar fick personal kontinuerlig utbildning i hur de ska förhålla sig till sina patienter med hjälp av ACT.

Jämförande studier gjordes på fem vårdcentraler i Region Jönköping där ingen ACT-utbildning hölls. Resultaten visar att medan sjukskrivningarna minskade med 21 procent i Kalmar så skedde ingen förändring alls i Jönköping.

»Ingen annan psykologisk intervention har visat en så här stor minskning av antalet sjukskrivningar«, kommenterar Fredrik Nyström, professor vid Linköpings universitet och vetenskaplig ledare för studien, resultaten. /PÖ

Ungas spelvanor Föräldrarnas roll kartläggs

Hur påverkar föräldrars spelvanor om pengar deras barn och barnens egna spelvanor, och vilken syn har föräldrar på unga och spel? Det vill Folkhälsomyndigheten nu ta reda på och skickar i dagarna därför ut

en enkät till 20 000 slumpvis utvalda personer. Halva urvalet, 5 000 vuxna och 5 000 barn, kommer att vara matchade förälder och minst ett av föräldrarnas barn i åldern 16-19 år.

Det saknas i dag svenska data och studier på befolkningsnivå om föräldrars roll för ungas spelvanor. Även om enkäten främst handlar om spel om pengar, så inkluderas även frågor om relationen mellan unga och föräldrar, dataspel, skola, liksom frågor om hälsa, alkoholkonsumtion och ekonomi.

Resultaten kommer att redovisas i till regeringen i slutet av februari 2022. /PÖ

Distansundervisning Studenterna höll måttet

Studenter vid Umeå universitet presterade minst lika bra under pandemins distansundervisning som före pandemin. Det visar en ny övergripande analys över studieresultat. För att kunna jämföra resultat och betyg på kurser före och under pandemin användes data från studiedokumentationsregistret Ladok.

Den genomsnittliga prestationsgraden för alla kurser på grundnivå och avancerad nivå, det vill säga hur stor andel studenter som minst fått godkänt betyg på respektive kurs, var till och med högre höstterminen 2020 jämfört med de tre föregående höstterminerna. En orsak kan vara att tidigare studenter passat på att avsluta sina kurser i större utsträckning under pandemin.

Analysen säger inget om hur studenterna själva upplever studiesituationen eller hur mycket de faktiskt lär sig. /PÖ



FREDRIK
NYSTRÖM



BILD ISTOCKPHOTO



FRÅGOR TILL HELENA CLOODT

Initiativtagare till Psykologer åker båt, ett arrangemang där psykologer umgås på en kryssning och lyssnar till föreläsningar. Till vardags arbetar hon heltid på Cereb.

Hur gick årets arrangemang?

– Jag är jättenöjd och glad över att det gick vägen. Det var fjärde omgången och det mesta flyter på rätt bra utan att man behöver tänka så mycket. Vi var runt 130 deltagare i år.

Varför startade du detta arrangemang?

– Jag gillar att ha sidoprojekt att pyssla med på fritiden och göra konkreta saker. Att ägna mig åt att arrangera Psykologer åker båt är något jag kan göra på kvällstid i stället för att spela mobilspel eller se på tv. Jag sköter allt via Facebook och mejl. Det började med en diskussion i Psykologer på FB för flera år sedan men rann ut i sanden. Men sen var jag hemma och var föräldraledig och hade tid över och tänkte »det är väl enklast om jag gör detta på egen hand så blir det av«.

Hur väljer du ut vilka som ska föreläsa?

– Jag utgår från mitt nätverk och försöker ha koll på vad som är nytt i vår värld. Har någon skrivit en spännande bok? Finns det någon intressant forskning som man vill höra mer om? Vi är en så otroligt bred yrkesgrupp och jag gillar mixen av seriöst och trams, att det ska bli ett litet smörgåsbord av korta föreläsningar med stor bredd och variation. Jag frågar och kontakter föreläsare via sociala medier, och får ofta tips i fb-gruppen om vad resenärer skulle vilja höra för föreläsningar. Vissa har också kontaktat mig och pitchat in förslag. Men min kaptenshatt på hyllan ett tag, fokuserar på annat och sen kör jag igång planeringen igen nästa år. ● Lennart Kriisa

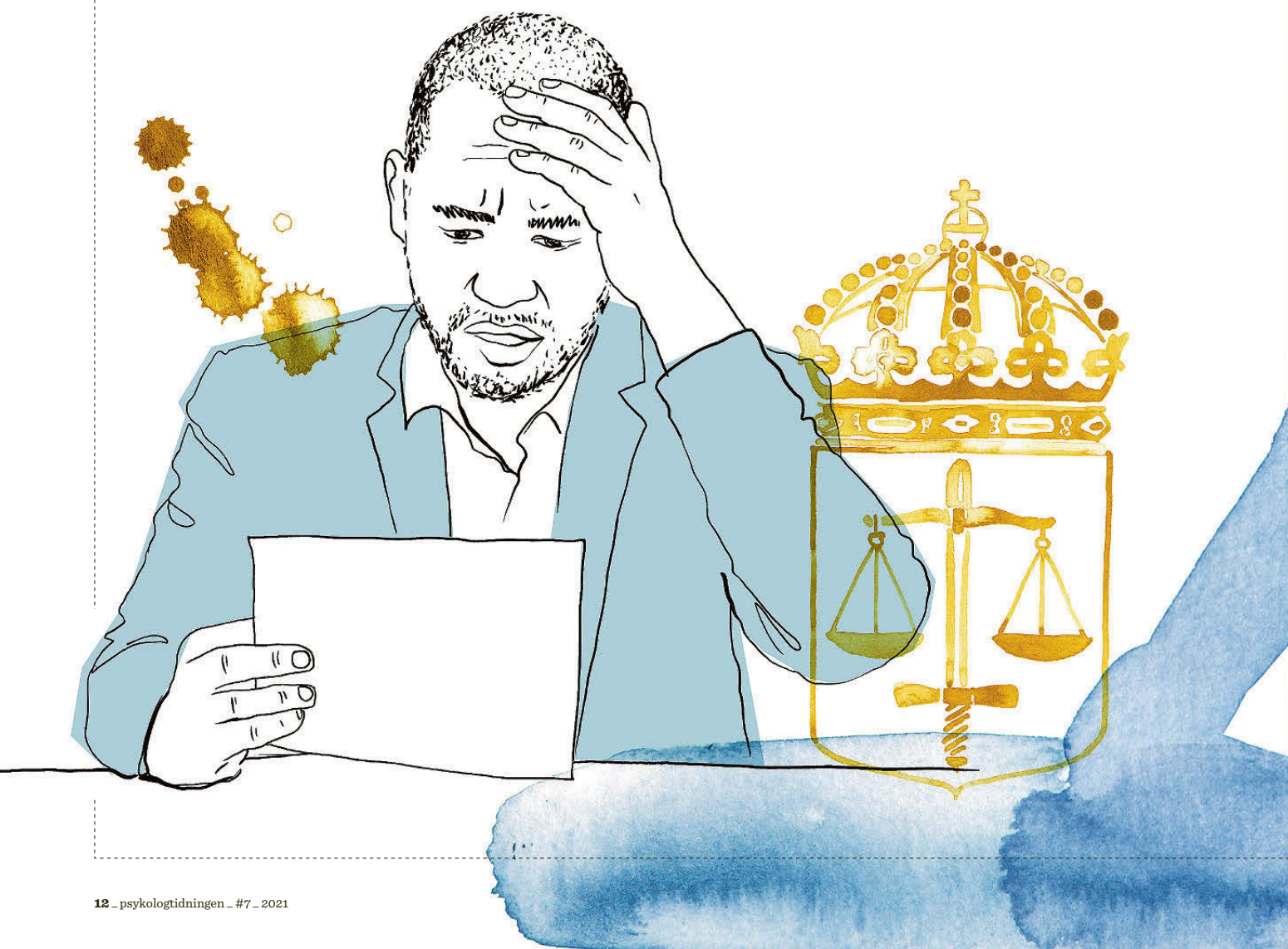
3 370

Antalet legitimerade psykoterapeuter, som fortsätter att bli allt färre. För fem år sedan var antalet 3700.

TEMA Psykoologen i

Psykoologer som vittnar eller är sakkunniga i rätten ska navigera i ett komplicerat system av sekretessregler och objektivitetskrav. Fallgroparna är många. Kritik mot bristande riktlinjer har nu lett till att Psykologförbundet ser över rådgivningen.

Texter: Peter Örn Illustration: Linnea Blixt



rätten



»Många överskattar sitt inflytande«

I Sverige kan vilken psykolog som helst agera som sakkunnig i rätten.

Pär Anders Granhag, professor i psykologi, är kritisk.

– En del missuppfattar sin roll.

Pär Anders Granhag, professor i psykologi och rättspsykologiforskare vid Göteborgs universitet, har lång erfarenhet av sakkunniguppdrag i Sverige och utomlands. Utifrån sina subjektiva upplevelser pekar han på en rad fallgropar som återkommer när psykologer agerar som sakkunniga i domstolar.

– Dels detta med att acceptera uppdrag som sakkunnig utan att ha tillräcklig kompetens. Men också att psykologer tar upp saker i utlåtanden som ligger utanför uppdraget, såsom att uttala sig om klienters trovärdighet och utsagors tillförlitlighet. Att man börjar slira i sitt uppdrag.

Hur ofta psykologer utan tillräcklig kompetens accepterar uppdrag som sakkunniga vet ingen. Sådan forskning saknas. Det gäller även huruvida antalet psykologer i rätten har ökat eller minskat, eller vilka genomslag psykologiska utlåtanden får.

Enligt Pär Anders Granhag händer det att sakkunniga tror att de ska uttala sig i skuldfrågan.

– Då har man verkligen missuppfattat sin roll. I brottmål har jag också flera gånger sett att den sakkunnige tror att den har ett starkare inflytande på utfallet i en rättsprocess än vad som är fallet. Det är bara ett bevis bland andra bevis.

Alla parter i en rättegång kan åberopa all den bevisning som finns att tillgå, det som kallas fri bevisföring. I det ingår ibland sakkunniga. Psykologer kan även kallas som vittnen så länge sekretess inte utgör ett hinder, vittnesplikten gäller alla, och det finns därför en rad rättsliga sammanhang då psykologer kan bli en aktör vid tvistemål och brottmål.

I Sverige kan i stort sett vilken psykolog som helst kallas som

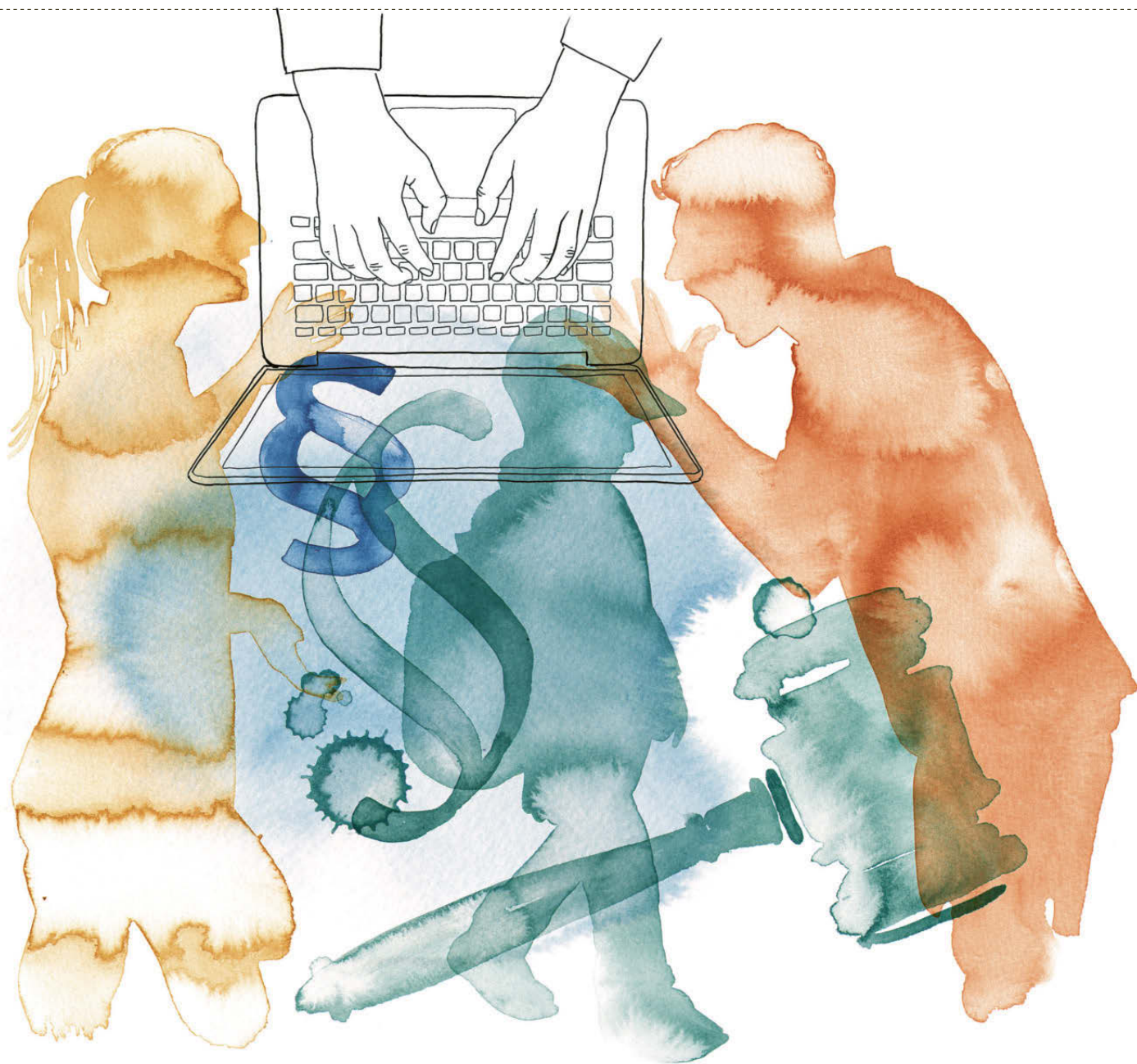
sakkunnig och förväntas därigenom vara språkrör för vad psykologisk forskning säger. I det avseendet har vissa andra länder sprungit ifrån Sverige, berättar Pär Anders Granhag.

– I till exempel Nederländerna har man ett system med ackrediterade psykologer som sakkunniga. De får själva ansöka och sedan bedömas och godkännas av en internationell panel. Systemet kallas Netherlands register of court experts, NRGD. Det är ett bra system, man håller koll på att de sakkunniga är uppdaterade med forskningen och att de även kan författa bra utlåtanden, säger Pär Anders Granhag som själv ingår i den internationella panelen.

I Norge finns en rättsmedicinsk kommission som kvalitetsbedömer sakkunnigas yttranden, och även psykologiska, innan de sänds till uppdragsgivaren. Kommissionen för även ett register över sakkunniga.

– Kommissionen är en kontrollinstans både för att yttrandet håller en hög vetenskaplig kvalitet och för

» I Nederländerna har man ett system med ackrediterade psykologer som sakkunniga.«



att den sakkunnige hållit sig till sitt uppdrag.

I Finland finns sedan ett par år en specialiseringsutbildning på 30 högskolepoäng i rättspsykologi och som det finska psykologförbundet rekommenderar alla, som i sin yrkesroll kan komma att agera som sakkunniga i rätten, ska genomgå. Utbildningen drivs genom ett samarbete mellan en rad finska universitet med Åbo Akademi som koordinerande universitet. Koordinator för utbildningen är rättspsy-

kologen Julia Korkman, adjungerad professor vid Helsingfors universitet och Åbo Akademi.

– I utbildningen är uppdraget som sakkunnig en viktig komponent. Beroende på vilken inriktning man har, till exempel rättspsykiatriska undersökningar, farlighetsbedömningar eller utredningar av misstänkta sexuella övergrepp på barn, så vittnar man främst i sådana frågor. Utbildningen är mycket populär, säger hon.

Det har kommit förfrågningar



Pär Anders Granhags råd till psykologer som kallas som sakkunniga

- Formulera själv de frågeställningar du har kompetens att uttala dig om.
- Svara inte på frågor under förhöret som ligger utanför ditt skrivna yttrande.
- Låt dig inte styras av den part som anlitat dig även om dina slutsatser inte talar till den partens fördel.

från Sverige om att öppna utbildningen även för svenska psykologer, berättar Julia Korkman.

– Det har gjort att vi börjat fundera att arrangera en specialiseringskurs i Sverige, i samarbete med svenska kollegor. De svenska och finska rättssystemen är ju i grunden lika varandra.

Liksom Pär Anders Granhag pekar Julia Korkman på riskerna att ta på sig uppdrag som sakkunnig utan att ha rätt kompetens.

– Det är svårare än vad det låter. Du kanske är en auktoritet på området, har lång erfarenhet av yrket och även bedrivit egen forskning men för ganska länge sedan och inte följt med i forskningsutvecklingen. Det är nog ganska lätt att bli lite förblindad av någon sorts stjärnroll, det är mänskligt men kan också vara väldigt skadligt, säger hon.

Kombineras ett muntligt utlåtande som sakkunnig med ett skriftligt kan det skriftliga utlåtandet verifiera att det som framförs verkligen har ett bra vetenskapligt stöd, menar Julia Korkman.

– Det ger en möjlighet att skärskåda det du uppger för rätten. Be en kollega att vara djävulens advokat och kritiskt bedöma det du skrivit. Har man kollegor som vågar ta den rollen så ska man vara mycket tacksam, säger hon.

Även om man anlitats som partssakkunnig kvarstår kravet på objektivitet och vetenskaplighet,



Julia Korkmans råd till psykologer som kallas som sakkunniga

- Se till att få tillgång till allt relevant material och var tydlig med vilket material du eventuellt inte haft tillgång till.
- Utgå ifrån ett hypotes-testande arbetssätt då du analyserar materialet.
- Var tydlig med vad det är du faktiskt ska bedöma.
- Be en kollega vara djävulens advokat och läsa ditt utlåtande med kritiska ögon.
- Se det skrivna utlåtandet som en möjlighet att verifiera att innehållet har ett bra vetenskapligt stöd.

och när det brister handlar det som regel om en upplevd press från den part som anlitat psykologen, förklarar Pär Anders Granhag.

– Det måste vara tydligt vilka frågor du ska uttala dig om, men är man ovan är det lätt att även uttala sig om sådant man inte har tillräcklig kompetens för eller som ligger utanför ditt uppdrag. Det har hänt att jag själv som sakkunnig fått frågor om jag kan lägga till annat än det som varit mitt uppdrag. Då måste man stå på sig och säga nej, säger Pär Anders Granhag.

Men att läsa sig vid särskilda kompetenskrav för att vara sakkunnig är svårt, anser både Pär Anders Granhag och Julia Korkman.

– En psykolog som arbetar kliniskt men inte forskar kan ju ändå vittna om till exempel en klients mående, men då måste både rätten och psykologen vara

medvetna om att det är en subjektiv och klinisk bedömning, säger Julia Korkman.

– Handlar det om till exempel ett vittnesförhör tillförlitlighet måste det absolut vara vetenskapligt förankrat och den sakkunnige vetenskapligt tränad.

Pär Anders Granhag pekar på fördelen med att som forskare kunna värdera vetenskapliga källor när ett utlåtande ska skrivas till rätten.

– Ofta blir man tillsänd hela förundersökningen och då måste man fundera över vilken forskning man ska vända sig till. Men samtidigt innebär en doktorsgrad att du förmodligen har hög kompetens i en smal strimma inom psykologin och vissa accepterar uppdrag som ligger utanför sitt kompetensområde.

Eftersom det saknas forskning på området finns det ingen kunskap om vilken kvalitet det är på psykologiska utlåtanden till rätten.

– En doktorsexamen innebär inte att du alltid är lämplig för att skriva ett visst utlåtande. Jag tycker att man åtminstone borde införa någon sorts bedömning av utlåtanden, ungefär som i Norge, säger Pär Anders Granhag.

År 2020 blev Julia Korkman vald till ordförande i European Association of Psychology and Law och hon är även ledamot i Nordic Network of Research in Psychology and Law. ●

Olika typer av sakkunniga

Det finns två typer av sakkunniga: domstolssakkunniga, som får sitt uppdrag av domstolen och är rättsens biträde, samt partssakkunniga som anlitas av den ena parten i målet. Kraven på objektivitet och ojävighet är enligt rättegångsbalken högre på domstolssakkunniga än på partssakkunniga.

I litteraturen rekommenderas att en terapeut inte bör ta på sig ett rättsligt utredningsuppdrag gällande sina patienter, eftersom terapeuten i sådana sammanhang kan betraktas som jävig. En terapeut kan däremot bli kallad som vittne.

Skillnaden mellan ett vittne och en sakkunnig är att vittnet ska redogöra för sina iakttagelser som kan ha betydelse ur bevisynpunkt medan en sakkunnig kallas in på grund av sina specialkunskaper.

Källa: Handbok i rättspsykologi, 2021.



»Allt du säger kan användas i egna syften«

Som psykolog och vittne är det inte självklart att vara öppen med sekretesskyddade uppgifter – trots att sekretessen har hävts.
– Du måste få klart för dig vad uppgifterna ska användas till, säger psykologen Moa Mannheimer.

När en psykolog kallas som vittne uppstår en rad dilemman, inte minst rörande sekretessen i förhållande till patienten. Att vara helt öppen med sekretesskyddade uppgifter, bara för att en målsägare har hävt sekretessen, är långt ifrån självklart, anser Moa Mannheimer.

– Psykologen måste ändå menpröva uppgifterna. Det är viktigt att ha en dialog med den som efterfrågar uppgifterna för att få klart för sig vad de ska användas till, vad som är förhörstemat. I vissa fall bör man maskera delar av journalanteckningarna som inte är relevanta.

Samma typ av professionalism som psykologen använder vid andra typer av bedömningar, exempelvis vid en neuropsykiatrisk utredning, bör användas i rollen som sakkunnig i rätten, menar Moa Mannheimer. Det handlar inte om att bara leverera det önskade till den part som anlitat psykologen.

Själv har Moa Mannheimer efter många års erfarenhet i rättsliga sammanhang lärt sig att vara mer noggrann med hur hon svarar på frågor och mer tydlig med vad hon kan och inte kan uttala sig om. Och

hon har förstått att det hon säger hanteras mycket olika.

– Vissa domslut lägger ingen vikt alls vid det, det ser jag när jag begär ut domar vilket jag numera nästa alltid gör. Att se domarna har lärt mig förstå i vilket sammanhang det jag berättar om verkar i och är något jag rekommenderar alla psykologer som agerar sakkunniga att göra, säger hon.

Erfarenheten till trots, är uppdrag som sakkunnig är fortfarande en utmaning berättar Moa Mannheimer. Förväntningarna är höga och det är ett skarpt läge som inte ger en andra chans.

– Att befinna sig i rätten är att vara i ett väldigt speciellt sammanhang. Det du säger spelar en stor roll för alla inblandade och även om jag är rutinerad och inte särskilt blyg av mig så är det få sammanhang där jag är så nervös som i rätten.

Inom psykologkåren finns ett motstånd mot att ta på sig uppdrag som sakkunnig i rättsliga sammanhang, enligt Moa Mannheimer. Dels är det ett juridiskt svårt område att agera i, dels handlar det som regel om mycket känsliga ärenden.

– Under den tid då jag var chef på Bup uppstod ofta frågor kring



MOA
MANNHEIMER

sekretess som sakkunnig eller vittne och som även landstingsjurister hade svårt att svara på. De kan förvaltningsjuridik och inte nödvändigtvis den straffrättsliga processen så väl, säger hon.

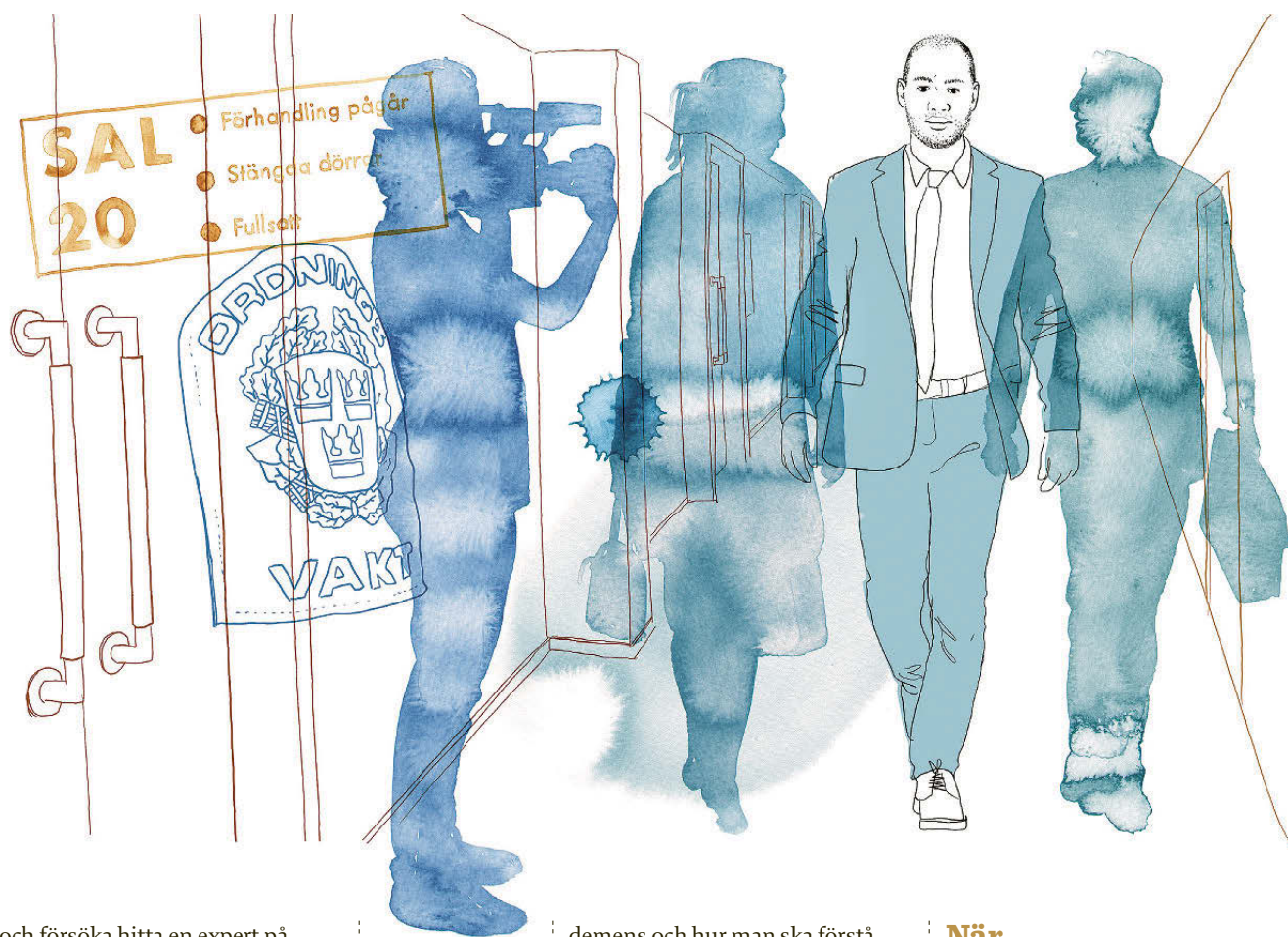
I dag arbetar Moa Mannheimer med dödsfallsutredningar på Socialstyrelsen. Hon var tidigare chef på det nationella centrumet Barnafrid i Linköping och har även en bakgrund som chef inom Bup.

– Det händer att jag tackar nej till ett sakkunniguppdrag när jag upplever att jag inte har en expertis som kan bistå med något till rättsystemet, säger hon.

Problemet för rätten att hitta sakkunniga var något som Åklagarmyndigheten lyfte hos Barnafrid under den tid Moa Mannheimer arbetade där.

– Det saknas en formaliserad väg för det. Åklagare, ombud eller försvarsadvokater får ringa runt

»Även om jag är rutinerad och inte särskilt blyg av mig så är det få sammanhang där jag är så nervös som i rätten.«



och försöka hitta en expert på området och det är ett ganska vanskligt system. Många psykologer känner att det inte ligger i ens uppdrag och det är ofta tidskrävande, säger Moa Mannheimer.

Det kan räcka med att man är en duktig kliniker för att kunna agera som sakkunnig, anser Moa Mannheimer. Men man måste vara tydlig med vad man kan och vilka ens begränsningar är.

– Nu när jag själv arbetar med frågor om dödligt våld kan det för min del handla om att presentera aktuell kunskap om till exempel psykisk sjukdom, eller kognitiva svårigheter vid begynnande

»Du vet inte heller när i processen du kommer in, kanske dag ett, tre eller dag fem.«

demens och hur man ska förstå den utifrån att ta ansvar och förstå konsekvenser av ens handlingar. En duktig kliniker är som regel även ganska insatt i det aktuella forskningsläget, säger hon.

Bland de största svårigheterna som sakkunnig är att man inte äger processen, menar Moa Mannheimer. Det gör domstolen.

– Alla parter har rätt att höra dig vilket naturligtvis är bra, men allt du säger granskas utifrån alla aspekter och parterna kan använda det utifrån sina respektive syften. Du vet inte heller när i processen du kommer in, kanske dag ett, tre eller dag fem, och kanske någon part särskilt vill lyfta något som man själv inte styr över. Det kan kännas som om man vill få dig att säga något särskilt och själv vet du inte om det verkligen blir det bästa för de inblandade parterna, säger hon. ●

När sekretessen bryts

Vid brottmål är man är skyldig att vittna trots sekretess och frågeförbud (förbud att ställa frågor om uppgifter som skyddas av sekretess) om minimistraflet är ett års fängelse eller försök till brott där minimistraflet är två års fängelse, eller om brottet riktas mot någon under 18 år och brottet avser något av de brott som räknas upp i 3, 4 och 6 kap brottsbalken (brott mot liv och hälsa, brott mot frihet och frid samt sexualbrott).

Patienter förfogar över sin egen sekretess och som målsägare i en rättsprocess kan patienten häva sekretessen. Vid vårdnadstvister är det vårdnadshavarna som måste samtycka till att sekretessuppgifter om barnet hävs. I vissa fall förordnar domstolen en ensam interimistisk vårdnadshavare under processens gång och då räcker det med dennes samtycke.

Kritik mot bristande stöd leder till översyn

En sakkunnig är den enda experten i rummet och ska förhålla sig opartisk. Men det vanligaste klagomålet till Etikrådet handlar om missnöje med hur psykologen agerat.

– Psykologen kan vara mycket engagerad i ärendet, säger Patrik Lind.

Att uppdraget som sakkunnig eller vittne inte är enkelt vittnar klagomålen till Etikrådet om. Det är det enskilt vanligaste temat bland klagomålen och ofta rör det vårdnadstvister då psykologen inte inhämtat samtycke från båda vårdnadshavarna om att häva sekretessbelagd information. Anmälaren är som regel den vårdnadshavare som inte tillfrågats.

– Ur etisk synvinkel kan det handla om synen på det utvidgade klientbegreppet; det vill säga andra som kan påverkas av den psykologiska insatsen, såsom syskon eller den andre vårdnadshavaren och yrkesetiskt också i någon mån psykologens klienter, säger Etikrådets ordförande Patrik Lind.

Det händer att Etikrådet och den anmälda psykologen har olika syn på klientbegreppet, berättar Patrik Lind.

– Psykologen är kanske mycket engagerad i ärendet och den egna moralen har sagt att hen var tvungen att agera på ett visst sätt. Då kan Etikrådet, efter kanske två-tre samtal med psykologen, bara konstatera att så är fallet. Någon påföljd blir det inte.

Minst ett par gånger per månad får Psykologförbundets jurist Nils Erik Solberg frågor från psykologer

» Även om man anlitats av en part bör man alltid förhålla sig objektiv.«

som ska vara sakkunniga eller vittnen i rätten. Som regel handlar det om brottmål eller vårdnadstvister.

– Även om man anlitats av en part bör man alltid förhålla sig objektiv och opartisk som sakkunnig, du är den ende experten i rummet. Men man kan alltid göra en felaktig bedömning och det kan man som partssakkunnig inte bestraffas för, säger Nils Erik Solberg.

Som vittne kan psykologen alltid berätta om sakomständigheter om sekretessen är hävd, till exempel att ett barn berättat att det helst vill bo hos en av föräldrarna eller vad en kvinna under terapi berättat om gällande ett övergrepp.

– Men säger psykologen något



PATRIK LIND



NILS ERIK SOLBERG

om sannolikheten för att händelsen verkligen inträffat går man för långt, då tar psykologen för mycket ansvar för utgången i målet, säger Nils Erik Solberg.

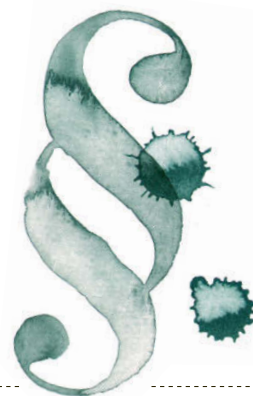
Däremot kan psykologen uttala sig i generella termer om sannolikheten att klientens psykiska tillstånd kan vara kopplat till exempelvis ett trauma, utifrån vetenskap.

– Sanningshalten i klientens uttalanden är dock alltid en sak för rätten att bedöma.

I en motion till förbunds-kongressen 2020 uppmanades Psykologförbundet att bland annat ta fram riktlinjer och rekommendationer till stöd för psykologer i juridiska processer. Nu pågår ett arbete för att se över om Psykologförbundets rådgivning kan förbättras för att tillmötesgå motionärernas önskemål. ●

Lathund för utlåtanden

Partssakkunniga i rätten kan komplettera ett muntligt utlåtande med ett skriftligt, även om det inte är något krav. Både muntliga och skriftliga utlåtanden ska uppfylla kraven i Socialstyrelsens föreskrifter om intyg, som riktar sig till all personal inom hälso- och sjukvården, gällande bland annat objektivitet och jävsförhållanden.



»Jag säger ofta knulla, kuk och röv, men många andra psykologer vill använda helt andra ord. När jag gick i terapi envisades min psykolog med att kalla sex för att ha närhet.«

Text: Anna Wahlgren Bild: Elisabeth Ohlson Wallin

Psykologsveriges Rihanna står det i Tanja Suhininas twitterprofil. I jämförelse med duk-tiga Beyoncé framstår Rihanna som slarvig, samtidigt är det uppenbart att det finns så mycket kompetens bakom den röriga ytan, menar Tanja.

– Jag hämtar inspiration i det där kraftdjuret, i att både vara en sexuell varelse, och en jättekompetent yrkesperson.

Tanja har alltid gått sin egen väg. Ta bara hur hon tog sig in på psykologprogrammet. Hon hade skrivit 2,0 på högskoleprovet, men behövde ett års arbetslivserfarenhet, det var svårt att få jobb, och Tanja började knega som telefonsexförsäljare. En erfarenhet som hon skrev en bok om, under termin ett på utbildningen.

– Jag pratade och männen runkade. Jag försökte spica upp samtalet, och berättade vad jag hade på mig. Jag var rätt bra, jag tyckte inte att det var särskilt svårt. Jag hade en ung röst, dessutom en brytning. För mig var det ett perfekt jobb. Jag har alltid tyckt att

sex är intressant och jag visste från början att jag som psykolog skulle jobba med sexualitet.

Säger Tanja och skrattar högt. Det gör hon ofta under intervjun. Hon pratar fort och engagerat, rör sig mellan akademiska termer och popkulturella referenser, kryddat med en hel del svordomar.

Tanja lever icke-normativt på mer än ett sätt. Hon är både poly och barnfri. För några år sedan steriliserade hon sig, en erfarenhet som hon skrev en krönika om i tidningen Ottar.

– Att jag har blivit polypspsykologen med hela svenska folket är lite dubbelt. Jag vet att folk tycker att flersamhet är spännande, men för mig är det vardag. Jag lever flersamt, men det är inte viktigt för min identitet. Det är ungefär lika intressant som vad jag ska äta till middag. Jag har också svårt att förstå att man kan ha som identitet att vara barnfri. För mig är det mer: Jag föddes barnfri, sedan fortsatte jag att inte ha barn.

Varför inte ta allt från början? Hur var det med den där brytning-

TANJA SUHININA

ÅLDER: 37 år.

BOR: I lägenhet i Solna i Stockholm.

FAMILJ: Barnfri, dejtär.

YRKE: Legitimerad psykolog och sexolog. Driver mottagningen Eros & Psyke i Gamla stan i Stockholm, skriver och föreläser.

AKTUELL: Med boken *Varför har man sex?*, som ges ut på eget förlag.

en? Jo, Tanja är född i Sovjetunionen. Föräldrarna möttes på högskolan i Leningrad, där båda läste kemi. De blev tidigt föräldrar, när Tanja föddes var de 19 respektive 20 år. De skilde sig några år senare och Tanja flyttade med sin mamma till Lettland, där morföräldrarna fanns.

– Vi är alltså inte letter, utan baltrissar. Jag växte upp i en stad utanför Riga med 20 000 invånare och fem fabriker. I efterhand har jag fått fundera över det faktum att min familj flyttade till Lettland som en del av ockupationen. Vi var ett politiskt maktmedel i och med att man flyttade in högt utbildade ryskspråkiga. Det var morfar som blev kommenderad på sextiotalet.

Pappa då? Jo, han är från Sydryssland, Sotji-trakten, där kosacker är ett koncept på riktigt, enligt Tanja.

– För att vara ett ryskt barn med skilda föräldrar har jag jättemycket kontakt med min pappa. Min pappa har tre barn: jag, som är född 1984, och mina halvsyskon som är födda 1995 och 2013. Han har alltså haft små barn hela livet, självklart ►



»Jag ville ha ett bevis för att sexualitet inte bara är något som jag tycker är skoj, utan att det faktiskt är något som jag kan mycket om.«

med tre olika kvinnor. Jag får ofta frågor om vad min familj i Ryssland tycker om att jag lever icke-normativt, och då är mitt svar att de inte vågar säga ett pip. Min släkt har gift sig, skilt sig och haft otrohetsaffärer hela livet. Mamma gifte sig så småningom med en svensk man, det var så vi hamnade i Sverige.

Tanja ursäktar sig plötsligt, undrar om det blir för mycket information på en gång?

– Jag är väldigt damp. För några år sedan fick jag en adhd-diagnos. När vi läste om adhd på psykologprogrammet blev jag övertygad. Jag var nästan rädd för att jag inte skulle få en diagnos, jag hade redan börjat bygga en identitet kring adhd.

Tanja flyttar med sin mamma till Stockholm och börjar så småningom att läsa teknisk fysik på KTH. Hon inser snart att hon inte är tillräckligt intresserad, och hoppar av. Hon byter bana, och i dag har hon två masters, i psykologi och sexologi.

– När mina svenska kompisar läste strökurser, så ville jag ha en examen. Det där är en invandragrej, man vill ha papper på allt. Och man ska helst läsa något som räknas i hemlandet. Pappa blev så småningom läkare, och det var traumatiskt för honom att jag inte valde samma bana. Först när jag berättade för honom att jag kan jobba inom psykiatri blev jag godkänd: »Aha, så du kan jobba kliniskt, men då är du ju nästan läkare.«

Att komplettera psykologutbildningen med en master i sexologi hade länge varit Tanjas plan, och hon kallade sig inte

3 x Att prata sex med klienten

1) LANDA I ATT SEX FINNS

Acceptera att sexualitet nog är relevant för många av oss psykologer.

2) LÄS PÅ

Det har kommit ut flera bra böcker på svenska de senaste åren, *Sexologi för psykologer och psykoterapeuter*, till exempel. Min nya bok kan också vara en bra utgångspunkt. Den handlar om att förstå motivationen bakom sin egen sexualitet. Med hjälp av ledtrådar och exempel får läsaren stöd i att reflektera över sina drivkrafter.

3) HITTA DITT SÄTT ATT PRATA OM SEX PROFESSIONELLT

Ta inspiration av andra, lyssna på poddar, läs böcker, och hitta dina uttryck för sexpraktik och könsorgan.

sexolog förrän hon faktiskt hade en examen.

– Sexolog är inte en skyddad titel, mina ingenjörskompisar skulle kunna kalla sig sexologer om de vill. Jag ville ha ett bevis för att sexualitet inte bara är något som jag tycker är skoj, utan att det faktiskt är något som jag kan mycket om. Att vara sexolog är en kompetens. När jag pratar om sex låter det kanske enkelt, men det ligger flera hundra högskolepoäng bakom det jag säger.

Men varifrån kommer hennes sextintresse? Tanja skyller delvis på Sovjetunionens upplösning. Då skedde den sexuella revolutionen snabbt, sex gick från att inte få nämnas någonstans, till att det vimlade av annonser med prostituerade i dagstidningarna. Hon växte upp med att läsa ryska Cosmopolitan, en ovanligt bra tjejtidning där kolumner om Pussy Riot blandades med sminktips.

– Jag tror att tidningen lyckades förmedla en peppig bild av sex. Jag har inga negativa erfarenheter av sex, jag har aldrig, varken som barn eller vuxen, varit med om ett övergrepp. Jag var ganska ful som ung, och det var rätt najs. Jag slapp äldre män som raggade på femton-åringar. Jag blommade ut några år efter tjugo, och det tror jag var bra för mig. När jag väl hade sex så var jag taggad.

Inom psykologkåren är kunskapen om sexualitet tyvärr låg och det största problemet är att man inte alltid förstår det, enligt Tanja. Men egentligen är det fullt logiskt. Undervisningen i sexuali-

tet på psykologprogrammet är ju i princip obefintlig. Tanja har räknat ut att hon hade åtta timmars sexualkunskap under det fem år långa psykologprogrammet. Konsekvensen blir att psykologer inte pratar sex med stora patientgrupper som faktiskt skulle behöva det. Hon träffar ofta patienter som har gått i parterapi med en parterapeut som undvikit att prata om sex.

– Men sexualitet är förstås relevant för fler än parterapeuter. En av de mer kända biverkningarna av SSRI är sexuella problem, minskad lust och svårigheter att få orgasm. Men ingen talar om det på riktigt. Det här är en stor, vit elefant i terapidrummet.





»Många psykologer är rädda för att det ska komma upp något som de inte vet hur de ska handskas med.«

Tanja målar upp en standardsituation i vårdsammanhang. Både psykolog och patient väntar på att den andra ska börjar prata om sex. Men ingen kommer till skott och sexsnacket uteblir. Psykologen har förstås ansvaret för situationen, och bör ge patienten tillåtelse, kanske genom att bara säga: »Jag kommer att fråga dig om hur dina bekymmer påverkar viktiga områden som sömn, socialt liv, mat, sex och jobb.«

Varför undviker psykologer att prata om sex? För att de inte lärt sig att de ska göra det, för att de inte vet hur man pratar om sex professionellt, och för att de

tror att deras patientgrupp inte är intresserad, är det korta svaret. Många är dessutom rädda för att det ska komma upp något som de inte vet hur de ska handskas med.

Och så har vi det här med vokabulären. Hur pratar man egentligen om sex? Om man jobbar med barn är kanske snopp, snippa, gos och mys bra ord.

– Knulla är ett typiskt ord som många psykologer tänker att man inte ens får säga till patienter. Många tycker att de latinska orden för könsorgan – penis, slida och vagina – är användbara. Varför ett dött språk skulle funka så bra i det här sammanhanget är dock lite oklart. Jag säger ofta knulla, kuk och röv, men en psykolog som är äldre eller yngre kanske vill använda helt andra ord. När jag gick i egenterapi envisades min psykolog med att kalla sex för »att ha närhet«. Om jag sa ligga, så kontrade han med att »när du har närhet med din partner«. Närhet är ett jättebra ord om man pratar om närhet. Närhet och sex är två olika saker, som ibland överlappar.

Till Tanjas mottagning kommer många flersamma. Någon vill öppna upp förhållandet, men vet inte hur man går tillväga. En annan vill öppna upp, men partnern vill inte. Men det kommer också par som lever i en öppen relation, och vars problem inte handlar om flersamhet, men som inte vill gå till en vanlig psykolog för att de är rädda att bli dömda. Ibland tipsar andra psykologer om Tanjas mottagning, och det är bra, tycker hon.

– Jag är öppen med att jag har



adhd. Därmed är det många patienter med adhd som söker sig till mig, de tror att jag är expert på adhd. Men det är jag inte. Jag känner till grunderna, men jag behöver hitta go to-folk för att skicka patienter vidare. Sexualitet är också en kompetens, man kan inte uttala sig om sexualitet bara för att man själv har legat. Om man inte har kunskaper i ämnet måste man hänvisa till experter, och då gäller det att veta var de experterna finns. På samma sätt som man måste veta var dietister finns.

Sex är viktigt, men man ska inte överskatta sexets betydelse, säger Tanja oväntat.

– Det finns faktiskt ganska många människor som inte tycker att sex är så viktigt, det måste vi också förhålla oss till. Det sägs ofta att samhället är så sexfixerat. Well, gå till Pressbyrån och räkna hur många tidningar som handlar om sex och hur många som handlar om Soduko, säger

»Nuförtiden har jag inga problem med om andra psykologer skulle döma mig.«

jag då. Vi ska varken överhajpa eller underhajpa sex.

Att jobba med sexualitet är också dubbelt, enligt Tanja. Å ena sidan är det väldigt roligt. Om hon ska föreläsa vet hon att det kommer folk. Å andra sidan betraktas sexualitet sällan som en kompetens eller som något psykologerna förväntas kunna. Det är till exempel svårt att bli anställd som sexolog. Hon hade själv föredragit att vara anställd, men det finns i princip inga tjänster.

– Jag har varit beroende av min persona för att bygga upp mitt rykte i psykologsverige. Och jag har engagerat mig i psykologdebatten. Till skillnad från andra psykologer tänker jag absolut

inte gnälla på Facebookgruppen. Där är jag väldigt aktiv, och jag har inga problem att säga vad jag tycker.

Det är lätt att vara bad girl i Psykologsverige, säger hon med ett skrat.

– Nuförtiden har jag inga problem med om andra psykologer skulle döma mig. Att vara trovärdig är förstås viktigt för en psykolog. Men vad är trovärdighet? Många tycker att man inte ska lämna ut sig. Att berätta att man har två barn är inget problem, men om man väljer att säga något om sex blir det genast mer komplicerat. Om man, som jag, twittrar om sitt festliv klockan två på natten tycker vissa att man tappar i trovärdighet. Men jag vill inte tråka ner mig helt bara för att jag är psykolog. Och om man nu är sexterapeut ger det väl lite trovärdighetspoäng att se ut som om man faktiskt knullar? Där hämtar jag kraft i Rihanna igen. ●



Kostnadsfritt webinar
25 november kl 15-16
Anmälan på www.hogrefe.se

Nyhet!
Digital version
av SRS-2

Bedömning av sociala färdigheter med SRS-2

Skattningsskalan SRS-2 (Social Responsiveness Scale, Second Edition) kan användas för screening och stöd vid diagnostik av autismspektrumtillstånd. Skalan ger en bild av individens sociala kompetens så som den tar sig uttryck i den naturliga omgivningen och i samspel med andra.

SRS-2 finns nu även i digital version för administrering och poängsättning där resultatet genereras direkt efter genomförd skattning.

Svenska SRS-2 har utvecklats i samarbete med KIND (Center of Neurodevelopmental Disorders at Karolinska Institutet).

5 insikter för lyckade förhandlingar

Ska FN:s klimatkonferens i Glasgow i november bli en framgång eller ett misslyckande? Här är fem färska psykologirön som ger en hint om vad som krävs för att lyckas. Text: Peter Örn

1. Goda ledare ökar hjälpviljan

Förmågan att känna empati och villigheten att hjälpa är ofta större när den som behöver hjälp är en landsman än någon från ett främmande land. Men nu visar en israelisk studie att även vår upplevelse av den nationella ledaren i ett avlägset land kan påverka empatin.

Deltagarna i studien, israeler, tog del av information om fyra fiktiva ledare i Belgien. De beskrevs i positiva eller negativa termer. Informationen kombinerades med fakta om belgares lidande efter en fiktiv terrorattack. Resultatet visade ett klart samband mellan en positiv bild av ledaren och villigheten att hjälpa de drabbade av terrorattacken. Studien upprepades med drygt 400 amerikanska deltagare och gällande hjälpbehov för en

sjuk belgisk tonåring med höga behandlingskostnader.

Hjälpviljan ökade för tonåringen och dennes familj om man uppfattade nationens ledare som god, varm och populär. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 2021.

2. Patriotismen styr

När det kommer till villigheten att samarbeta vänder vi oss helst till landsmän, visar en

studie med över 18 000 deltagare från 42 länder. Uppgiften i studien var att behålla eller fördela pengar. De pengar som gavs bort fördubblades i värde, och de pengar en deltagare fick av någon annan fördubblades i värde. Optimalt skulle således vara att alla samarbetade och gav bort pengarna till varand-ra. Men villigheten att ge bort pengar var ändå signifikant lägre i 39 av 42 länder om mottagaren inte var en landsman.

Varken politiska eller kulturella faktorer i respektive land påverkade resultatet. *Nature Communications*, 2021.

3. Förblindad av snygghet

Överenskommelser vilar på förtroenden på individplan. Då ska man helst vara snygg. Snygga personer uppfattas som mer tillförlitliga, ärliga



och intelligenta. Men dessa forskningsrön bygger ofta på snabba bedömningar. Hur står sig bedömningen om man samtidigt får information om motsatsen; att den snygga inte är så smart? Jodå, den kvarstår.

I en ny studie valde deltagarna att hellre ingå en affärsuppgörelse med en snygg partner av samma kön, som tidigare presterat dåligt och även varit mindre hjälpsam, än med en mindre attraktiv partner som presterat bra och





varit hjälpsam. Och trots egna ekonomiska förluster efter tidigare partnerskap valde de flesta deltagarna ändå att återvända till ett partnerskap med de snygga som presterat dåligt. De ansågs fortfarande som mer tillförlitliga. *British Journal of Psychology*, 2021.

4. Avvisning av främlingar sårar

Kväll efter en lång dags förhandling. Mingel. Men det bör hanteras varsamt om nästkommande förhandlingsdag ska bli

framgångsrik. Att bli socialt avvisad av en främling kan såra lika djupt som att avvisas av sin egen partner, visar en studie. Deltagarna kom till labbet med sin partner eller en nära vän. De placerades i varsina rum och ombads spela ett bollspel online. Även en tredje spelare, en främling, av samma kön som partners/vännen ingick. »Avvisningen» mättes i form av hur sällan man fick en boll spelad till sig. Direkt efter spelet fick deltagarna svara på frågor om sinnestillståndet under och efter spelet.

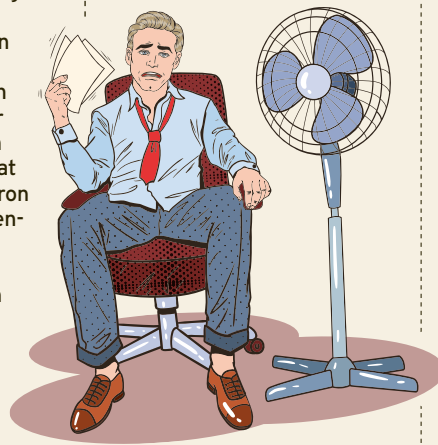
De som inkluderats mycket i spelet skattade högt på självkänsla, meningsfullt varande och tillhörighet, de som exkluderats det omvända. Skattningen visade ingen skillnad mellan att ha blivit avvisad av sin partner/vän eller av den tredje spelaren, främlingen. *Social Psychology*, 2021.

5. Referenser inget för klimatförnekare

Även lyckade klimatöverenskommelser, baserade på solid vetenskap, har ett återstående hinder för att förverkligas: klimatförnekarna. Personer som har hög tilltro till vetenskap är som regel mindre benägna att tro på till exempel konspirationsteorier. Men presenteras de i artiklar med citat av forskare och vetenskapliga referenser (även om det handlar om pseudovetenskapliga citat och referenser) ökar tilltron till innehållet och benägenheten att sprida artikeln vidare, visar en studie.

Personer med en från början låg tilltro till vetenskap påverkas inte av eventuella citat och referenser inlagda i texten. Forskarnas

slutsats är att ökad kunskap om hur man kritiskt granskar vetenskap är viktigare än att försöka öka allmänhetens tilltro till vetenskap generellt. *Journal of Experimental Social Psychology*, 2021.



Källa: Research Digest

Är det okej att välja patient efter behandlingsmetod?

Fråga: Kan det bli etiskt problematiskt att arbeta med en specifik behandlingsmetod? På vår arbetsplats »väljer« vi vilka patienter vi kan ta oss an utifrån vilka som har möjlighet att tillgodogöra sig den vård vi erbjuder. Vi får bra omdömen av de som varit hos oss och det känns tillfredsställande att arbeta med så hög kvalitet. Det blir dock relativt många hjälpsökande som vi behöver hänvisa till andra vårdgivare eftersom de inte »passar in« i vårt behandlingsupplägg. Samtidigt ser vi brister i hur det ser ut i verksamheterna som har ansvaret och människor riskerar att bli helt utan vård i en del fall.

Det här tror jag vi är många kliniskt verkssamma psykologer som märker av, i och med den ökade specialiseringen inom vården. En del av oss kan också ha erfarenheter av vårdkontakter på ett personligt plan eller genom anhöriga där det visat sig svårt att få den vård som en själv tänker hade varit bäst. När vi som psykologer ser att patienter faller mellan stolarna innebär det en hög grad av etisk stress. Inom psykiatri arbetar man med somatisk vård som förebild, enligt en modell där det är diagnosen som blir avgörande för vilken mottagning du som patient blir hänvisad till. Det är givetvis tryggt att veta att den psykolog en träffar är specia-

liserad att ta sig an de svårigheter en söker för, vilket ju är själva syftet med en sådan konstruktion. Vårdens uppbyggnad blir dock mer komplex och det förutsätter att det finns en organisation som hänger ihop, vilket kräver en hög grad av samverkan mellan vårdgivarna. Ofta kan vi se brister här eftersom just samverkan riskerar att prioriteras bort när fokus ligger på »produktion« och »vårdflöden«. Patienter blir bollade mellan verksamheterna när de inte självklart passar in.

DET ÄR SVÅRT att veta hur resurserna på bästa sätt ska fördelas. De ska helst räcka till både de specialiserade verksamheterna, där patienter vars tillstånd kan behandlas med god effekt,

»Den metod som den vetenskapliga evidensen säger ger näst bäst effekt kanske hade passat just den klienten bättre.«

och till dem som är i behov av kvalificerat psykologiskt stöd över lång tid. Kanske utan nämnvärd symptomlindring, men för att kunna leva ett liv. Här vore det faktiskt uppfriskande för psykiatri att använda medicinen/somatiken som förebild för de psykologiska insatserna. Farmakologisk behandling kan ges under en livstid när det behövs,

men psykologiska insatser anses behöva vara tidsbegränsade oavsett patientens behov. Det kan tyckas märkligt.

ENLIGT DE PRINCIPER vi har för evidensbaserad psykologisk praktik ska vi väga in vetenskaplig evidens med klientfaktorer och psykologens expertis. Ur etisk synvinkel handlar det om att vi som psykologer ska arbeta utifrån evidens och beprövad erfarenhet. Vi ska även värna klientens autonomi och självbestämmande. Det hänger ihop. Som i ditt fall kan etiska frågeställningar aktualiseras när vårdutbudet, i specialiseringens namn, blir alltför begränsat för alltför många. Det kan hindra en klient från att göra ett egentligt val. Den metod som den vetenskapliga evidensen säger ger näst bäst effekt kanske hade passat just den klienten bättre. Men alternativet erbjuds kanske inte. ●



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.



Arbets livet

Låt jobbet ta dig dit du vill

Med Dedicare får du som socionom eller psykolog friheten att utvecklas, i din yrkesroll och som människa. Du får mer tid över och en bättre balans mellan arbetet och livet utanför.

Läs mer på dedicare.se/arbetslivet

DEDICARE

Acceptans är en avgörande faktor för behandlingsnöjdhet vid KBT för barn och ungdomar. Det visar en systematisk granskning av publicerade studier som sammanlagt inkluderar drygt 6 600 barn och ungdomar med ångest och depression. Granskningen visar att det behövs fortsatt forskning för den här gruppen för att öka kunskapen om preferenser och de behandlingstekniker som används.



Under de senaste åren har psykisk ohälsa ökat bland ungdomar i åldrarna 15–19 år [1]. Den utgör 45 procent av den totala sjukdomsbördan i denna grupp. En av de senaste studierna uppskattar den globala förekomsten av psykisk ohälsa hos barn och ungdomar till 13,4 procent. En studie i Europa visar att 12,8 procent av barn och ungdomar har någon psykiatrisk störning, varav 3,8 procent ångest eller depression [2]. Ökningen av psykiska problem leder till ökat behov av behandling med empiriskt stöd. Många randomiserade kontrollerade studier (RCT) visar att KBT är en effektiv psykologisk behandling för depression och ångeststörningar. TROTS ATT ANTALET effektstudier av KBT för barn och unga med ångest och depression har ökat under de senaste åren finns det ingen kunskapsöversikt om behandlingsnöjdhet hos deltagarna. Samtidigt finns det en rad studier som fokuserar på patientnöjdhet inom psykiatrivården. Patientnöjdhet används som grundläggande mått inom hälso- och sjukvården för att bedöma vårdkvalitet [6] och fungerar som grund för utvärdering av behandlingar. Trots vikten av **patientnöjdhet i vården** [7] är behandlingsnöjdhetens nivåerna hos barn och ungdomar fortfarande i stort sett okända.

Kunskapsöversikt om behandlingsnöjdhet

En forskargrupp med klinisk kompetens vid Kompetenscentrum för psykoterapi, Karolinska institutet, och vid Psykologiska institutionen, Stockholms universitet, har genomfört en systematisk granskning och metaanalys/metasyntes av behandlingsstudier som fokuserar på effekten av KBT hos barn och ungdomar med ångest och depression. Syftet var att undersöka rapporteringskvaliteten för behandlingsnöjdhet i de studier som identifierades, samt undersöka nivån på behandlingsnöjdhet med KBT bland barn och ungdomar med ångest och depression [8]. Undersökningen fokuserade på ungas perspektiv som en viktig komponent tillsammans med vetenskaplig evidens, samt på psykologens expertis i de nya principerna för Evidensbaserad psykologisk praktik (EBPP) [9].

Utifrån 1 825 identifierade artiklar (RCT, kvasi-experimentella och kvalitativa studier) valdes 35 studier ut för en närmare analys. Resultaten av meta-syntes och proportionell metaanalys visade på måttlig till hög behandlingsnöjdhet avseende KBT. De undersökta studierna uppvisade en måttlig till

god kvalitet beträffande rapporteringen av behandlingsnöjdhet. I kunskapsöversikten framkom att variationen i mätinstrumenten eller intervjuerna var stor. Detta har medfört en risk för olikheter i utvärderingar inom konceptet »behandlingsnöjdhet« som i sin tur skapar en osäkerhet kring generaliseringen av konceptet. Detta visar på ett behov av konsensus om vad man avser samt standardiserade mätmetoder för utvärdering av behandlingsnöjdhet i framtiden.

Manualbaserad KBT vanligast

Sammanlagt ingick 6 631 deltagare i kunskapsöversikten. Tio studier hade färre än 25 deltagare, elva hade mellan 26 och 50 deltagare och ytterligare tio studier inkluderade mellan 51 och 100 deltagare. Två studier inkluderade över 100 deltagare och två studier över 4 000 deltagare. Deltagarna var i åldrarna 4–17 år. Tretton studier inkluderade både barn och ungdomar (4–17 år), 17 studier endast barn (4–13 år), och sex studier inkluderade endast ungdomar (12–18 år). Majoriteten av studierna inkluderade både pojkar och flickor. En inkluderade enbart flickor och en studie tre könsgrupper (pojkar, flickor och andra).

Majoriteten av de studier som ingick kunskapsöversikten använde manualbaserade KBT-behandlingar. Elva studier använde antingen internetförmiddlad KBT, datoriserad KBT eller ljudbaserad/CD-ROM-assisterad KBT-behandling. De återstående studierna använde sig av sedvanlig KBT-behandling (face-to-face). De flesta av studierna hade en behandlingsfrekvens på mellan 8 och 20 veckovisa sessioner, två studier bestod av endast en session. Sessionernas duration varierade mellan 30 min och 60 min, medan två studier använde tre timmar för en-sessionsbaserad KBT. Fem studier rapporterade inte duration av sessioner.

Acceptans en avgörande faktor

Resultatet visar att de studier som inkluderats i översikten har en måttlig till bra rapportering av mätinstrument och resultat avseende behandlingsnöjdhet hos deltagarna. Det indikerar en måttlig till bra rapporteringskvalitet. De gemensamma områdena som de fokuserade på avseende behandlingsnöjdhet var KBT-behandlingens användbarhet eller hjälpsam, acceptans, allians, barriär, preferens och rekommendation.

Användbarhet eller hjälpsamhet: Användbarhet av behandlingen (till exempel om de färdigheter som erhöles under behandlingen var användbara och till hjälp) var en viktig faktor. En av studierna fokuserade på användbarheten av KBT-moduler, såsom coping skills, psykoedukation och tydlig

« Det saknas fortfarande ett globalt accepterat sätt att mäta patientnöjdhet och det behövs mer kunskap om hur bland annat kulturella skillnader påverkar patientnöjdhet. »

»RCT-studier rapporterade större symtomminskning bland de som fick KBT-behandling jämfört med kontrollgruppen.«

behandlingsmålsättning. En annan fokuserade på de faktorer som är involverade i behandlingsnöjdhet, såsom interventioner och terapeutrelaterad teknik samt förvärvade färdigheter.

Acceptans: Behandlingsacceptans rapporterades vara en avgörande faktor för behandlingsnöjdhet. Acceptabilitet undersöktes med avseende på behandlingsinnehåll och behandlingsmodalitet (till exempel internetbaserade interventioner).

Allians: Allians mellan förälder och terapeut, samt mellan barn och terapeut, är också en viktig faktor. Här inkluderades aspekter som emotionellt band mellan terapeut och deltagare samt överenskommen om terapeutiska aktiviteter.

Barriärer: Några studier fokuserade på hinder i terapin, exempelvis att hitta tid för KBT-behandling. Hinder kanske är vanligare vid behandling med barn och unga då den konkurrerar med andra vardagsaktiviteter.

Preferens: Andra studier fokuserade på behandlingspreferenser, till exempel behandlings- och terapeutteknik, kommunikation, ökad medvetenhet och förbättring av familjerelationer;

Rekommendation: Flera studier rapporterade att deltagarna gärna rekommenderar behandlingen till andra barn och unga.

ANDRA ASPEKTER SOM inkluderades var ökad kunskap, bättre kompetens och ändrade attityder.

Den vanligaste designen som användes var randomiserade kontrollerade studier (RCT). Endast tretton av 35 studier använde en annan studiedesign. Det visar att majoriteten av studierna i första hand var effektstudier medan behandlarnöjdhet ingick som en kompletterande undersökning. Endast fyra av 35 studier beskrev behandlingsnöjdhet som ett tydligt syfte.

Måttlig till hög behandlingsnöjdhet

Alla studier rapporterade symtomreduktion av ångest eller depression. RCT-studier rapporterade större symtomminskning bland de som fick KBT-behandling jämfört med kontrollgruppen. I de återstående studierna visade resultatet på förändringar inom grupper, vilket indikerar att KBT var effektivt.



NORA CHOQUE OLSSON



PERNILLA JUTH



EMMA HÖBERG RAGNARSSON



TOBIAS LUNDGREN



MARKUS JANSSON-FRÖJMARK



THOMAS PARLING

Resultaten av översikten visar på måttlig till god rapporteringskvalitet. Majoriteten av studierna visade en måttlig till hög behandlingsnöjdhet med KBT bland barn och ungdomar med ångest och depression. Samtliga studier som inkluderades visade en måttlig behandlingseffekt, vilket bekräftade resultaten i andra kunskapsöversikter^[10,11]. Resultat av metasyntes och metaanalys indikerar en måttlig till hög behandlingsnöjdhet med KBT bland barn och ungdomar med ångest och depression. När det gäller metasyntes och metaanalys var det inte möjligt att genomföra en strikt metaanalys där alla studier inkluderades. Det på grund av dataheterogenitet, informanter, använda åtgärder och rapportering av resultaten. En viss försiktighet är dock nödvändig eftersom i analysen baseras på deltagarnas och föräldrarnas skattningar.

Författarna till de granskade studierna använde begreppet behandlingsnöjdhet i olika syften, såsom nöjdhet med behandlingsutfall eller innehåll, acceptans, användbarhet, allians, barriärer och behandlingspreferenser. Dessutom var det stor variation vad gäller a) användningen av validerade instrument (för befolkningen eller anpassningen till det aktuella landet), b) användningen av studiekonstruerade instrument och kompletterande enkla frågor, c) graden av information angående instrumentet som användes (från detaljerad till ingen information alls). Detta leder till viss osäkerhet om tillförlitligheten, validiteten och generaliserbarheten av resultaten i denna översyn. Mångfalden av betydelsen av själva begreppet »behandlingsnöjdhet« leder till ett behov av konsensus av vad man undersöker, och ett standardiserat mätinstrument eller en checklista.

Ytterligare forskning behövs

Utöver forskning om behandlingseffekt vid KBT är det även viktigt med fortsatt forskning kring behandlingsnöjdhet vid KBT bland barn och unga med ångest och depression. Det skulle öka kunskapen om deltagarnas behandlingspreferenser, om behandlingsinnehåll och om de tekniker som används. Det är något som kan vara särskilt användbart för barn och ungdomar med ångest och depression för att

underlätta den personcentrerade KBT-behandlingen inom vården.

Den här översikten gör det möjligt att identifiera implementeringsstrategier som kan öka implementeringen av KBT för alla åldrar och diagnoser, och med olika modaliteter såsom internetbaserad KBT.

Vidare pekar översikten på ett behov av ökat fokus på processforskning i KBT. Ökad kunskap om medierande faktorer kan påverka behandlingsutfall hos **barn och unga med depression** och ångest, och kan leda till bättre och mer anpassade behandlingar. Det kan till exempel handla om huruvida faktorer som deltagarnas acceptans för behandlingens innehåll, struktur och upplägg kan påverka behandlingens resultat, liksom alliansen mellan deltagare och terapeut, föräldrar och terapeut, möjliga barriärer, behandlingspreferenser och rekommendationer av andra som genomgått behandlingen. Andra aspekter som bör undersökas ytterligare vid uppföljningsstudier är barn och ungas erfarenheter efter genomgången behandling, det vill säga användbarhet av strategier och på vilket sätt de eventuella nyförvärvade färdigheterna har varit till någon hjälp.

Resultaten av denna översikt kan bidra till utvecklingen av en checklista för behandlingsnöjdhet med KBT och till att underlätta framtida forskning inom området. Översikten påvisar behovet av studier med fokus på barn och ungdomar med depression och ångest, inklusive barns perspektiv på behandlingen, förutom studier med fokus på effekt och effektivitet av KBT. ●

Nora Choque Olsson, psykolog, psykoterapeut, specialist i klinisk psykologi, lektor; Stockholms universitet och Karolinska institutet.

Pernilla Juth, psykolog, adjunkt, Karolinska institutet.

Emma Högborg Ragnarsson, psykolog, doktorand, Karolinska institutet.

Tobias Lundgren, psykolog, sektionschef, Karolinska Institutet.

Markus Jansson-Fröjmark, psykolog, docent i psykologi, Karolinska institutet.

Thomas Parling, psykolog, adjunkt, Karolinska institutet.

« Enligt Folkhälso-myndigheten har andelen barn i åldern 13 och 15 år med återkommande psykiska besvär successivt ökat sedan 1980-talet. Vid mätningen 2017/18 sågs även en ökning bland 11-åringar.

Referenser

1. Patton, GC. et al. (2016). Our future: a Lancet commission on adolescent health and wellbeing. *The Lancet*. 387; 2423–78.
2. Kovess-Masfety V, Husky MM, Keyes K. (2016). Comparing the prevalence of mental health problems in children 6–11 across Europe. *Soc psychiatry Psychiatr Epidemiol*. 51(8); 1093–103.
3. Butler AC, Chapman JE, Forman EM, et al. (2006). The empirical status of cognitive-behavioral therapy: A review of meta-analyses. *Clin Psychol Rev*. 26; 17–31.
4. Craske MG, Craske, MG. Evaluation. (2017). *Cogn Ther*. 2nd ed. 127–39.
5. Zhang A, et al. (2019). Cognitive behavioral therapy for primary care depression and anxiety: a secondary meta-analytic review using robust variance estimation in meta-regression. *J Behav Med*. 42, 1117–1141.
6. Dupree E, Anderson R, Nash IS. (2011). Improving quality in healthcare: Start with the patient. *Mt Sinai J Med*. 78; 813–9.
7. Batbaatar E, Dorjdagva J, Luvsannyam A, et al. (2017). Determinants of patient satisfaction: A systematic review. *Perspectives in Public Health*. 137; 89–101.
8. Choque Olsson, N, et al. (2020). Treatment satisfaction with cognitive-behavioral therapy among children and adolescents with anxiety and depression: A systematic review and meta-synthesis. *J Behav Cogn Ther*.
9. Sveriges Psykologförbund. (2021). <https://www.psykologforbundet.se/globalassets/a-psykologforetagarna/ebpp-002.pdf>.
10. Bennett K, et al. (2016). Treating child and adolescent anxiety effectively: Overview of systematic reviews. *Clin Psychol Rev*. 50; 80–94.
11. Chu BC, Harrison TL. (2007). Disorder-specific effects of CBT for anxious and depressed youth: A meta-analysis of candidate mediators of change. *Clin Child Fam Psychol Rev*. 10; 352–72.

Referenser till samtliga inkluderande artiklar i översikten, se Psykologtidningen.se.

»Ökad kunskap om medierande faktorer kan påverka behandlingsutfall hos barn och unga och leda till mer anpassade behandlingar.«

»Symtom på depression hade en signifikant effekt på överlevnaden bland lungcancerpatienter.«

SÄMRE SÖMN VID MÅNSKEN

> Många män sover sämre under månens första faser, då den del av månytan som är upplyst av solen ökar, medan kvinnornas sömn i stort sett inte påverkas alls. Det visar forskare vid Uppsala universitet.

En möjlig förklaring är mängden solljus som reflekteras från månen runt tiden då människor vanligtvis går och lägger sig, förklarar forskarna, och att mäns hjärnor kan vara mer mottaglig för omgivande ljusförhållanden än kvinnors vilket tidigare studier visat.

I studien användes polysomnografi för att mäta sömnkvaliteten hos 492 kvinnor och 360 män som sov i sina egna sängar. Med elektroder som var placerade på huvudet mättes bland annat elektrisk aktivitet i hjärnan och ögonrörelser. Deltagarna visste själva inte att det var kopplingen till månens rörelser som forskarna var intresserade av.

Resultaten var justerade för kroniska sömnproblem och sömnapné. Studien kan dock inte slå fast om det är månens cykel som påverkar sömnen eller om måncykeln samvarierar med någon annan faktor. Science of The Total Environment, 2021.

DEPRESSION PÅVERKAR CANCER-ÖVERLEVAD

> Försämring i depressions-symtom minskar överlevnadstiden bland lungcancerpatienter, jämfört med patienter vars depressionssymtom förblir oförändrade eller förbättras efter cancerdiagnos. Det gäller även för patienter som får nya effektiva cancerbehandlingar som annars dramatiskt förbättrar överlevnaden hos cancerpatienter.

157 patienter med avancerad lungcancer deltog. De fick regelbundet genomgå tester för depression och ångest i upp till två år. Resultaten kontrollerades för bland annat ålder, etnicitet, inkomst,

anställningsförhållanden och tobaksvanor.

Förändringar i ångestsymtom påverkade inte överlevnadstiden. Däremot hade symtom på depression en signifikant effekt på överlevnaden. Patienter med milda till måttliga depressionssymtom hade 50 procentig chans till överlevnad 15 månader efter cancerdiagnos medan överlevnaden endast var 30 procent bland patienter med måttliga till allvarliga symtom.

Forskarna anser att resultaten visar hur viktigt det är att screena cancerpatienter för depression och att de erbjuds psykologisk behandling om de har en måttliga till svåra symtom. Psychosomatic Medicine, 2021.

FÄRRE EGOISTER MED BRA INFORMATION

> Med bra information minskar självisheten. Det framgår av forskning vid Linköpings universitet, som utgått från tidigare psykologisk forskning där man visat att egoistiskt och omoraliskt beteende ökar när man upplever att processer varit orättvisa.

I den nya studien fick 444 deltagare tävla mot varandra i att lösa matematiska problem. Sedan fick både vinnare och förlorare avgöra hur mycket prispengar vinnare ville ge till förlorare respektive förlorare ville ta av vinnare. På så vis mättes



BILD ISTOCKPHOTO

altruistiskt respektive egoistiskt beteende.

Information om att tävlingen varit rättvis ledde till att förlorarna ville ta mindre prispengar av vinnarna. Vinnarnas beteende påverkades dock inte av den informationen. Osäkerhet kring rättvisa i en konkurrenssituation leder till ökad egoism men med information och transparens kan den dämpas, konstaterar forskarna. *Journal of Economic Behavior and Organization*, 2021.

HJÄRNAN FÖRÄNDRAS EFTER SKOV

> Patienter som får maniska sjukdomsskov utvecklar mer förändringar i hjärnan än patienter utan skov. Det visar en stor studie av bipolär sjukdom över tid och som letts av forskare vid Karolinska Institutet och Göteborgs universitet.

I studien har forskarna samlat upprepade magnetkameraundersökningar (MR) av hjärnan från 14 forskningscentrum från flera länder och innefattar totalt 1 232 deltagare (307 patienter med bipolär sjukdom och 925 friska personer). Det undersöktes med MR vid två tillfällen med upp till nio års mellanrum.

Ju fler maniska episoder patienterna upplevde, desto mer minskade hjärnbarkens tjocklek mellan undersökningstillfällena. Patienter utan episoder uppvisade inga förändringar. Förändringarna var tydligast i den främre delen av hjärnans pannlob, prefrontalkortex, som är viktig för bland annat känsloreglering, planering, beslutsfattande och impulskontroll. *Biological Psychiatry*, 2021.

BILD PRIVAT



NJÖRDUR VIBORG: »STÖRT ÄTBETEENDE BORDE UPPMÄRK- SAMMAS MER«

Tidiga tecken på ätstörning bland unga tonårsflickor bör uppmärksammas mer, de uppvisar liknande samband med annan psykologisk problematik som uttalad ätstörning. Det visar psykologen Njördur Viborg i en doktorsavhandling.

Omkring 30 procent av flickor i högstadiet har störda ätbeteenden och i många fall finns ett tydligt samband med en negativ kroppsuppfattning och generella psykologiska problem, såsom hyperaktivitet och ouppmärksamhet. Det visar psykologen Njördur Viborg i en avhandling på institutionen för psykologi, Lunds universitet.

– Det är något som borde uppmärksammas mer. När man arbetar med förebyggande insatser för annan psykologisk problematik bör man även arbeta förebyggande med störda ätbeteenden eftersom det är problem som brukar uppstå tillsammans, säger han.

I Njördur Viborgs studier har över 900 elever deltagit. För att mäta stort ätbeteende användes instrumentet RiBED-8 (Risk behaviours related to eating disorders). Stort ätbeteende kan till exempel vara kräkningar, restriktivt ätande, negativ kroppsuppfattning eller svårigheter att äta tillsammans med andra, och utgör en riskfaktor för svårare kliniska ätstörningar.

Vid två tillfällen, med ett års mellanrum, fick deltagarna svara på frågorna i RiBED-8: i årskurs 7 och 8 samt i årskurs 8 och 9.

– Bland flickorna, som utgjorde drygt hälften av deltagarna, var det cirka 30 procent som uppvisade ett stort ätbeteende. Bland pojkarna var motsvarande andel cirka 10 procent. Jag misstänker att frågorna i RiBED-8 inte fångar upp pojkarnas problematik lika bra som flickornas

och det finns en okunskap om hur man ska ställa relevanta frågor till pojkar. Det skulle behövas mer grundforskning om det, säger Njördur Viborg.

För att få ett bra statistiskt underlag och säkra resultat valde han att fokusera på flickorna i studien. Resultaten var stabila mellan båda mättillfällena och det fanns ett tydligt samband mellan störda ätbeteenden och andra psykologiska svårigheter. Bland annat visade resultaten att en negativ kroppsuppfattning, som vid ätstömningsproblematik är en känd prediktor, även predicerar problem på en subklinisk nivå.

– Alla med stort ätbeteende utvecklar ju inte kliniska ätstörningar som till exempel anorexi och bulimi, men det kan vara nog så allvarligt att kräkas ibland, att vara överdrivet upptagen av sin kropp och sitt ätande, säger Njördur Viborg.

I den sista delstudien visar han att det finns vissa mönster, kluster, som återkommer över tid. Exempel på sådana var multipla ätproblem med eller utan kräkningar. De som rapporterade kräkningar uppgav också självskadebeteende i större utsträckning.

– Det var ett förhållandevis starkt samband och det kan kanske vara lite av samma andas barn: man gör något mot sin kropp, ett konkret beteende som kan vara allvarligt, säger han.

Ett kluster som inte var lika starkt över tid var problem att äta tillsammans med andra, sociala ätproblem.

– Det kanske inte är ett egentligt ätstörningskluster utan snarare en form av social oro, säger Njördur Viborg.

Titeln på avhandlingen är *Disordered eating in a community sample of Swedish adolescent girls*. ● Peter Öm

COLOMBIA | Hjälpelinje

Línea Calma, hjälplinjen för våldsamma män i Bogotá, Colombia, har blivit en framgång. Psykologerna får ta emot mängder av samtal. Målet är att dra upp machokulturen med rötterna.

Text: Lennart Kriisa



Antal medlemmar i colombianska psykologförbundet, Colpsic.

48 000

COLOMBIANSKA PSYKOLOGFÖRBUNDET, COLPSIC

Grundades år 2006 genom en sammanslagning av flera organisationer. Har ensamrätt på att utfärda yrkesbevis för psykologer. Examen från psykologprogram på högskola är ett krav.



Colpsics ordförande Gloria Amparo Vélez.

STUDIE OM MACHOKULTUREN

En undersökning från förra året, genomförd av Observatorio de Culturas de la Dirección de Cultura Ciudadana.

76%

av männen vill hantera sina känslor bättre men de vet inte hur.

63%

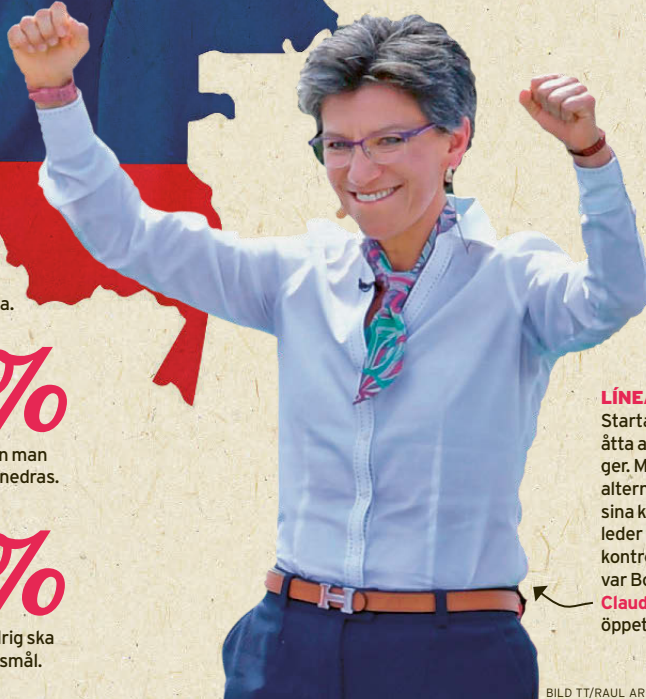
procent anser att en man aldrig ska låta sig förnedras.

45%

dricker alkohol för att hantera kärleksproblem.

35%

anser att en man aldrig ska backa från ett slagsmål.



LÍNEA CALMA

Startade 2020 och har åtta anställda psykologer. Målet är att ge män alternativ till att hantera sina känslor utan att de leder till svartsjuka och kontroll. Initiativtagare var Bogotá's borgmästare Claudia López som är öppet homosexuell.

BILD TT/RAUL ARBOLEDA

för våldsamma män

Det första jag måste säga till dig, är att du kan inte kontrollera vad som hänt. Att hon lämnade dig var hennes beslut. Däremot kan du kontrollera hur du ska hantera det här, säger psykologen Juan Francisco Valencia till en av de hjälpsökande männen.

Runt tolv män per dag ringer till Línea Calma. De är ofta desperata, och oftast svartsjuka. De ångerfulla männen har oftast redan misshandlat sina partners.

Varje år registreras runt 26 000 fall av våld i nära relationer i Bogotá med åtta miljoner invånare.

Colombia är generellt ett konservativt land, medan huvudstaden Bogotá anses vara mer liberalt. Där är borgmästaren Claudia López öppet homosexuell. Hon ansåg att något behövde göras, det räckte inte med alla journummer för de våldsutsatta kvinnorna, machokulturen behövde dras upp med rötterna. Hon drog igång Línea Calma med en budget på runt 300 000 dollar per år, och som håller öppet sju dagar i veckan. Vid telefonerna sitter såväl erfarna som nyutexaminerade psykologer.

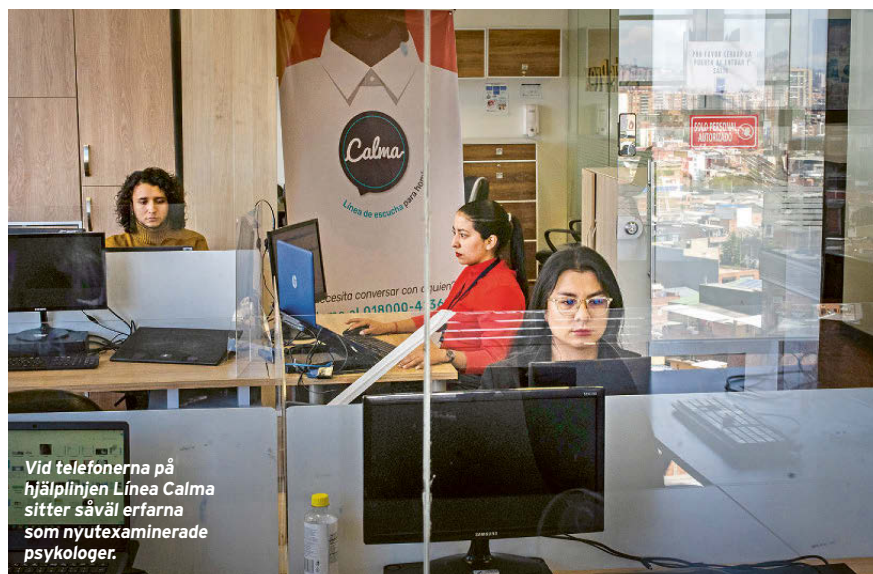
De som ringer kan vara unga eller gamla, fattiga eller rika, de har bara en sak gemensamt – att de är män.

– Varken jag eller någon annan trodde att de våldsamma männen skulle kontakta oss och be om hjälp, men något håller på att hända, kanske fungerar inte den gamla mansrollen längre, säger Daniel Galeano, en av psykologerna.

Grundtanken är att machokulturen inte bara skadar kvinnor, utan även männen. Männen måste vara starka, får inte misslyckas, aldrig fälla en tår. Den normen leder dem in i sociala konflikter och haverade relationer.

– Men det är aldrig vi psykologer som säger ordet machokultur, det gör de själva, säger Juan Francisco Valencia.

Ett samtal brukar pågå i en timme,



Vid telefonerna på hjälplinjen Línea Calma sitter såväl erfarna som nyutexaminerade psykologer.

BILD TTT / FEDERICO RIOS

och mest handlar det om att psykologen lyssnar. Därefter kan den hjälpsökande bli erbjuden ytterligare samtal över Zoom. I så fall har psykologen upptäckt varnings signaler som kan leda till att mannen fortsätter att utöva våld. Det har också hänt att polis kopplats in.

Psykologen Daniel Galeano beskriver ett fall med klienten Oscar. Han hade varit familjeförsörjare men förlorat sitt arbete. Frun arbetade medan Oscar tog hand om hushållet.

»Kanske fungerar inte den gamla mansrollen längre.«

En kväll vägrade Oscar att göra mer hushållsarbete varpå frun förklarade att hon också var trött efter en hel dags arbete. Oscar tappade kontrollen, började skälla och skrämda barnen. Frun och barnen låste in sig i ett rum för att ta skydd. Oscar flyttade ut samma kväll och tog nästa dag kontakt med Línea Calma. Psykologen Daniel Galeano erbjöd honom en behandling på åtta möten.

– Vi pratade mycket om den skuld han

kände och hur skulden kunde omvandlas till ansvar.

Målet blev att ändra Oscars syn på maskulinitet. Daniel Galeano bad honom tänka tillbaka på skoltiden och vad som skulle ha hänt om han dragit sig undan från ett slagsmål. Oscar svarade att han hade blivit hånad och kallad bög. Daniel Galeano frågade då hur det påverkar honom än i dag, och de kom fram till att den enda känsla som Oscar accepterade i trängda lägen var ilska, han behövde acceptera sorg som en alternativ känsla.

Behandlingen ledde till att Oscar kunde reparera relationen till familjen.

Kultursekreteraren Henry Murrain, som arbetar för borgmästaren i Bogotá, menar att det är viktigt att reflektera över hur kärlek uttrycks i en machokultur.

– Det finns många stereotyper, som att »om han är svartsjuk, då älskar han mig«, »om han kontrollerar mig, då bryr han sig om mig«. Machokulturen är en tvångströja som skadar alla, säger Henry Murrain. ●

Källor: New York Times, BBC-podden *Fixing the world*, Alcaldía de Bogotá, El Tiempo.

Forskarnas svar på fyrfärgsmetoden

Omgiven av idioter, boken som delade upp i människor i fyra färger enligt DISC-metoden fick mycket uppmärksamhet för några år sedan. Den blev också kraftigt kritiserad av psykologer för sin avsaknad av vetenskap och forskning. Framgångarna visade på ett väldigt sug efter att bättre förstå människor omkring sig, menar Sjöberg, Sjöberg och Henrysson Eidvall. De förklarar i inledningen att denna bok kommer som ett svar på den efterfrågan. Till skillnad från tidigare böcker kring personlighet är den röda tråden här forskningsbaserad vetenskap.

Författarna är tre till antalet, makarna Sjöberg som har doktorerat i psykologi och Henrysson Eidvall som är legitimerad psykolog och specialiserad i arbets- och organisationspsykologi. De jobbar alla tre på olika sätt med personbedömningar i arbetslivet.

Det som inom engelska språket började med en lista på hela 18 000 adjektiv för att beskriva personlighet har, med hjälp av statistiska

PERSONLIGHET I ARBETE
SOFIA SJÖBERG, ANDERS SJÖBERG OCH
SARA HENRYSSON EIDVALL, NATUR & KULTUR, 2021.

analysmetoder, reducerats till en modell med endast fem personlighetsdrag, kallad femfaktormodellen (FFM). Det är den modellen som författarna här utgår ifrån. De fem faktorerna utgörs av extraversion, sympatiskhet, öppenhet, känslomässig instabilitet och målmedvetenhet, vilka alla i sin tur består av flertalet fasetter. Till exempel består ex-

traversion bland annat av fasetterna dominans och sällskaplighet.

FÖRFATTARNA GÅR igenom hur forskningen gått till för att extrahera just dessa kategorier men redogör också för olika andra möjliga sätt att tolka statistiken som modellen bygger på. De diskuterar också – eller snarare – rapporterar om forskning –

kring vad av personligheten som är ärftlig och vad som bestäms av delade respektive unika miljöfaktorer. De berättar även hur de olika personlighetsfaktorerna samverkar och påverkar varandra. Efter en grundlig genomgång av FFM fokuserar de på hur personlighet spelar in på arbetsprestation. Författarna går in på olika sätt att skatta och bedöma personligheten; intervju, cv-granskning, personlighetstest, observatörsbedömningar etcetera. Slutligen resonerar de kring vilka faktorer, eller fasetter, som i vilka jobbsammanhang kan bli problematiska.

Personlighet i arbete visar hur komplicerat och svårbedömt personlighet är – och vilka konsekvenser det kan få när oseriösa bedömningar görs. Dessvärre kommer denna bok knappast att nå ut till alla dem som läst om fyrfärgsmetoden. Den må vara korrekt med väl underbyggd information, men språket är torrt och sakligt och det är långt ifrån någon underhållning.

● Celia Svedhem, psykolog och litteraturkritiker



Anknytning och samspel i barnhälsovården

EVA LYBERG, GOTHIA, 2021.

Med utgångspunkt i anknytningsteori och modern utvecklingspsykologi förklarar Eva Lyberg hur samspel, anknytning och barns utveckling hänger ihop. De teoretiska delarna varvas med exempel från vardagliga möten i barnhälsovården.



Gliporna i minnets korridor

OWE WIKSTRÖM, LIBRIS, 2021.

Professorn i religionspsykologi ser tillbaka på sitt liv och tar med läsaren på en biografisk resa från barndomens Luleå till läroverk, studentliv och år som föreläsande författare och forskande professor. Minnen träder fram som små ljusstråk längs livskorridoren.



Annika Björnsdotter



Martin Grill

Annika Björnsdotter / psykolog

Chefskurser kan vara pengar i sjön

Kurser i ledarskapsutveckling kan upplevas som relevanta och bra. Men används de satsade pengarna egentligen på bästa sätt?

– Kunskapen om deras effektivitet är ofta bristfällig, det är sällan man utvärderar satsningarna och det görs få randomiserade kontrollerade studier, säger psykologen Annika Björnsdotter.

Nu utkommer Annika Björnsdotter tillsammans med psykologen och projektledaren Martin Grill, båda lektorer på Psykologiska institutionen vid Göteborgs universitet, med boken *Chefshandledning – En manual till funktionellt ledarskap*. Manualen har använts i ett forskningsprojekt i samarbe-

te med Göteborgs stad och testas nu i en RCT-studie med chefer och deras medarbetare i kommunala verksamheter.

BOKEN BESTÅR AV fjorton moduler som framför allt är anpassade till tre färdigheter: aktivt lyssnande, målinriktning samt återkoppling. Modulerna används i RCT-studien med närmare femtio chefer och medarbetare. Annika Björnsdotter och Martin Grill har tillsammans ansvarat för innehållet i modulerna.

– De fjorton modulerna kan användas flexibelt utifrån de områden eller beteenden som chefen vill utveckla, berättar Annika Björnsdotter.

Utgångspunkten är ett inledande kartläggningssam-

tal då chefen berättar om sig själv, sin verksamhet och sina målsättningar med samtalen.

– Är det en chef som till exempel vill skapa effektivare möten gör vi funktionella analyser och tittar på vilka beteenden som upplevs som problematiska. Vad är det som händer under möten, kanske har man för mycket eller för lite av något beteen-

de? Modulen om mötesstruktur bygger, liksom de andra modulerna i manualen, på vad forskning visar, säger Annika Björnsdotter.

EN ANNAN MODUL behandlar tid utifrån prioriteringar. Vad skapar den tidspress som gör att chefen kanske inte hinner ge viktig återkoppling till medarbetarna?

– Då får chefen notera hur tiden används under några arbetsdagar och genom funktionella analyser få förståelse för varför vissa aktiviteter prioriteras framför andra. Mellan handledningstillfällena får de sedan träna på nya och mer funktionella beteenden.

– De första preliminära dataanalyserna indikerar att det verkar finnas en högre nivå av aktivt lyssnande bland chefer som fått handledning och att deras medarbetare tycks vara mer nöjda och upplevde sina chefer som mer effektiva, säger Annika Björnsdotter, och fortsätter:

– Det finns inga färdiga resultat ännu men det ska bli spännande att se vilka effekter man kan uppnå med den här typen av beteendebaserad chefshandledning.

Även om boken kan användas av chefer på egen hand för att förbättra chefskapet så är författarnas målsättning att den främst ska bli ett verktyg för till exempel psykologer och personalchefer.

• Peter Örn



Chefshandledning

EN MANUAL TILL FUNKTIONELLT LEDARSKAP
ANNIKA BJÖRNSDOTTER OCH MARTIN GRILL,
STUDENTLITTERATUR, 2021.

Mycket pengar läggs på ledarutveckling trots att det ofta saknas ett vetenskapligt stöd för hur effektiva insatserna är. *Chefshandledning – En manual till funktionellt ledarskap* är en manual med fjorton moduler som i en RCT-studie i Göteborgs stad gav goda resultat. Den röda tråden i boken är funktionell analys utifrån inlärningsteori.

Verkligheten tryggare än fiktionen?

Nya böcker

I det här numret rapporteras om svenska psykologer som ska anordna psykedeliska retreatar i Holland. Kontroversiellt här förvisso, men inom populärkulturen har det varit hett länge. Wera von Essen i *En debutants dagbok* och litteraturchefen Friedrich i *Kärlek och anarki* åker båda på ayahuasca-läger. I Liane Moriartys bok *Nio främlingar*, som nu är aktuell som tv-serie med Nicole Kidman i huvudrollen, möts nio främlingar på en retreat.

Förutom enskilda samtal och gruppövningar är det framförallt microdosing som som står i fokus, alltså små doser narkotika. Ben och Jessica är ett gift par som bara stör sig på varandra, men som när de får MDMA nedblandat i sina smoothies blir alldeles kärleksnojsiga. Frances får psilocybin i glaset, vilket ger henne en synhallucination av romansbedragna-

ren som krossade hennes hjärta och lurade av henne halva förmögenheten. I hallucinationen är han en lustig lilleputt som hon först kan skälla ut och sedan spola ner i toaletten. Det är så klart väldigt tacksamt att göra underhållning av.

MEN DET SOM också gestalts är en grupp människor som vågar sänka garden och göra sig sårbara inför varandra. Som försöker rucka på stränga normer och hårda barriärer de upprätthållit för sig själva i årtal.

»Det som gestalts är en grupp människor som vågar sänka garden och göra sig sårbara inför varandra.«

Som till slut bestämmer sig för att stanna upp och möta sin smärta istället för att fly från den. Behövs det droger för att lyckas med det? Kanske i vissa fall.

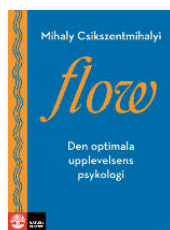
I *Nio främlingar* står mycket på spel för terapeuterna Masha och i stress över att inte uppnå tillräckliga resultat höjer hon deltagarnas doser snabbare än vad som var planen. Det slutar med blodiga slagsmål och en terapeut som övertalar och läser in sina patienter.

FÖRHOPPNINGSVIS KAN VI här i verkligheten istället skapa en trygg omgivning för de svenska psykologer som ska ordna dessa psykedeliska retreatar. Så att de inte distraheras av kritik och press från kollegor, utan i lugn och ro kan koncentrera sig på att undersöka om detta kan vara en väg framåt för människor som önskar leva ett mer autentiskt liv.

● Celia Svedhem, psykolog och litteraturkritiker



BILD: ISTOCKPHOTO



Flow

MIHALY CSIKSZENTMIHALYI, NATUR OCH KULTUR, 2021.

Flow är känslan vi får då allt fungerar och stämmer, när vi står inför utmaningar och står på toppen av vår förmåga. Den ungerske professorn i psykologi har haft framgångar på TED Talks med sina föreläsningar om positiv psykologi och flow, här samlar han sina kunskap och ger läsaren möjligheter att uppnå tillståndet.

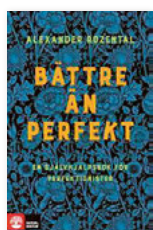
För det är inte total avslappning som ger oss de bästa ögonblicken i livet, utan när vi utnyttjar alla våra inre resurser, enligt professorn.



Stjärnan som var rädd för publiken

LARS KLINTWALL OCH AMANDA LECORNEY, NATUR & KULTUR, NOVEMBER, 2021.

Många barn blir nervösa inför att gå på kalas, börja på en ny aktivitet eller uppträda inför publik. Hjärtat bultar, händerna blir som blöt is och magen en klump. Ungefär ett av tjugo barn tycker att de här känslorna är så obehagliga att de undviker alla situationer som väcker dem, och uppfyller kriterierna för så kallad social ångest. Tyvärr innebär undvikandet att barnet missar saker som hen egentligen skulle vilja göra. Men forskning visar att undvikandet går att vända genom att barnet i små steg övar på att vara aktiv i sociala situationer och gradvis lär sig att acceptera nervositet som en del av livet.



Bättre än perfekt

ALEXANDER ROZENAL,
NATUR & KULTUR, 2021.

Att vara noggrann, ambitiös och ha höga mål är förstås bra – men kan också vara stressigt, ångestskapande och riskera att ens nära relationer påverkas. I boken finns bland annat stöd för att kartlägga tankemönster och se nackdelarna i en »perfektionistisk karta«. Målet är inte att sänka perfektionistens ambitioner, däremot att få mer flexibelt förhållningssätt till uppgifter, åtaganden och relationer. Då skapas utrymme för annat i livet än prestation.

»De stora livsfrågorna samsas här med erfarenheten från ett långt yrkesliv ägnat åt kunskapen om vad det innebär att vara människa.«

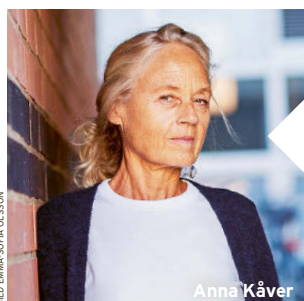
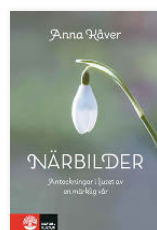


BILD EMMA SOTIA OLSSON

Anna Kåver



Närbilder

ANNA KÅVER,
NATUR & KULTUR, 2021.

Närbilder är en loggbok från en omvälvande tid. Våren 2021, då pandemin höll oss i ett jämgrepp och fick oss att ompröva våra livsstilar och reflektera över våra liv. Anna Kåver skrev dagbok under denna märkliga period, som hon nu delar med sig av. Hon betraktar och beskriver livet, med dess faser, motgångar och övergångar. Åldrande. De stora livsfrågorna samsas här med erfarenheten från ett långt yrkesliv ägnat åt kunskapen om vad det innebär att vara människa.



Föräldrasamverkan i förskolan

ANNA HELLBERG BJÖRKLUND,
GOTHIA, 2021.

I bokens konkreta exempel får vi följa fyra barn, deras föräldrar och pedagoger på en förskoleavdelning. Varje kapitel innehåller diskussionsfrågor som fungerar som underlag för reflektion och kollegialt lärande. Anna Hellberg förklarar hur vi kan prata om barn med föräldrar och hur vi kan agera när samverkan är svårare. Hon ger också verktyg för hur vi tar oss an mer utmanande samtal.



Fler böcker om psykologi – följ Psykologtidningen på instagram.

Gunilla Guvå:

»Lär av gängen«

Som psykologer kan vi hjälpa pedagoger och lärare att se elever som de barn de är och inte som framtida gangsters, skriver Gunilla Guvå.

Jag har en längre tid reagerat på att våra politiska partier tycks tävla med varandra om allt strängare straff för de som ingår i olika kriminella nätverk i tron om att detta ska stoppa de allt vanligare skjutningarna i Sverige på grund av konflikter mellan olika gäng. Samtidigt betonas vikten av förebyggande insatser för att motverka rekrytering av allt yngre barn och ungdomar, framför allt pojkar, och förskolans och skolans roll i detta sammanhang. Frågan är då vad förskolan och skolan kan göra och en tanke jag fått är denna: Varför inte göra som gängen? Vad är det de gör som inte skolan lyckas med?

Kanske kan de barn och ungdomar som låtit sig rekryteras ge oss svar på den frågan. Många av dem vittnar bland annat om hur de blivit



GUNILLA GUVÅ

sedda och betydelsefulla på ett sätt som inte skolan lyckats med.

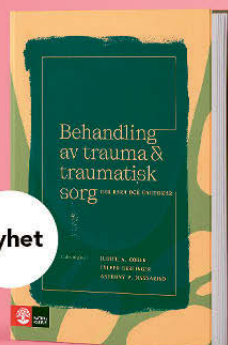
Dessa barn har kanske tidiga(re) negativa erfarenheter av vuxna som i stället för att bekräfta dem kommit med tillsägelser och förmaningar utan att ha någon relation till dem, vilket sällan får avsedda effekter. I stället riskerar konflikter att eskalera och förstärka såväl skolans som elevernas negativa föreställningar om dem själva och andra.

I ett av Uppdrag gransknings program om kriminella nätverk (SVT) beskrivs hur medlemmar i kriminella gäng kan inleda en kontakt genom att uppmärksamma dessa barns och ungdomars behov av mat – »ni ser hungriga ut, här får ni pengar så att ni kan gå och äta«. Som psykolog kan man inte låta bli att tänka på hur den första kontakten mellan barn och föräldrar etableras genom det som Daniel Stern benämner »fysiologisk relatering« det vill säga att tillgodoses barnets grundläggande behov av

exempelvis föda. Därefter kan de bli ombedda att gå små ärenden för att senare få allt viktigare uppgifter att utföra. Därigenom får de en roll och en tillhörighet i en social gemenskap, som i sin tur ger dem en social identitet som en i ett »vi«.

Om förskolan och skolan ska lyckas konkurrera med gängen om dessa barns och ungdomars val av tillhörighet, måste det ske innan de själva väljer att tillhöra denna gemenskap (vi), och därmed också det utanförskap av skolan som socialt sammanhang (dom), som detta innebär.

Mitt förslag, som jag framförde på Psifos kompetensdagar i Malmö, är följande: Arbeta uppsökande genom att be att få träffa pedagoger och lärare i förskola, förskoleklass och grundskola för att få deras bild av sina elever utifrån hur dessa väljer att relatera till dem som pedagoger och lärare. Vilka elever får man kontakt med direkt, barn som väljer att lyssna på den vuxne



Nya böcker för arbete med barn och unga

Behandling av trauma och traumatisk sorg hos barn och ungdomar, 2:a utgåvan

Stjärnan som var rädd för publiken – hjälp ditt barn att hantera social ångest

Läs mer på nok.se >>





som lärare, som väljer att vara med andra elever i klassen, exempelvis på raster. Vilka elever får man inte kontakt med och framför allt vilka elever kanske undviker kontakt och till och med utmanar en som lärare. De utgör en utmaning för läraren som psykologen kanske kan hjälpa dem att hantera innan de gått i fällan, det vill säga låtit sig utmanas, och därigenom bekräftat dessa barns negativa föreställningar om sin omvärld.

Som psykologer kan vi hjälpa pedagoger och lärare att se dessa elever som de barn de är och inte som framtida gangsters och att tillgodose deras behov (kanske inte med pengar till mat), få dem att känna sig betydelsefulla, få dem att vilja samarbeta kring lärandet och skolarbetet som en gemensam uppgift i skolans värld, få dem att vilja tillhöra skolans värld i stället för det utanförskap som en tillhörighet i ett kriminellt nätverk utgör.

Om man får till detta får man sannolikt deras vårdnadshavare på köpet, som kanske inte alltför ofta fått höra positiva saker om sina barn i förskola och skola och därför inte heller uppfattats som samarbetsvilliga där. Förhoppningsvis

»Vilka elever får man inte kontakt med och framför allt vilka elever kanske undviker kontakt och till och med utmanar en som lärare.«

får de i stället möta pedagoger och lärare som gillar deras barn och liksom alla föräldrar älskar även dessa föräldrar personer som gillar deras barn. Så enkelt och samtidigt så svårt är det!

Och framför allt är detta ett sätt för psykologer att nå ut och fram till pedagoger och lärare genom att lära känna dem och de oss som psykologer, vilket bäddar för ett fortsatt konstruktivt samarbete när de är i behov av vår hjälp i sitt arbete.

Slutligen är detta proaktiva arbete något som man som psykolog kan starta direkt – redan på måndag! ●

***Gunilla Guwå**, psykolog och författare som arbetar med fallkonsultation som psykologisk metod i förskola och skola.*

Utllysning av forskningsmedel inom ungdomsvård och missbruksvård

**Ansökningstillfälle
den 28 februari 2022**

Statens institutionsstyrelse (SiS) är en statlig myndighet som bedriver individuellt anpassad tvångsvård för ungdomar med psykosocial problematik och vuxna med skadligt bruk och beroende. Inom ungdomsvården vårdas också ungdomar dömda till sluten ungdomsvård. Viktiga uppgifter för SiS är att bedriva metodutveckling samt att stödja forskning i syfte att öka kunskapen om och förbättra SiS vård och behandling. Därför finansierar SiS extern forskning via en årlig utlysning av forskningsanslag.

Forskare är välkomna att komma med ansökningar om anslag till forskningsprojekt som tar sin utgångspunkt i SiS forskningsprogram. Den praktisknära forskningen kännetecknas av ett kunskapsintresse som i första hand avser att bidra med kunskap om hur vård och behandling och verksamheten i stort kan utvecklas och förbättras. Det är också av intresse att sökande har förankrat genomförbarheten av projektet inom ramen för SiS verksamhet.

I år välkomnar vi särskilt frågeställningar som undersöker LVM-vården.

Ansökningstillfället gäller såväl ett- som fleråriga projekt.

Senast den 28 februari 2022 ska projektskisser ha kommit in till SiS för projekt som avses löpa från och med den 1 januari 2023.

Läs mer på
www.stat-inst.se/ansokan

Statens
institutions
styrelse SiS

Mest värde för flest medlemmar

Självständighetsdeklarationer finns det gott om i världens och enskilda människors historia. Behovet att skilja ut sig gentemot omvärlden och markera sin frihet från förväntningar, samhällsmoral och normer hos tidigare generationer och regimer är djupt mänskligt och en drivkraft bakom nationers, samhällens och kultururs utveckling.

Sedan räcker det ju inte att skilja ut sig, vi behöver också höra till och känna samhörighet. En balansakt som inte är helt enkel, och som jag kan se har präglat mitt eget liv i hög grad. Det har ofta uppstått ett slags skav när jag önskat ingå i en grupp och samtidigt känt en oro att jag ska behöva kompromissa med mina egna värderingar för att få vara med.



»I våra politiska och mellanmänskliga relationer i dag tränger självständighet ofta undan tillhörighet.«

MIN LEDARSKAPSDEKLARATION UTGÅR därför mer från tillhörigheten och innebär att jag strävar efter att ta ansvar för helheten. Det leder till en del obekväma positioner, men mitt löfte är att jag i den mån jag förmår enligt bästa förmåga kommer att välja den väg jag bedömer vara av mest värde för flest medlemmar. En balansakt som Bob Dylan beskrivit mer elegant:

*I am hanging in the balance of the reality of man
Like every sparrow falling, like every grain of sand*

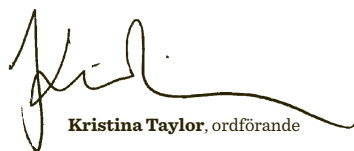

Kristina Taylor, ordförande



BILD KAUSA HEINEMAN

Psykologstuderande Nathalie Reinholds vinnare av Lilla Psykologpriset 2021.

Förbundsnytt

Hon vinner Lilla Psykologpriset

PSYKOLOGSTUDENT. Lilla Psykologpriset 2021 går till Nathalie Reinholds. Som ordförande för Lundapsykologerna respektive Psykologstudent Sverige har hon visat stort engagemang och kunskap. Hennes insatser och förmåga att inkludera och relatera till andra studenter har, enligt juryns motivering, »gynnat studiegemenskapen, inspirerat andra att engagera sig, och troligen gjort en svår period att vara student i lite lättare«. Priset på 10 000 kronor delades ut den 15 oktober.

Världshälsodagen uppmärksammas

PÅVERKAN. Psykologförbundet uppmärksammade World Mental Health Day med en filmad miniföreläsning om måendet hos unga HBTQ+. Föreläste gjorde psykologen och forskaren Matilda Wurm, som även besvarar frågor på förbundets sajt ung.psykologiguiden.se. Filmen finns, förutom på sajten, även på förbundets hemsida.

Du och din lön

LÖNEENKÄTEN. Håll utkik! Snart har du chans att besvara Psykologförbundets årliga löneenkät och därmed bidra med

ett så bra underlag som möjligt för förbundets fortsatta arbete med löne- och villkorsfrågor. Den digitala enkäten mejlas till alla yrkesverksamma och egenföretagare som är medlemmar i förbundet. Du kan också besvara enkäten via inloggning på förbundets hemsida. Löneenkäten öppnas den 26 oktober, sista dagen att besvara enkäten är den 31 december.

FS möts i verkligheten

DEMOKRATIN. Efter ett år med möten bakom skärmar kunde förbundsstyrelsen äntligen ses i verkliga livet. Under två intensiva dagar, 16-17 september, planerades styrelsearbetet för kommande verksamhetsår. »Efter ett år med mycket fokus på förbundets interna processer och strukturer, vill vi nu vända blicken ännu mer ut mot världen och synliggöra psykologer och förbundets politik mer i olika strategiska sammanhang«, summerade förbundsordförande Kristina Taylor.

Två nya chefer

KANSLIET. Gunilla Svensson är från och med den 1 november ny enhetschef för Yrkesavdelningen på Psykologförbundets kansli. Den 1 oktober tillträdde Johan Thesslin som ny förhandlingschef.

www.psykologforbundet.se • post@psykologforbundet.se

Har jag rätt till högre lön under uppsägningstid?

Fråga: Jag har arbetat fyra år på en psykiatrimottagning i en region. På grund av att jag flyttade med familjen sade jag upp mig i maj i år. Då jag handledde en PTP på mottagningen, frågade min arbetsgivare om jag ville förlänga uppsägningstiden något, så jag slutade i slutet av augusti. Jag bytte till en annan klinik inom samma region. Jag förhandlade ny lön på den nya mottagningen, så på lång sikt är det inget problem.

När jag sa upp mig i maj var lönerevisionen med brytdatum 1 april inte klar. Efter semestern frågade jag chefen om utfallet i lönerevisionen – chefen svarade att det blev noll för min del på grund av jag sagt upp mig när de hade slutförhandlingen i mitten av maj. På lönesamtalet i mars var chefen var nöjd med min insats.

Min fråga är nu, är detta rimligt? Jag arbetade nästan fem månader utan något påslag och informerades om det

»De regler som ska gälla vid löneöversyn ska ju vara kända av er, så det ska inte komma som en överraskning för någon.«

någon vecka innan jag slutade. Visst, det kan vara bra för kollektivet om de som var kvar fick dela på min pott, om de nu fick det? Men det är ändå några tusenlappar det handlar om, kanske mellan fem och tio sammanlagt, för ett normalt påslag. Min fråga är nog egentligen: Har jag skäl att känna mig förbannad och besviken på min tidigare

arbetsplats, vilket jag gör, eller är det ett vanligt och rimligt agerande från deras sida, som man får räkna med när man säger upp sig och lönerevisionen är försenad vid uppsägningen?

Jag har sett andra arbetsgivare hantera frågan på liknande sätt, men tycker att du har skäl att vara besviken på din arbetsgivare. De regler som ska gälla vid löneöversyn ska ju vara kända av er, så det ska inte komma som en överraskning för någon. Psykologföreningen sitter ju med vid en överläggning inför löneöversynen. Vid den överläggningen ska arbetsgivaren redogöra för vilka som ska omfattas av översynen, tidplan, genomförande, lönepolicy, lönestruktur etcetera.

Normalt gäller det tillsvidareanställd personal som är anställd den 31 mars och 1 april och som inte är lönesatta i 2021 års lönenivå. Du får höra med ordförande i Psykologföreningen vad som är sagt för er översyn. Hen eller någon annan i styrelsen har säkert diskuterat frågan med er arbetsgivare. Lönen ska ju sättas och motiveras utifrån kända lönekriterier. Är det känt att man inte kommer att ingå i översynen om man säger upp sig innan »slutförhandlingen«? Om inte, så får psykologföreningen ifrågasätta beslutet att ge dig noll.

/Leif Pilevång, ombudsman



LEIF PILEVÅNG



ELIN EOS

Fråga: Jag undrar hur kopplingen mellan arbetsbelastning och sysselsättningsgrad ser ut. På min arbetsplats förväntas alla jobba heltid och inga anpassningar görs.

Din arbetsgivare har ett ansvar för att se till att du och dina kollegor inte blir sjuka eller skadas i jobbet samt att ni har en god arbetsmiljö. Här ingår (enligt Arbetsmiljöverkets föreskrift om social och organisatorisk arbetsmiljö) att det ska finnas en rimlig arbetsbelastning, där det finns en balans mellan kraven i arbetet och de resurser som finns att tillgå.

Om det under lång tid finns en obalans, där kraven är mycket högre än resurserna, är det en riskfaktor som kan leda till att ni blir sjuka av ert arbete. I det här fallet är kraven i arbetet arbetsmängden och resurserna bemanningen. Som anställda har ni rätt att, under vissa förutsättningar, jobba deltid, ha semester, åta er ett fackligt uppdrag eller studera och då är arbetsgivaren skyldig att se till att de arbetsuppgifter och befogenheter som tilldelas er inte ger upphov till ohälsosam arbetsbelastning. Det innebär att resurserna ska anpassas till kraven i arbetet. Och kan inte resurserna anpassas kanske kraven behöver sänkas, på kort eller lång sikt.

Om du har problem med din arbetsbelastning, prata med din närmaste chef, i andra hand ditt skyddsombud och/eller ring oss!

/Elin Eos, ombudsman

HAR DU EN FRÅGA?

Mejl! redaktionen@psykologtidningen.se

Du kan också kontakta medlemsrådgivningen på telefon 08-567 06 400.

Psykolog

TIDNINGEN

Ges ut av Sveriges Psykologförbund.

REDAKTIONEN

Chefredaktör och ansvarig utgivare:

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

Vetenskapsredaktör:

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

Medverkande i detta nummer:

Linnea Blixt, Stéfan Estassy, Maria Jernberg, Celia Svedhem, Anna Wahlgren, Elisabeth Ohlsson Wallin.

Redaktionsrådet:

Gerhard Andersson, professor i klinisk psykologi vid Linköpings universitet och KI.
Anne Grefberg, psykolog och föreläsare.
Jenny Klefbom, psykolog och författare.
Jonas Ramnerö, enhetschef, Centrum för psykiatriforskning.
Clara Söderstierna, studeranderepresentant.

 facebook.com/psykologtidningen

 @psykologtidning

 #psykologtidningen

 Psykologtidningen

Postadress: Nytorpgsg 17A,
116 22 Stockholm

e-post: redaktionen@
psykologtidningen.se

www.psykologtidningen.se

ISSN 0280-9702.

Annonser: Newsfactory

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

Textannonser:
Madeleine Nordberg,
kontaktuppgifter se ovan

Grafisk form:

Birgersson & Co
Anders Birgersson
Markus Edin
Åse Bengtsson Helin

Korrektur:

Mats Wirstrom

Omslag:

Elisabeth Ohlsson Wallin

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	8/2021
Utgivning	v 50
Manusstopp	18 november

Här hittar du alla som arbetar inom Sveriges Psykologförbund

Kontakt

■ Medlemsrådgivningen

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

■ Specialistutbildningen

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

■ Medlemsregistret

08-567 064 30
medlemsregistret@psykologforbundet.se

Kansli

■ **Postadress:** Box 3287,
103 65, Stockholm

■ **Besöksadress:** Vasagatan 48

■ **E-post:** post@psykologforbundet.se

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

■ **Psykologförbundets hemsida:**
www.psykologforbundet.se

■ **Plusgiro:** 373267-4
Bankgiro: 767-2066

Direktnummer till personalen

■ Ledning

Ulrika Edwinson, 08-567 064 02,
förbundsledare.

Mahlin Levin, 08-567 064 07,
förbundssekreterare.

■ Kommunikation

Ann Hallenius, 0706-12 70 60,
kommunikationschef.

Anna Härenvik, 08-567 064 42,
kommunikationsstrateg.

Anton Emanuelsson, 0709-67 64 09,
digital kommunikator.

Emily Storm, redaktör för Psykologiguiden.

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

Kristina Wallin, 0709-76 54 75,
digital utvecklare.

■ Professions- och medlemsfrågor

Martin Björklind, 08-567 064 11,
professionsstrateg.

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

Elin Eos, 08-567 064 03,
ombudsman.

Carl Johan Brunnerbäck,
tjänstledig.

Leif Pilevång, 08-567 064 10,
ombudsman.

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

Linda Solberg, 08-567 064 73,
ombudsman.

Johan Thesslin, 08-567 064 05,
förhandlingschef.

■ Utbildning

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

Elin Wesslander, 0709-67 64 74,
utbildningsledare.

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 Ohman, ledamot.

Studeranderådet

Clara Söderstierna, ordförande.

Josefine Rasmusson, 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

■ KONTORSRUM PÅ KUNGSGATAN 58, STOCKHOLM

Nyrenoverat kontor på en representativ adress i en affärsmässig miljö. Två rum på 15 m2 vardera finns tillgängliga för omgående inflytt med fördelaktigt pris. Den nyrenoverade lokalen är belägen i ett vackert sekelskifteshus med högt tak, stukaturer och öppen spis, nära till T-centralen och all kommunikation. Rummen går att hyra per veckodag (3000 sek) samt heltid.

I hyran ingår el, försäkring, städning, larm och internet. Välkommen på visning eller en kopp kaffe!

ADELSON OCH ARAM info@adelson.se, 070 099 36 95

■ TERAPIRUM S:T ERIKSPLAN

Terapirum med utsikt över Vasastans takåsar uthyres per timme eller mer i etablerad terapimottagning vid S:t Eriksplan. Online-bokning, wifi och trevliga kollegor. Läs mer på www.blåvinden.se eller ring Björn Christensen, 073 389 57 01.

■ TERAPIRUM UTHYRES, STOCKHOLM

Terapirum uthyres i en trivsamt, etablerad och centralt belägen mottagning vid Östermalmstorg. Förmånlig hyra. För information och visning kontakta maria.frisk.sthlm@icloud.com eller på tel 070 640 60 24.

■ RUM UTHYRES, 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 mer info på mobilnr: 073 915 47 27

Marknadsannonser

MARKNADSANNONS + E-TIDNING: 950 kr.

Rubrik samt fyra rader text.

**SÄKRA
SVAR
OM HIV**

020-78 44 40

**NoaksArk
DIREKT**

**40 ÅRS ERFARENHET AV STÖDJANDE
SAMTAL OM HIV OCH SEXUELL HÄLSA**

PSYKOLOGKURSER

Under vårterminen 2022 har vi kurser inom alla specialinriktningar, såväl digitalt som fysiskt på plats i Stockholm. Vi erbjuder bland annat:

- Psykologisk behandling av barn och ungdomar

Kursen ges i Stockholm och syftar till att ge den blivande specialisten aktuellt forskningsläge, kollegialt utbyte och färdighetsträning. Särskilt fokus läggs på hur behandlingen kan skraddarsys utifrån den unga patientens individuella problematik, komorbid problematik, dess omgivning och andra förutsättningar.

- Stress, utmattning, sömn och smärta

En digital kurs om evidensbaserade metoder för bedömning och behandling inom primär- och specialistvård, som strävar efter att erbjuda ett bredare perspektiv gällande behandling av barn och ungdomar.

Hela vårens kursutbud finner du på vår hemsida!



info@wisemind.se 076 325 49 58 www.wisemind.se



S:t Lukas
Göteborg

SPECIALISTKURSER INOM ARBETS- OCH ORGANISATIONSpsyKOLOGI

I januari startar S:t Lukas i Göteborg AB nya omgångar av våra uppskattade fördjupningskurser:

Arbets- och organisationspsykologisk konsultation och personalhandledning

Ettårig konsultutbildning, ackrediterad som tre
specialistkurser för psykologer
15 dagar, januari 2022 - januari 2023
Anmäl dig senast 1 december

Chefshandledning

Digital utbildning, ackrediterad som specialistkurs för psykologer
Tio halvdagar, 13 januari - 24 mars 2022
Anmäl dig senast 16 december

Ytterligare information och kontaktuppgifter
www.sanktlukas.se/goteborg/organisationspsykologi/

Vill du också synas här?

Kontakta Madeleine Nordberg
på psykologtidningen@newsfactory.se

sapu

Studera på Högskolan SAPU

Psykioterapeutprogrammet 90 hp
Handledar- och lärarutbildning i psykioterapi

Alla våra utbildningar på

www.sapu.se



Specialistkursen

Neuropsykologisk vuxenpsykiatri
7,5 hp via zoom.

Kursen består av tre block:

Introduktion, Språk & Kommunikation,
Uppmärksamhet & Exekutiva funktioner
med inslag av både praktiska
och teoretiska moment.

Fyra tillfällen à två dagar.
inklusive examination under våren 2022.

För mer information:

psykolog@lindagjertsson.se
www.lindagjertsson.se

PSYKOLOG | LINDA
GJERTSSON



OBM i praktiken

Specialistkurser i arbetspsykologi

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

Information finns på www.baou.se eller fås
via e-post rolf@olofsson-ou.se. Ansvarig för
kurserna är Rolf Olofsson BAOU AB. Nästa
kursstart är 25-26 januari 2022 – anmäl dig
via www.baou.se.



ITB - Institutet för tillämpad beteendevetenskap

SPÄDA & SMÅ BARNES PSYKISKA HÄLSA OCH UTVECKLING, 0-5 ÅR

Denna kurs riktar sig till olika professioner som arbetar med barn mellan 0-5 år och syftar till att ge en fördjupad kunskap om späda & små barns psykiska hälsa och utveckling utifrån neurobiologiskt, utvecklingspsykologiskt, anknytningsteoretiskt, relationsteoretiskt och kliniskt perspektiv. Kursen ger även kunskap om för åldern relevanta bedömnings-, utrednings- och behandlingsmetoder vad gäller barnets utveckling, barnets och föräldrarnas psykiska hälsa och samspelet mellan förälder och barn. Kursen är öppen för olika professioner och även ackrediterad som specialistkurs i Psykologförbundets specialistordning.

Kursstart: 9 februari 2022

Kursansvarig: Johanna Stålnacke e-mail: johanna.stalnacke@psychology.su.se
Lilianne Eninger e-mail: lilianne.eninger@psychology.su.se

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

Sista anmälningsdag är 31 december 2021



Stockholms
universitet



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

PTP-tjänster inom vårdcentral, barn- och ungdomspsykiatri, psykiatri, habilitering och 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 2021-11-01 till 2021-11-21

Vidareutbildning för psykologer, läs mer på vår hemsida: <https://www.vgregion.se/utbildningsenheten>

VI SKA BLI SVERIGES
BÄSTA OFFENTLIGA ARBETSGIVARE



VÄSTRA
GÖTALANDSREGIONEN



Vi växer och vi vill ha med Dig på vår resa!

Vill du vara med på vår resa att skapa hållbara arbetsplatser, hjälpa människor med svårigheter och samtidigt bidra till att utveckla vår verksamhet?

Vi söker nu dig som vill arbeta som psykolog i:

- Helsingborg
- Malmö
- Växjö
- Östergötland
- Gävle

För att läsa mer om respektive tjänst besök oss på karriar.pbm.se



PSYKIATRIPARTNERS



Utredningskompaniet

NU SÖKER VI EN

Specialistpsykolog med psykologiskt ledningsansvar (PLA)

Vi söker nu en leg. psykolog som har ambitionen av att specialisera sig inom neuropsykologi.

Vill du veta mer? Besök oss gärna på www.utredningskompaniet.se/specialistpsykolog



KARLSTADS UNIVERSITET SÖKER

UNIVERSITETSLEKTOR I PSYKOLOGI (KLINISK LEKTOR)

Vill du veta mer?
Gå in på kau.se/jobb
Sista ansökningsdag: 2021-11-07

KAU.SE



S:t Lukas Uppsala söker Legitimerad psykolog/leg. psykoterapeut

S:t Lukas i Uppsala söker dig som är legitimerad psykolog och/eller legitimerad psykoterapeut. Tjänsten är 100 % med tillträde till våren. Vi erbjuder en stimulerande arbetsgemenskap i trevliga lokaler samt möjlighet till personlig utveckling och fördjupning.

Läs mer om tjänsten på www.sanktlukas.se/upsala



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

**NU-sjukvården söker:
PSYKOLOG MED
FORENSISKT INTRESSE**

Som psykolog inom rättspsykiatri erbjuds du ett varierande och utmanande psykologarbete genom att integrera det psykologiska kunskapsområdet i ett juridiskt och kriminalpolitiskt sammanhang. Vi möter patienternas förutsättningar utifrån diagnos med evidensbaserade behandlingsmetoder. Du kommer få möjlighet till utbildning.

Rättspsykiatri, Brinkåsen, Vänersborg
Referensnummer: 2021/6104
Sista ansökningsdag: 2021-11-18

Mer info och fler lediga tjänster hittar du på:
vgregion.se/jobb

VI SKA BLI SVERIGES
BÄSTA OFFENTLIGA ARBETSGIVARE



VÄSTRA
GÖTALANDSREGIONEN



Psykologer

**till Mödrahälsovårdsenheten
och Barnhälsovårdsenheten
i Region Stockholm**

**Vill du vara med och forma mödra- och
barnhälsovården i region Stockholm?**

MHV/BHV-enheterna kommer under 2022 få ett utökat
uppdag och söker två psykologer.

Välkommen med din ansökan senast 2021-11-26

Läs mer på Södersjukhuset.se/jobb



Region Stockholm

90
ISVENSK
INSAMLINGS
KOMITTE

**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

**Letar du efter en dynamisk och
inspirerande arbetsplats med utrymme
att växa och utvecklas?**

**Vi söker nu en psykolog till vårt
Stockholmsteam.**

*Gärna med erfarenhet av arbete inom ledarskap
eller organisationsutveckling.*

*Tror du att du passar rätt för den här rollen?
Kontakta Ola Wretling på ola.wretling@edwardlynx.com eller
skicka ditt CV och personligt brev till info@edwardlynx.com.*

www.edwardlynx.com



**EDWARD
LYNX**



S:t Lukas Gävleborg söker

leg. Psykoterapeut.

För mer info besök
www.sanktlukas.se/gavle-sandviken



Vineland-3™

Snart lanseras Vineland-3. Vineland-3 är ett verktyg för att mäta olika domäner inom adaptivt beteende, vilket kan vara till stor användning vid utredningar av barn med funktionsnedsättningar. Den nya versionen identifierar styrkor och svagheter med stor precision och mäter domäner som stämmer överens med de primära adaptiva färdighetsområdena i diagnosen intellektuell funktionsnedsättning i DSM-5.

Läs mer här:

www.pearsonclinical.se/vineland-3

