

Psykolog

Ges ut av Sveriges Psykologförbund

TIDNINGEN
#8 2021

6

PSYKOLOGISKA
TIPS INFÖR JUL

TEMA

Handledningens
fria tyglar

DEBATT

Dags att rensa
ut rasismen

NYHETER

»Örebro-
studenterna
duger inte«

»Att folk blir
förbannade
är inget
problem«

MÖT BARNPSYKOLOGEN
MALIN BERGSTRÖM

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 härde 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/yrikesverksamma/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



»Handledning är en socialisering in i yrket och har stor betydelse för den professionella utvecklingen.«

Sid 12



Innehåll #8 2021



Intro > 4

Psykologer i media och psykologen som gick från legoplan till flygcertifikat.

Nyheter > 8

Region Skåne dömer ut psykologutbildningen i Örebro. Psykolog riskerar fängelse efter klimataktion.



Handledningen flyger fritt > 12

TEMA. Handledning saknar struktur och nu höjs röster för att den styra upp den.

»Jag fick lämna styrspakarna och krypa bak i planet.«

6 tips för ett lyckat julfirande > 20

Sticker gärna ut hakan > 22

MÖTET. Barnpsykologen Malin Bergström har inget problem med att folk blir förbannade.

Forskning > 28

Många missuppfattningar om anknytningsteorin.

Debatt > 40

Psykologförbundet bör utreda psykologins bidrag till rasism.



> 20

En evig mur för alla som syndat

DET APPLÅDERAS ÅT ett förslag på krav att visa utdrag ur belastningsregistret för att påbörja psykologutbildningen. Jag blir fundersam. För femton år sedan ville en av hundra arbetsgivare se ditt brottsregister före anställning. I dag är vi uppe i var tionde. För psykologer är siffran ännu högre; för var femte anställning krävs utdrag ur belastningsregistret, visade en undersökning i år i tidningen Arbetet. Visst är det rimligt för jobb med barn som patienter. Det är ju en obehaglig sanning att pedofiler söker sig till arbetsplatser där det finns barn.

MEN NÄR JAG SCROLLAR genom dagens platsannonser krävs det belastningsutdrag för en rad anställningar som psykolog. Varför behöver en psykolog be-

visa att hen aldrig begått något brott för att få jobba inom vuxenhabiliteringen i Helsingborg? Jag fattar det inte. Ska inte rehabi-

»Ska inte rehabiliterade kriminella få en andra chans?»

literade kriminella få en andra chans? Utvecklingen är obehaglig.

Vi vet att det finns en enorm överrepresentation av adhd på fängelserna – när kommer arbetsgivarna att kräva journalutdrag?

SJÄLV BEHÖVDE JAG inte visa upp ett utdrag för att bli anställd som chefredaktör. I så fall hade det framkommit att jag är dömd för förtörning på cykel på en gata i Stockholm (17 km/h). I framtiden hade jag kanske gallrats bort.

Leif Kriisa

Chefredaktör
leifnart.kriisa@psykologtidningen.se



MEST LÄST i år på Psykologtidningen.se

1. Diagnosen som skenade (utmattningssyndrom)



2. Anknäppningsteorin används felaktigt – barn kan drabbas

3. Radiopsykologen Lasse Övling slutar

4. Nya Radiopsykologen öppen för namnbyte

5. »Jag har aldrig fått så



mycket ris och ros« (Anna Bennich om polyamorösa)

Rättelse:

Den meme som publicerades i förra numret hade skapats av psykologen Martin Örlén.

Hör av er!

Mejla till:
redaktionen
@psykologtidningen.se

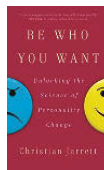
Vi förbehåller oss rätten att redigera insänt material.

Redaktionen tipsar

NETFLIX. Psykologen Wilhelm Behrman är manusförfattare till den omdebatterade serien om Skandiamannen. Vi sökte Wilhelm Behrman men han har fått munkavle av Netflix. Är det oetiskt att dramatisera en person som mördare, som aldrig blivit dömd? Kanske, men serien är så välgjord och tittaren är nog lika tveksam huruvida Skandiamannen var mördaren efter serien. /LK



BOK. Introvert men vill bli kung på partyt? Det kräver träning. Psykologen Christian Jarretts bok *Be Who You Want* (Robinson, 2021) handlar om hur personlighetsdrag kan förändras med egna initiativ och av livslång erfarenhet, med stöd i den senaste forskningen och på evidensbaserade sätt att påverka de fem personlighetsdragen enligt Big Five-teorin. /PÖ



Stafetten: Andreas Leijon om #7 2021

Typiskt, såklart skulle jag få ett sex- och svampnummer! Jag, sexuellt försiktig, med knarkängest. Vill fokusera på psykologer som experter i rättegångar. Sex lockar dock, som oftast. Jag vill fördjupa mig i det, som psykolog (säkert annars också). Jag kan psykoanalysens psykos sexuella utveckling, som där blir frön till mycket, bland annat en vuxen, »normal» sexualitet. Även en mer kåt, eller mindre. Eller en »pervers«! Nåja, så tänker ju få psykologer i dag. Det kommer nog att pratas mer konkret sex hos psykologer. Sexologi kompletterar, men jag och flera kan öppna för sex i våra samtal. Öppna oss och terapiummen mer. Friskt! Suhinina är en inspirerande kollega. Med svamp finns två möjligheter. Antingen är några kollegor på väg åt ett håll som jag inte alls tror på. Som rent av irriterar mig, då de gör det under vårt yrkesparaply. Eller så är jag tidigt i en process som kommer att förflytta mig till mer förståelse, kanske sympati. Jag har ju ändrat mig förr. Gillar att påverkas, i livet och yrket!



Psykologtidningen #7/2021

Andreas Leijon är psykolog på Pliktverket och skickar vidare stafettpippen till den person som gör honom kåtast, sambon och psykologen Jessica Grahn.

Bli pilot!

- 1) Kontakta en flygklubb i närheten. Be att få åka en provtur.
- 2) Många förutsätter att det är dyrt att ägna sig åt flygning och att det är höga medicinska krav men det är en myt.
- 3) Var beredd på att teorimomenten inför ett certifikat kräver engagemang men det är faktiskt inte svårare än ett bilkörkort.

FAKTA: Carl Hultström bor med sin sambo i Halmstad, är psykolog och arbetar med strategiska frågor, bland annat med arbetslivsinriktad rehabilitering och patientsäkerhet på arbetsförmedlingen.



Carl Hultström, psykolog och pilot

»Flyga var sist på min bucketlist«

SOM LITEN BYGGDE han legoplan, som tonåring gnetade han varje år ihop till tusenlappen det kostade att få en flygtur med en privatpilot i barndomens Värmland.

– Jag fick göra det mesta där som »andrapilot«, förutom själva starten. Stolt och lycklig var jag, att få styra ett plan som tonåring!

Sedan tog vuxenlivet vid, psykologstudier och jobb, drömmen om att flyga förverkligades istället i datorns flygsimulator.

– Först när jag fyllde 30 fanns pengar,

tid och flygplats samtidigt. Då tog jag flygcertifikatet på ett halvår.

Rädd har han aldrig varit, även om han blev lite skakig när han flygtränade och vid ett tillfälle insåg han att headsetet, från vilket han skulle få instruktioner om landningen, gått sönder.

– Då såg jag ett det låg ett extra headset bak i planet och fick göra som Långben i julaftonsfilmen, lämna styrspakarna för en stund och krypa bak. Men det gick det med.

Det är tio år sedan nu. Flyger gör han

så fort han får tid, när vännerna tar bilen till Borgholm på somrarna, tar han planet. En viktig händelse var när han för några år sedan tog med pappa i planet och landade på ett gärde i Värmland. En landningsbana som grannbonden ordnat på sin åker när Carl var liten.

– Han hade ett flygplan parkerat där. Och nu landade jag själv där. Det kändes stort. Som om man knöt ihop säcken, från barndomens drömmar. Nu finns det inget mer på denna bucketlist.

● Hanna Nolin



BILD: KRISTIAN POHL/REGERINGSKANSLIET

»Jag har en stark glöd för kulturfrågorna och skulle inte ha något emot att fortsätta jobba med dem.«

Avgående kulturminister **AMANDA LIND** har tidigare sagt till Psykologtidningen att hon kan tänka sig att återgå till sitt yrke som psykolog. Än verkar det inte vara dags (DN).



BILD: MIN DOKTOR

»Om patienter svarar på ett sådant sätt att de antyder att det är akut då är de på fel vårdnivå.«

OLOF JOHANSSON på vårdappen Min Doktor om kritik mot att chattbotar sorterar bland de vårdsökande och ibland hänvisar till akutmottagning (DN).



»Barn är ju inte det vi är byggda för, så här krävs en individuell lösning för att det ska funka.«

MARTIN LARDÉN, psykolog och chef för Kriminalvårdens enhet för behandlingsprogram om att en 17-åring dömdes till åtta års fängelse för mordet på en polis i Göteborg (Sveriges Radio).

JOHAN LUNDSTRÖM

»Normen i västvärlden är att inte ha en kroppslukt. Det existerar en industri som omsätter cirka 20 miljarder dollar årligen, vars enda syfte är att maskera våra kroppslukter eller ersätta dem med nya lukter. Man har sett att normativt vackra personer upplevs lukta mindre illa, trots att de kanske har samma lukt som en individ med ett annat utseende.

Johan Lundström, psykolog och luktforskare på Karolinska institutet (SvD).

MARIE CARLSSON:

»Det är ju deras bild om man säger så, men vi har haft en god dialog hela tiden. Hög arbetsbelastning i kombination med lägre lön gör att man tappar lite sugen.

Det driver jag i regionen och högre upp i min linje. Det är inga hemligheter, det gör det svårrekryterat.«

Marie Carlsson, psykolog och verksamhetschef för Bup Sahlgrenska, om skyddsombudets larm om att bemanningen ligger på knappt 30 procent av vad den borde vara (GT).



BILD: MALIN ULINERT SAHLGRENKA

EVA RUSZ:

»I västvärlden tros cirka tio procent ha någon typ av personlighetsstörning. Kruxet är att narcissism är den störning man kommer i kontakt med minst, eftersom de reglerar avstånd och ofta vägrar att bli synade, exempelvis i terapi. Om en narcissist blir ifrågasatt kan hen bli så inåt helvete förbannad. Vreden vet inga gränser, utan blir som en tsunami som sköljer över dig.«

Eva Rusz om narcissister (Amelia).

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 företagshälsövård är meriterande.



kry

REGION SKÅNE:

»Utbildningen i Örebro duger inte«

Psykologer med examen från Örebro universitet håller inte måttet för Region Skåne. Skälet är att studenterna inte får en »ren utbildning i KBT«.

– Ospecifika psykologutbildningar ger inte tillräckligt specifik praktisk kompetens, säger Helena Wallander, hälso- och sjukvårdsstrateg.

Text: Lennart Kriisa

I Region Skåne kan patienter – efter remiss från läkare – själva få välja mottagning för att få behandling i KBT, IPT eller PDT. En förutsättning är att psykologen har blivit ackrediterad. Men det sker inte per automatik.

En psykolog med utbildning från Örebro erbjöds en anställning hos ett privat företag i Region Skåne. Efter utredning kom regionen fram till att utbildningen i KBT i Örebro var för ospecificerad och meddelade avslag.

– En riktigt trist start på mitt yrkesliv. Jag kunde inte föreställa mig att en legitimerad psykolog skulle få avslag, säger psykologen till Psykologtidningen.

Christian Fahlén, som driver psykologföretaget Sund Psykologi med inriktning på KBT och med tio anställda psykologer, har samma erfarenhet. Han ville anställa en psykolog med utbildning från Örebro och det tog månader innan han fick något svar.

– Jag ringde till regionen men fick bara svävande svar. Likadant när jag skrev till dem, säger han.

Christian Fahlén berättar att han anställt psykologer med utbildning både från Köpenhamns universitet och Lunds universitet, där lundastudenterna läser ett år KBT och ett år PDT. Då har det aldrig varit några problem med ackreditering.

Han har själv jämfört utbildningarna i Lund och Örebro.

– De läser ju dubbelt så mycket KBT-litteratur i Örebro jämfört med Lund, säger Christian Fahlén som överklagat beslutet till förvaltningsrätten.

Region Skåne är inte bara kritiska mot utbildningen i Örebro. Helena Wallander skriver i ett brev till Christian Fahlén:

»Några universitet till exempel Uppsala har en tydlig inriktning mot en specifik psykoterapiform medan andra universitet till exem-



ADAM HELLES



CHRISTIAN FAHLÉN

»Jag ringde till regionen men fick bara svävande svar.«

pel Karlstad har en mer integrativ utbildning där olika psykoterapiformer även blandas.«

Även psykologprogrammet i

Linköping är undermåligt, anser Region Skåne.

Adam Helles, programansvarig för psykologprogrammet i Linköping, skriver i ett mejl till Psykologtidningen:

»I och med att vi har de teoretiska delarna integrativt och de praktiska delarna metodspecifikt så har det varit problem för flera av våra studenter med just Region Skåne. Det har dock löst sig genom att vi har skrivit intyg på vilken behandlingsmetod de har lärt sig under de praktiska momenten.«

Joakim Norberg, programansvarig för psykologprogrammet i Örebro, tror att det hela bygger på ett missförstånd och har förgäves försökt komma i kontakt med de ansvariga i Region Skåne.



REGION SKÅNE

Region Skåne innefattar 33 kommuner i Skåne län med drygt 1 390 000 invånare.

Han berättar att det tidigare fanns en trend med integrationsseminarier, för att studenten skulle förstå likheter och skillnader mellan olika behandlingar.

– Däremot ska de aldrig blandas samman under en behandling, säger Joakim Norberg, även om han medger att det tidigare funnits en sådan öppenhet.

David Åkerlund, psykolog och lärare på psykologprogrammet i Örebro, minns att det mot slutet av en PDT-behandling kunde vävas in KBT-tekniker, som till exempel exponering.

– Men så jobbar vi inte längre, säger han.

Undervisningen i Örebro bygger på evidensbaserad psykologisk praktik, menar Joakim Norberg, vilket innebär att studenten väljer den evidensbaserade behandling som han eller hon bedömer är bäst i det enskilda fallet.

– Däremot ska studenterna inte



JOAKIM
NORBERG



CLARA
SÖDERSTIERNA

»Det är nog ganska få som känner sig till skillnaderna mellan de olika utbildningarna.«

behöva bekänna sig till en viss behandlingsmetod, säger Joakim Norberg.

Clara Söderstierna, ordförande för studeranderådet, är på sluttampen av sin psykologutbildning vid Örebro universitet. Hon har hört rykten om att Örebrostudenter inte anses kvalificerade i Region Skåne och försökt få svar från universitetsledningen om detta kan stämma.

– Vi har försökt luska i det här utan att komma någonstans. Det känns märkligt att en region ska ha egna kriterier för vem som duger som psykolog, säger hon.

Clara Söderstierna bekräftar att det finns integrativa inslag i utbildningen i Örebro.

– Grunden är att det inte ska bli en strid om vad som är bäst, utan att det finns styrkor med alla

inriktningar. Men vill liksom se hur patienten funkar, det är tråkigt att begränsa sig.

Är det okej att blanda olika behandlingar, till exempel PDT och KBT för samma patient?

– Vi har inte riktigt pratat om det, utan mer om hur det integrativa funkar i praktiken, säger hon.

Från början kände hon inte till den integrativa satsningen i Örebro, det var geografiska skäl som ledde till att hon valde det universitetet.

– Det är nog ganska få som känner sig till skillnaderna mellan de olika utbildningarna och det är förstås inte bra. Det är något vi inom studeranderådet vill jobba med, säger hon.

Christian Fahlén i Malmö har motvilligt anpassat sig till kraven från Region Skåne.

– Jag anställer i princip bara de som har utbildat sig i Lund, vi har inte tid att krångla med Region Skåne, säger han. ●



Det var pinsamt enkelt att ta sig in på flygplatsen, tycker Björn Paxling.

BILD PRIVAT

»I värsta fall blir det fängelse«

Psykologen Björn Paxling, 41, är en av klimataktivisterna som limmade fast sig på en landningsbana i oktober.

– Jag är nöjd med aktionen. Klimatsamtalet behöver radikaliseras, säger han.

Text: Lennart Kriisa

Björn Paxling har pausat sina uppdrag som psykolog och är numera aktivist på heltid. Tidigare har han arbetat inom vuxenpsykiatri och forskat. Han tror att runt 30-40 psykologer är medlemmar i Extinction Rebellion.

– Vår yrkesgrupp är nog överrepresenterad och det är inte så konstigt. Vi är utbildade för att förstå vetenskapen och är empatiska, då blir engagemanget självklart, säger Björn Paxling som menar att de ägnar sig åt »fredlig civil olydnad«.

I slutet av oktober var han en av aktivisterna som tog sig in i flyg-



BJÖRN PAXLING

platser. Björn Paxling och ytterligare en aktivist klättrade över stängslet till Växjö flygplats.

Så fort de kommit över stängslet kontaktade de polisen och flygplatsledningen.

– Vi meddelade att det finns aktivister på flygplatsen, hur de kunde nå oss och att vi avbryter aktionen direkt om ett ambulansflyg behöver lyfta eller landa.

Björn Paxling och hans kamrat höll upp banderoller medan de gick fram till landningsbanan. Sedan satte de sig ner och limmade fast varsin hand på landningsbanan.

De förväntade sig att väktare skulle komma körande mot dem, men i stället närmade sig två brandbilar, två polisbilar och en civil polisbil. Aktivisterna vinkade vänligt med sina fria händer. Poliserna klev fram och undrade vad de höll på med.

– Vi förklarade lugnt att vi är klimataktivister. Eftersom vi är så kallade »högriskare« inom XR har vi fått utbildning i hur vi ska bete oss, att inte driva upp stämningen. Vi är medvetna om att poliser och väktare bara gör sitt jobb, aktionen är inte riktad mot dem utan mot politikerna, säger Björn Paxling.

Poliserna gick igenom deras ryggsäckar och hittade aceton varpå händerna kunde lossas.

Efter förhör fördes Björn och hans kamrat till var sin cell där de fick spendera natten. Nu riskerar han åtal för både luftfartssabotage och obehörigt tillträde till skyddsobjekt.

– I värsta fall blir det fängelse, men jag är ostraffad och borde klara mig med villkorlig dom och böter. Dessutom kommer jag hävda att jag agerade i nöd, säger Björn Paxling.

Han försvarar sitt brott med att Växjö flygplats, liksom resten av de kommunala flygplatserna, går med förlust och sponsras med miljarder av skattepengar.

– Politikerna tar inte läget på allvar, de vill att vi ska flyga mer, säger Björn Paxling.

Kristina Taylor, Psykologförbundets ordförande, säger att det inte är hennes sak att ha en åsikt om psykologerna i Extinction Rebellion och tillägger:

– Ytterst är det en moralisk fråga för varje människa att ta ställning till. ●

Fotnot: En längre version finns på [Psykologtidningen.se](https://www.psykologtidningen.se)



Spelproblem

Psykiska besvär en riskfaktor

Psykiska besvär kan både vara en riskfaktor och en konsekvens av spelproblem. Det visar Folkhälsomyndigheten i rapporten *Spel om pengar och spelproblem i Sverige 2008-2018*.

Psykiska besvär var vanligare bland personer som hade någon grad av spelproblem och utgjorde även utgjorde en riskfaktor för att utveckla spelproblem. Även arbetslöshet var en riskfaktor. Ekonomiska problem, riskkonsumtion av alkohol och problem på jobbet var något vanligare bland personer som hade någon grad av spelproblem vid den första mätningen, men hade framför allt samband med spelproblem under uppföljningsperioden. /PÖ

Psykisk ohälsa

Kunskapsluckor identifierade

Psykologiska och psykoterapeutiska insatser vid affektiva tillstånd tillhör de områden där det fortfarande finns flest kunskapsluckor inom området psykisk ohälsa. Det framgår av en rapport från Statens beredning för medicinsk och social utvärdering, SBU. Med kunskapslucka syftar SBU på att kunskap om effekten av en specifik insats är otillräcklig, det vill säga att det saknas evidens för effekten.

Genomgången omfattar all typ av psykisk ohälsa, från allvarliga psykiatriska sjukdomar till lindrigare tillstånd och besvär.

Inom vissa områden identifierades ingen eller få kunskapsluckor. Det gäller bland annat fysisk aktivitet vid adhd, bipolär sjukdom och ätstörningar. /PÖ



BILD ISTOCKPHOTO

Rasism

APA ber om ursäkt

American Psychological Association (APA) ber i en resolution om ursäkt för förbundets roll i den rasism och diskriminering som präglade landets historia.

Ursäkten är för förbundets passivitet inför, och bidrag till den rasism och förnedring av svarta som förekommit i det amerikanska samhället. Den gäller även för psykologin som disciplin och för de enskilda psykologer som haft ledande positioner i samhället och i dessa roller bidragit till att bevara diskrimineringen.

Underlaget till resolutionen är både en historisk analys, nittio vittnesmål från svarta och andra undersökningar. Förutom att den är en ursäkt för APA:s historiska roll i rasism finns det även förslag på metoder för hur psykologisk vetenskap i dag kan användas för att minska rasism i praktiken, som i skola, rättssystem om på andra områden i samhället. /PÖ

✦ **Läs mer:** Svenska psykologer kräver agerande efter APA:s ursäkt. Sidan 40.

Utbildning

Krav på kontroll i belastningsregistret

Psykologutbildningen tillhör de utbildningar som föreslås ska omfattas av obligatoriska krav på belastningsregisterkontroll vid antagning. Förekommer den sökande i registret för vissa allvarliga brott

ska det innebära ett absolut hinder mot antagning. Det skiljer sig från den kontroll som görs innan Socialstyrelsen meddelar yrkeslegitimation, då belastningsregisterutdraget utgör en del av ett mer omfattande underlag och då det också finns utrymme för en individuell bedömning.

I betänkandet föreslås också att en ny avskiljande grund införs som innebär att studenter på utbildningar som omfattas av antagningskontroll ska avskiljas om de under utbildningen döms för vissa brott. /PÖ



FRÅGOR TILL JENNY JÄGERFELD

Psykolog och författare, vars romaner *Comedy Queen* och *Så jävla easy going* filmatiserats och har premiär våren 2022.

Hur känns det att två av dina böcker nu blir film?

– Det är en dröm som går i uppfyllelse! Jag gör ett gästspel i *Så jävla easy going* som en cheesy gameshow-värd och hade även en statistroll ihop med min son i *Comedy Queen*. Det var otroligt roligt att vara med och se inspelningarna på nära håll. I *Comedy Queen*-scenen var det en enorm apparat med massa andra statister, en hel förskolegrupp och fotografer, regissörer, assistenter och ljudmänniskor. Det var märkligt att tänka på att alla jobbade med detta för att jag en gång har suttit och hittat på något på min egen kammare.

Har du haft möjlighet att påverka filmproduktionerna?

– Jag har fått läsa manus och komma med synpunkter. Vissa saker har ändrats och andra inte. I vissa fall så är det ju så att något funkar i en roman men inte i en film och då måste de ju ändra. Filmerna är sina egna verk, tänker jag.

Vad tror du har varit svårast att föra över från böckerna till film?

– Eftersom jag har skrivit båda böckerna i första person är det ju många saker, tankar och känslor som huvudpersonerna har, som inte går att berätta eller visa. Då måste man hitta sätt att visa det visuellt. Fördelen med att skriva i första person är ju att man kommer så nära huvudpersonen, nackdelen är att man bara kan skriva ut det som jaget känner och tänker och vet. ● Peter Örn

2,9

miljoner kronor

Så mycket tilldelas Alexander Rozental av AFA för att utveckla en förebyggande behandlingsmetod för personer med utmattningssyndrom i form av ett webbaserat självhjälsprogram.

Hand



ledningen flyger fritt

Handledningen saknar både struktur och bakomliggande forskning. Framöver kan den bli mer uppstyrd, även om vissa handledare vill bevara det sista området där effektiviteten inte behöver mätas.

Texter: Maria Jernberg Illustration: Björn Öberg



Handledarna vill behålla sin frihet

Kraven för att bli handledare är långt ifrån uppstyrda. Vissa efterlyser enhetlighet, andra att det ska förbli som i dag.

– Det är sorgligt om kvaliteten decimeras till en siffra, säger Siv Boalt Boëthius.

För tio år sedan införde Psykoterapicentrum en auktorisation för psykodynamiskt inriktade handledare och tog fram etiska riktlinjer för dem. Karin Wende, psykolog i styrelsen, förklarar bakgrunden till införandet.

– Tidigare var det ett naturligt steg i karriären att bli psykoterapihandledare, det kallades för steg 3. Men så märkte vi att det blev vanligare att kalla sig handledare utan att ha den sammanhållna utbildningen. Det här med steg 3 började luckras upp, berättar hon.

I dag finns ingen organisation eller förening för psykologer som handleder. Titeln saknar skydd och utbildningen bakom varierar.

– Handledning är inte så uppstyrkt eller formaliserat utan en praxis som successivt växt fram, berättar Åsa Spännargård, kursansvarig för handledarutbildningen på Karolinska institutet.

Däremot har det alltid ansetts viktigt att handledas av en senior och skicklig kollega.

– Det är en socialisering in i yrket och har en stor betydelse för den professionella utvecklingen.

Åsa Spännargård har funderat över varför handledning är en kon-



ÅSA
SPÄNNARGÅRD



MAJA FLÄCKE

vention just för psykologer. Att det till skillnad från andra yrkesgrupper som arbetar nära människor är självklart att upplåta en del av sin arbetstid för ändamålet.

– Jag tror att det ligger i kunskapen som finns i professionen. Att sätta ord på upplevelser och låta dem landa hos någon annan är stressreducerande och utvecklande. Vi vet det på ett annat sätt än andra. Men framför allt vill vi vara professionella och bevara vår kompetens under hela yrkeslivet.

Maja Fläcke är utbildad psykoterapihandledare i KBT och DBT. När hon träffar sina grupper vill hon att psykologerna både ska kunna ta upp egna känslor och själva hantverket. Att våga visa sig sårbara men också ha kul. Hon jobbar gärna med inspelningar av terapisessioner och korta rollspel för att levandegöra.

» Handledning är inte så uppstyrkt eller formaliserat utan en praxis som successivt växt fram.«

– Jag hade precis en grupp på förmiddagen där jag tog en av rollerna. Det lät ungefär så här: »Åh Angelika, titta vad vi hittat här! Vilken gåva! Tänk att du nu har vågat berätta att det inte bara var cannabis och amfetamin, utan det också var det här som du slet med.«

Rösten är entusiastisk, sedan förklarar hon att replikskiftet visar hur psykologen kan gå emot en impuls att känna »nej, inte ett problem till«, som lätt kommer när patienter har många och komplexa svårigheter.

Karin Ovefelt startade sin handledningsbana i DBT-team. I dag handleder hon också i andra verksamheter utifrån ett KBT-perspektiv. Hon brukar använda engelskans ord »supervision« för att illustrera vad handledning är för henne.

– Det handlar om att se tillsammans, hoppa upp en bit och få överblick.

I dialektisk beteendeterapi är handledning inbyggt i behandlingsformen. Karin Ovefelt säger att det har präglat hennes syn på handledningens kraft och syfte.

– Jag tror att vi lätt glider i vårt arbete, att vi börjar skjuta från höften. Vi blir för vana vid vårt språk

»Om vi inte självreflekterar går vi lätt på autopilot och ser inte vad vi skulle behöva göra annorlunda.«

och tänkande och missar att se var den andre befinner sig. Vi behöver påminnas – »back on track«. Få hjälp att stanna upp och se – vänta nu, hur blev det här?

Siv Boalt Boëthius utbildade sig till psykolog på 1960-talet. På den tiden var utbildningen inte ett sammanhållet program.

– För att bli psykolog krävdes betyg i psykologi, pedagogik, statistik och sociologi, men jag behövde också inkomma med intyg på hur många timmar jag haft handledning.

Även på arbetsplatserna var handledning vanligt.

– Jag jobbade i Danderyd en period och jag minns att alla psykologer hade handledning. Sen tjänstgjorde jag på Barnbyn Skå, där var det också vedertaget.

Sedan dess har Siv Boalt Boëthius ägnat en del av sitt yrkesliv åt att bedriva handledning, utbilda handledare och skriva böcker i ämnet. Mellan åren 1988 och 2002 var hon verksamhetschef på Ericastiftelsen. Hennes uppfattning är att handledning har en betydelsefull plats inom flera människovårdande yrken. I sådana yrken finns alltid en ojämlik relation mellan vårdare och patient som är viktigt att vara medveten om.

– Psykologen är på ett sätt frisk och den vårdare är ju på ett sätt sjuk, eller har ett problem och står i beroendeställning, och det behöver psykologen kunna hantera. Det är viktigt att inte sätta sig på sina höga hästar, för en behandlare kan ha fel. Vi behöver vara öppna för att det kan vara på ett vis men att det

också skulle kunna vara på ett annat, så att vi inte blir dogmatiska.

Vad tänker du att psykologer använder handledning till?

– Man använder det för att få perspektiv på det man gjort. Men allt presenteras inte i handledning, har man gjort dumma saker utelämnas det ofta. Men man försöker nog ta upp det som är svårt och lär sig mer på det som varit knepigt och inte lyckats så bra. Man lämnar ut en del av sig själv och sitt jobb så att andra kan få en inblick i det. Därigenom kan man också diskutera och vrida och vända på saker. Man sätter in sitt eget arbete i ett bredare sammanhang och fördjupar det. Det ökar förståelsen

och man känner sig lyssnad på och sedd och bekräftad i sitt jobb, och samtidigt kan man vidareutveckla egna idéer och tankar.

När Karin Ovefelt funderar över handledningens syfte återkommer hon till värdet av självreflektion och hur handledningen kan understödja det.

– Om vi inte självreflekterar går vi lätt på autopilot och ser inte vad vi skulle behöva göra annorlunda. I handledning kan vi pinpointa sådana här mönster och se till att psykologen vågar prova ett annat sätt.

I sina grupper uppmuntrar hon deltagarna att vara uppmärksamma på sig själva och samla data.



»Vi har varit inne i en loop ett tag där allt ska effektiviseras. Effektiviseringen blir döden för mycket, tänker jag.«



– Jag har fortfarande egna klienter vid sidan av handledningsuppdragen, det innebär »walk the talk« för mig. Jag brukar köra loggbok med mig själv: Vad har jag för klient? Vad är det för känsla jag sitter med? Vad händer under sessionen? Vad behöver jag ta med till nästa? När man självreflekterar får man mycket arbetsmaterial att ha med i handledningen.

Karin Ovefelt har själv regelbunden handledning på sitt behandlingsarbete, bland annat har hon handledts av en rak och tydlig amerikan, Alan Fruzzetti.

– Han var himmelens bra för mig för han pekade verkligen på min akilleshäla. När han såg på mina sessioner sa han »Karen, don't be so nice and polite, practise don't being liked!«. Det sved för jag insåg att det var hela jag som måste göra annorlunda, men vad oerhört verkligt och det blir när någon pekar och pickar på en – »här har du något och om du kommer åt det utvecklas du«.

Men om psykologen tycker att handledningen inte ger något, vad ska den göra då?

– Är det någon som tycker så, ska det verkligen lyftas antingen med gruppen eller direkt med



SIV BOALT
BOËTHIUS



KARIN OVEFELT

handledaren. Om jag går till mig själv, jag får ju också handledning, och i vår grupp lyfter vi regelbundet frågor om vad vill vi ha ut och när det är dags att byta. Sen behöver personen själv fundera över vad det kan bero på. Det kan ju självklart ha med handledaren eller gruppen att göra, men det kan också bero på att personen inte förbereder sig eller undviker saker, säger Maja Fläcke.

I USA har American Psychology Association, APA, tagit fram riktlinjer för klinisk handledning inom hälso- och sjukvård. Riktlinjerna berör bland annat vilken kompetens handledaren bör ha,

relationen mellan handledaren och de handledda, utvärdering och etik. Liknande underlag finns i Storbritannien där ett fundament för handledning utarbetats inom projektet CORE på University College London.

– I båda dokumenten rör det sig om generiska aspekter, centrala oavsett terapeutisk skolning, och det finns tydliga överlapp mellan dem, säger Åsa Spännargård.

Skulle något liknande kunna tas fram i Sverige?

– Det är ett sätt att få vägledning och skapa en enhetlighet, och skulle kunna vara Psykologförbundets uppgift. Fast det är inget man gör bara så där. Området består av många delar och en stor komplexitet.

Siv Boalt Boëthius ser en risk att handledning i vårt tidevarv förändras från att vara prestigelöst och utforskande.

– Vi har varit inne i en loop ett tag där allt ska effektiviseras. Effektiviseringen blir döden för mycket, tänker jag. Allt ska kvantifieras och mätas. Det är en sorglig historia i många sammanhang. Kvaliteten decimeras till en siffra. Men det börjar väl komma någon sorts protest. ●

Handledarutbildning

- Handledarutbildning i psykoterapi ges vid flera universitet, bland annat Lund, Linköping, Stockholm, Umeå och Karolinska institutet.
- De flesta lärosäten håller inte kursen årligen utan mer oregelbundet.
- Motsvarar 45 hp.
- Syftar till att ge behörighet att handleda i psykoterapi.
- Hos de flesta universitet är kursen indelad utifrån terapeutiska inriktningar men det blir vanligare att undervisningen bygger på

teorier och metoder som är övergripande oavsett terapeutisk inriktning.

- Ges även vid flera utbildningsinstitut som Ericastiftelsen och SAPU.
- Vissa kurser ger inte högskolepoäng men är ackrediterade av Psykologförbundet som fördjupningskurser inom psykologisk behandling/psykoterapi.
- Det finns också ett utbud av andra handledarkurser med olika behörighetskrav och skiftande omfattning, innehåll och målsättning.

Studie kan leda till skraddarsydd handledning

Forskaren Sven Alfonsson undersöker om handledning är effektivt. Några tidiga fynd har han redan gjort.

Sedan psykologprofessionens början har handledning haft en central roll i yrket, men empiriska utvärderingar om vad den ger, har i princip saknats.

– Så även om jag och många av mina kollegor tänker att handledning är bra och hjälper psykologer att hantera sin arbetssituation och bli skickligare, är det alltid ett bekymmer när vi inte har någon data som bekräftar våra antaganden.

Sven Alfonsson är psykolog och adjunkt på Karolinska institutet. I ett av hans pågående projekt slumpas yrkesverksamma psykologer till handledning eller en kontrollgrupp. Efter en tid mäts det om de blivit tryggare och mer kompetenta.

– Det kan låta grundläggande men det är ett första steg att se effekterna av handledning så att vi sen kan gå in på hur vi ska göra den så bra som möjligt.

Ett tidigt fynd är att de handledda efterfrågar mer konkreta övningar, rollspel och modellering.

– De vill göra saker under träffarna men tycker att de framför allt får teoretiska resonemang. Vi tror att upplevelsebaserad handledning kan leda till ännu nöjdare psykologer med fler verktyg.

Hur vanligt handledning är bland färdigutbildade psykologer är svårt att få fram siffror på.

– Tillhandahållandet sker på en lokal nivå för varje enhet, men i en kartläggning vi gjort inom psykiatri hade 70 procent av de tillfrågade psykologerna handledning.

När Sven Alfonsson och hans grupp pratar med psykologer säger de flesta att de tycker handledning är jättebra. Den viktigaste faktorn för att den ska uppskattas är att den gör psykologen tryggare i de beslut och de ansvar som behöver tas, snarare än i vilken grad utveckling faktiskt sker.

– Känslan av att det finns en annan person som stödjer mig, som är där i bakgrunden och kan



SVEN ALFONSSON

»Upplevelsebaserad handledning kan leda till ännu nöjdare psykologer med fler verktyg.«

hjälpa om det skulle bli fel, den är väldigt viktig även om jag egentligen skulle vara en lika duktig psykolog utan handledning.

Syftet med handledningen verkar sällan vara uttalad, därför försöker forskargruppen renodla och strukturera bland de olika funktioner den kan ha.

– Vi tar fram verktyg för att hjälpa psykologer att definiera vad de egentligen behöver – är det en viss kompetens, bli bättre i patientkontakter, lära in en ny metod eller är det stresshantering? På så vis får

också handledare riktlinjer för sitt upplägg.

Etik, regler och ramar är andra områden psykologer kan brottas med.

– Sådana frågor kan leda till osäkerhet men verkar inte kräva expertkunskap, kollegial handledning kan vara tillräckligt. Vi skissar på strukturer för arbetsplatser som gör det mer naturligt att ta upp den sortens dilemman med sina kollegor.

Handledning under yrkeslivet verkar vanligare i Sverige än i många andra länder, säger Sven Alfonsson. Det är en orsak till att den forskning som finns internationellt framför allt handlar om utbildningshandledning. Ett annat skäl till bristen på empiriska utvärderingar är att det är svårt att definiera exakt vad som ska hända vid handledning.

– Forskare är inte alls överens om vad psykoterapeutisk kompetens egentligen är. Det finns inga standardmätt och det är säkert så att det inte heller bara finns ett sätt att mäta det. Så vad vi gör i stället är att utgå från närliggande proxyvariabler, som om psykologen känner sig tryggare i sin behandling eller uppskattar sin handledning eller något sånt. Och då får man nästan alltid positiva svar, det ser vi i vår data också.

Ett annat aktuellt projekt är att utvärdera handledning i realtid.



Historiskt har det förekommit i familjeterapi men varit ovanligare i klassisk terapi.

– Handledaren följer sessionen via en kamera eller ljudupptagare och ger direkt feedback i en öronsnäcka. Vi tror inte att det är en form som kan ersätta traditionell handledning men i en del sammanhang kan det vara effektivt.

När kan det passa?

– Vid konkreta problem, till exempel om patienten är tystlåten. Då kan det vara skönt för psykologen att få råd om hur situationen kan hanteras. Eller en patient som uttrycker suicidtankar, hur ska behandlaren reagera på den informationen? Men det passar kanske inte i ett komplext fall där psykologen inte riktigt förstår sin klient, då är det nog snarare en stunds eftertanke med handledaren som behövs.

Sven Alfonsson säger att det här visar på ett övergripande tema i deras forskning.

– I upplägget av handledningen utgår vi från vad den ska fylla för funktion. Så det handlar inte om att hitta en ultimät metod utan att kunna anpassa.

Ytterligare en anledning till att forskningen hittills varit begränsad är att det funkar ganska bra som det är.

– Vi ska ju inte hitta problem som inte finns. Den större frågan är egentligen hur psykologer ska kunna ge en så bra behandling som möjligt, fungera så bra som möjligt i sin yrkesroll och samtidigt må så bra som möjligt – och

det vet vi inte. Först när vi bättre förstår det kan vi skraddarsy och hitta på insatser där handledning kan vara en.

Just nu håller gruppen på att sammanställa internationell litteratur inom området.

– Vad vi sett hittills verkar det vara en väldigt subjektiv upplevelse vad en person behöver. Objektiva mått som att psykologen jobbar på en liten enhet eller med

»Det verkar vara en väldigt subjektiv upplevelse vad en person behöver.«

en viss patientgrupp har ganska liten betydelse. Psykologer som känner sig tillfreds, kompetenta och kan hjälpa många utan att bli stressade och utbrända, finns på alla möjliga ställen.

I litteraturgenomgången har ändå två mönster noterats.

– Det som framför allt undersökts är personlighetsdrag, men här är resultaten luriga och pekar åt två olika håll så det kan jag inte uttala mig om. Vad vi däremot har konstaterat och behöver kika närmare på, är att variationen faller tillbaka på den klassiska krav och

kontroll-modellen. Psykologer som verkar i organisationer som är stelbenta tenderar att må sämre i sin yrkesroll. Generellt är vi inom professionen tillfreds med vårt patientarbete men kämpar i våra organisationer.

Kan du ge några exempel?

– Det här blir lite anekdotiskt, men när vi bitt psykologer inom psykiatri definiera källor till stress så är det till exempel dessa saker: vi tvingas neka patienter som vi tror skulle ha hjälp av att komma till behandling, vi måste avsluta patienter som vi tror behöver mer behandling, vi upptäcker att det finns problem som inte faller under vårt uppdrag, och så vidare – man tror att man skulle gjort en bra insats men strukturen hindrar en att göra det. Verksamheten kan också ha krav som inte känns tillfredställande, ett vanligt återkommande är att kravet på pinnar är högre än kravet på kvalitet. Det blir en konflikt – att ge god vård eller leva upp till de strukturer som finns i verksamheten.

Sven Alfonsson säger att cheferna brukar fånga upp stress hos personalen men att de också är bakbundna och står handfallna.

– Och då erbjuder de klinisk handledning till sin personal för det är vad de kan göra fast det egentligen är förändringar på en organisatorisk nivå som behövs. ●



Maria Jernberg är frilansjournalist och psykolog

ARBETSGIVARNA:

»Handledning är superviktigt«

Arbetsgivarna är positiva till handledning.
Men de har olika syn på hur ofta och i vilken form den ska ges.



AVONOVA: »Svårt att hitta breda handledare«

Avonova sysslar med företagshälsovård och har cirka 75 psykologer anställda. Robert Persson-Asplund är deras chefspsykolog.

- Våra psykologer har handledning minst en gång i månaden. I företagshälsovården jobbar vi med individen och kontexten. Utöver kliniska kunskaper behöver psykologen ha systemförståelse, så handledningen breddar sig utöver vad vi oftast tänker på när vi tänker på handledning för psykologer.

Vem handleder?

- Det är svårt att hitta handledare som är så breda. Många gånger landar vi i att dela upp det. Så de flesta har klinisk handledning i grupp varje månad och sen handledning på till exempel kränkande särbehandling eller ledarskapsutveckling, parallellt. Psykologerna har olika typer av arbetsuppgifter och handledningsupplägget får skräddarsys därefter. Efter två år brukar grupperna utvärdera om det är dags att byta handledare.

Robert Persson-Asplund berättar att företaget också har regelbundna kompetensforum.

- De leds av erfarna seniora kollegor, ibland bjuds en extern handledare in. Här utbyter psykologerna erfarenheter och stöttar varandra i uppdrag, kanske utbildar en av medarbetarna de andra. Kompetensforumen har en väldigt viktig funktion. Vi har mätt och sett att de även gett effekt på »sista raden«.

Hur ger det effekt på »sista raden«?

- Psykologerna blir tryggare och utför sitt arbete med högre kvalitet. Det har gett fler uppdrag till Avonova och en starkare ekonomi.



CAPIO: »Färdigheterna ska förbättras«

Hos Capio arbetar cirka 200-300 psykologer med primärvård. Fredrik Gunmalm är VD för närsjukvården.

- Som psykolog på vårdcentral har du andra utmaningar än i specialistsjukvården. Variationen här är stor. Det kan vara enkla grejer, det kan vara svåra. En del behöver bara ett snabbt möte, andra långa sessioner.

Hur har ni organiserat handledningen?

- En grupp på tre medarbetare får hand-

ledning i två timmar, en gång i månaden. Handledning efterfrågas. Ofta tar psykologerna »med sig« omtyckta handledare från tidigare arbetsplatser.

Vad får de handledning i?

- En handledning tycker vi ska vara en utbildande funktion. Den ska ge nya kunskaper och förbättra färdigheter, och leda till en ökad kvalitet på vården. Den kan också handla om samverkan med andra yrkesgrupper, att definiera sin roll och vara en hjälp att hantera de utmaningar som kommer med att hela dagarna möta personer med psykiskt lidande.

Fredrik Gunmalm har tillsammans med psykologerna med psykologiskt ledningsansvar tittat på forskning om klinisk handledning.

- Då har vi konstaterat att det saknas rätt mycket forskning om hur handledning ska bedrivas och vilket upplägg som är bäst. Det traditionella har varit ärendebaserad handledning, men att ensidigt ägna sig åt det, kanske inte leder till övning på faktiska färdigheter. Vi ser gärna att handledning inrymmer fokusområden och lärandemål som kan utvärderas, och en möjlighet för psykologerna att träna.



MINDLER: »Tips och tricks delas med varandra«

Rickard Färdig är psykolog och medgrundare av Mindler, ett företag med cirka 250 psykologer och som främst ger digital vård.

- Vi erbjuder behovsbaserad handledning. Tider finns flera gånger i veckan men psykologerna får själva bedöma om och när de behöver det.

Hos Mindler finns också ett nätverk med

psykologer och kollegiala handledningsträffar.

- Det är som en trestegsraket. Vi har en bred kompetens bland medarbetarna. I communityn kan de ställa mer allmänna frågor till varandra och få tips och tricks. Det är ett välanvänt forum. Till de kollegiala träffarna tar psykologerna med sig patientärenden som de brottas extra med, och om det inte räcker så finns också handledning med extern handledare att boka upp sig på.

Finns avsatt tid för handledning?

- Alla våra medarbetare har två timmar administrativ tid om dagen, den tiden kan också användas till handledning och förkovran.

Är det viktigt med handledning i er verksamhet?

- Det är en superviktig del av verksamheten. Jag tror att det är extra viktigt när jobbet sker online för du har inte samma utrymme för informella kontakter då och behöver känna stöd på andra sätt.

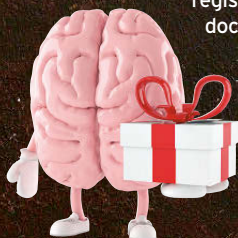


6 tips inför jul

Både julklappsinköp och själva julfirandet kan kräva viss eftertänksamhet, visar forskning. Här är 6 tips för att lyckas med julen och lämna firandet med livet i behåll. Text: Peter Örn

1. Skamkänslor av presentkort

Presentkort är en vanlig julklapp, men kanske inte alltid en så genomtänkt sådan. Risker är större att den väcker mer skam än uppskattning, att den upplevs genant och leder till en känsla av generell låg status eller åtminstone en lägre status än givaren. Det visar en studie där deltagarna dels fick beskriva hur de själva känsломässigt upplevt presentkort som de fått, dels hur de själva hanterade att ge bort ett presentkort med tilläggsinformation om att det antingen sparade tid eller pengar för mottagaren. På sikt kan dock även presenten som sparar pengar bli uppskattad, särskilt om givaren var en vän och mottagaren då fått lite bättre ekonomi. Alice L-Y et al. Journal of the Association for Consumer Research, 2020.



2. Julens nätverk i hjärnan

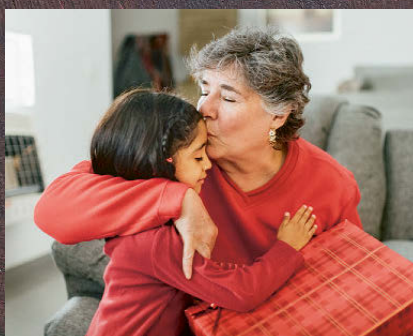
Hjärnans julnätverk har lokaliserats med hjälp av MRI-kamera. Det finns i bland annat premotoriska cortex, primära motorcortex och parietalloben, det vill säga samma regioner som associeras med exempelvis somatiska sinnen, ansiktigenkänning och andlighet. I studien ingick tjugo deltagare, varav hälften hade starka jultraditioner. I samband med MRI-undersökningen exponerades deltagarna för olika bilder med julteman samtidigt som hjärnans aktivitet registrerades. Forskarna påpekar dock att resultaten måste tolkas med försiktighet och att det krävs ytterligare studier för att få full förståelse för »julfirandets magik«. Hougaard A et al. BMJ, 2015.



3. Sång – en kognitiv trigger

Julsånger tillsammans med släkt och familj kan stärka sociala band och öka såväl psykiskt som fysiskt välbefinnande. Det kan också vara gynnsamt för kognitiva förmågor, inte minst bland äldre. I en studie med 162 friska deltagare från 60 år och uppåt, varav 106 regelbundet sjöng i kör, mättes kognition, sinnesstämning, socialt engagemang och livskvalitet. I ett neuropsykologiskt test presterade körsångarna bättre i verbal flexibilitet än de som inte sjöng. I ett annat test uppvisade körsångarna en högre grad av social integration än kontrollerna. Pentikäinen E et al. Plos One, 2021.

»I ett neuropsykologiskt test presterade körsångarna bättre i verbal flexibilitet än de som inte sjöng.«



4. Lyckligare av att ge bort än att få

En lång julklappslista skapar stora hål i ekonomin. Men det kan ändå bli en lönsam affär. Åtminstone sett till den egna känslan av lycka. Att ge bort något leder till mer lycka än att få något, det har flera studier visat. Redan 2008 fick en grupp individer skatta sin lycka när de vaknade på morgnen, de fick sedan ett kuvert med pengar och slumpades till olika grupper för att antingen betala räkningar, andra utgifter, en present till sig själv eller en present till någon annan. Sent på eftermiddagen fick de åter skatta känslan av lycka. De som skattade högst var gruppen som köpt en present till någon annan. Dunn EW et al. Science, 2008.

5. Vetenskapens plats under julgranen

Hur firar den inbitne vetenskapsmannen jul, när hela tillställningen bygger på en tro på Jesus födelse som son till Gud? Kan vetenskap och religion samsas i samma övertygelse? Nja, i USA, där den religiösa tron som regel är ganska fundamentalistisk, har de båda svårt att samsas hos en och samma person. Men i till exempel Sverige, liksom i bland annat Sydafrika, Brasilien och Tjeckien, har även personer som anser sig vara förhållandevis religiösa, stort intresse för, och tilltro till vetenskap. Förklaringen kan enligt forskarna vara USA:s mer bokstavliga bibeltrogenhet och att det bland många politiker finns en stark koppling till den kristna högern. McPhetres J. et al. Social Psychological and Personality Science, 2020.

6. Priset för stress och frosseri

Priset för julstress och ohälsosamma julbord är fler fall av hjärtsvikt. Det visar en amerikansk studie med patienter i Philadelphia som följts under tio år, från 2003 till 2013. Närmare 23 000 patienter med en medelålder på 68 år ingår i studien. Förutom stress och mat i överflöd ligger förmodligen mindre motion och uppskjutna läkarbesök bakom ökningen, uppger forskarna. Det var främst dagarna närmast efter själva julfirandet som de flesta fall av hjärtsvikt registrerades. En liknande överraskning fanns dagarna efter USA:s nationaldag den 4 juli. Shah M et al. Clinical Research in Cardiology, 2016.

»Att folk blev superförbannade har jag inget problem med. Jag tror att det är därför jag gillar att forska. Inom forskningen kritiserar vi ständigt varandras arbete.«

Text: Anna Wahlgren Bild: Fond & Fond

Hon har inget emot att sticka ut hakan i debatten, däremot gillar hon inte att prata om sig själv. Redan i mejl-växlingen inför intervjun konstaterar Malin Bergström att hon är »nervös«.

– Det spelar ingen roll hur många människor jag föreläser för, eller hur prominenta typer som sitter i publiken, sådant har jag inga problem med, det är ju mitt jobb. Men att prata om sig själv i media är obehagligt.

Det senaste året har barnpsykologen Malin Bergström engagerat sig i två av de största debatterna som rört barn. Förra hösten hade SVT-serien *Våra barns hemliga liv* premiär. Serien skildrar hur förskolebarn hanterar olika situationer, som att förlora en tävling eller bli utan mat. Tillsammans med kollegan Lars Klintwall Högberg kommenterar Malin Bergström barnens agerande ur ett psykologiskt perspektiv. Programmet möttes av kritik, bland annat av andra forskare. Malin Bergström duckade inte för debatten, under

en tid syntes hon ständigt i tv, radio och tidningar.

– Varför inte? Plötsligt fick jag vara med i *Studio Ett* och prata om frågor som jag tycker är jätteviktiga. Har människor någonsin varit så intresserade av barns integritet som under den här perioden? För mig var det mumma, jag fick äntligen prata offentligt om frågor som jag jobbat med hela yrkeslivet. Att det brände till, att folk blev superförbannade, har jag inget problem med. Jag tror att det är därför jag gillar att forska. Inom forskningen kritiserar vi ständigt varandras arbete, det är så det fungerar.

Våra barns hemliga liv är ett internationellt format som har visats i en rad olika länder, och Malin kämpade med att sälja in det till SVT.

– Med programmet ville vi visa att man ska ha tillit till barn. Vuxna behöver inte lägga sig i och styra upp, man kan lita på att barn vill väl, att de klarar grejer, att de kommer att göra allt de kan för att funka i olika sammanhang. Och det tycker jag att vi fick fram. Jag

MALIN BERGSTRÖM

ÅLDER: 56 år.

BOR: I Stockholm.

FAMILJ: Fyra barn mellan 20 och 31 år, ett barnbarn.

YRKE: Barnpsykiolog som forskar på barns hälsa vid Karolinska institutet. Programleder BVC-podden och svarar på läsarnas frågor i Dagens Nyheter.

BAKGRUND: Har jobbat inom barnhälsovården och barn- och ungdomspsykiatri i Stockholms län med frågor som rör föräldraskap, psykisk hälsa och utveckling hos barn. Har skrivit flera böcker, däribland *Lyhört föräldraskap*.

tror att serien gjorde en jättegrej för synen på barn.

Nyligen väckte Malin Bergström uppmärksamhet med sitt svar till signaturen »Rådvill« på Dagens Nyheters Insidan. »Rådvill« funderar över sin reaktion på en sexårings »bristande sociala förmåga«, när hen plingar på dörren och vill leka med »Rådvills« barn. Malin Bergström är på den avvisade sexåringens sida, och funderar hur det står till med »Rådvills« medkänsla.

– Det där var öppet mål för mig. Jag är verkligen bekymrad över det sättet att se på barn: »Min lilla viol, allt gott åt dig älskling, och fy för de andra bamen som är hemsk busar.« Synen att betrakta en sexåring som socialt inkompetent, och inte tycka att man har ett ansvar att hjälpa ett litet barn att utvecklas, är helt förödande. Att bara ha sitt eget lilla barn i fokus ... det är förfärligt. För mig är det här en folkhälsofråga, och jag tycker att det är ett barnpsykiologjobb att ta debatten.

Malin Bergström är en av Sveriges mest kända psykologer, men hur det blev så vet hon inte



»Barnperspektivet är allt. Jag tycker inte att det är så kul med vuxna.«

riktigt. Hon har låtit lusten styra, hon har inte haft någon riktig plan för livet. Hon växte upp i Solna och Åkersberga med en syster och två barnorienterade föräldrar. Hon läste filosofi och franska, funderade på att bli skådespelare, längtade ut i världen, och ville jobba i utvecklingsländer.

– Att det till slut blev psykolog har rätt banala orsaker. När jag läste filosofi berättade en klasskompis att han skulle börja läsa psykologi. Det låter bra, det tar jag också, tänkte jag, och kom in på en restplats i Umeå.

Maken, som sedan några år tillbaka är en ex-make, träffade hon i tonåren när de båda jobbade som barnskådespelare. Paret fick tre barn redan när Malin gick psykologutbildningen, det första kom när hon var 25, sedan föddes ett nytt barn varje år, och bebisarna fick följa med på föreläsningarna. Att bli klar med utbildningen var inget Malin prioriterade.

– Jag ville mycket hellre ha barn än att snabbt bli färdig. Jag tyckte inte alls att det kändes tidigt, jag visste att jag ville ha en stor familj.

Familjen växte och flyttade ut till ett torp på landet utanför Uppsala. De skaffade massa djur, och Malin och maken var under långa perioder föräldralediga ihop.

– Det var otroligt roliga år. Jag älskade det där livet. Det var rörigt med alla barnen, men jag hade inga problem att plugga och jobba mitt i kaoset.

Plötsligt kommer hon på sig själv:

– Gud vad vi pratar mycket om

3 x samhällsproblem för barn

1) STORA KLASSKLYFTOR

Det är extremt stora skillnader i hur barn har det i dag. Det föds barn i Sverige som inte får lära sig svenska ordentligt. Tyvärr samlas inte de bästa resurserna runt de barn som vi som samhälle skulle behöva kompensera mest för.

2) BRISTANDE FÖRÄLDRASTÖD

Den medicinska vården runt blivande och nyblivna föräldrar riktas nästan uteslutande mot mamman. Jag brinner för ett jämlikt föräldrastöd, som är för barnets bästa.

3) PSYKISKA HÄLSAN LIGGER EFTER

Det är problematiskt att barnhälsovården fortfarande är så fokuserad på det somatiska. I dag borde den psykiska hälsan stå i centrum.

mig, men det är väl vad vi ska göra i den här intervjun ...

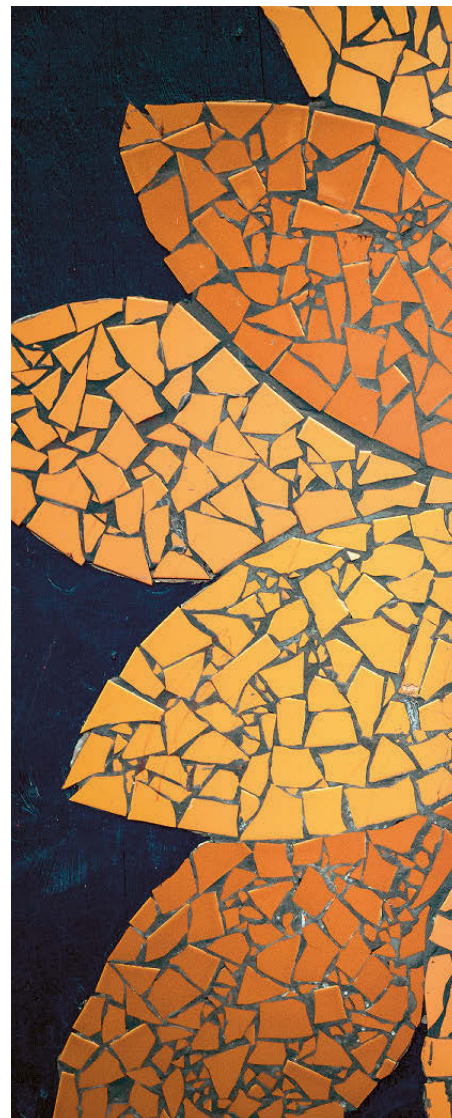
Att det var just barn hon skulle jobba med som psykolog var självklart från början.

– Barnperspektivet är allt. Jag tycker inte att det är så kul med vuxna, jag är helt enkelt inte lika intresserad av dem. Jag hade älskat att jobba på förskola, men nu blev det inte så. I stället jobbar jag på en nivå där man kan förändra och styra upp. Jag visste tidigt att jag ville forska, men jag ville jobba ordentligt kliniskt först. När jag fått mitt sista barn var jag redo för forskarutbildningen.

Malin Bergström går igång på folkhälsa, hon vill bidra till att förbättra barnens vardag. Just nu bekymrar hon sig över mödravården.

– Bara det att det heter mödravården ... Varför inte familjehälsan? Under pandemin har papporna inte fått något stöd alls, det är väldigt sorgligt. Jag har jobbat med en studie som visar att risken för tidig förlösning ökar i princip i samma paritet om pappan har en depression under graviditeten som om mamman har det. Vi vet det här, ändå gör vi inget åt det. Här vill jag se massa förändringar. Jag tycker till exempel att man ska ha enskilda föräldrasamtal, alltså prata med båda föräldrarna, var för sig, inför att de ska bli föräldrar.

I många år svarade Malin Bergström på frågor i Vi Föräldrar, och numera är hon en av Dagens Nyheter's experter. Nästan dagligen hör journalister av sig som vill att hon ska uttala sig i olika ämnen.



– Intresset för barnpsykologi är stort. Nyligen ville alla prata om barnen som blev utkastade genom fönstret i Hässelby. Innan dess var det Einár. Och innan dess var det Squid game på skolgården. Det mediala har alltid varit en stor del av mitt jobb.

Hon ångrar nästan aldrig ett uttalande, men så är hon också noggrann med att hålla sig till forskningen.

– Jag jobbar med politiskt heta områden – kärnfamiljer, skilsmässor, pappagrupper ... Det är jåkligt infekterat. Jag vill vara tydlig med vad vi vet och inte vet från forskningshåll, och jag vill inte tycka så mycket. Samtidigt tycker jag



»Jag har visserligen många kompisar som är psykologer, men jag känner mig inte som en del av en grupp psykologer.«

om att röra mig i områden som är laddade, det för samhället framåt.

I samband med tv-serien blev hon kritiserad av den egna kåren, men inte heller det bekymrar henne.

– Kåren ... Jag har visserligen många kompisar som är psykologer, men jag känner mig inte som en del av en grupp psykologer. I facebookgruppen är det mycket funderingar över hur »vi psykologer« ska tänka, och hur vi ska förhålla oss till olika saker. Jag känner mig inte hemma i den där vi-känslan. Det finns en nedlåtande ton i det där som jag har svårt för. Det är lite »att tänka fritt är stort, men att tänka rätt är större« över det hela.

Då föredrar jag inställningen inom forskarvärlden på Karolinska, att vi alla är vuxna människor som kan tänka själva.

Men det är forskningsprojektet Elvis, där man studerat välbefinnandet hos barn i växelvist boende, som är Malins hjärtebarn.

– Att barnen numera bor växelvist är en av de senaste årens största samhällsförändringar. Jag har varit med och bidragit till kunskapen om hur barn mår bra av att bo – tillsammans med många andra förstås – men det känns ändå stort. För ungefär tjugo år sedan tillsatte Socialstyrelsen en expertgrupp som hävdade att det var farligt med växelvist boende. När vi sen drog vi igång Elvisprojektet och så småningom släppte vår rapport – och nu låter det som att jag är väldigt självmedveten – så drog Socialstyrelsen tillbaka sin kunskapsöversikt. Att få vara med i sådana skeden i samhällsutvecklingen är förstås roligt.

Och Malin Bergström lever som hon lär. Numera är hon själv skild, och innan barnen blev tillräckligt stora för att flytta hemifrån hann familjen testa växelvist boende.

– Några år innan vi skilde oss hade jag börjat forska om skilsmässor. Vår forskargrupp består av tre personer: en som har barnbarn som bor växelvist, jag, som har haft barn som har bott växelvist, och så en som är uppvuxen med växelvist boende – det tycker vi är lite roligt.

Mitt i lunchen, vi gör intervjun på en restaurang, kommer Malins yngsta barn, den 20-åriga dottern, in för att hämta en kasse.



– Aha, det är du som är journalisten, mamma berättade att hon skulle bli intervjuad. Lycka till med att försöka få ur henne något.

Malin ler, barnen vet hur hon fungerar. Inget av barnen bor hemma längre, ett faktum som Malin tvingades bearbeta i flera år. Nu har hon börjat vänja sig.

– Jag är en sådan som tar ut mycket i förskott. Jag höll på och ältade i flera år. Vem är jag och vad gör jag när jag inte har massa barn omkring mig? Hur ska jag hantera tomrummet? När barnen väl flyttade hade jag redan katastrofhanterat. Dessutom fick jag ett barnbarn i samma veva som den yngsta lämnade hemmet. Barnbarnet betyder oändligt mycket för mig, jag funderar till och med på att flytta till deras del av stan.

Hon har funderat mycket över hur hon vill vara som farmor och mormor.

– En sådan som jag skulle kunna vara skitjobbig. Som nybliven förälder är man ju jättekänslig

»I mitt jobb måste jag utgå från att föräldrarna gör så gott de kan.«

för andras antydningar. Så jag vill absolut inte ha massa åsikter. Jag vill inte tycka något, jag vill inte att mina barn och deras respektive ska känna sig bedömda. Jag älskar det här lilla barnet mer än något annat, men det måste stanna vid det.

Barnpsykologen Malin är visserligen barnfokuserad, men det är hela familjen hon har i åtanke när hon jobbar. När jag säger att hon ofta för barnens talan skruvar hon besväret på sig.

– Jag har alltid känt ett jävla förakt mot gubbar, som man fattar har sett en bild på barn i böcker, som talar om för föräldrar

hur de borde vara. När du säger att jag för barnets talan så vill jag protestera. I mitt jobb måste jag utgå från att föräldrarna gör så gott de kan. Det är så lätt att falla i fällan att kritisera föräldrar för samhällsutvecklingen, det är liksom alltid föräldrarna, och allra helst mamman, som borde ändra på sig. Den dagen jag blir en del av det där synsättet så vill jag byta jobb.

Det har nog aldrig funnits en föräldrageneration som har haft så mycket kunskap om barn, konstaterar Malin Bergström. Men samma generation har också kunskap om allt som kan gå fel, och allt mer press läggs på barnen.

– När jag jobbat i andra länder har jag noterat prestationshetsen runt barnen, att man ska utnyttja den lilla, receptiva hjärnan och trycka in ett extra språk och sådana saker. Så har vi inte hållit på i Sverige. Vi har haft en tillbakalutad, mysig syn på barn. Det har varit gummistövlar och praktiska overaller, och fri lek har varit mantrat. Men det där håller vi på att tappa. Nu är det engelska skolan, och att nätverka som gäller. Och helst döpa barnen till något som är internationellt gångbart. Vi har haft ett gediget trygghetssystem i Sverige, alla har kunnat lyckas på sitt sätt, och de flesta har kunnat lunka vidare till högskolan på något litet vänster. Men plötsligt har samhället hårdnat. Alla får inte plats överallt och vi badar inte längre i subventioner. Då blir det mer fokus på min unge, på bekostnad av solidariteten. Det är förstas en sorglig utveckling, som verkligen borde oroa oss barnpsykologer. ●



NATUR & KULTUR

Böcker för ett bättre arbetsliv



Personlighet i arbete

Sofia Sjöberg
Anders Sjöberg
Sara Henrysson Eidvall

Nyhet!

Förstå drivkrafter och beteenden
med femfaktormodellen



NATUR & KULTUR

CHRISTIAN JACOBSSON MARIA ÅKERLUND



TEAMUTVECKLING I TEORI OCH PRAKTIK



NATUR & KULTUR

Ingela Thyrefors (red.)



KONSULTEN

En handbok i
arbets- och
organisationspsykologi



INTEGRERAD PRIMÄRVÅRD

*Principer, färdigheter och rutiner
för hela vard-
centralens arbete
med beteende-
relaterad ohälsa*

NICOLA SILBERLEITNER
ANNELI FARNSWORTH VON CEDERWALD
PATRICIA J. ROBINSON



NATUR & KULTUR

Anders Rydell

Arbetet på jobbet



NATUR & KULTUR

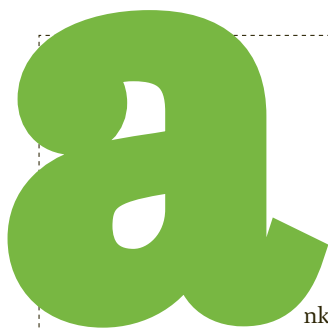
Om bok och
bröte i arbetslivet

Läs mer på nok.se>>



Psykologiwebben.se – en digital plats för kunskap, kompetensutveckling och inspiration för dig som har ett människovårdande yrke.

Anknytningsbedömningar bör undvikas vid vårdnadsutredningar. De är mest tillämpliga för att vägleda stödjande interventioner, skriver en grupp forskare i ett konsensusyttrande. Här redogör de för de missuppfattningar som råder kring anknytningsteorin.



anknytningsteori och anknytningsforskning har stor användbarhet i frågor som rör föräldraskap och barns utveckling^[1]. Teorin har också rönt stort intresse, inte minst på grund av ett starkt empiriskt stöd^[2]. Den tillämpas i en mängd sammanhang som rör barn och föräldrar, inklusive i barnavårdsutredningar och vårdnadsutredningar. Det finns dock utbredda missförstånd om vad anknytning är, om olika anknytningsrelationers respektive betydelse och om vilka slutsatser som kan dras från bedömningar av barns anknytningskvalitet^[3]. Sådana missförstånd leder till en bristfällig tillämpning, vilket kan få katastrofala följder.

Sjuttio anknytningsforskare, däribland författarna till denna artikel, har därför gått samman för ett **internationellt konsensusyttrande** med fokus på barnavårdsutredningar och vårdnadsutredningar. Syftet är att motverka missförstånd och styra tillämpning i en utvecklingsstödande riktning. Vi återger här de viktigaste slutsatserna från detta arbete.

Missuppfattningar om anknytning

En vanlig missuppfattning är att barn föds anknutna eller att anknytning utvecklas snabbt. Utveckling av anknytning kräver en längre period av samspel, där en omvårdare är tillräckligt närvarande och svarar på barnets signaler, så att barnet utvecklar förväntningar på omvårdarens gensvar^[4]. Fullt utvecklad anknytning brukar därför ses tidigast vid 6–9 månaders ålder. Det är också vanligt att anknytning (ett starkt arttypiskt fenomen) och anknytningskvalitet (variation i fenomenet) antas vara samma sak. Anknytning är dock en förutsättning för anknytningskvalitet och medan nästan alla barn utvecklar anknytningsrelationer så varierar kvaliteten i vissa avseenden. Därtill antas enskilda beteenden, till exempel gråt, ibland påvisa barns anknytningskvalitet. Men enskilda beteenden kan bero på faktorer såsom barnets temperament, och på kontextuella faktorer som påverkar barns handlingsutrymme. Barn kan också använda olika beteenden för att nå önskad närhet. Anknytningskvalitet bedöms därför genom observation av barns organisation av beteende, med fokus på i vilken utsträckning omvårdaren används som säker hamn för skydd och tröst, och som trygg bas för utforskande.

« Yttrandet tar dels upp problem relaterade till användningen av anknytningsteori och forskning i familjedomstolar, och dels ger rekommendationer för tillämpningen i domstolarna.

Ett annat vanligt antagande är att barns anknytningskvalitet med säkerhet återspeglar omvårdarens lyhördhet. Den meta-analytiska associationen mellan lyhördhet och anknytning är dock, om än starkt replikerbar, endast liten till medelstor^[5]. Andra faktorer i omvårdnadskontexten och hos barnet kan därför vara betydelsefulla. Barn kan till exempel, av genetiska orsaker, vara olika mottagliga för föräldrabetående, och andra föräldrabetenden och stressfaktorer i familjevardagen är viktigt. Vidare förmodas ofta anknytningskvaliteten vara oföränderlig, men förväntningar på omvårdarens tillgänglighet och lyhördhet kan uppdateras av nya erfarenheter. Avslutningsvis likställs anknytningskvalitet ibland med relationskvalitet, men föräldra-barnrelationer handlar om mycket mer än anknytning, till exempel kognitiv stimulans och uppfostran.

Missförstånd om anknytningspersoners betydelse

Det antas ofta att en »primär anknytningsperson« är viktigare än barns andra anknytningspersoner. Barns preferenser för en viss anknytningsperson tenderar dock att fluktuera och ett nätverk av anknytningsrelationer har ofta utvecklingsmässiga fördelar^[7]. Forskning tyder också på att alla anknytningsrelationer påverkar barns utveckling. En trygg anknytningsrelation med en omvårdare utgör troligen ett skydd mot risker associerade med otrygg anknytning med en annan^[6].

Ett annat missförstånd är att kvaliteten i barns olika anknytningsrelationer är starkt överlappande. Anknytningskvalitet i relation till olika omvårdnadspersoner skiljer sig emellertid ofta åt, och förutsägs bäst av respektive omvårdarens omvårdnadsbeteende. Det antas också ofta att barns anknytningsrelationer sker på bekostnad av varandra. Växelvis boende efter föräldrars separation skulle då påverka barnets anknytningsrelationer negativt. Här råder ingen full konsensus bland anknytningsforskare, i synnerhet inte beträffande mycket små barn (cirka 0–2 år). Vissa menar att små barns begränsade kognitiva utveckling kan göra det svårt att tolerera mer än kortvariga separationer (några timmar), och att de därför bör bo primärt med en omvårdnadsperson tills kognitiv mognad möjliggör längre separationer och övernattningsar. Andra betonar att barn tidigt har förmågan att utveckla och bibehålla ett litet nätverk av anknytningsrelationer, samt att jämförbara nivåer av trygg anknytning har uppmätts hos barn med växelvis boende. Därtill kan växelvis

»Huvudfokus bör också vara på omvårdarens faktiska omvårdnadsbeteende snarare än på barnets anknytningskvalitet.«

boende eventuellt understödja positiva förväntningar på båda omvårdnadspersonerna. En viktig anledning till bristen på konsensus är att det finns otillräckligt med forskning på området. Forskare är dock överens om att växelvis boende ofta är ett långsiktigt mål och att barnets samtliga anknytningsrelationer bör stöttas ^[8].

Missförstånd om klassifikationer och bedömningar

Det är vanligt att (bristfälliga) bedömningar av anknytningskvalitet används för att informera beslutsfattande i barnavårdsutredningar och vårdnadsutredningar. I konsensusyttrandet varnar vi dock för bedömningar av anknytningskvalitet i utredningar. Varningen grundar sig delvis i att det inte finns instrument med **tillräckliga psykometrisk egenskaper** för användning på individnivå. Flera instrument är väl validerade för forskning på gruppnivå och har gett imponerande och replikerade resultat för detta syfte. Instrumenten har dock otillräcklig sensitivitet och specificitet för att tillförlitligt identifiera enskilda individers anknytningskvalitet ^[9]. En hög andel barn, kodade som otryggt anknutna, har dessutom fått tillräckligt god omvårdnad och utvecklas gynnsamt. Det är förväntat utifrån att 40 procent i normalpopulationen kodas som otryggt anknutna till åtminstone en omvårdare. Individuella barns anknytningskvalitet kan därför inte användas som en reliabel proxy för omsorgserfarenheter, omvårdares omvårdnadsförmåga eller barnets utvecklingsprognos. Desorganiserad anknytning kan tjäna som ett exempel. En noterbar andel vanvårdade barn uppvisar inte desorganiserad anknytning, samtidigt som en noterbar minoritet som inte vanvårdats kodas som desorganiserade. Det finns också olika relationellt grundade utvecklingsvägar till desorganiserad anknytning och flera av dessa innebär inte vanvård. Barn kan därtill uppvisa desorganiserade beteenden på grund av överstress, tillfällig sjukdom och neurologiskt betingade självregleringssvårigheter. Det bör också noteras att anknytningsinstrument har validerats för mildt till måttligt stressande situationer och det är oklart hur de fungerar i emotionellt laddade situationer som barnavårdsutredningar.

Många forskare anser därför att anknytningsbedömningar inte bör användas för att informera beslutsfattande i barnavårdsutredningar och vårdnadsutredningar. Även de som menar att sådana bedömningar kan fylla en funktion betonar att de då endast bör användas som en del av ett större testbatteri. Huvudfokus bör också vara på omvårdarens faktiska omvårdnadsbeteende snarare än på barnets anknytningskvalitet. Vidare ska endast väl validerade instrument användas och då av personer som är formellt utbildade i instrumenten, som följer standardisering, gör multipla observationer och som inte överbetonar anknytningsklassifikations betydelse.

Tillämpning av anknytningsbedömningar

I de flesta sammanhang är det sannolikt orealistiskt att möta de krav som listas ovan gällande användning av anknytningsbedömningar. Konsensusyttrandet betonar därför att anknytningsbedömningar är mest tillämpliga för att vägleda stödjande interventioner, eftersom kraven på psykometrisk egenskaper då kan anses vara lägre. Om ett barn till exempel uppvisar beteenden som signalerar undvikande anknytning kan föräldrar ges en intervention riktad mot att minska föräldrabetenden som är kopplade till undvikande anknytning (till exempel avvisande) och öka beteenden kopplade till trygg anknytning (lyhördhet, reflektiv funktion). Om den initiala bedömningen av anknytningskvalitet behöver ändras kan interventionen riktas om, vilket är klart mindre problematiskt än om beslut kring placering eller vårdnad tas på felaktiga grunder.

Yttrandet betonar tre principer för anknytning som professionella kan utgå från: (1) barns behov av kontinuerlig kontakt med icke-vanvårdande anknytningspersoner, (2) värdet av »tillräckligt god« (snarare än optimal) omsorg, samt (3) fördelarna med ett nätverk av anknytningspersoner.

Barnavårdsutredningar bör lägga stor vikt vid kontinuitet i tillräckligt god omvårdnad; en adekvat snarare än optimal förmåga att möta barns behov över tid. Allvarliga separationer, till exempel omvårdnadsplacering, samt förluster av anknytningspersoner utgör riskfaktorer i barns utveckling

« I en studie år 2020 gjordes en systematisk genomgång av en stor mängd bedömningsverktyg som psykologer använt i rättsfall. Endast 67 procent var allmänt accepterade inom området och bara 40 procent fick positiva omdömen för sina psykometrisk egenskaper.

och bör undvikas. System för familjehemsvård är oerhört viktiga för att säkra barns intressen, men de löper stor risk att bli instabil och innebär då utvecklingsrisker för barnet. Sådan vård borde därför främst initieras när dessa risker tydligt trumfas av den risk som bedöms föreligga i ursprungsfamiljen. I övriga fall bör fokus riktas mot att erbjuda kvalificerade och evidensbaserade stödinsatser.

Anknytningsforskare har också utvecklat tids-effektiva interventioner som kan stödja föräldrar i att uppnå adekvat omvårdnadsnivå, även vid multipla riskfaktorer^[10]. Sådana interventioner har visat positiva resultat också med familjehems-föräldrar och bör ges vid placeringar för att minska risken för instabilitet och nya separationer för barnet.

Ett viktigt ramverk för beslutsfattande

Beslutsfattande i vårdnadsutredningar bör lägga vikt vid barns möjlighet att utveckla och bevara anknytningsrelationer med samtliga omvårdnadspersoner, förutom då det innebär ett hot mot barnets välmående. Faktorer att beakta inkluderar föräldrars engagemang i omvårdnad före en föräldraseparation, barns ålder och önskemål, förekomst av våld eller andra övergrepp i omvårdnadsrelationerna, samt konflikter mellan föräldrar.

Avslutningsvis har de grundläggande arttypiska aspekterna av anknytningsteori mycket gott vetenskapligt stöd. Anknytning observeras i hela världen och kan inte förklaras av faktorer som temperament, amning, eller genetisk variation. Anknytning bör därför, som Bowlby poängterade, betraktas som ett primärt fenomen av central betydelse för individens utveckling. Anknytningskvalitet är också – på gruppnivå – replikerbart kopplat till omvårdnadspersoners lyhördhet/reflektiva funktion och barns utveckling. Det finns därtill anknytningsbaserade, samspeletsstödjande interventioner med gott forskningsstöd.

Anknytningsteori och anknytningsforskning kan således utgöra ett betydelsefullt ramverk för beslutsfattande. Bedömningsinstrument för anknytningskvalitet är däremot inte utformade för diagnostisk användning på individnivå, och därför inte lämpliga för beslutsfattande i barnavårds- eller vårdnadsärenden.



TOMMIE FORSLUND



ELIA PSOUNI



MÅRTEN HAMMARLUND



SOPHIE REIJMAN



PEHR GRANQVIST

Originalartikeln Attachment goes to court: child protection and custody issues, är publicerad online i Attachment & Human Development, 2021. ●

Tommie Forslund, forskare och psykolog. Psykologiska institutionen, Stockholms universitet samt SUF Kunskapscentrum, Region Uppsala.

Elia Psouni, docent och psykolog. Institutionen för psykologi, Lunds universitet.

Mårten Hammarlund, psykolog, psykoterapeut och doktorand. Psykologiska institutionen, Stockholms universitet.

Sophie Reijman, lektor. Center for Early Intervention and Family Studies, Köpenhamns universitet.

Pehr Granqvist, professor i psykologi. Psykologiska institutionen, Stockholms universitet.

Referenser

1. Bowlby J (1969/1982). Attachment and loss: Attachment. Pimlico.
2. Groh AM, Fearon RP, van IJzendoorn MH et al (2017). Attachment in the early life course: Meta-analytic evidence for its role in socioemotional development. Child Development Perspectives, 11, 70-6.
3. Granqvist P, Sroufe LA, Dozier M et al (2017). Disorganized attachment in infancy: A review of the phenomenon and its implications for clinicians and policy-makers. Attachment & Human Development, 19, 534-58.
4. Ainsworth MDS, Blehar MC, Waters E et al (1978/2015). Patterns of attachment: A psychological study of the strange situation. Psychology Press.
5. De Wolff MS, van IJzendoorn MH (1997). Sensitivity and attachment: A meta-analysis on parental antecedents of infant attachment. Child Development, 68, 571-91.
6. Cyr C, Euser EM, Bakermans-Kranenburg M et al (2010). Attachment security and disorganization in maltreating and high-risk families: A series of meta-analyses. Development and Psychopathology, 22, 87-108.
7. Bacro F, Forslund T, Granqvist P (2020). Children's multiple attachment relationships and representations in different family contexts. In T. Forslund & R. Duschinsky (Eds). Attachment: A reader. Wiley.
8. Psouni E (2019). Växelvis boende: Utvecklingspsykologisk evidens och barns rättigheter. In L. Ponnert & A. Sonander (Red.) Perspektiv på Barnkonventionen. Studentlitteratur. För en pågående svensk studie, se <https://psy.lu.se/eko>
9. Van IJzendoorn MH, Steele M, Granqvist P (2018). On exactitude in science: A map of the empire the size of the empire. Infant Mental Health Journal, 39, 652-5.
10. Steele H, Steele M (Eds) (2017). Handbook of attachment-based interventions. Guilford Press.

»Anknytning observeras i hela världen och kan inte förklaras av faktorer som temperament, amning, eller genetisk variation.«

»Stressen var mindre skadlig för relationen om man pekade på pandemin som orsak till problemen.«

SKYLL PÅ PANDEMIN

> Stress kan påverka relationer negativt. Men om skulden läggs på pandemin ökar chansen att man ändå är ganska nöjd med sin relation, visar en studie. I studien fick 191 deltagare dagligen rapportera stress och relationsnöjdhet under månaderna april och maj 2020, och ytterligare en gång efter sju månader.

De som rapporterade mindre nöjdhet med sin relation när de upplevde en hög nivå av stress uppgav ändå att själva stressen var mindre skadlig för relationen om man pekade på pandemin som orsak till problemen. Den positiva effekten av att skylla på pandemin var starkare för kvinnorna än för männen och den kvarstod vid uppföljningen efter sju månader. Neff LA et al. *Social Psychological and Personality Science*, 2021.

KOGNITIVA AKTIVITETER FÖRDRÖJER DEMENSEN

> En mentalt aktiv ålderdom kan fördröja demens i upp till fem år. Det visar en studie med cirka 2 000 personer som vid studiens inledning var i 70- och 80-årsåldern och sedan

följdes i genomsnitt i sju år.

Deltagarna fick löpande rapportera hur ofta de var engagerade i kognitivt stimulerande aktiviteter, såsom biblioteksbesök, läsning av tidningar eller böcker, brevskrivning, lägga pussel, samt spela kort eller brädspele. Varje år genomgick deltagarna kliniska undersökningar för att diagnosticera Alzheimers sjukdom och andra demenssjukdomar.

Under studien diagnostiserades 457 deltagare med Alzheimers sjukdom. Medelåldern för sjukdomsdebut var 94 år för den grupp som rapporterat mest kognitivt stimulerande aktiviteter och

89 år för deltagare med minst aktivitet. Varken utbildning eller kognitiv aktivitet tidigt i livet var kopplat till sjukdomsdebut.

Analysen av neurala markörer för demenssjukdomar vid obduktion tyder på att kognitiva aktiviteter sent i livet inte påverkade hjärnans patologi i sig utan snarare stärker den kognitiva reserven. Wilson RS et al. *Neurology*, 2021.

PLACEBOEFFEKTEN GAV FYRFALDIG FÖRBÄTTRING

> Placeboeffekten till följd av positiv förväntan av en ångestbehandling kan leda

till en fyra gånger större effekt vid läkemedelsbehandling. Det visar forskare vid Uppsala universitet. Detta trots att det verksamma läkemedlet, ett SSRI-preparat, hade identiska farmakologiska effekter.

I studien fick två grupper med social ångest identisk läkemedelsbehandling under nio veckor. Men medan den ena gruppen fick en korrekt information om hur effektivt läkemedlet är, fick den andra gruppen information om att det handlade om en aktiv placebo, det vill säga verkningslöst mot social ångest men med samma biverkningar som ett verksamt läkemedel.

Behandlingseffekten



BILD/ISTOCKPHOTO

var fyra gånger större vid korrekt information. Med en PET-scanner kunde forskarna samtidigt se att SSRI-preparatet haft samma effekt på serotonin i båda grupperna. Förklaringen kan vara att förväntningarna påverkar dopaminfrisättningen och att det förstärker effekten av SSRI-behandlingen. Hjorth OR et al. Translational Psychiatry 2021.

ÖVERRISK FÖR SUICID BLAND SKULDSATTA

> Personerna som inte kan betala sina skulder och hamnar i Kronofogdens register löper två och en halv gånger högre risk att begå suicid, visar en svensk studie. Det gällde oberoende av andra kända riskfaktorer för suicid, såsom arbetslöshet, socialbidrag, kriminell belastning och psykisk ohälsa, till exempel depression. Även när man tar hänsyn till aspekter som utmätning av lön, fastighet, bostadsrätt eller en avhysning, kvarstår riskökningen.

I studien har personer som i början av 2018 var registrerade hos Kronofogden för en obetald skuld följts under ett år. Totalt handlar det om drygt 180 800 individer. Antalet fall av suicid har jämförts med ett urval ur den svenska befolkningen i stort. Av de registrerade för en obetald skuld begick 112 suicid.

Enligt forskaren bakom studien ses överskuldsetting mer som ett moraliskt problem, som ett misslyckande för individen, än ett samhällsmisslyckande. Därför talas det inte tillräckligt mycket om problemet i det suicidpreventiva arbetet. Rojas Y. International Journal of Social Psychiatry, 2021.

BILD PRIVAT



MOA BRÅTHÉN WIJANA: »DET LÅGA BORTFALLET VID IKB STICKER UT.«

Intensiv kontextuell behandling, IKB, vid självskadebeteende är både verkkningsfull och potentiellt kostnadseffektiv. En HBV-placering motsvarar kostnaden för fem patienter som genomgår IKB, visar Moa Bråthén Wijana i en avhandling.

Uppsala var för drygt tio år sedan först med att införa intensiv kontextuell behandling (IKB) inom Bup för ungdomar med självskadebeteende och komplex psykosocial problematik. IKB hämtar inslag från såväl dialektisk beteendeterapi som funktionell familjeterapi och terapeuter från både psykiatri och socialtjänsten ingår i IKB-teamen.

I Östersund och på Gotland finns liknande IKB-team som i Uppsala. Även andra regioner har visat intresse för modellen, men det har varit svårt med implementering.

– Det kan bero på att de samfinansieras av kommun och region och att det kanske därför kan vara svårt att få till det, säger psykologen Moa Bråthén Wijana.

ATT IKB POTENTIELLT är en effektiv intervention visar nu Moa Bråthén Wijana i en doktorsavhandling vid Karolinska institutet. En av delstudierna, med 49 ungdomar och deras familjer, visar att IKB minskar såväl symtombelastningen som förekomst av självskadebeteende och antal suicidförsök.

– Behandlingseffekten, liksom föräldrarnas skattning av bland annat lägre stressnivåer, kvarstod vid uppföljningen efter sex månader och ett år. Det är den kanske viktigaste slutsatsen av min forskning, det handlar ju om en oerhört svårbehandlad patientgrupp, säger hon.

Det som särskilt sticker ut i resultatet är det låga bortfallet.

– Grunden till att få till en beteendeförändring är att fullfölja behandlingen och

bortfallet var bara 0,09 procent. Det låga bortfallet sticker ut jämfört med andra behandlingar.

HON HAR ÄVEN tittat på kostnader för IKB och kan visa att de motsvarar andra behandlingar med liknande längd och intensitet.

– Men ett av de viktigaste syftena med att IKB infördes var ju att kunna förhindra en dyr placering på till exempel ett HBV-hem och en sådan kostar i genomsnitt lika mycket som att behandla fem ungdomar med IKB, säger Moa Bråthén Wijana.

Delstudier i avhandlingen och som bygger på en omfattande webbenkät riktad till ungdomar i åldern 15 till 20 år, visar att det är ett starkare samband mellan invalidering/validering (känslan att bli bekräftad av omgivningen i sitt självskadebeteende) och emotionsreglering än mellan invalidering/validering och självskada, och att självskadebeteendet medierades av en emotionell dysreglering.

Det fanns en liten korrelation mellan självskada och emotionell medvetenhet och en något större mellan självskada och emotionell dysreglering. I gruppen sexual- och gender minority, som är en extra sårbar grupp, uppgav en förhållandevis hög andel självskadebeteende och emotionell dysreglering.

– I öppenvården kan man lätt hamna i en situation då man ska stötta både ungdomen och föräldrarna, det kan uppstå en form av intressekonflikt. Vid IKB är en terapeut inriktad på familjen, och en på ungdomen, säger Moa Bråthén Wijana som gärna skulle se en större spridning av IKB mot bakgrund av att metoden även är uppskattad av familjerna och terapeuterna.

Titeln på avhandlingen är *Self-harm among adolescents: correlates, treatment, and healthcare consumption.* ● Peter Öm

Har jag som anhörig inget att säga till om?

Fråga: Min partner går i behandling hos en psykolog sedan en tid tillbaka. Hen verkar tycka att det är en hjälp och att det fungerar bra. Vi talar inte så mycket om vad som görs eller vad de talar om i behandlingen. Jag känner att det får vara på min partners initiativ om vi ska göra det. För ett tag sedan sade min partner att psykologen skulle komma hem till oss för att göra en del av behandlingen där. Jag fick bara veta att det skulle ske och vilken tid de bestämt. Kan ett sådant beslut tas utan att jag som anhörig får säga vad jag tycker om det? Nu har det påverkat min och min partners relation eftersom jag upplever mig som överkörd i detta.

Till att börja med sätter den ljuset på det vi brukar benämna klientbegreppet. Psykologen har ett utvidgat ansvar och behöver reflektera över vem eller vilka som kan komma att påverkas av det arbete som görs. Det kan alltid finnas en risk att klienten endast blir den vård-sökande som psykologen har framför sig. Inom vården brukar det benämnas »den identifierade patienten«. Ett sådant begrepp och en sådan definition kan bli missvisande i en del fall. Särskilt i psykologisk behandling som ofta sker i ett sammanhang där fler personer ingår. Ett alltför snävt klientbegrepp kan få till konsekvens precis det som du och din partner fått erfara. Psykologen verkar ha brutit i att ha efterfrågat ditt samtycke

till att bedriva behandling i ert hem. I det här sammanhanget ska också du betraktas som »klient« eftersom du tydligt påverkas av psykologens handlande.

DET HÄR tenderar att bli en allt vanligare frågeställning när vissa former av psykologisk behandling »flyttar ut« från det traditionella terapirummet. Viss behandling kan vara effektivare om den görs på plats där svårigheterna som ska behandlas brukar uppstå. I det här fallet kan det vara så att psykologen fokuserat på vad forskningsresultat och tidigare erfarenheter visat skulle kunna ge bäst effekt. Men hen har samtidigt inte fullt ut tagit hänsyn till sammanhanget och förutsättningarna för insatsen och därmed brutit i sin respekt i relation till dig.

När »terapirummet« kan vara på så vitt skilda platser aktualiseras också frågor om förtrolighet och tystnadsplikt. Går den att värna, om vården sker på andra platser som är mer eller mindre offentliga? När psykologen arbetar på sin mottagning får hen inte utan samtycke från patienten uppge till någon närstående eller utomstående att denne är aktuell där. Men i en behandling kanske man

vistas »ute på stan« med patienten. Så här finns alltid ett etiskt skav som psykologen behöver vara medveten om när denne fattar beslut om en insats. Även digitala lösningar för psykologisk behandling riskerar att psykologen får svårare att säkerställa ramar och gränser för vem eller vilka som kan få insyn. Du som anhörig kanske inte heller känner dig bekväm med att få en insyn du inte efterfrågat.

DET FINNS ÄVEN aspekter av makt i den här frågan. Som hjälpsökande befinner sig alltid klienten i en beroendeställning till sin psykolog. Vi vet inte hur psykologen så att säga »säljer in« förslaget till din partner att använda just den här metoden. Samtycket som klienten ger behöver därför vara välinformerat om vad en insats kan komma att innebära. Och »klienten« kan som sagt vara alla som kan tänkas bli berörda och vars autonomi och självbestämmande behöver värnas. ●

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.





Kostnadsfritt webinar
27 januari kl 10–11

Anmälan på www.hogrefe.se

Nyhet!
Interventions-
guide
på svenska

Bedömning av adaptiv funktion hos barn, ungdomar och vuxna i åldern 0 till 89 år

ABAS-3 (Adaptive Behavior Assessment System, Third Edition) är en standardiserad skattningsskala för bedömning av adaptiv funktion hos 0–89-åringar.

Bedömning av adaptiv funktion ingår vanligtvis i utredning av intellektuell funktionsnedsättning. Det kan även användas för bedömning av ADHD, ASD, vid hjärnskador eller sjukdom som drabbar hjärnan, till exempel Alzheimers sjukdom.

Den nya interventionsguiden på svenska utgör ett stöd i behandlingsplaneringen efter en bedömning med ABAS-3. Behandlaren ges konkreta rekommendationer på aktiviteter för att öka individens adaptiva funktion. Interventionerna är anpassade efter ålder och utvecklingsnivå. Se exempel på www.hogrefe.se.

Terapeut med känsla för storytelling

Förutom som psykoterapeut jobbar amerikanska Lori Gottlieb som journalist och innan dess var hon i tv-branschen och arbetade med *Vänner* och *Cityakuten*. I ett samtal med den svenska psykologen Jonas Mosskin, på bokmässan i Göteborg tidigare i höstas, berättade hon att det gemensamma för alla hennes jobb – och det hon brinner för – är människors berättelser. Och Gottlieb kan verkligen detta med storytelling. Hon lyckas skriva fram både livets skönhet, skörhet, oväntade vändningar och löjliga missförstånd. *Du borde kanske prata med någon* är dessutom strössladd med cliffhangers som ivrigt får mig att bläddra vidare – ömsom fnissandes, ömsom grätandes så häftigt att jag tappar linserna.

Anonymiserat berättar Gottlieb om några av patienterna hon haft i terapi; om framgångsrika John som tycker att alla är idioter, om unga, nygifta Julie som är döende i cancer och Rita som inte kan förlåta sig själv för att hon

inte ingrep när hennes make drack och slog deras gemensamma barn under deras uppväxt. Men också om sin egen terapi hos den äldre kollegan Wendell Bronson. Genom att berätta om sin egen kris efter att ha blivit lämnad av sin fästman hoppas hon kunna bidra till att minska stigma kring psykisk ohälsa, men också visa på att vi alla är lika. Till och med terapeuter har

problem (!) – alla människor genomgår kriser och har möjlighet att utvecklas genom livet. Samtidigt tycks hon själv egentligen vara ambivalent till detta.

HON ÄGNAR DE tjugo första sidorna åt att rättfärdiga att hon skriver om sig själv och förklarar varför en terapeut inte måste vara hemlig med sitt eget privatliv. Sedan är

hon genomgående, trots allt, noggrann med att peka ut just skillnader mellan henne och patienterna. Om en patient med otrogg anknytning skriver hon: »...vi var väldigt lika /.../ förutom att jag inte går i säng med män hipp som happ /.../ eller är alkoholiserad«.

Ett annat irritationsmoment i boken är hennes sätt att tala för alla terapeuter som om vi vore en homogen grupp. Ideligen skriver hon saker som: »Eriksons åttastegsmodell för människans psykosociala utveckling som än i dag vägleder oss terapeuter«. För läsaren talar hon inte om att hon själv är psykodynamiskt skolad och att det även inom den inriktningen finns flera olika falanger. Eftersom hon i övrigt har en tydlig pedagogisk ansats, vill visa läsaren hur det är att gå i terapi och har flera psykoedukativa avsnitt är detta en märklig brist i texten. Trots detta är boken klart läsvärd; om inte annat för den stora, smittande kärlek till yrket som hon visar.

● Celia Svedhem, psykolog och litteraturkritiker



DU BORDE KANSKE PRATA MED NÅGON.
LORI GOTTLIEB
VOLANTE, 2021



Föräldrasamverkan i förskolan
ANNA HELLBERG BJÖRKLUND, GOTHIA, 2021.

Att en missnöjd förälder går till verbal attack har nog alla pedagoger på förskolan fått uppleva. Då är självkännsdomen en viktig styrka, anser psykologen Anna Hellberg Björklund. Hon förklarar fördelen med aktivt lyssnande i utmanande samtal och ger en rad andra råd samt diskussionsunderlag för yrkesverksamma inom förskolan. /LK



Tillitsskapande ledarskap - från teori till praktik
RIKKE KJØLGAARD, STUDENTLITTERATUR, 2021.

Tillit är ett komplext fenomen som leder till högre prestation enligt forskningen. I tilliten ingår ledarens integritet; att ledaren upplevs som rättvis och inte skyller på medarbetarna när något går fel. Då kommer medarbetarna att dokumentera sina förhållanden eller låtsas vara upptagna, konstaterar författaren. /LK



Andreas Wedeen / psykolog

»Rättshaveristiskt beteende innebär en stor utmaning«

Att möta klienter med ett rättshaveristiskt beteende kan innebära en stor utmaning. Men eftersom rättshaverister som regel anser att problemen inte ligger hos dem själva utan hos omvärlden söker de sällan hjälp.

Det berättar psykologen Andreas Wedeen, som tillsammans med psykoterapeuten Jakob Carlander är aktuell med boken *Rättshaveristiskt beteende – Bemötande i praktiken*.

– Det är svårt att hitta människor som själva identifierar sig som rättshaverister. Därför är det också svårt att bedriva studier på området och vi kan inte säga om antalet ökar eller minskar, säger Andreas Wedeen.

Men de finns och kan i svåra fall också vara hotfulla, inte minst för personer som representerar en myndighet. Och så kan även psykologer inom hälso- och sjukvården uppfattas. Det finns ett ökat behov av kunskap om hur man ska agera i mötet med personer med ett rättshaveristiskt beteende, förklarar Andreas Wedeen. Det är bakgrunden till den nya boken som är en uppföljning av de båda författarnas tidigare bok *Möta människor med rättshaveristiskt beteende* (2015).

– Under arbetet har vi kallat den manual, det var arbetsnamnet. Under utbildningar och föreläsningar har vi fått många önskemål om mer konkreta råd och formu-

leringar för hur man ska agera och det ger vi i vår nya bok, säger han.

Själv vill han vara ganska försiktig med att använda termen »rättshaverist«.

– I grunden är det ett beteende som är funktionellt men som kan bli ganska destruktivt. Att klaga på olika saker är ju en rättighet men när det

blir oproportionellt och inte ändamålsenligt, när kostnaden för beteendet överstiger den tänkta vinsten, blir det ett rättshaveristbeteende.

I DE FALL PERSONER med ett rättshaveristiskt beteende söker psykologisk hjälp finns det ofta en negativ livshändelse i bakgrunden.

– Det behöver inte vara en traumatisk händelse men som regel finns det en förlust och en sorg kopplad till den. Min egen erfarenhet som psykolog är att det tydligt handlar om en kris som personen har svårt att bearbeta och som fastnar i strategier som inte gagnar dem, säger Andreas Wedeen.

För psykologen kan det handla om att försöka balansera mellan risken att hamna i rättshaveristens egna spår, att gå in i en argumentation om rätt och fel, och en bibehållen professionalitet.

– Fokus måste hela tiden vara på varför man träffas, vad psykologen kan hjälpa till med, och försöka bidra till en självreflektion. Vi ska försöka jobba med de känslor som uppstår kring det rättshaveristiska beteendet och hur de påverkar livet i konkreta termer, säger Andreas Wedeen, och fortsätter:

– De kanske har byggt upp beteendet på grund av att de inte känt sig lyssnade på och många tycker det är skönt att bara få berätta. ● Peter Öm



Rättshaveristiskt beteende

BEMÖTANDE I PRAKTIKEN, JAKOB CARLANDER OCH ANDREAS WEDEEN, GOTHIA KOMPETENS, 2021.

Boken ger konkreta verktyg för att hantera mötet med personer med ett rättshaveristiskt beteende med en bibehållen professionalitet. Teoridelen ger en förståelse för själva fenomenet och del två består av en manual som beskriver olika situationer man kan hamna i, med konkreta råd om hur dessa kan hanteras. Boken vänder sig till främst till personer i kontaktyrken inom offentlig sektor.

Ensamheten blev inte som jag tänkt mig

Jag ska vara helt ensam på en öde ö. När jag går iland kommer mina axlar att sjunka en meter. När jag lägger mig i sängen på kvällen med vetskapen om att inte bli väckt på hela natten kommer jag att stöna högt av njutning. Tystnaden kommer att massera mina trumhinnor till multipla eargasms. Jag är en utschasad småbarnsmamma – det här är min våta dröm.

Sista veckan i oktober sätter jag mig på båten ut i Stockholms skärgård för att göra verklighet av fantasin. Letar mig i beckmörkret upp till stugan där vattnet är avstängt för vintern, men där det finns en brunn och pump på gården, utedass. Jag tänder i öppna spisen och tänker att nu kommer det snart, mitt stora aaahhh. I stället känner jag ett krypande

»Det biologiska perspektivet, tenderar att glömmas bort i samtal om psykisk hälsa.«

obehag. Tystnaden visar sig inte massera någonting. På natten när jag ska sova ikapp mitt högt debiterade sömnkonto blir det inte heller som jag tänkt mig. Sönnen blir ytlig och jag vaknar ofta – till synes utan anledning.

Jag tänker på det psykiatrikern Anders Hansens skriver i *Depphjärnan*. Han menar att depression och ångest går att förstå utifrån vad de rent evolutionärt har fyllt för funk-

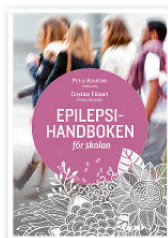
tion. Jag som längtat så hit ut, nu reagerar hela min kropp som om jag kommit på avvägar från min flock och genast måste återfinna den. Och enligt Hansen är jag så lättväckt eftersom det historiskt varit farligt att sova ensam. Om ett lejon dyker upp finns ju ingen här som varnar mig.

HANSEN MENAR ATT detta, det biologiska perspektivet, tenderar att glömmas bort i samtal om psykisk hälsa. Ett märkligt påstående då en debatt kring vad som styr våra beteenden – arv eller miljö – ju pågått i årtal. Glömmas bort tenderar väl snarare samspelet att göra? Det att biologi och socialisering inte är en dikotomi utan ett intrikat växelspel. Jag menar, jag kan ju lätt komma på även ett par, tre socialiseringsfaktorer som bidrar till att jag inte alls trivs därute, mol allena, på ön. Min nya våta dröm är en bok som på samma lättillgängliga sätt som Hansens presenterar en sådan helhet.

• Celia Svedhem, psykolog och litteraturkritiker



BILDSTOCKPHOTO



Epilepsi-handboken

Petra Boström och Cristina Eklund
Hjärnkraft, 2021.

Barn med epilepsi lever många gånger ett helt vanligt liv, tack vare mediciner. Andra får problem med inlärningen.

Kunskapsmålen kan bli svåra att nå. Det är lätt att förstå att epilepsi ofta förknippas med oro. För skolsituationen, fritiden och framtiden. Boken ger förslag på åtgärder för att underlätta i skola och vardag. Den vänder sig till skolpersonal men kan också vara till nytta för föräldrar, och för alla som professionellt möter barn med epilepsi. /LK



Social ångest – från teori till behandling

Ewa Mörtberg och Maria Tillfors
Studentlitteratur, 2021.

Att leva tillsammans är svårt och många upplever sig som plågsamt otillräckliga i den sociala samvaron. Samtidigt har forskningen gått framåt. Den traditionella bilden av blyga och tillbakadragna personer med social ångest har till exempel utvidgats till att även omfatta de som kan vara impulsiva och utagerande. Boken behandlar konceptualisering av social ångest och neurobiologiska och kognitiva faktorer, sam beskriver psykologisk behandling och läkemedelsbehandling av barn, tonåringar och vuxna. /LK



Chefshandledning – en manual till funktionellt ledarskap

Annika Björnsdotter
och Martin Grill
Studentlitteratur, 2021.

Funktionella analyser är temat i denna bok. Säg att en medarbetare ständigt kritiserar på ett veckomöte. Chefen tänker »jag orkar inte mer«, känslan blir uppgivenhet och beteendet att titta ner i bordet och låta den missnöjde prata på. Konsekvensen blir ett ineffektivt möte. Författarna ger övningar i att träna på alternativa beteenden. Boken består av 14 manualer som kan anpassas efter chefens önskemål. /LK



Behandling av traumatisk sorg

Judith A. Cohen, Anthony
P. Mannarino, Esther Deblinger
Natur & Kultur, 2021.

Här är fokus på den metod som enligt de tre amerikanska författarna, samtliga psykiatriker, har starkast forskningsstöd vid ptsd hos barn och unga. »Med varmt hjärta och barnasinne erbjuder författarna handfast och hoppfull vägledning så att terapeuter kan ta ut riktning och hålla fokus i en stundtals svårnavigerad terräng«, skriver psykologen Poa Samuelberg i bokens förord. /LK

»Enligt henne är minnet en stor del av vår identitet och vår inre verklighet.«



Anna Derwinger Hallberg



Förlåtelsens arkitektur

Anna Derwinger Hallberg
eddy.se ab, 2021.

»Lär dig livets stora gåta – älska, glömma och förlåta«, så lyder psykologen Anna Derwinger Hallbergs mantra. Enligt henne är minnet en stor del av vår identitet och vår inre verklighet. Det är lätt att bli fången i det förflutna – särskilt om det gjort ont. Därför börjar boken i individen och våra förutsättningar för förlåtelse. /LK



Fler böcker om psykologi – följ
Psykologtidningen på
instagram.

»Gör som i USA – utred rasismen«

Sveriges Psykologförbund bör kartlägga och utreda rasism, historiskt och i nutid, likt Psykologförbundet i USA, skriver sex psykologer.

Sveriges Psykologförbund bör påbörja ett liknande arbete som Psykologförbundet i USA utfört, och undersöka hur förbundet och psykologin som forskningsfält bidragit till, eller inte aktivt motverkat, systematisk rasism historiskt som i nutid.

Den 29:e oktober i år, 2021, antog Psykologförbundet i USA (American Psychological Association, APA) en resolution som belyser delaktighet i, ber om ursäkt för och lovar konkreta åtgärder mot systematisk rasism, vilket också Psykologtidningen har uppmärksammat. APA:s arbete har varit omfattande och pågått under flera år. USA:s psykologförbund har lovat och initierat konkreta och långtgående åtgärder för att motverka rasism, både inom förbundet men också i psykologers möten med klienter och samhället i stort. Detta anser vi är en världsnyhet för psykologin, och kommer att påverka arbetet för oss psykologer i många år framöver. Förbundet behöver utföra ett liknande arbete som APA eftersom:

- Svensk lagstiftning och etiska riktlinjer för yrkesverksamma psykologer i Sverige tydliggör att människor inte ska diskrimineras på grund av etnicitet eller hudfärg



JONI KARLSSON



SIMA WOLGAST



MARTIN WOLGAST



HANNA WALLENSTEEN



DAMON NINOS VARDEH NAVANDI



ROCIO AREVALO PEREZ

(se: diskrimineringslagen; barnkonventionen; Yrkesetiska principer för psykologer i Norden).

- APA:s undersökning av tiden från slutet av 1800-talet till i dag, visar att de har bidragit till, eller underlåtit att motverka, systematisk rasism som drabbat samtliga icke-vita grupper samt ursprungsbefolkning i USA. Vi anser att stora delar av deras slutsatser är högst aktuella, relevanta och angelägna att beakta i ett svenskt sammanhang. Sverige har sin egen rasistiska och rashygieniska

»Vi själva har som psykologer i Sverige mött och bevittnat rasism och fördomar kring etnicitet och hudfärg gentemot såväl patienter som kollegor.«

historia. USA har varit synnerligen dominerande och inflytelserikt för psykologin och psykologyrket i Sverige. Förbundet och psykologer i Sverige behöver ta ställning till hur vi ska förhålla oss till APA:s nya slutsatser.

- Cirka 26 procent av Sveriges invånare har utländsk bakgrund (SCB, 2020) och vi ser en stor och ökande efterfrågan på psykologer med kompetens och erfarenhet kring frågor om rasism och minoritetsstress. Vi själva har som psykologer i Sverige mött och bevittnat rasism och fördomar kring etnicitet och hudfärg gentemot såväl patienter som kollegor. Många av dessa erfarenheter har tyvärr inte tagits på allvar, utan mötts med tystnad eller förminskande.

DÄRFÖR ÖNSKAR VI att förbundet tar ansvar för och initierar ett övergripande arbete, med att kartlägga och undersöka hur rasism tar sig uttryck i sin helhet, i det som inbegriper det professionella yrkesutövandet som psykolog. Detta innebär att (likt APA) påbörja ett arbete kring hur rasism i olika former tagit sig uttryck historiskt och i dag:

- Har historiska rasistiska psykologpraktiker förekommit behöver vi undersöka, förstå och komma med ett erkännande för det. Det kan också handla om att psykologkåren misslyckats med att utmana rasistiska yttringar i det svenska samhället. Förslagsvis

bör förbundet (likt APA) samarbeta med forskningsinstitut som har erfarenhet av eller kompetens i att bedriva forskning kring psykologins historia i relation till rasism eller diskriminering.

• Nu närmast önskar vi att förbundet skyndsamt påbörjar en kartläggning och utredning av hur rasism tar sig uttryck i olika former inom professionen i dag; bland kollegor, på arbetsplatser samt i psykologers praktiker i mötet med klienter. Ytterligare viktiga områden att undersöka är psykologprogrammen och den psykologiska forskningen. Detta övergripande arbete bör leda till konkreta åtgärder utifrån de problem och utmaningar som framkommer.

ALLTSÅ, OM FÖRBUNDET och psykologer verksamma i Sverige ska följa lagstiftning och etiska

» Ytterligare viktiga områden att undersöka är psykologprogrammen och den psykologiska forskningen.«

riktlinjer på ett kvalitetssäkert vis, bör förbundet påbörja kartläggningar och undersökningar kring rasism inom alla områden som relaterar till professionen, historiskt som i nutid. APA:s resolution, som påvisar systematisk rasism, stärker att ett liknande arbete behöver göras i Sverige, eftersom Sverige har sin egen historia av rasism samt att vi som profession på många sätt tagit efter USA. Vittnesmål om rasism inom psykologkåren i Sverige finns det också, likt i USA.

Vi anser också att förbundet

behöver bli aktivt i att motverka rasism i olika former, om principer om allas lika värde, jämlikhet och inkludering ska efterföljas. Vår starka tro är att om förbundet och psykologer i Sverige aktivt arbetar för att motverka rasism i olika former, kan vi bli värdefulla ledare och psykologin som forskningsfält kan bli en viktig faktor, i att bidra till ett mer välmående samhälle i sin helhet. ●

Joni Karlsson, psykolog

Hanna Wallensteen, psykolog

Rocio Arevalo Perez, psykolog

Damon Ninos Vardeh Navandi, psykolog

Sima Wolgast, psykolog, psykoterapeut, specialist i klinisk psykologi, lektor i psykologi vid Lunds universitet

Martin Wolgast, psykolog, lektor i psykologi vid Lunds universitet

SAVE THE DATE!

Dags att anmäla sig till Cerebs ADHD-dagarna 2022!

Datum för nästa konferens är 20-22 april 2022.

Temat är ADHD UR ETT LIVSTIDSPERSPEKTIV. Läs mer på www.adhd-dagarna.se

Cereb har en lång tradition av att stärka kompetensen om neuropsykiatriska funktionsnedsättningar genom att skapa forum för inläring, utveckling och kunskapsutbyte. Som en del av denna vision har Cereb anordnat ADHD-dagarna sedan mer än tio år. Det som är nytt med nästa års konfe-

rens är att deltagare har möjlighet till ytterligare fördjupning av teman som föreläsarna berör i deras presentationer, s.k. *Master Class*. Syftet med *Master Class* är att erbjuda konkreta metoder och verktyg som yrkesutövare kan tillämpa i deras vardag.

När: 20-22 april, 2022

Var: Piperska Muren, Scheelegatan 14, Stockholm

Kontakt: adhd-dagarna@meetx.se, tel: +46 31 708 86 90

Vi planerar fortsatt för ett fysiskt möte i Stockholm. I vår planering tar vi dock fortlöpande hänsyn till möjliga scenarier gällande pandemin. Konferensen kommer att följa rådande eventuella restriktioner under de aktuella konferensdatumen.

Med hänsyn till rådande situation har vi uppdaterat vår avbokningspolicy. Vi erbjuder nu anmälan med kostnadsfri avbokning till och med 15 januari 2021. Anmälan är alltså inte bindande innan detta datum. Utöver detta har vi förlängt vår Early Bird registreringsavgift till 15 januari 2021. Vi hoppas med detta erbjuda att det känns tryggt att anmäla er till ADHD-dagarna!

**ADHD-
DAGARNA**

2022

CEREB

www.cereb.se • www.adhd-dagarna.se

Ett aktivt och relevant förbund

I min förra ledare skrev jag om att balansera mellan självständighet och tillhörighet, och om att som ledare och följare förhålla sig till dessa båda storheter på ett sätt som gagnar både gruppen och de enskilda människorna.

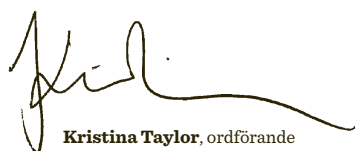
Sedan dess har jag haft förmånen att representera Psykologförbundet på Sacos kongress, där just den balansgången på olika sätt stod i fokus. Det gällde inte minst genom den avgående styrelsens inriktningsproposition om ett starkare Saco i framtiden, en proposition som gett upphov till flera viktiga motioner och samtal innan och under kongressen. Innehållet i propositionen bygger på ett omfattande arbete med att vända på stenar om makt och inflytande, identifiera olika intressen och utveckla gemensamma värderingar, strukturer och samhällspolitiska mål. Syftet med propositionen är att nå en stärkt intern samling och ökad extern kraft för Saco som federation.



»Det handlar om hur vi tar gemensamt ansvar för demokratin och hanterar utmaningar.«

EN DEL AV SACOS framtidsarbete har handlat om att ta fram federationsgemensamma värderingar. Dessa värderingar är tänkta att guida konkreta förhållningssätt och ageranden för en stärkt intern demokrati och för att nå framtidspropositionens mål. Utifrån min erfarenhet av att handleda, samtala och undervisa om yrkesetiska dilemman och självreflektion, ser jag fram emot att bidra till att de nya värderingarna blir aktiva verktyg – under kommande mandatperiod även som ledamot i Sacos styrelse.

I HÖST HAR vi hört media rapportera från politiska kongresser, landsmöten och partiledardebatter. Just nu på radion diskuteras talmansrundan om hur Sverige ska regeras. Precis som Sacos framtidsarbete och pågående processer inom vårt eget förbund, handlar det om hur vi tar gemensamt ansvar för demokratin och hanterar utmaningar med representation, inflytande och samarbete. En klarsynt person har sagt att »i en välfungerande grupp har alla större fokus på vad man själv kan förändra än vad andra behöver utveckla«. En position som jag menar att Psykologförbundet bör ta, och som ofta tar oss långt mycket längre än den motsatta.


Kristina Taylor, ordförande



Hanna Wallensteen



Sarah Vigerland



Erica Mattelin

Förbundsnytt

Tre finalister utsedda

STORA PSYKOLOGPRISET.

Under ett livesänt samtal, den 6 december, offentliggjordes finalisterna till Stora Psykologpriset 2021. De tre utvalda är Erica Mattelin, Hanna Wallensteen och Sarah Vigerland. Samtalet med finalisterna leddes av psykologen, författaren och föreläsaren Per Naroskin. Medverkade gjorde även Kristina Taylor, Psykologförbundets ordförande tillika ordförande i juryn för Stora Psykologpriset. Samtalet finns att se på förbundets hemsida.

Nya remissvar

PÅVERKAN. Psykologförbundet välkomnar i stort utredningarna »Betänkande god och nära vård – rätt stöd till psykiskt sjuka« (SOU 2021:6) samt »Börja med barnen! En sammanhållen god och nära vård för barn« (SOU 2021:34), men understryker i den senare det olyckliga i att enbart elevhälsans medicinska insatser finns med i direktivet. Förbundet hänvisar till svensk lagstiftning som är tydlig med att elevhälsan ska vara samlad, med samtliga elevhälsoprofessioner representerade i tvärprofessionella team. Läs alla remissvar på förbundets hemsida.

Taylor invald i Saco

DEMOKRATIN.

Psykologförbundets ordförande Kristina Taylor valdes på Sacos kongress den 10-11 november 2021 till ny ledamot i Sacos styrelse. Ett hedrande uppdrag, säger Taylor: »Särskilt motiverande för mig är att bidra till att vi tillsammans inom Saco gör de federationsgemensamma värderingarna till mer än ord, för att nå en stärkt intern samling och ökad extern kraft«.

Glöm inte löneenkäten!

PÅVERKAN. Vill du bidra till Sveriges bästa lönestatistik för psykologer? I så fall har du, som yrkesverksam medlem, fortfarande chansen att besvara Psykologförbundets löneenkät 2021. Löneenkäten har mejlats till alla berörda, men finns också att besvara på förbundets hemsida. Sista dagen är den 31 december 2021.

Kansliets öppettider

MEDLEMSNYTTA. Glöm inte att du som är medlem och har frågor om anställningsvillkor, uppsägningar, arbetsmiljö med mera, kan ringa kansliets medlemsrådgivning alla vardagar kl. 9-12, utom tisdagar då telefontiden är kl. 13-16. Du kan även mejla din fråga till: medlemsradgivningen@psykologforbundet.se.

Vi önskar våra medlemmar God helg och ett Gott nytt år!

www.psykologforbundet.se • post@psykologforbundet.se

Varför får jag inte förhandla om lönen?

Fråga: Jag har sökt en ny tjänst i regionen där jag redan har en anställning. Vid intervjun med min presumtiva chef meddelar den att jag inte får förhandla om en ny lön. »Vi får inte använda en högre lön för att konkurrera om arbetskraften inom regionen«, säger chefen. »Du får behålla din lön och så får du vara med på nästa års löneöversyn, så får vi se hur vi kan justera lönen då.« Nu undrar jag vad det är som gäller?

Givetvis har du rätt att förhandla en ny lön när du ska börja en ny tjänst oavsett vad din blivande chef säger. Vid anställningstillfället har du störst möjlighet att kunna påverka din lön. Löften om att i framtiden rätta till en för lågt satt lön, brukar sällan infrias. Lönesättande chef vid ordinarie löneöversyn brukar ha det svårt med att få extra medel för att rätta till felaktiga löner, utan får finnas sig i att de har cirka 2 procent i löneökningssutrymme och med det är det svårt att rätta till en för lågt satt lön. Blir ni inte överens så har ju du möjligheten att tacka nej till tjänsten. Det är ju din yttersta förhandlingsmöjlighet, men så långt kanske det inte är nödvändigt att gå.

JAG VAR I kontakt med en arbetsgivarföreträdare angående en tidigare fråga och den beskrev rutinen så här. »Den mottagande chefen avgör om det är skillnad i tjänsten som du kommer ifrån och den tjänst som du söker och om den skillnaden i så fall berätt-

tigar till en ny lön.« Byter du till exempel från en Bup-mottagning till en annan Bup-mottagning i samma region och med samma arbetsinnehåll, så är sannolikheten låg för att de vill förhandla en ny lön. Är det till en mottagning som inte är Bup och med skillnader i arbetsinnehåll, så ökar sannolikheten att de sätter sig ned med dig för att diskutera en ny lön.

SAMMA SVAR SOM ovan gav jag till en av dina kollegor i regionen. Hen återkom med ett svar: »Ville bara berätta hur det gått i detta ärende. Det gick att förhandla utifrån att jag kunde argumentera för att det inte var samma typ av tjänst (nya jobbet specialistmottagning, gamla jobbet primärvård). Så det var värdefull info jag fick från er. Blev inget stort påslag men i alla fall några procent mer än inflationen. Tänker att det kunde vara hjälpsamt om ni skriver mer konkret om detta i tidningen. Vet flera som inte ens försökt förhandla lönen inom regionen.«

Så det var ju bra att din fråga kom in just nu, för då fick jag möjlighet att gå den andra medlemmen till mötes genom att skriva om det i tidningen. Lycka till med förhandlingen!

/Leif Pilevång, ombudsman

HAR DU EN FRÅGA?

Mejla! redaktionen@psykologtidningen.se

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



ELIN EOS



LEIF PILEVÅNG

Fråga: Hur påverkar jag min arbetsmiljö?

För att påverka din arbetsmiljö behöver du prata med din chef och dina kollegor om hur du har det på jobbet. Är det något som skulle kunna förbättras i din fysiska arbetsmiljö? Hur är din arbetsbelastning, är det tydligt vilka arbetsuppgifter som du ska utföra, vem du kan vända dig till för stöd och hur du ska prioritera om tiden inte räcker till? Dela gärna med dig av din bild av arbetsmiljön med dina kollegor, vad är en god arbetsmiljö för er?

Det är din arbetsgivare som har ett ansvar för din arbetsmiljö, att du inte utsätts för risk för ohälsa eller olycksfall samt att du har en bra arbetsmiljö. Men arbetsgivaren kan inte rätta till saker som hen inte känner till. Därför är det viktigt att du som anställd också berättar om du ser risker, brister eller sådant som kan förbättras.

Det är också viktigt att framföra om du har några särskilda behov som arbetsgivaren kanske behöver anpassa arbetet efter. Det kan exempelvis handla om att du har behov av att hämta och lämna små barn på förskola eller att du har en funktionsnedsättning. Vidare är arbetsgivaren skyldig att bedriva ett systematiskt arbetsmiljöarbete.

Om du inte känner att du får gehör hos chefen, kontakta skyddsombudet på arbetsplatsen eller ring medlemsrådgivningen för råd och stöd!

/Elin Eos, ombudsman

Psykolog

TIDNINGEN

Ges ut av Sveriges Psykologförbund.

REDAKTIONEN

Chefredaktör och ansvarig utgivare:

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

Vetenskapsredaktör:

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

Medverkande i detta nummer:

Fond & Fond, Maria Jernberg, Hanna Nolin, Celia Svedhem, Anna Wahlgren, Björn Öberg

Redaktionsrådet:

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

Fond & Fond

Prenumerationer och adressändringar:

Vasabyrå
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	1/2022
Utgivning	v 5
Manusstopp	10 januari

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 Edwinston, 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

Gunilla Svensson, 08-567 064 14,
avdelningschef Yrke.

Martin Björklind, 08-567 064 11,
professionsstrateg.

Maria Berg, 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.

Malin Ohman, 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.

Psykologföretagarna

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

STP – stiftelsen för tillämpad psykologi

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



ANNONSERA I

Psykolog

TIDNINGEN

Annonskontakt: Newsfactory

Madeleine Nordberg

Tel: 08-505 738 15

MARKNADSANNONSER

■ SAMTALSRUM / TERAPIRUM UTHYRES, GÖTEBORG

Göteborgs Psykologbyrå erbjuder rum för uthyrning. Vi finns centralt på Vegagatan 16 i Linnéstaden med bra kommunikationer. Rummen kan hyras 1-3 dagar i veckan och i hyran ingår tillgång till konferensrum, kontor och pentry. Lokalerna lämpar sig även för seminarier.

Kontakta Magnus Lagerlöf 070-524 51 83 /
Torbjörn Nilsson 070-750 91 81, gotpsb@gmail.com

Marknadsannonser

MARKNADSANNONS + E-TIDNING: 950 kr.
Rubrik samt fyra rader text.

■ 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.

■ 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, 0733-895701.

**SÄKRA
SVAR
OM HIV**

020-78 44 40



**NoaksArk
DIREKT**

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

Affektfokus
Institutet för affektfokuserad terapi



Inbjuder till

Affektfokuserad korttidspsykoterapi (APT)

Introduktionsutbildning, Stockholm, 11-12 och 25-26 mars 2022

Kursledare: Birgitta Elmquist och Charlotta Dybeck

Senare under våren arrangeras fördjupande workshop i APT

Mer info på www.affektfokus.se

Specialistkurs OBM

Efterfrågan på OBM ökar och nu kan du utbilda dig för att hjälpa organisationer att utveckla sig med fokus på beteenden.



Går i Malmö och Stockholm

Mer info: www.leifandersson.se/specialist



HAVINDER & CARLSTRÖM
organisationspsykologer

DoBASICS

Specialistkurser i utredning och diagnostik för legitimerade psykologer

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

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

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

Kurstid: 2-4 maj, 31 maj-1 juni, 29-30 augusti 2022, Stockholm och på distans

Somatisk differentialdiagnostik vid utredning av barn och vuxna

Kurstid: september-oktober 2022

Exakta datum annonseras efter nyår. Föranmälan kan göras redan nu.



ERSTA
SKÖNDAL
BRÄCKE
HÖGSKOLA

Coreutbildning i ISTDP

Avancerad treårig utbildning för leg. Psykologer och leg. Psykoterapeuter. 4 träffar (12 dgr)/år.

www.esh.se/ISTDP • 08-555 051 19

sapu

Studera på Högskolan SAPU

Psykoterapeutprogrammet 90 hp
Handledar- och lärarutbildning i psykoterapi

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 á två dagar.
inklusive examination under våren 2022.

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

PSYKOLOG | LINDA
GJERTSSON



Psykoterapeutprogrammet, 90 hp med Specialistutbildning för psykologer HT 2022 – VT 2025

- Kognitiv beteendeterapi (KBT)
- Psykodynamisk terapi (PDT)
- Specialistutbildning för psykologer (KBT eller PDT)

Ansökan öppen 15 mars – 15 april 2022

Läs mer på www.psychology.su.se/psykoterapeut

Psykologiska institutionen



Vill du också synas här?

**Kontakta Madeleine Nordberg
på psykologtidningen@newsfactory.se**

ALVA PSYKOLOGI VÄXER. IGEN.

MALINAMOTTAGNINGAR är ett nytt koncept i Region Stockholm, som snart skall utvecklas av psykologer. Det innebär konsultstöd till länets samtliga BVC och MVC, samt psykologstöd till barn 0-5 år och till vissa gravida kvinnor.

En upphandling är genomförd och då tilldelades ALVA PSYKOLOGI ett område motsvarande 1/6 av Regionen. På grund av formfel har den upphandlingen avbrutits och en ny upphandling antas ske snabbt.

Vi är mycket förhoppningsfulla om att åter nå framgång. Förhoppningsvis kan ny sådan verksamhet starta under andra kvartalet 2022.

Under det senaste året har ALVA PSYKOLOGI dubblat antalet psykologer och vi är nu 22 medarbetare.

Idag arbetar vi med Första linjen, som är verksam med individuella psykologbesök, gruppbesök och rådgivande videokontakter. ADHD-utredningar är en betydande del av vår verksamhet.

ALVA PSYKOLOGI är en självständig del av Alva Barnklinik med moderna lokaler vid Medborgarplatsen och Hagastaden (intill Nya Karolinska sjukhuset) i Stockholm.

Välkommen med en intresseanmälan för att vara med och utveckla en ny och viktig psykologverksamhet. God erfarenhet av arbete med små barn och deras föräldrar är meriterande.

Liv Lagerholm (leg. psykolog och verksamhetschef)
liv.lagerholm@alvapsykologi.se



PSYKOLOGI

ALVA PSYKOLOGI är en del av ALVA BARNKLINIK



Legitimerade psykologer

Mittuniversitetet, Institutionen för psykologi och socialt arbete

Institutionen för psykologi och socialt arbete bedriver sin verksamhet vid Campus Östersund. På Mittuniversitetets psykologmottagning bedriver psykologstudenter på utbildningens tre sista terminer psykologisk behandling och psykoterapi på evidens-baserad grund.

Vi söker nu fyra legitimerade psykologer som på 25% kan erbjuda dessa studenter psykoterapihandledning.

Välkommen med din ansökan via vårt rekryteringssystem senast 1 februari 2022.

<http://miun.varbi.com/what/job/jobID:438844/>

Projektledare/redaktör till Hogrefe Psykologiförlaget!

Vi förstärker vårt utvecklingsteam i Stockholm och söker nu projektledare/redaktör till testutveckling.

Läs mer på www.hogrefe.se/info/jobbahososs.

www.hogrefe.se



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

PSYKOLOGKONTAKT STOCKHOLM
ÄR EN VÄLETABLERAD PRIVAT
PSYKOTERAPIMOTTAGNING.

VI SÖKER NU EN LEG PSYKOLOG OCH LEG PSYKOTERAPEUT

Vi söker dig med mångårig erfarenhet som psykodynamiskt verksam terapeut, samt med en öppenhet och intresse för ytterligare beprövade behandlingsmetoder, såsom EMDR, KBT, ISTDP och IPT. Formell utbildning i dessa metoder är meriterande. Du behöver ha en social kompetens och en flexibel förmåga att möta klienters behov.

Är du intresserad och vill veta mer är du välkommen att höra av dig till al@psykologkontakt.se



Psykologkontakt
Stockholm

Vineland-3™

Nu är Vineland-3 lanserat!

Vineland-3 kan användas för att kartlägga adaptiv funktionsförmåga och adaptiva färdigheter hos barn och ungdomar. Instrumentet innehåller nya skandinaviska normer och urskiljer styrkor och svagheter med stor precision. Med Vineland-3 kartlägger du domäner som överensstämmer med de primära adaptiva funktionsområdena vid diagnos av intellektuell funktionsnedsättning i DSM-5. Vineland-3 består av en föräldraskattning och en lärarskattning som kan administreras och poängsättas på Pearsons digitala plattform Q-global.

www.pearsonclinical.se/vineland3

