

Psykolog

Ges ut av Sveriges Psykologförbund

TIDNINGEN
#3 2024

MARIA BÜHLER

Vill ge autister
ett bättre
bemötande

FRÅGA ETIKRÅDET

»Ska jag ställa
upp för tv?«

KONFERENS- RAPPORT

Begåvning är
överskattat

21

BUP GRANSKADE
AV ARBETS-
MILJÖVERKET

»Ibland
måste
ångesten
vänta«

IDROTTPSYKOLOGEN
FREJA JERNSTIG

Terapeut- tips

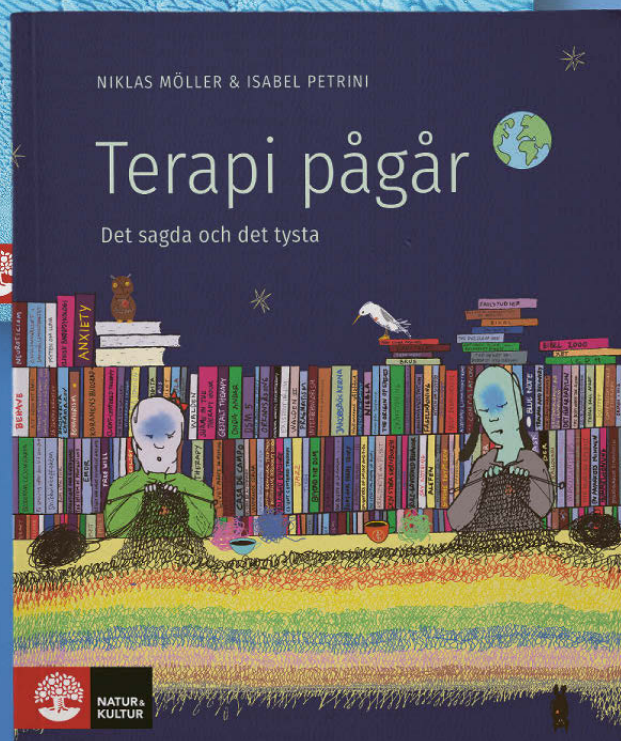
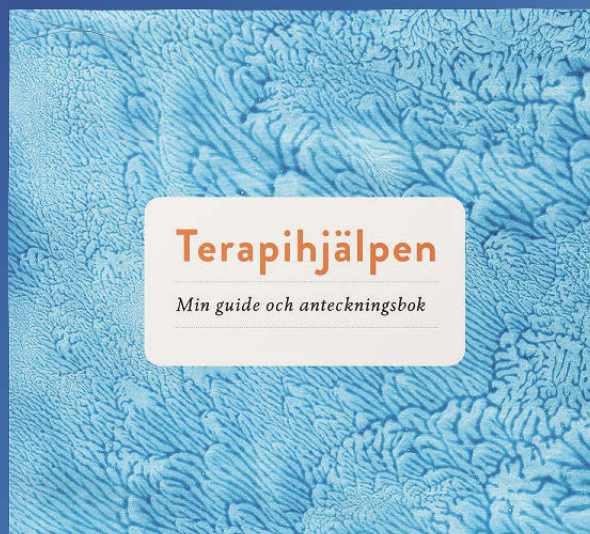
Arbetet som terapeut är otroligt givande, men inte utan utmaningar. Som tur är finns det verktyg och böcker som kan göra det både lättare och mindre ensamt.

*Terapihjälp*en – min guide och anteckningsbok är ett stöd både för terapeuten och klienten. Nu blir det lättare för klienten att kunna följa sin process och framför allt hitta tillbaka till hjälpsamma beteenden efter att behandlingen avslutats.

Lotta Dinäss är arkitekt och före detta klient i kbt-behandling. Sara Hultman är leg. psykolog, konsult, föreläsare och medförfattare till *Fokus på jobbet*, årets HR-bok 2014.

I *Terapi pågår* får du följa dialogerna mellan två terapeuter och deras klienter under en vecka. Vad tänker och känner terapeuterna, hur hanterar de ansvaret samt sin egen mänsklighet och sårbarhet? Boken inspirerar även till reflektion kring olika möjliga vägval när psykologisk teori omsätts i praktik.

Niklas Möller, leg. psykolog, specialist i psykologisk behandling/psykoterapi och leg. psykoterapeut, och Isabel Petrini, leg. psykolog, har tillsammans tidigare skrivit *XBT – existentiell beteendeterapi* och *Krig, tortyr och flykt*.



»Jag träffar så många unga som slås ut från skolsystemet och vad har samhället vunnit på det?«
Sidan 24

Innehåll #3 2024



32

Intro > 4

Psykologer i SVT:s *Din personlighet* och psykologen som ägnar arbetstiden åt film.

Nyheter > 8

Arbetsmiljöverket griper in för att få bukt med den etiska stressen inom Bup.



12

Tema: Idrottspsykologer > 12

TEMA. Därför valde de sin inriktning.

Utblick > 22

Den godartade masochisten studerad av forskare.

Autismkämpen > 24

MÖTET. Maria Bühler om varför hon höjt rösten mot skolan och uppmanar andra föräldrar att göra likadant.

Etikfrågan > 34

Fundera över drivkrafterna om du vill synas i tv, råder Patrik Lind, Etikrådets ordförande.

Konferensrapport > 44

Psykologer tänker om när det gäller begåvningen.

Debatt > 46

Låt universiteten ta över specialistutbildningen, skriver två psykologer och får svar från Psykologförbundet.

»I sporten är det kämpa som gäller och så kommer vi och säger att de ska känna efter.«



> 22

Inspektioner i rättan tid

OERHÖRT VIKTIG VERKSAMHET, oerhört svårt att få till arbetsvillkoren. Det är väl så sorgebarnet Bup närmast kan beskrivas. De svarta rubrikerna är oräkneliga. Göran Rydén, mångårig verksamhetschef för Bup Stockholm, måste vara stryktåligare än de flesta. I det senaste nyhetsbrevet från Bup Stockholm, beklagar han sig dock över medierna eftersom rapporteringen »till största delen präglas av kritik och negativa aspekter av vården«, vilket enligt honom kan leda till att barn och unga i värsta fall drar sig för att söka vård. Nja. Om det är relevant att skriva om brister i en verksamhet, då ska vi göra det, oavsett konsekvenserna.

I PSYKOLOGTIDNINGEN har vi rapporterat många gånger om arbetsvillkoren inom Bup, och i det här numret gör vi det igen. Arbetsmiljöverket har specialgranskat Bup under de senaste månaderna, bland annat på grund av

rapporteringarna i media. På den punkten har de negativa rubrikerna gjort nytta.

»På den punkten har de negativa rubrikerna gjort nytta.«

Inspektörerna har bland annat undersökt hur arbetsgivarna hanterar personalens etiska stress. Det gör även psykologen Anna Hydén Nordhall i sitt viktiga specialarbete *Uppdrag Moment*

22 – etisk stress i samband med den neuropsykiatriska utredningen.

Hon har intervjuat åtta Bup-psykologer och en av dem säger: »det kan bli så att man rör sig mot de diagnoser där man vet vad man ska göra när man har satt dem«.

Den meningen säger en hel del.

Ytterst är politikerna ansvariga för att cheferna inom Bup får tillräckligt med resurser för att hinna med arbetsmiljöarbetet. Där finns uppenbarligen en del kvar att önska.



Chefredaktör
lennart.kriisa@psykologtidningen.se



KRIISAS TIPS

Vinsten med *Din personlighet*

SVT. Den största förtjänsten med *Din personlighet* i SVT är allt fokus på femfaktormodellen. Vilket förhoppningsvis sätter käppar i hjulen för »experter« som utbildar i vem som är röd, gul eller blå. Anders Hansen har hittat osedvanligt

intressanta intervjupersoner, särskilt honom som lever med psykopatisk personlighetsstörning. Kolla gärna även på *Cyklopernas land* i SVT, avsnittet *Dansk vibe*, där Moa Wallin har sett programmen två gånger för att hitta brister hos den överpedagogiske Anders Hansen.



BILD: SÖREN VILKS

TEATER. Tänk dig en publik med hänförliga gymnasieungdomar som ställer sig upp och jublar efter slutscenen. En sådan pjäs har något extra. Alexander Salzbergers pjäs *Son och far* spelas på Dramaten och bygger på hans självbiografi *Kicktorsken*.

RÄTTELSE

Korreakta siffror

I det förra temanumret om iKBT rapporterade vi att Region Värmland betalade 628 805 kronor till Psykologpartners



för iKBT-program under 2023, en summa som förmedlades av Region Värmland.

Johan Edbacken, affärsområdeschef på Psykologpartners, menar att den korrekta summan är 294 500 kronor. I samma artikel publicerade vi statistik från SKR som anger att 16 regioner har avtal med Psykologpartners. Det korrekta antalet är 12, enligt Johan Edbacken.

Rätt datum

Årsmötet för psykologer inom mödrahälsovård och barnhälsovård går av stapeln torsdag 26 september kl 9.30–12.00. I förra numret angavs ett felaktigt datum.

Hör av er!

Mejla till:
redaktionen
@psykologtidningen.se

Vi förbehåller oss rätten att redigera insänt material.

Stafetten: Desiree Lindgren om #2 2024

Jag slås av bredden i senaste numret av Psykologtidningen. Artiklerna om hyperstrukturerad iKBT blir en antites till den om psykologen som återlämnade sin legitimation för att bli friare i sitt arbete. Däremellan en skvätt om Anna Odell som provocerat många och väckt frågor om den psykiatriska vården. Med rubriken »Att jobba i psykiatri är bland det svåraste som finns« syftas troligtvis främst till slutenvården där ytterst få psykologer jobbar. iKBT jobbar däremot allt fler psykologer med då det ses som kostnadseffektivt och evidensbaserat. Det väcker tankar hos mig om var och hur psykologer gör mest nytta och hur psykologer ska orka ett helt arbetsliv. Jag har utrett på »löpande band« på Bup och arbetat med iKBT hos digital vårdgivare. Jag kände mig trängd och styrd i båda situationerna. Det blir så själlöst till slut att arbetslusten dräneras. Jag önskar att det fanns större öppenhet i vården för olika inriktningar och perspektiv, både för patienternas och psykologernas skull.



»Att jobba i psykiatri är bland det svåraste som finns«
Psykologtidningen #2/2024

Desiree Lindgren arbetar på hjärnrehabteamet, på den rehabiliteringsmedicinska mottagningen på Sandvikens sjukhus och driver enskild firma i form av Emotivia Psykologi. Hon lämnar över stafettpippen till Carmen Patrascu.

»Jag tar inte hänsyn till den konstnärliga kvaliteten«



Hur ser en typisk arbetsdag på Mediemyndigheten ut, kolla film hela dagarna eller?

– Tre dagar i veckan är jag filmgranskare. Då tittar jag på två, tre långfilmer, samt några trailers under en dag. Jag ser all slags film och får inte välja. Vissa filmer tittar jag på i Filmhusets biograf, andra kollar jag på i biorummet på myndigheten. Min uppgift är att bedöma om filmen kan skada barns välbefinnande, jag tar däremot inte hänsyn till den konstnärliga kvaliteten. Det är ju för att jag är psykolog, och inte filmvetare.

På vilket sätt har du nytta av att du är psykolog?

– Jag är expert på barn och hur de påverkas av rörlig bild, och jag har kunskap om barns kognitiva och emotionella utveckling. Om det är en film som jag har sett fram emot brukar jag hoppas att jag inte ska behöva granska den, det förtar ju lite av upplevelsen.

Vad får din puls att öka?

– En hotfull scen som riskerar att övergå till att bli våldsam. Vi är alltid två filmgranskare som ser samma film och som tillsammans

beslutar om åldersgränsen.

Om vi är oense, tar vi in en tredje granskare och då gäller majoritetsprincipen.

Vilken är den obehagligaste film du har sett?

– *Zone of interest*, som jag såg ganska nyligen, var väldigt obehaglig. Men det läskiga händer i ögonvrån eller utanför bild, så därför fick den åldersgränsen elva år.

Dagens höjdpunkt?

– Att kika på körlistan – vilka filmer ska jag titta på i dag? Många undrar om jag äter popcorn på jobbet, men det är en yrkeshemlighet.

NAMN: Johan Karlsson.

ÅLDER: 46 år.

ARBETSPLATS: Filmgranskare och utredare vid Mediemyndigheten, där jag jobbar med att sätta åldersgränser för filmer.

BÄSTA FILM: Mitt go to-svar brukar vara Stanley Kubricks *År 2001* – ett rymdäventyr. Jag såg om den för några månader sedan, och då tänkte jag: »Är det här verkligen världens bästa film?« Svårt att säga, men helt klart är den bra. *American honey* är också en favorit.



BILD SVT

»Vid ångestproblematik är det mer ren och skär rädsla.«

BIRGITTA FLENSBURG, psykolog med kbt-inriktning, om hur hon försöker ta reda på om huruvida klienten lider av depression eller ångest (*Din personlighet*, SVT).



BILD SVT

»Man skyddar sig själv genom att nedvärdera andra.«

NIKI SUNDSTRÖM, psykolog och chef på Personlighetsprogrammet i Region Stockholm, om vad narcissistisk personlighetsstörning kan leda till (*Din personlighet*, SVT).

»Att kalla någon neurotisk är ingen komplimang. Jag föredrar termen lyhördhet.«

BRIAN LITTLE, professor i psykologi, om neuroticism (*Din personlighet*, SVT).



BILD SVT

SIMON BARON COHEN:

»För mig hör ordet ondska hemma i en religiös kontext. Vi beskriver någon som ond, som om personen är besatt av djävulen. Men det är ingen vetenskaplig förklaring till varför någon gör något dåligt. Jag föredrar att prata om empati, den går att definiera och mäta.«

Simon Baron Cohen, professor i psykologi (*Din personlighet*, SVT).

PETRI KAJONIUS:

»Skillnaderna mellan de nationella dragen är mycket små. Vi hittar på utifrån de exempel vi har i huvudet, som att någon har träffat tre japaner, men du borde ha träffat 30 000 japaner innan du uttalar dig.«

Petri Kajonius, docent i personlighetspsykologi, ej psykolog (*Din personlighet*, SVT).



MIKAELA BLOMQVIST:

»Forskningen har sedan länge gett upp försöken att finna en gen som svarar mot en specifik egenskap. Man talar nu i stället om polygener, alltså flera gener i samverkan. Men inte heller forskningen om dessa har lett till några stora framgångar. Enligt Turkheimer har man funnit en 40-procentig korrelation på ärftligheten för kroppslängd. När det kommer till personlighetsdrag är sambandet däremot nära noll.«

Mikaela Blomqvist, psykolog och litteraturkritiker, sågar *Din Personlighet* och hänvisar till Eric Turkheimer, genforskare och professor i psykologi (Göteborgs-Posten).





Kulturkollen: Kunskapskabarén

Skådespel utan manus

Ensemblen bakom Kunskapskabarén repar inte. De träffas två timmar innan föreställningens början och pratar då.

– Det ska inte repas för det går inte, säger psykologen Per Johnsson

I deras uppsättningar varvas föreläsning, improvisationsteater och sång.

– Texterna blir de mest fantastiska, ofta på vers. Pianisten har inte heller en aning, men han hittar alltid vägen.

De har hållit på sedan 2012, periodvis, när det funnits pengar. Vid tre tillfällen under våren 2024 uppträder de på Café Ariman i Lund under

titeln *Feelings – en timme om att vara människa*. Per Johnsson som är anställd på Lunds universitet står för föreläsningen. Han talar om avsmak, tröst, kärlek och hämnd. Ett nytt tema varje gång.

– För mig är det viktigaste med att vara människa, våra emotioner. Med dem knyter vi ihop saker och ting och ser kontinuitet. Ju bättre affektmedvetenhet vi har desto bättre får vi vår historia att hålla samman.

Café Ariman beskriver han som ett långdraget ställe med vinklar och vrår. Han var där när de öppnade, 1983. De serverade skinksmörgås med banan.

– Det är en härlig plats, intimt och kul.

Under uppsättningen får publiken vara med och bestämma karaktärer och dialekter. Även Per Johnsson kan dras in i improvisationerna.

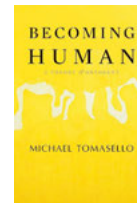
– Jag har fått agera reporter på Aktuellt. Sen anpassar jag min föreläsning efter hur föreställningen växer fram. Jag börjar där jag egentligen tänkt sluta eller stryker saker som inte känns relevanta.

Hur lyckas ni vara samspelta?

– Det är följsamheten, lyssnandet och närvaron. Att både lyssna inåt och utåt och inte låta frontallobsfiltret gå ned för snabbt, utan låta saker få komma ut.

● Maria Jernberg

Per Johnssons kulturtips



Becoming human av Michael Tomasello (bok)

Grunden för mentalisering är »joint attention«. Det var Michael Tomasello som myntade begreppet. Här skriver han om att bli och att vara människa. Starkt och givande.



Ärr för livet av Sofia Åkerman (bok)

Jag har länge arbetat med personer med svår anorexi, BMI under 10, då är det glädjande att läsa om hur Sofia Åkerman hittade ut. Hon låg bältad och fastspänd oerhört länge. Nu är hon sjuksköterska och jurist och ska snart disputera. När hon tar av sig på armarna ser man hennes ärr. Det var fantastiskt att läsa den här boken.



Tchaikovskys *Pianotrio A-moll op. 50* (konsert)

Pianisten och psykologen Francisca Skoogh uppträdde tillsammans med Tobias Ringborg och Claes Gunnarsson på Palladium i Malmö i augusti. Vilken närvaro och vilket samspel, tårarna rann.

Två av tre Bup fick underkänt av Arbetsmiljöverket

Arbetsmiljöverket har inspekterat 21 Bup-mottagningar. Majoriteten får underkänt.

– Lösningarna är oftast på individnivå i stället för att arbeta systematiskt, säger Malin Cato, projektledare på Arbetsmiljöverket.

Text: Lennart Kriisa

Rubrikerna har varit många om att arbetsmiljön inom vården inte håller måttet, och under pandemin ökade omfattningen. Därför drog Arbetsmiljöverket i gång projektet Arbetsmiljö vård och omsorg under april 2022.

– Vi hörde om bristerna från skyddsombud, arbetsmarknadens parter och media. Därför beslutade vi oss för att ta ett samlat grepp om vården, säger Malin Cato.

Från början var fokus riktat mot

akutsjukhusen men under våren 2023 utökades projektet till att även omfatta Bup-mottagningar.

– Att inspektera vården är komplext och vi visste inte riktigt hur lång tid det skulle ta. När vi märkte att det fanns kvar utrymme, då började vi att även inspektera Bup och vuxenpsykiatri, säger Malin Cato.

Den sista inspektionen av Bup genomfördes i slutet av mars. Psykologtidningen har begärt ut samtliga och



MALIN CATO

fått ta del av totalt 21 protokoll från inspektionerna.

– Visst finns ett engagemang för arbetsmiljön, men man går ofta direkt på individnivå när något ska lösas, i stället för att arbeta systematiskt och organisatoriskt, säger Malin Cato.

För många av Bup-mottagningarna är det idel anmärkningar. Vanligast är att arbetsgivaren saknar ett system för hur arbetsmiljön regelbundet ska undersökas. Att

Utdrag ur Arbetsmiljöverkets inspektioner

UNDERKÄNDA BUP

Bup Skärholmen, Region Stockholm

»Saknar riskbedömning för personal som kan uppleva ett psykiskt påfrestande arbete i sitt möte med människor i svåra situationer.«

Bup Västerås

»Utifrån resultatet av era undersökningar av arbetsbelastningen ska ni identifiera och bedöma riskerna för att någon kan komma att drabbas av ohälsa eller olycksfall.«

»Ni har tagit fram en handlingsplan som saknar riskbedömning.«

Bup Karlstad

»Vid föregående års skyddsround har ni identifierat obalans mellan krav och resurser. I er dokumentation framgår inte tydligt vilka riskerna är och ni kunde inte redogöra för hur ni har kontrollerat/följt upp att de åtgärder som genomförts har lett till att era risker minskat.«

Bup Enköping

»Ni har arbetstagare hos er som kan löpa risk att drabbas av ohälsa på grund av arbetsbelastning, samarbetsproblem mellan vissa yrkeskategorier, otydlighet i roller och gällande prioriteringar samt berättade också att det varit en hög personalomsättning och sjukskrivningar av arbetsrelaterade skäl. Ni har tagit fram en handlingsplan som saknar riskbedömning.«

Bup Lund, Lovisastigen 13

»Ni ska ta hänsyn till etisk stress och psykiskt påfrestande arbete i er undersökning och riskbedömning.«

Bup Hässleholm

»Ni har inte tillräckligt undersökt arbetsbelastningen med avseende på obalans mellan krav och resurser i arbetet. Ni ska komplettera er undersökning av arbetsbelastningen för samtliga arbetstagare utifrån olika arbetsuppgifter/arbetsförhållandena (vid frånvaro, sjukdom, ökat antal remisser, ökat antal komplexa fall, etc.) och ta reda på om resurserna för arbetet är anpassade till kraven i arbetet.«

Bup Landskrona

»Ni har inte tillräckligt undersökt arbetsbelastningen med avseende på obalans mellan krav och resurser i arbetet och därefter bedömt risken för ohälsa för samtliga yrkesgrupper av arbetstagare i dagsläget.«

»Ni har arbetstagare hos er som kan löpa risk att drabbas av ohälsa på grund av arbetsbelastning och stress.«

Bup Kristianstad

»Ni har inte tillräckligt undersökt, riskbedömt och dokumenterat arbetsbelastningen med avseende på obalans mellan krav och resurser i arbetet och därefter bedömt risken för ohälsa för samtliga arbetstagare. Förutom arbetsbelastning har ni inte tagit hänsyn till etisk stress och psykiskt påfrestande arbete i era undersökningar och riskbedömningar.«

»Ni har inte tillräckligt undersökt arbetsbelastningen med avseende på obalans mellan krav och resurser i arbetet.«

Bup Malmö, Första linjen

»Ni har inte tillräckligt undersökt arbetsbelastningen med avseende på obalans mellan krav och resurser i arbetet och därefter bedömt risken för ohälsa för alla grupper av arbetstagare.«

Bup Danderyd, Region Stockholm

»Ni saknar rutiner för hur ni regelbundet undersöker och riskbedömer fysiska, organisatoriska och sociala arbetsförhållanden som kan medföra risker i er arbetsmiljö, i alla delar av er verksamhet.«

Bup Sickla, Region Stockholm

»Ni har behandlingskonferenser och ronder regelbundet där delvis arbetsmiljöfrågor tas upp. Ni beskriver detta som en rutin, men den finns inte dokumenterad.«

Bup Kungsholmen, Region Stockholm

»Ni har lokala arbetssätt som en del av ert arbetsmiljöarbete som inte är dokumenterat som en del av en rutin. Ni har påbörjat ett arbete där ni utifrån medarbetarundersökningen identifierat bland annat ohälsosam arbetsbelastning och bristande återhämtning som riskområden. Ni har påbörjat arbetet med att ta fram åtgärder, men ännu inte slutfört det.«

Bup Norrtälje, Vårdbolaget Tiohundra

»Ni har gjort en undersökning av arbetsmiljön i form av en medarbetarenkät och påbörjat ett arbete med att bedöma riskerna för att era arbetstagare drabbas av ohälsa eller olycksfall i arbetet relaterat till bristande återhämtning och ohälsosam arbetsbelastning. Ni har bedömt att åtgärder behöver vidtas och påbörjat det arbetet, men inte tagit fram en färdig handlingsplan med åtgärder.«

»Ni har påbörjat arbetet med att ta fram åtgärder, men inte ännu slutfört det.«

Bup Handen, Prima

»Under inspektionen kan ni visa upp en arbetsmiljöhandbok som övergripande beskriver era rutiner, men det saknas beskrivningar om era lokala arbetssätt. Ni har arbetstagare hos er som kan löpa risk att drabbas av ohälsa på grund av arbetsbelastning och stress. Det framkommer inte via er uppvisade riskbedömning och handlingsplan vilka specifika yrkesgrupper som har arbetsmiljörisker.«

GODKÄNDA BUP

- Bup Gävle
- Bup Uppsala
- Bup Lund, mottagning 2
- Bup Lund, Sofiavägen
- Bup Lund, Mellanvärdan
- Bup Helsingborg Gustav Adolfs torg 8
- BUP Helsingborg, Södergatan 76

Fotnot: Psykologtidningen begärde ut samtliga inspektioner av BUP från Arbetsmiljöverkets registrator. Fler kan ha genomförts.



ARBETSMILJÖ VERKET

BILD TT BILD

genomföra medarbetarundersökningar är inte heller tillräckligt, visar inspektionsmeddelandet från Bup Danderyd.

»Riskerna ni har identifierat i medarbetarundersökningen har inte blivit riskbedömda«, konstaterar inspektören.

Etisk stress är också något Arbetsmiljöverket granskar under sina inspektioner. På Bup i Lund, mottagning 2, som klarade godkänt på inspektionen, är ledningen medveten om den etiska stressen.

I protokollet konstateras:

»Nya patienter prioriteras, vilket gör att man minskar antal träffar med patienter eller det blir längre tid mellan patientbesök. Ibland stängs telefonen av. Detta skapar etisk stress hos medarbetare.«

Flera Bup kan inte visa att de har ett system för att hålla koll på den etiska stressen. Ett antal Bup visar upp

»Vi försöker vara tydliga med vad vi har för uppdrag och vad vi ska göra.«

höga ambitioner för arbetsmiljön, men klarar ändå inte att nå upp till godkänt. På Bup i Kristianstad kunde arbetsgivaren redovisa ett gediget förbättringsarbete för flöde och fördelning av patienter, men den etiska stressen hade inte blivit riskbedömd och Arbetsmiljöverket kräver därför komplettering, i annat fall väntar ett förläggande, eller förbud.

Bup Gävle är en av mottagningarna som slipper krav på åtgärder. Inspektören skriver i protokollet att mottagningen tidigare haft svårt att rekrytera psykologer men nu har »bemannat upp hela teamet«.

Den enda skärmytslingen handlar om att arbetsgivaren vill införa arbetskläder för hela personalen, vilket har mötts av starkt motstånd inom personalen som anser att sjukhuskläder kan leda till en barriär mellan personal och ungdomarna.

Ann Frånberg, vårdenhetschef för Bup Gävle, försvarar införandet av arbetskläder i ett mejl till Psykologtidningen.

»Ungdomsrådet och ungdomar på ungdomsmottagningarna har uttalat sig positivt om att möta

ARBETSMILJÖARBETE I FYRA STEG

Alla arbetsplatser ska enligt arbetsmiljölagen ha ett systematiskt arbetsmiljöarbete (SAM) för att förebygga skador och ohälsa i arbetet.

Det systematiska arbetsmiljöarbetet är en process i fyra steg: undersöka, riskbedöma, åtgärda, följa upp.

Det är arbetsgivaren som ansvarar för arbetsmiljöarbetet. Chef och skyddsombud samverkar i frågor kring arbetsmiljön.

Källa: Sunt Arbetsliv

personal med arbetskläder både vid »fysiska« och »psykosociala« kontaktorsaker. Detta både utifrån tydlighet – vem som har vilken roll – och att många har en positiv syn på traditionell sjukvårdspersonal.«

Ann Frånberg tror att Bup Gävle fick godkänt av arbetsmiljöinspektören eftersom »vi försöker vara tydliga med vad vi har för uppdrag och vad vi ska göra«. Hon tillägger att de har ett »ganska tillåtande klimat vad gäller intern dialog/debatt/reflektion om vart vi respektive samhället är på väg.«

600 INSPEKTIONER GENOMFÖRDA

Arbetsmiljöverket har genomfört drygt 600 inspektioner inom vården sedan projektet startade. Målgång för projektet är i juni 2024 då en slutrapport kommer att redovisas.

Dessutom har Bup Gävle infört vårdbesök på helgerna när söktrycket är extra hårt.

»Det är i sig inte något arbetsgivaren har som mål vad gäller arbetsmiljön, men bidrar ändå till stor känsla av kompetens och hedersamhet för hela arbetsgruppen.« skriver Ann Frånberg till Psykologtidningen. ●



Utredning

Elevhälsa kan bli elevvård

Regeringen tillsätter en utredning för att stärka elevhälsan och skolans stödinsatser. Bland förslagen finns borttagande av extra anpassningar, att bryta ut specialpedagogerna från elevhälsan, återupprätta elevhälsans vårduppgifter och se över huvudmannaskap.

Psifos ordförande Lena Svedjedeh är kritisk till förslagen och menar att regeringen är fel ute.

– Vi kommer att bevaka utredningen och i största möjliga mån avstyra en förändring avseende elevhälsans uppgifter mot hälso- och sjukvård. Skolan behöver få fortsätta att ha sitt fokus på lärande och vi som skolpsykologer, stötta i det uppgifterna.

Hon anser att regeringen i stället borde se över skolsystemet och lärandemålen, som i sin nuvarande form bidrar till sämre mående hos elever.

Psifos och övriga professionsföreningar har kontaktat utredaren med önskemål att bistå i utredningen. /MJ

Kriget mot Gaza

220 psykologer kräver fördömande

Psykologen Mikaela Lindström är initiativtagare till debattartikeln i Dagens Arena där 165 medlemmar ställde krav på Psykologförbundet. Under tecknarna – som i dagsläget vuxit till totalt 220 – vill att Psykologförbundet bland annat fördömer Israels attacker mot sjukvårdspersonal.

»För vad har våra etiska yrkesprinciper om alla människors lika värde och

värdighet för betydelse om vi inte kan stå upp och säga: »stoppa folkmordet i Gaza!«, skriver undertecknarna.

Psykologförbundet svarar i sin replik att förbundet självklart står upp för FN:s resolution om mänskliga rättigheter och allas lika värde. Att ta ställning i utrikespolitiska konflikter ingår däremot inte i uppdraget. Läs mer på psykologtidningen.se /LK

Rapport 1

Bristande framtidstro hos barnen

Skolan, självskada, kriminalitet och en generell hopplöshet inför samhällsutvecklingen, är områden som sticker ut i barnens samtal till Bris under 2023, visar organisationens »Barnrapport«.

Barnen beskriver en känsla av att inte räckas till i skolan, stress som leder till dåligt mående och uppgivenhet inför framtiden. Samtalen om självskada har ökat med 42 procent jämfört med föregående år. En tredjedel uppger att de haft kontakt med en annan stödinstant men utan att nämna sin självskada, de väljer att prata med Bris i stället. Ökningen av antalet samtal som rör kriminalitet är i hög grad kopplad till gängkriminalitet. Barnen tar upp sömnsvårigheter, stress, droger och att vara på sin vakt. Bris ser behov av tidiga insatser och att bygga upp tilliten till vuxna och samhället. /MJ

Rapport 2

SEL stärker psykiskt välbefinnande

Forskning visar att program för socioemotionellt lärande (SEL) som ges universellt till barn och ungdomar stärker sådana förmågor som främjar det psykiska välbefinnandet. Efter att ha granskat den vetenskapliga litteraturen (69 inkluderade studier, nästan 100 000 deltagare) har SBU dragit slutsatserna att SEL-program har positiva effekter på förmågor som stödjer psykiskt välbefinnande, såsom självkontroll, social medvetenhet, relationskompetens, resiliens och copingstrategier. /LK



3

FRÅGOR TILL EBBA HÖRBERG

... projektledare för studentkongressen PS 24 som anordnas i Östersund, 10–11 maj.

I årets PS tar ni sikte mot framtidens psykologi?

– Ja, vi kände »oj, vad mycket som händer«. Flera av oss har varit aktiva inom Nätverket för psykedelisk vetenskap, vi ser kliniker för avdiagnostisering öppnas och många debatter pågår. Vad spännande att anordna en kongress som berör var vi kan ta vägen med det här yrket, tänkte vi.

– Bland föreläsarna finns Per Carlbring som pratar om hur AI och VR kan användas i terapirummet, Lars Klintwall som föreläser om symtomnätverk som alternativ till diagnoser och två killar från Sundsvall som talar om RO-DBT, en ny behandling som passar regelstyrda patienter, och så håller Nätverket för psykedelisk vetenskap ett panelsamtal.

Hur lockar ni studenterna ända till Östersund?

– Vi har hittat saker som bara Östersund kan erbjuda. En av våra lärare ska ha kallbadworkshop i Badhusparken vid Storsjön. På invigningen kommer vår nationalsång Jämtlandssången sjungas och bankettgruppen har satt Jämtlandsprägel på middagen och ordnat med ett lokalt band.

Varför ställer du upp som projektledare?

– På mitt första PS i Örebro blev jag tagen av känslan att alla psykologstudenter kan träffas, gå på föreläsningar och se saker utanför sitt eget. När ingen arrangör fanns till PS 24 skickade jag in ansökan, lite på skoj men nu är vi här. ● Maria Jernberg

29 500

....kronor i månaden är den nya PTP-lönen i Region Stockholm, efter den första höjningen sedan 2012. Tidigare låg lönen på 27 500 kr/mån.

Källa: Studeranderadet

Tema:

Idrottsps



psykologerna

Freja Jernstig utbildade sig till idrottspsykolog – i dag arbetar hon med landslaget i skidskytte. På Umeå universitet utbildas en ny generation med idrottspsykologer. Följ med till den svettiga sidan av psykologyrket.

Texter: Maria Jernberg

*Skidskyttarnas egen idrottspsykolog
Freja Jernstig på Skidskyttekampen
på Stockholm stadion.*

»Normen är att bara prioritera idrotten«

Som idrottspsykolog balanserar hon mellan mående och prestation.

– Svårast blir det när det finns en tidspress. Det kan vara en idrottares sista chans att komma med i ett OS, och då kan arbetet med ångestproblematiken få vänta, säger idrottspsykologen Freja Jernstig.

Text: Maria Jernberg Foto: Amanda Lindgren

I den blåaktiga februarikvällen rör sig Freja Jernstig i folkvimlet. Hon har varit i vallabussen där landslaget laddar upp. På Stockholms stadion ska Skidskyttekampen avgöras.

– Skidskytte handlar om att skifta fokus. Vi övar mindfulness för att öka deras förmåga att hantera skarpt läge.

Hon har följt landslaget på träningsläger i Idre, till EM i Slovakien och så hit till tävlingen på hemmaplan.

– Det kan vara att fokusera på en rygg eller ett krön när skidåkningen blir tung och kroppen känns slut. Att på skjutvallen gå från det breda, omgivande – hur vinden blåser och att beräkna skottvinkeln, till det smala – var jag ska sikta och känslan i fingret när jag knäpper av.

Den fysiska ansträngningen gör det svårare att styra uppmärksamheten. Hon hjälper dem att hitta lekfulla sätt att förhålla sig till oro och negativa tankar.

– Vi tränar på att göra så lite som möjligt åt tankar som »tänk om jag bommar nästa igen«. Även de som vinner OS-guld får konstiga tankar när det gäller.

Arbetet med skidskyttelandslaget är ett av hennes uppdrag från Riksidrottsförbundet. Hennes huvudsakliga anställning är på mottagningen Elitidrott och hälsa i Stockholm. Dit söker elitidrottare

från hela landet som lider av psykiatrisk problematik. Tillvaron som elitidrottare kan vara svår.

– Det finns mycket press och osäkerhet, många beslut från landslag eller tränare som påverkar personens hela vardag.

Bland hennes patienter finns unga som råkat ut för en skada och inte kan vara en del av den elitsatsning de siktar mot. Andra uttrycker att de vill ha hjälp med att få bättre självförtroende eller självkänsla. Ofta samverkar hon med tränare om hur de kan tänka i sitt ledarskap och hur de på träningen kan möjliggöra exponering för att våga misslyckas eller stanna upp och säga nej. Hon gläds när hon träffar idrottare som hittat sätt att göra sin satsning mer hållbar.

– Häromdagen träffade jag en patient som vågat gå mot normen

Freja Jernstig påminner skidskytten Martin Ponsilouma om en »nyckel« han ska ha med sig upp på skjutvallen.

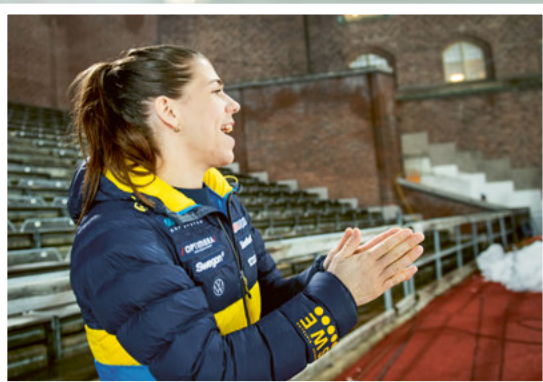


för vad en elitidrottare förväntas göra inom den sporten. Patienten hade börjat prioritera andra delar i livet, och lita till att det inte betyder att hen är en oseriös idrottare.

På mottagningen är måendet i förgrunden och prestationen sekundär. Idrottarna brukar acceptera att under en tid sätta sin psykiska hälsa främst om de samtidigt kan ha en levande, långsiktig målbild för sin satsning. Men ibland får psykologerna göra kompromisser.

– Det är svårt när det finns en tidspress, vilket det ofta gör i tävlingsidrott. För patienten kan det handla om att »i augusti är det OS och min sista chans att få komma till ett OS, nu vill jag bara kunna prestera på OS«. Då kan behandling av en ångestproblematik få vänta. Jag skulle aldrig kompromissa om jag var orolig för patienten eller om det helt gick emot min bedömning, men jag behöver anpassa efter och förstå att de olympiska spelen inträffar var fjärde år och att det kan vara något som min patient har strävat efter i hela sitt liv.

Freja Jernstig ser ut över arenan där skidskyttarna värmer upp. Hon bär landslagsfunktionärens svarta täckkläder med Sverigelogga. Under säsongen har hon levt nära landslaget. I Slovakien bodde hon och skidskyttarna på



FREJA JERNSTIG

UTBILDNING: Legitimerad psykolog. Studerade på psykologprogrammet med inriktning mot idrott på Umeå universitet.

SYSSELSÄTTNING: Arbetar för Riksidrottsförbundet med idrottspsykologisk rådgivning 30 procent, och 70 procent på Mottagningen Elitidrott och hälsa i Stockholm. Mottagningen är ett samarbete mellan Beroendecentrum i Stockholm och Riksidrottsförbundet.

ÅLDER: 32 år.

BOR: I Nacka utanför Stockholm.

EGEN IDROTTSBAKGRUND: Friidrottare, sprinter. Har bland annat varit med i Finnkampen.

ett hotell mitt i skogen, utanför den lilla byn Osrblic där europamästerskapet hölls. På kvällarna hade hon sitt hotellrum öppet för samtal. På morgonen, efter en gemensam frukost, följde hon med i första bussen till tävlingarna för att stämna av beteendemål och strategier. Hon säger att hon behöver anpassa sig i ett mästerskap men ändå vara medveten om sin roll och sina gränser.

– Det är en utmaning att som psykolog jobba med idrott, eftersom idrottsvärlden är förknippad med



ideella krafter och ganska gränslös. Många förväntar sig att man arbetar mer än vad man får betalt för.

På hennes hotellrum rörde samtalen besvikelser och nervositet eller mer långsiktiga mål. Hon vill få idrottarna att fundera på varför de gör det här, vem de vill vara som idrottare och varför det är viktigt för dem, men också vad de behöver i resten av livet för att orka med.

– Det är många som inte gjort det arbetet och i hög grad styrs av andras bedömningar och vad som råkar hända i stunden.

Elvira Öberg kör om österrikaren Lisa Theresa Hauser på ett fullsatt Stadion.

Men hur klarar de pressen under ett mästerskap?

– De har byggt upp ett team där det finns glädje och lust. Allihop bor i samma stad, Östersund, där tränarna finns. De kåkar lunch på samma restaurang och åker på träningsläger till fina platser. Deras kroppar har många timmars träning bakom sig. Redan i april-maj börjar de med lågintensiv träning, är ute och cyklar i sju-åtta timmar. De lägger även mycket tid på att öva skytte. Till stor del handlar tävlingarna om att försöka göra som de gör på träningspassen, de behöver inte skjuta ännu bättre. De vet »det här kan jag«. Så det handlar mer om förberedelser och strategier för att kunna göra vad de brukar.

I kvällens Skidskyttekampen blev det ingen pallplats för Sverige. Freja Jernstig säger att hon försöker att inte dras med i besvikelser utan påminna sig att hennes roll behövs i alla lägen.

– Jag finns där för att de ska kunna känna att det blev en värdefull tävling eller mästerskap oavsett. ●

Rasmus Gustafsson

Ålder: 25 år Termin: 8

Vad fick dig att söka?

– Jag har spelat ishockey i hela mitt liv, först i HV71 sedan i SKövdes A-lag. Vi hade en psykolog kopplad till laget och då föddes tankarna om att det kanske är något jag vill hålla på med. Prestationsdelen har alltid intresserat mig men det har ändrat sig under programmets gång.

Vad är intressantast nu?

– Vi har just haft en kurs i arbetslivets psykologi där vi fått arbeta mot ett fiktivt lag. Väldigt givande att se hur man som

»Drömjobbet ändras efter varje kurs«

De har erfarenheter från idrottsvärldens insida. Nu läser de på psykologprogrammets idrottsinriktning.

– Jag vill hjälpa personer att prestera när det verkligen gäller. Det finns de som blir osynliga när de förväntas prestera som mest, säger studenten Maja Viström.

Text: Maria Jernberg Foto: Erik Abel

psykolog kan kliva in utifrån. I vår kartläggning kom vi fram till att vi behöver öka det sociala stödet. Ledarna skulle ges utbildning i feedback, kommunikation och ledarskap, och sedan ha samtal med varje spelare om hur det går. Vi psykologer fanns tillgängliga för handledning.

Är bristande socialt stöd något du känner igen från din tid i hockeyn?

– Jag har mest upplevt fin grupsammanhållning och tyckt det varit kul att komma till träningarna, men mina sista erfarenheter innan jag la av var annorlunda. Då kände jag inte att det var mina kompisar jag gick dit till, eller att jag hade någon att lyfta saker med. Jag tror att

det är viktigt att öppna upp den kulturen.

Vilket är ditt drömjobb?

– Det ändras efter varje kurs, just nu tycker jag att det verkar spännande att vara konsult till lag och föreningar. Jag jobbar extra som psykologassistent i psykiatri, att fortsätta på den kliniska banan är också ett bra alternativ.

Idrottar alla i klassen?

– De allra flesta håller på eller har hållit på. Det är roligt att dela idrottsintresset, vi snackar rätt mycket sport. Största sporten i gruppen är längdskidor. Jag hade aldrig stått på ett par innan jag flyttade upp men nu har mina kompisar fått med mig ut och jag tycker det är härligt.

Maja Viström

Ålder: 22 år Termin: 6

Roligast så långt?

– Kurserna om idrottspsykologi. Jag har uppskattat de momenten eftersom jag själv idrottar. Att få inblick i teorierna bakom de termer som det slängs med. Jag längtar till nästa idrottskurs.

Vilken idrott är det du ägnar dig åt?

– Innebandy. Jag spelar i Umeålaget Thorengruppen och i landslaget.

– Jag har varit med när det mentala ställs på sin spets: I SM-final i Globen med tiotusen åskådare och VM-final, senast i Singapore i december. Vetenskapen om att du är med i den största matchen du kan spela som innebandyspelare är svårt att inte påverkas av, och den

stora publikens reaktioner gör dig hela tiden påmind. Att gå ut på plan och bara göra det man alltid gör, är jättesvårt.

Vad kommer dina erfarenheter att betyda i psykologyrket?

– Mina tips och råd kan nog uppfattas som trovärdiga eftersom jag känner idrottsvärlden inifrån. Jag vill kunna hjälpa personer att prestera när det verkligen gäller. Det finns de som blir osynliga när de förväntas prestera som mest.

Drömjobbet?

– Att få uppleva ett OS. Innebandy är för smalt för att vara en OS-gren. Så att vara med och hjälpa ett lag framåt på andra sätt än på planen, kanske handbolls- eller fotbollslandslaget. Men vägen dit är lång, jag brinner också för barn och unga, där kommer jag börja min yrkeskarriär.

PSYKOLOGPROGRAMMET MED INRIKTNING MOT IDROTT

Plats: Umeå.

Startade: År 2006.

Bakgrund: Det fanns en efterfrågan på professionellt evidensbaserat stöd till idrottare som kontrast till det stora

utbudet av konsulter och coacher. Universitetet hade ett önskemål om att kalla det »Idrottspsykologprogrammet« men det vill inte institutionen. Programmet är i grunden

en generalistutbildning men med betoning på idrottsfrågor.

Källa: Mattias Lundberg och Mikael Henningsson, båda Umeå universitet.

Björn Eriksson

Ålder: 27 år Termin: 10

Vad fick dig att söka?

– Först fick jag upp ögonen för vanliga psykologprogrammet, sen såg jag att det fanns en idrottsinriktning. Jag har ett stort idrottsintresse och har nog provat allt. Mest fotboll. Jag ville bort från storstaden, Stockholm och Haninge, och pröva på studentlivet.

Roligast på programmet?

– De kliniska momenten. Både de generella och de idrottsinriktade. Vi har just arbetat med åtta badmintonspelare på elitnivå, om hur de kan hantera

nervositet och känslor. Super-spännande men också svårt att komma med pekpinnar. I sporten är det kämpa som gäller och så kommer vi och säger att de ska känna efter.

Vad gör du just nu?

– Examensarbetet. Deltagare får springa, jogga och gå på ett löpband, så ska de uppskatta när de tagit sig fram en kilometer. Vilket är jättesvårt, jag har testat. Arbetet handlar om fysisk ansträngning och avståndsperception och är en del av Paul Davis forskning om tidsperspektiv i idrott. Han vill ta reda på varför vissa tycker att de inte har tid för motion

medan tiden för andra inte känns så lång.

Sportar?

– Ja. Lagkapten i fotbollsbylaget Sävar IK, instruktör i squash och så tränar jag två gånger i veckan med psykologernas lag Fotbollsentusiasterna. Vi siktar på guld i Umeå world cup och allt annat än topp fyra vore en skam.

Drömjobbet?

– Jag söker PTP inom psykiatri. Gjorde praktik på en affektiv mottagning och trivdes mycket bra med det. Men om du menar dröm-drömjobbet så säger jag idrottspsykolog i Premier league.



»Vi vill minska svängningarna«

Ett centrum för idrottare, där de från unga åldrar får stöd med både psykisk ohälsa och prestation – det är en dröm som psykologen Tobias Lundgren har.

– Att vara elitidrottare är inte hälsosamt, säger han.

Text: Maria Jernberg Foto: Amanda Lindgren

Tobias Lundgren var en ung och talangfull ishockeyspelare. Som femtonåring fick han flytta från kompisarna i ungdomslaget till division 1 och »gubb-gänget«.

– De var mellan 25 och 30, men för mig var de gubbar. Det var inte så lätt och erfarenheterna gör att jag är personligt engagerad.

Även om saker har förändrats sedan han var tonåring, varierar fortfarande klubbarnas arbete för en hälsosam miljö.

– Som ung elitidrottare är du utlämnad till att hoppas på att hamna rätt. Din fysik och taktik tränas, men den mentala aspekten kan vara åsidosatt. Du har inte nödvändigtvis stöd av någon som bryr sig om dig, din prestation är grejen.

TOBIAS LUNDGREN
Grundutbildning: Psykologprogrammet i Uppsala.
Egen idrottsbakgrund: Spelat ishockey i Division 1 i Härnösand.

Nu sitter Tobias Lundgren på Kompetenscentrum för psykoterapiforskning, en delad enhet mellan Karolinska institutet och Region Stockholms psykiatri. Han är psykolog, psykoterapeut, docent, och chef här. Bakom honom är väggen klädd med bokhyllor. Böckerna är färgsorterade.

– KCP har anor från 1950-talet. När vi flyttade hit hade vi backar

»Tre gånger i veckan har du spelat för en jublande publik på trettiotusen, nu är du tillbaka i hemstaden och vet inte vad du ska göra.«



med klassiker med oss. Vi ville inte slänga dem så vi tänkte att vi sorterar dem efter färg, det är enkelt.

Även om hans arbetsuppgifter är breda och ofta långt ifrån rinkens, kan han i stunder kombinera de två stora områdena i sitt liv. I en av hans forskargrupper undersöker de psykologiskt hållbart idrottande, och på helger och kvällar hjälper han elitidrottare, bland annat ishockeyspelare och före detta NHL-spelare, som flyttat tillbaka hem. När karriären är över brukar en tuff tid vänta.

– Det blir helt tyst. Tre gånger i veckan har du spelat för en jublande publik på trettiotusen, nu är du tillbaka i hemstaden och vet inte vad du ska göra.

Han berättar att spelarna är ungefär 35 år när de återvänder och ofta saknar utbildning att falla tillbaka på. Sedan de var små barn har de fått höra hur duktiga de är på sin idrott och fått förstärkning för sin prestation.

– De behöver hitta ett engagemang i nya saker där de får utlopp för sin kreativitet, ihärdighet och sitt driv.

Tobias Lundgren har tidigare arbetat med Modo hockey efter förfrågan från den tidigare storspelaren Markus Näslund.

– Jag tackade ja men med avsikten att utvärdera allt vi skulle göra. För forskningen är bristfällig.

Ett par gånger i veckan tränar Tobias Lundgren ett barnlag i Mälarhöjden/Bredäng hockey.



De utvecklade mätinstrument och träningsprogram. Arbetet ledde till en serie publikationer.

– Vi jobbade med värderingar, acceptans och mindfulness i laget, och såg att det förbättrade spelarnas konkreta prestationer, såsom antalet mål och assist.

Spelarna fick träna att lägga märke till sina upplevelser, både negativa och positiva, men sedan återgå till vad som är viktigt för dem och hur de vill vara som spelare.

Tobias Lundgren säger att han ska förklara och går fram till whiteboardtavlan som finns i rummet. Han ritar upp en önskad utvecklingskurva som i jämn takt stiger uppåt. Kurvan representerar karriären som ishockeyspelare.

– Men oftast ser det inte ut så här, säger han och ritar en linje som i stället påminner om en bergochdalbana.

– Vi vill minska svängningarna. När det går bra är det lätt att

känna »nu är jag så jäkla bra« och så snurrar spelaren i väg och slutar göra saker ordentligt. En nedgång kan till exempel ske i övergången till ett seniorlag. Plötsligt placeras spelaren i fjärdekedjan och tycker att »det här känns inte så bra« och hamnar i negativa spiraler.

Upplevelsen är beroende av många faktorer men Tobias Lundgren vill få spelarna att se vad de själva kan göra.

– Vilka saker gör jag som får följden att det går bättre, och vad är det för saker jag gör för att det är jobbigt eller känns obehagligt, som är av undvikande karaktär?

Tobias Lundgrens telefon darrar regelbundet till på bordet framför honom. Han hinner inte längre med uppdrag i elitklubbarna, men han när sin dröm om ett centrum för idrottare där det också sker forskning, och dit föreningarna kan vända sig och vara säkra på att få kvalitetssäkrat stöd.

– Det är något som idrotten skulle behöva, säger han. ●

»Tre metoder har signifikanta effekter«

Psykologen Gustaf Reinebo doktorerar på Kompetenscentrum för psykoterapi om psykologiska interventioners effekt på idrottares prestationer. Här svarar han på Psykologtidningens frågor.

Text: Maria Jernberg

Hur ser forskningsfältet idrottspsykologi ut?

– Fältet är brett och innehåller många grenar. Tidigt omnämndes det som »den fysiska aktivitetens psykologi« vilket ringar in helheten ganska bra. Området handlar om att förstå och påverka psykologiska processer kopplat till träning, fysisk aktivitet och rekreations- och tävlingsidrott.

– Historiskt finns exempel redan från slutet av 1800-talet, exempelvis Norman Triplett som uppmärksammade den psykologiska effekten av att ha medtävlande cyklister (cyklisterna tenderade att cykla snabbare då). Coleman Griffiths arbete på 1920- och 1930-talen benämns som starten för den systematiserade idrottspsykologiska forskningen. Han öppnade ett forskningslabb vid University of Illinois och gav ut sin första bok *The psychology of coaching* 1926. Han anses även vara en av de första praktikerna inom området när han 1938 anställdes av Chicago Cubs basebollag.

Vad visar din metaanalys om psykologiska interventioners påverkan på idrottares prestation?

– Vi ville undersöka om psykologiska interventioner kan påverka idrottares prestationer eftersom de ofta används i idrottsvärlden. Tre typer av metoder hade medelstora signifikanta effekter på idrottsprestation jämfört med kontrollgrupper. Mindfulness- och acceptans-baserad träning, Psycho-

BILD: ISTOCKPHOTO, MICKIE SANDSTRÖM



GUSTAF REINEBO

logical Skills Training (ofta en kombination av tekniker från »andra vågens« kbt, anpassade för idrott), samt visua-

liseringssträning. De signifikanta effekterna försvann däremot i kompletterade analyser när vi tog bort studier som var vetenskapligt svagare. Resultatet ska alltså tolkas med försiktighet eftersom mycket av forskningen har metodbrister.

Vilka implikationer får resultaten?

– Forskningsmässigt behövs fler studier med robust metodik för att säkrare fastslå om psykologiska interventioner kan påverka idrottares prestationer. För praktiker är det att använda de metoder som har starkast möjliga forskningsstöd hittills. Men det beror förstås även på vad syftet med den psykologiska insatsen är. Den bör styras av idrottarens behov och kan förstås vara annat än idrottsprestationen i sig.

Hur var din väg in i att forska om idrottspsykologi?

– Jag har på ett eller annat sätt hållit på med idrott hela mitt liv och intresserade mig redan på grundutbildningen för hur jag skulle kunna kombinera psykologin och mitt intresse för idrott. Mitt examensarbete handlade om idrottspsykologi och en dag var psykologen Tobias Lundgren och föreläste för oss på psykologprogrammet. Han

var där för att tala om epilepsi men på rasten i kaffekön började vi prata idrott. Vi höll kontakten och träffades i lite olika sammanhang under åren som följde och började prata om vilken typ av forskning som vore rolig att göra tillsammans. Nu är han handledare för mitt avhandlingsarbete där vi förverkligar det, vilket känns väldigt roligt.

Kan du nämna något om din övriga forskning?

– Vi har bland annat utvecklat en internetbaserad act-intervention för idrottare. Vi vill undersöka hur det internetbaserade formatet fungerar i en elitidrottskontext, samt om interventionen kan främja ett psykologiskt hållbart idrottande såväl som den idrottsliga prestationen. Resultaten har hittills varit att de idrottare som tagit del av interventionen kunnat hantera sina idrottsrelaterade tankar och känslor bättre. En del av idrottarna har även presterat bättre som en följd av interventionen. ●

Norman Triplett studerade cyklister i slutet av 1800-talet. Han var en av pionjärerna inom idrottspsykologi.

Referenser:
Reinebo, G., Alfonsson, S., Jansson-Fröjmark, M., Rozental, A. & Lundgren, T. (2023). Effects of psychological interventions to enhance athletic performance: A systematic review and meta-analysis. *Sports Medicine*.

Kostnadsfritt webinar
22 april kl 12-13
Anmälan på www.hogrefe.se

Nyhet!
Digital
version

ABAS-3

Adaptive Behavior
Assessment System,
Third Edition

Bedömning av adaptiv funktion
från 0 till 89 års ålder

Nu finns äntligen ABAS-3 i Hogrefe Testsystem, HTS.

Respondenterna besvarar formulären på dator eller surfplatta. Den automatiska poängberäkningen är mycket tidsbesparande och resultaten presenteras i en överskådlig rapport.

HTS har ett brett testutbud och är ett arbetsverktyg där du

- både kan administrera och poängsätta test
- kan testa på plats eller via länk
- får tillgång till resultaten direkt efter genomförd testning
- kan ladda ned resultaten i en tydlig PDF-rapport.



www.hogrefe.se



TYSKLAND. JULIUS-MAXIMILIAN-UNIVERSITETET I WÜRZBURG

GLAD AV OBEHAG

► Forskaren Karolina Dyduch-Hazar fick ihop 285 deltagare som hade kvalificerat sig via The Benign Masochism Scale, som mäter positiva känslor vid såväl kryddstark mat som feelbad-filmer och plågsamma träningsmetoder.

Deltagarna fick se olika videoklipp och skattade högre njutning av att beskåda valjakt än mänskenspromenader, de uppskattade också mer att se en man kräkas jämfört med ett klipp på en orm som ringlar förbi.

Begreppet godartad masochism myntades av psykologiprofessorn Paul Rozin.

Journal of Research in Personality. »Affective Preferences in Benign Masochism«



USA. UNIVERSITETET I WILMINGTON

SEXUELLA BIVERKNINGAR AV ANTIDEPRESSIVA

► Drygt hälften, 56 procent, rapporterade i en studie att de inte hade några sexuella problem när de inledde behandling med antidepressiva mediciner. Av dessa rapporterade 19 procent att de fick sexuella problem, vilket alltså kan härledas till medicineringen, konstaterar forskare vid universitetet i Wilmington i USA.

SSRI var den vanligaste antidepressiva medicinen bland de 900 personerna som deltog i enkätstudien.

Journal of Affective Disorders Reports. »Antidepressant Use and Treatment-Emergent Sexual Dysfunction Among Patients With Major Depressive Disorder: Results From an Internet-Based Survey Study«

SVERIGE, KAROLINSKA INSTITUTET

ADHD-MEDICIN MINSKAR RISK ATT DÖ I FÖRTID

► En svensk registerstudie visar att medicinering vid adhd minskar risken att dö i förtid. Forskarna följde närmare 150 000 svenskar i åldern 6-64 år som fått diagnosen mellan åren 2007 och 2018. Forskarna kartlade risken att dö upp till två år efter att personen fått sin diagnos och jämförde dem som påbörjat en medicinering inom tre månader efter diagnos (56,7 procent) med dem som inte gjort det. Mest minskade risken att dö av onaturliga orsaker, till exempel överdosering av alkohol och droger.

Jama. »ADHD Pharmacotherapy and Mortality in Individuals With ADHD«



JAPAN, TOKYO UNIVERSITET

TESTOSTERON GER DOMINANS

► En studie av japanska rugbyspelare fann att högre testosteron-nivåer avsevärt ökar dominans-beteenden när individer klättrar i den sociala hierarkin inom sitt lag. Författarna medger en brist med

sin studie - japanska rugby-lag är extremt hierarkiska. *Scientific Reports. »Testosterone promotes dominance behaviors in the Ultimatum Game after players' status increases«*

SKOTTLAND, UNIVERSITETET I STIRLING

UTSEENDE KOPPLAS TILL SOCIAL KLAS

► Personer med bredare och plattare ansikten samt mörkare hudton uppfattas tillhöra en lägre social klass, medan avlånga ansikten med ljusare hudton signalerar högre social klass. Det konstaterar brittiska forskare efter att ha rekryterat 30 vita brittiska medelklassmän, vars ansikten fotograferades och därefter 3D-modellerades. Deltagarna fick ranka totalt 2 400 ansikten på en sjugradig skala från rik till fattig.

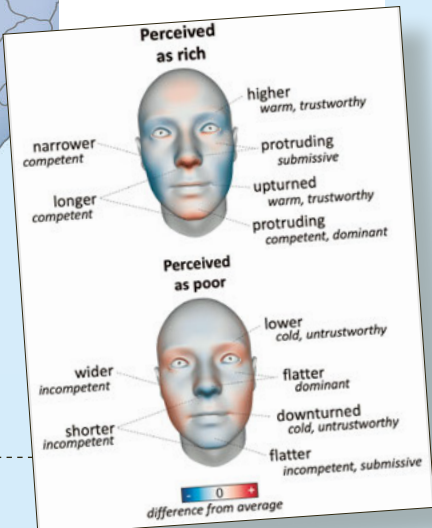
Journal of Experimental Psychology. »Social Class Perception Is Driven by Stereotype-Related Facial Features«

AUSTRALIEN, UNIVERSITETET I QUEENSLAND

JÄTTESTUDIE OM FYSISK AKTIVITET

► »Både som patient och psykolog kan jag konstatera att patienter med depression sällan ordinerar träning«, säger forskaren Michael Noetel till sajten Psypost.org.

Hans forskargrupp gjorde därför nätverksmetaanalys av 218 studier med 14 170 deltagare som slår fast att fysisk aktivitet är hjälpsamt vid depression. Promenader och jogging gav mest effekt, följt av yoga och styrketräning. *British Medical Journal. »Effect of exercise for depression: systematic review and network meta-analysis of randomised controlled trials«*



TEXT OCH URVAL: LENNART KRIISA BILD: ISTOCKPHOTO

»Jag tänker att jag har en ganska autistisk hjärna. Det är många med autism, eller autistiska drag, som drar sig till psykologin för att försöka förstå mänskligt beteende.«

Text: Anna Wahlgren Bild: Susanne Walström

Doris har alltid haft lätt för sig i skolan och hade inga problem att komma in på universitetet. Tentorna klarade hon galant, men livet i övrigt var kaos. Att hålla ordning i studentrummet, borsta tänderna, laga mat och diska kändes övermäktigt. I olika omgångar sökte hon hjälp för ångest och nedstämdhet via psykiatri och studenthälsan, och hon träffade flera psykologer. De fokuserade mycket på att hon hängde med så bra i studierna, och att hon fick bra resultat på tentorna. Men under alla dessa besök var det aldrig någon som frågade om de vardagliga rutinerna. Det ingen visste var att hon förvarade sina tallriker i stora, svarta sopsäckar i garderoben eftersom hon inte orkade diska. Det här är typiskt psykologer, tycker Doris. Att många verkar ha svårt att förstå autisternas stora ojämnheter i förmågor. »Jag läste på universitetet och hade svårt att borsta tänderna«, konstaterar Doris.

Doris är en av de autister som Maria Bühler har intervjuat i sin nya bok. Det pratas ofta om att autister har svårt med kommunikation och att de inte förstår människor utan autismdiagnos – de så kallade neurotypikerna. Men Maria Bühlers käpphäst är att neurotypiker har lika svårt att förstå autister.

– **Psykologer vill väl** och är tränade i att ställa inbjudande och respektfulla frågor: »Hur är det med dig i dag?« Autisten, å sin sida, blir överväldigad av de stora frågorna. Psykologer behöver anpassa sitt beteende och bemötande så att patienter med autism får bättre behandling. Generellt missar vården ofta livsloppsperspektivet. Det blir för mycket fokus på det som är här och nu, när patienten egentligen behöver träna på att leva ett liv med funktionsnedsättning.

Den här intervjun sker på Maria Bühlers mottagning på Östermalm. Vi sitter i varsin fätölj och på bordet

MARIA BÜHLER

ÅLDER: 50 år.

BOR: I Stockholm.

FAMILJ: Dottern Ella, 19 år.

YRKE: Legitimerad psykolog och specialist i klinisk neuropsykologi. Arbetar kliniskt och leder i frågor som rör npf, via sitt eget företag Kogita psykologi. Håller i en specialistkurs för psykologer om neurovetenskaplig teori, och har skrivit böcker om problematisk skolkvarvaro och flickor med autism och adhd.

AKTUELL: Med boken *Att möta autister i vården*, Natur & Kultur.

mellan oss tronar en klocka som Maria sätter på när patienten behöver tydliga ramar och vill veta hur länge besöket egentligen ska pågå. Och i en keramikskål trängs färgglada prylar att pyssla med för den som föredrar att ha händerna i rörelse.

Maria Bühler har vikt sitt yrkesliv åt de unga autisterna. Sedan hon skrev en bok om flickor med adhd och autism är det framför allt de som kommer till hennes mottagning. Vid det här laget har hon mött fler autister, och gjort fler utredningar av autister, än kanske någon annan psykolog i Sverige. På hennes hemsida står det att hon är fullbokad under 2024, och hon hänvisar till en handfull kollegor. Men hon konstaterar att hon skulle behöva fler psykologer att bolla patienterna till – för behovet är stort.

– Tyvärr har det låg status att jobba med autism. Dels är npf i sig fortfarande lite ifrågasatt, dels är det per definition låg status att jobba med unga kvinnor. Vi behöver ▶



3 RÅD TILL PSYKOLOGER SOM MÖTER AUTISTER

INSE ATT ALLA INTE KAN SÄTTA ORD PÅ SINA KÄNSLOR

Skala av fluffet! Frågor som: »Vad behöver du hjälp med?« fungerar inte på autistiska patienter. Kanske känns det som att du bjuder in patienten till dialog, men den typen av stora, öppna frågor skapar ångest hos patienten.

TA ANSVAR FÖR SAMTALET

Inse att det är du som måste vara strukturen och ramen för samtalet. Ha ingen övertro till pratet, fundera i stället över om du har varit tillräckligt tydlig? Om patienten inte följer dina råd och rekommendationer, tänk inte omedelbart att det är en omtiverad patient. Många autister upplever oro och ångest inför ett psykologbesök. Det är mycket intryck och stressen är hög. Försök att stötta din patient och hjälpen med känslereglering.

LÄS PÅ!

Fördjupa dina kunskaper om autism. Utöka din kunskapsrepertoar för hur du kan fråga för att få fram den information du behöver.



fler psykologer med djupgående kunskap om hjärnan.

Det här är en stor patientgrupp som är överrepresenterad i psykiatri och heldygnsvården, påpekar Maria Bühler. Nyligen kom en studie som visade att en av tre kvinnor med autism läggs in.

– Jag upplever att vissa kollegor säger att de kan npf, men att de i själva verket inte har så djupgående erfarenheter. Psykologer lutar sig gärna mot teorier och metoder, och jag är rädd för att vi blir lite för metoddunga. Psykologerna måste förstå och kunna npf på djupet, inte bara ha läst kriterierna och luta sig mot metoderna.

Framför allt behöver psykologer, men också samhället i stort, förstå att autism är en funktionsnedsättning som innebär att förmågorna är väldigt ojämna, påpekar Maria

Bühler. Autisten kan vara jätterapp och skriva på en avhandling, men ändå inte kunna diska. Hon skulle gärna se ett vårdssystem där patienten enkelt kunde komma tillbaka när det uppstår behov. Det skulle vara stressreducerande för patienten, och förebygga en hel del inläggningar, tror hon.

– De psykologiska manualerna bygger på att patienten blir botad och klar. Patienten blir av med sin fobi och symtom lindringen är kraftig och så vidare. Men med autister kan man inte ha förväntningar

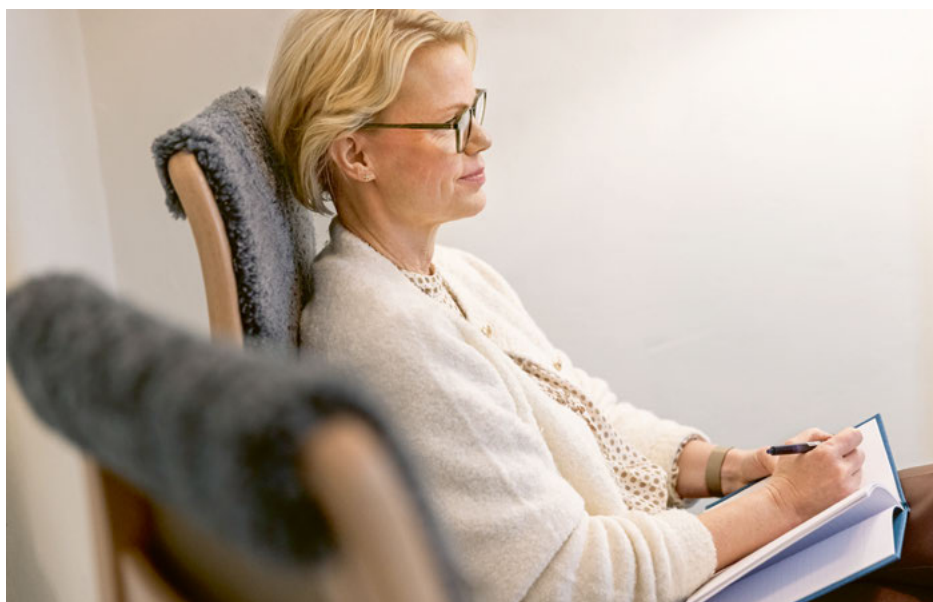
»Jag upplever att vissa kollegor säger att de kan npf, men att de i själva verket inte har så djupgående erfarenheter.«

på att en tiosessionsbehandling ska göra jobbet. I stället behöver psykologen tänka i termer av livsstrategier. Patienten kommer antagligen att behöva stöd av och till under hela sitt liv. När det här hänt något stort – till exempel att patienten har kommit in på universitetet eller träffat en partner – så kan den behöva träffa psykologen igen och sätta upp nya strategier.

I nya boken presenterar Maria Bühler »Sjukvårdskompassen«, som är tänkt att vara en brygga mellan vårdpersonalen och den autistiska patienten. Fokus är att skapa förutsättningar för ett bra möte, och kompassen kan skickas till patienten i förhand eller fyllas i under mötet. Maria Bühler hoppas att kompassen kan bidra till att patienterna känner sig lite styrkta, och vet vad de har rätt att kräva.



»När det här hänt något stort kan patienten behöva träffa psykologen igen och sätta upp nya strategier.«



Här kan de till exempel kryssa in att de inte gillar att ha ögonkontakt eller att de ogäma vill att någon tar i dem.

Kompassen kan man ha nytta av också som psykolog, menar Maria Bühler. Även psykologer behöver förstå det autismspecifika, och lära sig mer om den rigida hjärnan. Men allt med autister är inte krångligt, poängterar Maria Bühler. På många sätt är det lätt att arbeta med autistiska patienter.

– Som behandlare kan man använda sig av regelstyrkheten, det är väldigt tacksamt. Många autister är dessutom disciplinerade till sin läggning. Baksidan av det är förstås att de tar i för mycket, och jobbar för ambitiöst. Som behandlare behöver man därför hålla koll på energikartläggningen, och förstå hur mycket det kostar autisten bara att ta sig igenom vardagen.

Ännu ett råd är att tagga ner med pratet, säger Maria Bühler. Många psykologer gillar att prata, de tror på språkets makt och har lätt för att sätta ord på känslor. Men den förmågan är starkt nedsatt vid autism.

– **Vadå skatta ångest?** Hur vet jag om det är en tvåa eller åtta? Tänk om det är en sju komma femma? Psykologen behöver därför vara väldigt tydlig. Själv använder jag mig mycket av visuellt stöd. Jag ritar, och så utgår vi från bilderna. Var i kroppen sitter värken – halsen, låren, käkarna? Som psykolog måste man ge mycket till autisten, och hjälpa hen på traven. Det är också viktigt att inte glömma kroppen. När jag frågar om kroppen får jag nästan alltid napp. Autister har ofta kroppsliga problem – allt från eksem till spänning i käkarna.

Maria Bühler identifierar sig som autistisk, utan ha en formell diagnos.

Maria Bühler talar till och med om autistisk utbrändhet, som är en särskild slags utbrändhet som främst drabbar autister. Den orsakas delvis av den större mängd energi som behövs för att klara vardagen.

– Det har kommit mer och mer forskning på det här. Många autister har haft perioder, inte minst under skoltiden, då de har varit utbrända. De lägger så mycket energi på att försöka passa in. Dessutom finns problemet att när autisten väl uttrycker sina svårigheter så blir hen ofta ifrågasatt, ett fenomen som vi brukar kalla gaslighting. En ung, autistisk elev som berättar för läraren att hen inte vill gå ut på rasten kan få svaret att »så kan vi inte göra, alla måste gå ut«. Det blir en slags rekyleffekt som bidrar till den autistiska utbrändheten. Fler och flera pratar om det

Möt Maria Bühler

här begreppet nu, och det känns väldigt användbart.

Maria Bühler konstaterar att hon alltid har haft lätt för att relatera till autisterna, och att hon har en intuitiv förståelse för deras problem. Men åren har hon börjat fundera över om hon själv rentav har autism?

– Jag tänker att jag har en ganska autistisk hjärna. Det är många med autism, eller autistiska drag, som drar sig till psykologin för att försöka förstå mänskligt beteende. Och just det har varit en stor drivkraft hos mig. Ännu har jag ingen formell diagnos, men den senaste tiden har jag funderat jättemycket över det här. Jag går till en psykolog som är autismskunnig och vi är tillsammans inne i ett slags utforskande. Sedan något år tillbaka identifierar jag mig som autistisk.

Maria Bühler påpekar att hon klarar sitt liv förhållandevis bra – hon driver en egen mottagning och har skrivit flera uppmärksammade böcker. Men som alla med autismdiagnos är hennes förmågor ojämna.

– Jag har en sjuk disciplin och har alltid klarat vardagsrutinerna. Annars hade nog hemmet kunna förfalla. Det är ju typiskt autister att känna ett starkt motstånd till vissa saker. Jag tror det tog ett halvår innan jag kom mig för att byta glödlampa här på mottagningen. Men mitt stora problem har varit ledigheterna. Varje jul och sommar blir jag låg, jag skulle säga deprimerad, och jag har funderat över varför? Jag har kommit fram till att jag behöver struktur, förutsägbarhet och meningsfullhet för att livet ska fungera.

Nu har Maria Bühler en plan för ledigheterna. Hon har kommit fram till att träning och yoga inte räcker, utan att hon också behöver göra något kognitivt stimulerande.

– I sommar ska jag skriva två böcker, då har jag något att hänga



»Det finns en tråkig jargong runt föräldrar som bekymrar mig. Så skulle vi ju aldrig prata om säg pensionärer.«

upp semestern på. För mig är skrivande återhämtning. Att få fördjupa mig i forskning och att sitta vid datorn och skriva fyller mig med energi. I media pumpas det ut att vi människor behöver minst fem veckors sammanhängande ledighet, men så ser det ju faktiskt inte ut för alla.

I sitt yrke möter Maria Bühler autister, men också en hel del föräldrar till autister. Fortfarande finns det relativt lite forskning som utgår från det autistiska föräldraskapet, och vad man behöver som npf-familj. Från skolvärlden

kommer det dessutom hela tiden rapporter om jobbiga och krävande föräldrar som ihärdigt värnar om det egna barnets rättigheter. Men Maria Bühler håller inte med.

– Jobbiga föräldrar, det är inte vad jag ser. Jag har visserligen en mottagning på Östermalm, men jag jobbar också pro bono och möter människor från alla samhällsklasser. Gemensam nämnare är att föräldrarna är väldigt måna om att inte vara besvärliga, det är det första de säger när de träffar mig. De skulle aldrig prata skit om skolan inför sitt barn, och ofta har de kämpat som djur för att få sitt hemmasittande barn att gå till skolan. Det finns en tråkig jargong runt föräldrar som bekymrar mig. En samhällsdiskurs som handlar om att föräldrar är så jobbiga att lärarfacket måste sätta ned foten. Jag tycker att det är konstigt att generalisera runt en så stor grupp i



3 MISSTAG SOM PSYKOLOGER OFTA GÖR I MÖTET MED AUTISTER

ÄR FÖR PASSIV

Många psykologer är skolade i att respektfullt ställa öppna frågor: »Betrakta! Vad är ditt problem?« Med en autistisk patient behöver psykologen vara drivande och ta ett större ansvar för samtalet.

FÖRSTÅR INTE GRADEN AV ÄNGEST

Många psykologer har fått lära sig att all ångest är lika, men den autistiska ångesten är mer kraftfull och oförutsägbar. För att kunna möta patienten behöver psykologen förstå hur det är att vara så dysreglerad i sitt vardagliga liv.

FÖRSTÅR INTE ATT AUTISM ÄR EN FUNKTIONSNEDSÄTTNING

Autism påverkar alla delar av livet. Om psykologen inte frågar hur vardagen fungerar - allt från ekonomi till hygien - så missar hen jättemycket. Många psykologer tänker kanske att sådana frågor är integritetskränkande. Men det är viktigt att förstå att en autist har stor diskrepans i sina förmågor. Man kan vara forskare, men ändå inte kunna borsta tänderna.



Ella bli vuxen och hon är sugen på att läsa till sjuksköterska. »Tänk att vi står här«, kan jag säga till mig själv. Det är ju för att jag har bråklat med skolan under hela skoltiden som hon har möjlighet att söka till universitetet. Jag träffar så många unga som slås ut från skolsystemet och vad har samhället vunnit på det? Då är det väl bättre med föräldrar som släss för sina barn och kräver lite av skolan? Byt skola, råder jag föräldrar som inte får gehör.

I yrkeslivet har Maria Bühler dragit nytta av att ha en npf-diagnos i familjen. De som söker sig till henne känner ofta till att hon själv är mamma till ett npf-barn.

– Jag har lärt mig mycket av min dotter Ella, framför allt när det kommer till bemötande. Jag vet att de känslomässiga upp- och nedgångarna är vanliga vid autism och adhd. Jag vet också hur funk-

tionsnedsättande den känslomässiga dysregleringen är. Jag vet hur jobbigt det är som npf-förälder att behöva orientera sig i en värld av neurotypiska normer. Men jag hoppas att jag kan förmedla ett visst hopp. Att det kan bli bra till sist, för så blev det för Ella.

Om Maria Bühler skulle sammanfatta sin syn på yrket handlar det om att hon vill »ingjuta hopp i hopplösa ungdomar«.

– Jag är så imponerad av mina patienter. De är otroligt kloka, har hög analytisk förmåga och tar ett stort ansvar för samhället. »Gud vad samhället behöver de här flickorna«, tänker jag ofta. Jag vill att det ska gå för dem som det gick för Ella. Hon mår bra nu, och är inte längre lika beroende av mig. Det finns så många sätt att leva ett liv. Man kan bo avskilt i ett litet hus i skogen om man känner för det. Men alla människor har rätt att hitta sin väg. ●

vårt samhälle. Så skulle vi ju aldrig prata om säg pensionärer.

I så fall har hon också varit en jobbig förälder, påpekar Maria Bühler. Hennes dotter Ella har ju adhd, och det har Maria alltid varit öppen med – också i yrkeslivet.

– **För mig är det** självklart att man ska slåss för sitt barns rätt. Vem skulle annars göra det? Nu börjar

Byt skola, är rådet Maria Bühler ger till föräldrar som inte får gehör.

Käckt och förenklat om existentiella frågor

Siri Helle är psykologen som ligger bakom texterna om psykisk hälsa på 1177 och en rad tidigare böcker om psykologi såsom *Smartare än din telefon* och *Känslöfällan*. Nu är hon tillbaka med en bok vars titel för tankarna till bästsäljande feelgoodboken *Lyckan, kärleken och meningen med livet* som också blivit filmatiserad. Där som här tar handlingen spjärn mot scenariot av en människa som utifrån sett har allt – ett jobb, vänner, partner och så vidare. Men ändå känns livet meningslöst. Var det bara det här? Men i stället för Julia Roberts i huvudrollen ser vi här en skribent med tydliga copywriter-kvaliteter.

FÖR EN PSYKOLOG finns här inga nyheter – utom just i hur innehållet presenteras. Helle har helt klart tagit inspiration av det som människor lättast tycks ta intryck ifrån: sociala medier. Bokens text presenterar lite av allt, lite i taget. I stället för på mer klassiskt manér; ett ämne per avsnitt. Tänk en app som bit för bit

går djupare in i ett ämne samtidigt som den hela tiden bemödar sig med att svara på frågan varför läsaren ska orka klicka/bläddra sig vidare in i texten.

Och copywritern i Helle dundrar också på med kända citat redo att klippas ut och stoppas ned i fickan, såsom att: »Gräl är att turas om att anklaga; försoning är att

turas om att be om ursäkt« och »Motgång – börja alltid med en smörgås.«

PÅ DETTA SÄTT skriver Helle för den friska läsaren om en rad olika psykologiska ämnen utan egentlig röd tråd annat än att det är bra att ha kunskap om krishantering, trauma och åldrande, till vitsen med känslor, och hur

man kan öva sig i att hantera svåra känslor i praktiken. Att fördjupa sig och öva sig kring detta är sådant som kommer att öka den existentiella hälsan och motverka »var det bara det här-scenariot«.

Som Helle skriver: »De flesta av oss har ägnat mer tid åt att traggla trigonometri eller frisparkar än hur man hanterar svåra känslor. Det är något vi förväntas upptäcka själva.« Och nej det är så vitt jag vet tyvärr fortfarande inget som lärs ut i skolan – Helles bok är ett exempel på en kort och koncis grundkurs. Men som allt som är kort och koncist kommer det så klart med förenklningar. Helle har därtill gjort valet att varken ha källhänvisningar i den löpande texten och inte heller någon full referenslista i slutet. Sist ligger bara valda litteraturtips och hänvisningar. Detta blir förstås problematiskt när hon i sin publiktillvändhet skriver alltför förenklat och tvärsäkert – utan antydning om att ämnet rymmer komplexitet och fingervisning om lämpliga ställen att vända sig för vidare förkovran.

● Celia Svedhem



EXISTENSBOOSTEN - DIN HANDBOK OM LYCKAN, MÖRKRET OCH MENINGEN MED LIVET SIRI HELLE, BONNIER FAKTA, 2024.



Den empatiska hunden

OLOF RYDÉN, POLARIS, 2024.

När psykologiprofessor Olof Rydén möter blicken hos en lugn och avspänd hund, som uppmärksamt ser honom i ögonen, känner han en stor närhet med hunden. Olof Rydén vet, utifrån forskningen, att hunden har en rik repertoar av känslor. »För att förstå hunden måste jag förstå mig själv«, skriver Olof Rydén och lotsar läsaren genom den unika anknytningen mellan hund och människa. /LENNART KRIISA



Vikarien

DAVID NORLIN, WEYLER FÖRLAG, 2024.

Vikarien är en stor roman av psykologen David Norlin, hela 928 sidor, om det lilla livet. Anna söker arbete som lärarvikarie och i mötet med tvåbarnspappan Thomas ser hon nya möjligheter öppna sig. Boken handlar om känslan av att leva på undantag och att aldrig komma till sin rätt, ett tillstånd som kan driva en person till drastiska handlingar. /LENNART KRIISA



Isabel Petrini och Niklas Möller har skrivit boken *Terapi pågår*.

Isabel Petrini / psykolog

»Vi vill berätta om det osagda i terapirummen«

Boken *Terapi pågår* har på förlaget kallats för *In Treatment*-boken. Men tv-serien har inte varit någon förlaga för psykologerna Isabel Petrini och Niklas Möller. Deras mål var att skriva en bok om allt som inte sägs i terapirummet, om terapeutens tankar.

– Det finns böcker om hur man genomför en metod, det finns manualer, men i terapirummet kommer verkligheten i vägen. Vi ville skriva facklitteratur på ett nytt sätt, säger Isabel Petrini.

Hon berättar att de »kramade i ett halvår« innan de hittade formen, för det fanns ingen liknande bok som kunde visa vägen. Tidigare har de gett ut boken *XBT – Existentiell beteendeterapi*, den här gången vill de visa hur terapi kan gå till i praktiken.

– Du har en roll, en teori och är samtidigt en pågående människa. Som terapeut behöver du förhålla dig till dessa delar, och utforska vad som är hjälpsamt för klienten, säger Isabel Petrini.

Under skrivprocessen, som pågick under två år, blev det dagliga samtal mellan Isabel Petrini och Niklas Möller. De blev också »mer vakna« kring sina egna beteenden i terapirummet.

– Jag insåg hur fasta vi är i språket, i samhällets berättelse, och hur lätt det är att halka till, säger Isabel Petrini.

HON GER EXEMPEL på hur hon uttryckt sig om sorg inför en klient, som »att sorg går över«, om att »släppa taget och gå vidare«.

– Men teoretiskt tänker jag inte att sorg är något som går över, ändå har jag motsagt mig

själv. Det är jag mer uppmärksam på nu, säger Isabel Petrini.

I BOKEN FÖRSÖKER de vara sanna och även beskriva när det går mindre bra eller till och med riktigt dåligt.

– Att låta andra läsa om när det inte går bra i terapirummet kändes läskigt. Men vi har fått feedback från kollegor som känner igen sig, även från kollegor med annan teoretisk hemvist. Vi ville att det här skulle bli en bok för alla terapeuter, säger Isabel Petrini.

● Lennart Kriisa

Utdrag ur *Terapi pågår*:

Tar in rummet. Tar in dig.

Tar in oss. Tar in mötet. Håller oron. Mjukt. Tar in vad du säger, möter dig.

– Vill du dö?

– Ibland.

Tårar droppar. Stora, tunga. Plaskar ner på din jättestora hoodie. Hänger kvar på nästippen på ditt framböjda huvud.

En kort stund. Plask.

– Du vill dö ibland.

– Mest vill jag nog inte vakna.

Det gör ont att vakna.

– Att vakna till livet som är ditt?

– Ja.

Han säger »Jaah« på inandning. Sen stänger han munnen. Ser inga ögon. Bara tjocka, svarta ögonfransar som ett vackert tak som håller upp det tunga regnet så gott det kan.

– Vad får dig att fortsätta leva?

– Vet inte.

Tyst. Plask.

Hur får jag dig att vilja fortsätta leva? Märker att jag blir väldigt angelägen att ändra hans tankar. Märker att det blir viktigare för mig än för honom. Hans berättelse, hans ord, äger mina beteenden.

Plask.

Jag är hans kontext. Jag bygger nya vägar. Nya situationer för honom att förhålla dig till. Orienterar min uppmärksamhet mot honom. Letar efter hans kvaliteter. Ser honom. Utlöser en värme i mig. Ger beteenden.

Får jag berätta något?

Tittar upp. Nyfiket?



Terapi pågår

DET SAGDA OCH DET TYSTA, NIKLAS MÖLLER OCH ISABEL PETRINI. NATUR & KULTUR, 2024.

Under en vecka får läsaren följa med i terapirummen och lyssna på de samtal som pågår. Läsaren får även ta del av det som inte sägs: oron när terapien kör fast och att lysa upp de hjälpsamma vägarna framåt.

Titi-mamman hade bett om hjälp

Filip lämnar sin nyförlösta flickvän med bebis och deras gemensamma 5-åring. Han sticker för att han blivit kär i en annan kvinna och för att han upplever att familjelivet bara är »krav, krav, krav«.

Annika Fredriksson, skaparen av dokumentären *Puss, hej då*, menar att paret hon filmar är en del av ett större mönster. Att föräldraskapet i Sverige är långt ifrån jämställt. Att kvinnor fortfarande bär en mycket tyngre del – och att de därför blir sjukskrivna i dubbelt så stor utsträckning som män efter att de blivit föräldrar.

Antropologen Caroline Uggle skriver i boken *Föräldraformeln* om världens mest närvarande pappor bland primater

– titiaporna. De lever bland träden i Amazonas regnskogar i monogama par. När de får barn är det papporna som är med ungen 93 procent av tiden. Mamman ammar bara ungen och puttar sedan direkt över den till pappan igen. Vad är det då som gör titi-papporna så investerade i familjen? I förbifarten nämner Uggle att efter-som titi-honan »behöver hanens hjälp

kan honan till och med bli mer stressad av att separeras från sin partner än från sina ungar.« Kanske ligger det något viktigt i just den biten?

DET SOM FILIP i *Puss, hej då* återkommer till är nämligen att han inte känner sig älskad. Men också att hans flickvän kan allting i föräldraskapet så mycket bättre. Han känner sig helt enkelt inte behövd – alltså tillåter han sig att dra. I en scen i filmen pratar den övergivna flickvännen med sin syster om hur trött hon är, att barnen hållit henne vaken hela natten.

»Alla andra är två på natten och kan hjälpas åt, man kan bytas vid, man kan trösta, man kan peppa. Men vem ska jag ringa mitt i natten? Vem ska jag få hjälp av?« Hon gråter så det skär i hjärtat på mig som tittar. »Ska jag ringa Filip och säga ›Jag fixar inte det här, jag måste ha hjälp?« frågar hon retoriskt och skrattar och snyftar om vartannat.

Men ja, en titi-mamma hade ringt Filip. Hon hade sannerligen inte tvekat.

• Celia Svedhem, psykolog och litteraturkritiker



Nya böcker



BILD: ISTOCKPHOTO



Med livet i behåll

Anna Kåver, Natur & Kultur, 2024.

Livet på ålderns höst blir lite roligare, enklare och lite mer kärleksfullt om vi samtalar med varandra om det, resonerar Anna Kåver i förordet till sin nya bok. Hon har trappat ned på arbetet, kallar sig numera bara verksam, men nyfikenheten finns kvar. Och det är denna nyfikenhet som får henne att reflektera över sitt eget och andras åldrande. Läsaren får många råd i hennes bok, som att våga släppa taget om engagemang som inte längre engagerar, samtidigt som den nyvunna friheten kan kännas tung och behöva hanteras med hjälpsamma strategier.

/LENNART KRIISA



En liten bok om självkänsla

Magnus Lindwall, Ett hum förlag, 2024.

Tjugo år har passerat sedan Magnus Lindwall, professor i hälso-psykologi, skrev sin avhandling om självkänsla. Nu återkommer han till ämnet i denna rappa bok. Läsaren får veta att på 1980-talet var självkänsla svaret på allt, men uppsvinget har dämpats i takt med forskningen. Flera samband är dock väldokumenterade, som att ju högre självkänsla en person har, desto färre depressionssymtom. Sociometer teorin håller också fortfarande, menar Lindwall, att känslan av social inkludering är livsviktig. Vissa har dock ett överkänsligt sociometer-system, som gör att personen helt i onödan upplever sig bli avvisad.

/LENNART KRIISA



Fortsättning följer

– att hantera barns trauman hemma och i skolan, Jenny Nordin Hertzberg, Studentlitteratur, 2023.

De fyra första veckorna efter ett barns trauma präglas av en känslomässig bergochdalbana. En del föräldrar vill omedelbart tillkalla professionella, men det är inte alltid rätt väg att gå, menar psykologen Jenny Nordin Hertzberg. Det viktigaste är att barnet har socialt stöd, personer i dess närhet som lyssnar och bryr sig. Å andra sidan, om barnet uppvisar starka traumasymtom, och mottagningen ger rådet att avvakta en månad eller två, då bör föräldern bråka sig till ett vårdmöte med kbt-insatser. Boken är tredelad, för föräldrar, pedagoger och elevhälsan. /LENNART KRIISA



Att försvinna sig

Anna och Signe Bennich, Bazar Förlag, 2024.

Frustration fick psykologen Anna Bennich och dottern Signe Bennich att skriva en gemensam bok. Som förälder och patient upplevde de bristen på kunskap, och alla missuppfattningar om anorexia. Anna Bennich fick undrande blickar om hur hon som psykolog kunde ha ett barn med ätstörning: Varför upptäckte hon inte sjukdomen omedelbart? Berodde sjukdomen på brist på kärlek? I boken delar Anna och Signe med sig av sina dagböcker, som varvas med reflektioner och lärdomar, i hopp om att höja kunskapen, och för att skänka hopp och tröst till de drabbade och deras anhöriga. /LENNART KRIISA

/LENNART KRIISA

»Ett väl-fungerande samspel på en arbetsplats kräver rejält med träning.«

BILD: ZELDA RINGSTRÖM



Anders Rydell



Fler böcker om psykologi – följ Psykologtidningen på Instagram.



Snacka om kommunikation

– om gott snack på jobb Anders Rydell, Natur & Kultur, 2024.

Mycket av problematiken på arbetsplatser kan härledas till kommunikationskrångel, konstaterar Anders Rydell. Själv brukar han, som organisationspsykolog, börja med att försöka ringa in hur medarbetarna uppfattar arbetsgruppens mål och syfte. Några steg senare är det dags för träning, för ett väl-fungerande samspel på en arbetsplats kräver rejält med träning, anser Anders Rydell. Diagram och finurliga begrepp, som dötidshypotesen, avlöser varandra och bokens driv påminner om en medryckande föreläsning. /LENNART KRIISA

/LENNART KRIISA

Kan jag delta som behandlande psykolog i tv?

Fråga: Det händer ibland att jag i egenskap av psykolog blir tillfrågad om att medverka i radio och tv-produktioner. Det kan vara som expert i program där det handlar om relationer. Vi något tillfälle även som behandlande psykolog i terapier. Det har hänt att jag tackat ja när jag bedömt det som seriöst. Jag är medveten om att detta kan framstå som kontroversiellt. Framför allt i en del kollegors ögon. Hur ser ni i Etikrådet på det här?

Hej och tack för din fråga! Ja, det kan bli en del debatt i de här frågorna. En del av våra kollegor ser det som kontroversiellt att psykologer medverkar i vissa tv-produktioner. Särskilt när det handlar om reality-tv som till del görs i underhållande syfte. Var den gränsen nu går. Jag menar gränsen mellan underhållning och folkbildning.

För när det handlar om Utbildningsradions program så verkar det inte bli den typen av ifrågasättanden

när psykologer medverkar. Exempel kan vara Radiopsykologen i P1 eller Fatta familjen. Likheten mellan de programmen och exempelvis Gift vid första ögonkastet är att psykologen medverkar som expert och där en eller fler är att betrakta som klienter. I och med det så är maktrelationen där och behöver tas i beaktande. I radio och tv sker samtalet också införläppen ridå. Det finns en anonym publik. Det gör något med de som medverkar. Kanske går det

»I radio och tv sker samtalet också införläppen ridå. Det finns en anonym publik. Det gör något med de som medverkar.«

att för en stund att glömma bort kameror och mikrofoner. Samtalet blir då kanske autentiskt eller genuint som om publiken inte funnits där. Men är inte det också poängen? Att det ska vara eller kännas autentiskt? För samtliga inblandade, menar jag.

SYFTET ELLER intentionerna med programmet kanske är det som gör att vi ser det ena som mer kontroversiellt och det andra som mer seriöst. Men aspekten att det finns programmakare och producenten som styr situationen är liknande oavsett om det handlar om folkbildning eller underhållning. Därmed kan det finnas förväntningar på utfallet som skiljer sig från psykologens och klientens.

Det komplicerar maktrelationen. Det är inte enbart relationen mellan psykolog och klient, utan också mellan de medverkande och producenten. Den senare kan-

ske är den som har tolkningsföreträde utifrån tanken om vad som är gångbart i media och för publiken. I någon mån ska det vara intressant eller underhållande nog för att vara värt att producera.

När mål och förväntningar är mer samstämmiga blir det troligen färre problem. Men det är angeläget att fundera över vilka drivkrafter som ligger bakom att ta steget ut i det offentliga på sådana sätt då autonomi riske-



PATRIK LIND
ORDFÖRANDE I ETIKRÅDET

rar att bli begränsad. Vad driver mig som psykolog? Vad driver klienten? Varför produceras det här programmet? Hur värnar jag självbestämmandet i en sådan komplex relation?

NÄR VI ÄR inne på det kliniska området, där det finns personer som direkt och indirekt kommer att påverkas av våra insatser, är det angeläget att tänka in samtliga som kan vara inblandade.

Alltså inte enbart de som valt att medverka i programmet, utan också deras anhöriga. Hur kan det bli för deras eventuella partners eller barn när det här syns och hörs i tv? De är också i någon mån dina klienter trots att de själva inte gjort ett aktivt val att vara det.

När vi tar uppdrag som innebär att klient och uppdragsgivare inte är en och samma innebär det en särskilt svår balansakt. Maktförhållanden och värmandet av individens autonomi verkar vara viktiga begrepp här att ta i beaktande som stöd vid dina beslut. Lycka till vid nästa förfrågan! ●

HAR DU EN ETIKFRÅGA?

Mejla: patrik.lind@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.

Dags att söka specialistkurs?

➔ Psykologpartners utbildar inom Psykologförbundets alla specialiteter och har 4,5/5 i kundnöjdhet.

“

En av de bästa kurser jag varit på! Jag har kunnat använda allt som sagts på kursen från dag ett. Mycket kompetenta föreläsare och tydlig koppling till verkligheten"

-Tidigare specialistkursdeltagare

Välkommen till oss!



Skanna koden
för att komma direkt till
vårt utbud!



psykologpartners

Är det lätt att rekrytera rätt? Frågan undersöks av ST-psykologen

Fredrik Lindstrand som sex månader efter att nya arbetsförmedlare anställts på Arbetsförmedlingen, låtit cheferna bedöma deras arbetsprestation. Han menar att magkänsla medför risker i en rekrytering och att kognitiva fallgropar lurar bakom varje hörn.

m

edarbetaren

bör ses som organisationens viktigaste resurs. Utan medarbetaren är det svårt för organisationen att utföra sina uppdrag och det finns mycket att vinna på att medarbetarna har den kompetens som behövs för att möta framtidens utmaningar. Av denna anledning är också rekrytering en av de viktigaste och mest grundläggande processerna inom kompetensförsörjning.

Det har gjorts omfattande forskning inom rekrytering och urval och det finns gedigen kunskap om vad som bör bedömas, hur det bör bedömas och hur information bör vägas samman till ett beslut ⁽¹⁾⁽²⁾. [Tyvärr råder en diskrepans mellan forskningens rekommendationer och hur rekryteringar genomförs i praktiken.](#) Kunskapen om urvalsmetoders träffsäkerhet är bristfällig och beslut tas alltför ofta på basis av magkänsla och intuition ⁽³⁾. Resultatet är en minskad sannolikhet att hitta rätt kandidat för jobbet, samtidigt som risken för både medveten och omedveten diskriminering ökar ⁽⁴⁾.

Vissa organisationer har striktare krav vid rekrytering än andra. Myndigheter har ett lagstadgat krav på att rekrytering ska ske utifrån sakliga grunder och att den som är skickligast ska erbjudas tjänsten. Detta ställer också särskilda krav på rekryteringsprocessen då samtliga kandidater behöver genomgå en helhetsbedömning där olika faktorer relevanta för skickligheten, dokumenteras och vägs mot varandra ⁽⁵⁾.

Arbetsförmedlingen är en myndighet som arbetat hårt för att modernisera sin rekryteringsprocess. Målet är en fördomsfri rekryteringsprocess som vilar på vetenskapligt förankrade metoder. När processen infördes var den kontroversiell. Urvalstest användes tidigt i urvalet och kombinerades med strukturerade bedömningar av relevanta erfarenheter och kompetenser. För att bedömningarna skulle bli så objektiva som möjligt användes också mekaniska sammanvägningar och rangordningar för att prioritera vilka kandidater som går vidare till nästa steg. Intressant nog har processen uppvisat goda resultat som pekar mot en ökad träffsäkerhet, effektivitet och mångfald. En av förutsättningarna för denna framgång har varit att återkommande följa upp verksamheten för att identifiera styrkor och förbättringsområden.

Syfte

Syftet med den aktuella studien var att utvärdera de urvalsmetoder som används vid rekrytering av arbetsförmedlare på Arbetsförmedlingen. Myndighetens strukturerade intervjumaterial hade inte följts upp tidigare och utgjorde ett centralt fokusområde. En annan frågeställning var om det fanns en skillnad i prestation för de kandidater som hade tidigare erfarenhet från myndighetens verksamhet.

Bakgrund

Innan en fördjupning görs i studiens upplägg och resultat, är det fördelaktigt med en kort genomgång av arbetsprestation, vilka metoder som är träffsäkra och hur en helhetsbedömning bör genomföras för att uppnå bästa möjliga resultat.

Tre dimensioner av arbetsprestation

Begreppet generell arbetsprestation används ofta för att beskriva vad vi presterar inom ramen för vårt arbete. Det är en komplex företeelse som bör brytas ned i tre dimensioner för att bättre motsvara de beteenden som äger rum på en arbetsplats. Den första och mest centrala dimensionen är uppgiftsprestation, vilket handlar om hur väl en individ utför sina huvudsakliga arbetsuppgifter. Nästa dimension kallas för medarbetarskap och omfattar beteenden som faller utanför de formella arbetsuppgifterna men som bidrar till organisationens utveckling. Exempelvis att ställa upp för kollegor, visa initiativ och hjälpa till med extra uppgifter. Den sista dimensionen är kontraproduktiva beteenden vilket kan beskrivas som medvetna beteenden som leder till ekonomiska eller materiella förluster för organisationen och beteenden som kan resultera i fysiskt eller psykiskt lidande för andra, exempelvis frånvaro, försenad ankomst, mobbing, stöld och missbruk ⁽⁶⁾⁽⁷⁾.

Träffsäkerheten hos olika urvalsmetoder

I slutet av 1990-talet publicerade Frank Schmidt och John Hunter sin välkända sammanställning av metastudier, en artikel som kom att bli en av de mest citerade inom området ⁽¹⁾. Syftet var att undersöka den prediktiva validiteten hos olika urvalsmetoder, det vill säga deras förmåga att förutse prestation i arbete och utbildning. Resultatet visade på betydande skillnader i träffsäkerhet mellan olika urvalsmetoder. Metoder som speglade personliga egenskaper som begåvning och personlighet hade en högre träffsäkerhet än de som var inriktade på erfarenhets- och utbildningslängd. Studien var revolutionerande vid tidpunkten eftersom den poängterade att anställningsbeslut ofta baseras på metoder och

«En mängd psykologiska urvalstest finns på marknaden. Kvaliteten varierar och det är inte ens alla som bygger på vetenskaplig grund. Ett tips är att undersöka om testen blivit kontrollerade av ett oberoende granskningsorgan.

Källa: Fredrik Lindstrand

»De metoder som bidrar minst till träffsäkerheten baseras på faktorer som intresse, hur lång erfarenhet och utbildning en person har, och ålder.«

uppgifter som inte bidrar till att den skickligaste kandidaten identifieras. Med tiden har resultaten reviderats och ny forskning tillkommit. Senare studier har kritiserat Schmidt och Hunter för att överkorrigera sambanden till följd av reliabilitetsbrister och beskuren spridning i urvalet. Nya beräkningar har därför resulterat i en lägre validitet för merparten av urvalsmetoderna. Den inbördes rangordningen mellan urvalsmetoderna är däremot relativt oförändrad. De urvalsmetoder som nu har högst samband med generell arbetsprestation är strukturerad intervju, olika typer av kunskaps- och arbetsprov samt problemlösnings- och personlighetstest. De metoder som bidrar minst till träffsäkerheten baseras på faktorer som intresse, erfarenhet (antal år), utbildning (antal år) och ålder⁽⁸⁾.

Det bör förtydligas att ovan nämnda meta-studier använder generell arbetsprestation som framgångskriterium. Det finns också studier som undersökt sambanden mellan begåvning, personlighet och de olika dimensionerna i generell arbetsprestation. Slutsatsen i dessa är att begåvning har starkast samband med uppgiftsprestation eller övergripande prestation medan personlighet har ett större prediktivt värde i relation till kontraproduktiva beteenden. Vad gäller medarbetarskap har begåvning och personlighet ungefär lika stor betydelse⁽⁹⁾.

En annan slutsats från dessa studier är att urvalsmetoder med hög grad av struktur tycks vara mer träffsäkra. Detta beror på att struktur och standardisering generellt ökar urvalsmetodens reliabilitet. När resultaten varierar i mindre utsträckning blir de helt enkelt mer tillförlitliga^{(10) (11)}.

Bedömningens betydelse

Urvalsmetodernas träffsäkerhet är inte den enda faktorn som påverkar utfallet i ett urval. Hur bedömningen görs har en avgörande betydelse. Det finns i regel två olika typer av sammanvägningar vid personalurval: holistisk och mekanisk bedömning^{(12) (7)}. Den holistiska bedömningen utgår från en intuitiv helhetsbedömning av kandidaterna som baseras på tillgänglig information. Den mekaniska bedömningen innebär att centrala

variabler identifieras på förhand och summeras enligt en bestämd modell. De mekaniska beslutsmodellerna har i regel visat sig vara överlägsna de holistiska beslutsmodellerna. Inte minst i situationer där direkt återkoppling på besluten saknas, exempelvis vid urval då få beslutsfattare regelbundet följer upp resultatet på ett enhetligt vis. Den mekaniska bedömningen är mer tidseffektiv och påverkas även mindre av medveten och omedveten diskriminering vilket är ofrånkomligt vid holistiska bedömningar. En metastudie om urval i arbetslivet har konstaterat att mekaniska bedömningar har en träffsäkerhet som är mer än 50 procent högre än holistiska bedömningar⁽¹³⁾.

Metod

Den aktuella studien kan beskrivas som en prediktiv valideringsstudie. Underlaget har inhämtats från åtta rekryteringar som genomfördes under 2022. Rekryteringarna bedömdes ha en representativ spridning utifrån ålder, kön, geografi och organisatorisk tillhörighet. Totalt sökte 1 387 kandidater tjänster som arbetsförmedlare; 1 151 kandidater genomgick en strukturerad meritbedömning avseende relevant erfarenhet, kunskap och utbildning och 1 002 bedömdes uppfylla kraven och fick utföra en kombination av problemlösning- och personlighetstest baserat på femfaktormodellen. Efter en mekanisk bedömning och rangordning kallades 369 kandidater till intervju, varav 212 erbjöds anställning. Sex månader senare inhämtades en bedömning av arbetsprestation ifrån respektive medarbetares ansvariga chef. Bedömningen bestod av en enkät som speglade generell arbetsprestation samt begreppets underliggande dimensioner: uppgiftsprestation, medarbetarskap och kontraproduktivitet. All statistisk bearbetning genomfördes på anonymiserad data.

Resultat

Analysen av prestationsmått visade inte på någon skillnad mellan män och kvinnors arbetsprestation. Det fanns inte heller några samband mellan arbetsprestation och förekomsten av tidig erfarenhet av arbetet.

Den urvalsmetod som hade högst samband

När i rekryteringsprocessen som urvalsmetoderna används är också viktigt för träffsäkerheten. Urvalstest gör sig bäst tidigt i urvalet och en mekanisk bedömning av resultatet är att föredra. «

Källa: Fredrik Lindstrand

med generell arbetsprestation var strukturerad intervju (.57**). Sambanden var också tydliga mellan intervjun och uppgiftsprestation (.39**) samt medarbetarskap (.41**). Kombinationen av problemlösnings- och personlighetstest gav de näst högsta sambanden i studien. Främst med generell arbetsprestation (.27**) men också med uppgiftsprestation (.19*) och medarbetarskap (.20*). Meritbedömningen av erfarenhet, kunskap och utbildning visade generellt på svaga och icke-signifikanta samband med prestationsmåten. Intressant nog var det ingen av urvalsmetoderna som kunde förutsäga kontraproduktivt beteende. Kombinationen av problemlösnings- och personlighetstest gav en indikation, men sambanden saknade signifikans. De personlighetsfaktorer som visade samband med kontraproduktivitet var extraversion (.21**), känslomässig stabilitet (-.13*) och öppenhet (.12*).

Kandidaternas ålder hade inga samband med prestation på intervju, men det fanns ett svagt samband mellan ålder och testresultat (-.15**). Det fanns inga könsskillnader i testresultaten, men kvinnor tenderade att prestera lite bättre vid intervju. Effektstorleken var dock liten. Meritbedömningen hade svaga positiva samband med ålder (.08**). Samtliga redovisade samband är korrigerade för beskuren spridning och reliabilitetsbrister.

Diskussion

Resultaten i studien stämmer väl överens med den övergripande forskningen om urval (8). Intervjun framstår som den mest träffsäkra källan till information följt av det sammanvägda resultatet för urvalstesten, medan bedömningar baserade på generella erfarenheter verkar mer tveksamma. Samtidigt kan resultaten väcka kontroversiella frågor. Är det verkligen så att erfarenhet inte har högre samband med arbetsprestation? Troligtvis är erfarenhet ett vagt och otydligt begrepp som inte räcker till för att beskriva de kunskaper och färdigheter som är viktigt för en specifik arbetsuppgift. Erfarenheten bedöms ofta genom antalet anställningar eller anställningstid vilken innebär en vaghet som medför både reliabilitets- och validitetsbrister. I detta ljus framstår det mer rimligt att personliga egenskaper, som logisk förmåga och personlighet, helt enkelt verkar förklara mer av den variation som återfinns i arbetsprestationen. Utmaningen hos Arbetsförmedlingen, men även andra organisationer som önskar förbättra sina rekryteringar, är att konkretisera generella erfarenhetskrav och utforma sina kravprofiler mer utifrån de färdigheter och kunskaper som är viktiga för jobbet.



FREDRIK
LINDSTRAND

Så, är det verkligen lätt att rekrytera rätt? Frågan är vilseledande enkel men svaret är komplext. En framgångsrik rekrytering är en sannolikhetsbedömning på basis av många faktorer med ömsesidig påverkan på varandra. Vi kan aldrig förutsäga framtiden med 100 procents tillförlitlighet. Rekrytering kan vara besvärligt i praktiken då den präglas av sociala samspel. Individer bedöms av andra individer utifrån kriterier som är svåra att mäta. Magkänsla medför risker och kognitiva fallgropar lurar bakom varje krön. Att arbeta enhetligt utifrån evidensbaserade metoder och mekaniska beslutsmodeller är en bra början och det ger även en god möjlighet till systematisk uppföljning och förbättring. ●

Fredrik Lindstrand, ST-psykolog och urvalsspecialist på Arbetsförmedlingen.

Referenser

1. The validity and utility of selection methods in personnel psychology: Practical and theoretical implications of 85 years of research findings. Schmidt, F.L. and Hunter, J. E. 1998, *Psychological Bulletin*, 124(2), pp. 262-274.
2. The Validity and Utility of Selection Methods in Personnel Psychology: Practical and Theoretical Implications of 100 Years. Schmidt, F, Oh, I.S and Shaffer, J.A. s.l. : Fox School of Business Research Paper, 2016, (working paper Oct. 17).
3. Stubborn Reliance on Intuition and Subjectivity in Employee Selection. Highhouse, S. 2008, *Industrial and Organizational Psychology*, Vol. 1, pp. 333-342.
4. DO. Rekrytera utan att diskriminera. Vad visar forskning? 2023;5.
5. Arbetsgivarverket. Anställning i staten. Stockholm, Sverige : s.n., 2023.
6. Conceptual frameworks of individual work performance. Koopmans, L., et al. 2011, *Journal of occupational and environmental medicine*, Vol. 53 (8), pp. 856-866.
7. Svensson, C. En liten bok om personalurval. Umeå : Type and tell, 2018.
8. Revisiting meta-analytic estimates of validity in personnel selection: Addressing systematic overcorrection for restriction of range. Sackett, P.R., et al. 2022, *Journal of Applied Psychology*, pp. 2040-2068.
9. A Meta-Analysis of the Relationship Between General Mental Ability and nontask performance. Gonzalez-Mulé, Erik, Mount, Michael K. and Oh, In-Sue. 2014, *Journal of Applied Psychology*, Vol. 99(6), pp. 1222-1243.
10. Kahneman, D. Brus. Det osynliga felet som stör våra bedömningar och vad du kan göra åt det. Stockholm : Volante, 2021.
11. Mårdberg, B. and Carlstedt, L. Grundläggande psykometri. Lund : Studentlitteratur AB, 2019.
12. Kahneman, D. Tänka, snabbt och långsamt. Stockholm : Volante, 2013.
13. Mechanical versus clinical data combination in selection and admissions decisions: a meta-analysis. Kuncel, N.R., et al. 6 98, 2013, *The Journal of Applied Psychology*, 98(6), pp. 1060-1072.

»Realistiska förväntningar på samverkan behövs«

Vårdpersonal är enligt en ny studie generellt positiva till samverkan, men kritik framförs också.

– I stället för att ta tag i problem, såg de en risk att skylla på att det är samverkan som inte fungerar, säger psykologen Linda Richter Sundberg.

Från politiskt håll är tilltron till samverkan hög. I policyer och rekommendationer lyfts den fram som både mål och medel. Med den nya studien ville forskarna ta reda på hur samverkan faktiskt fungerar. En rad yrkesutövare som arbetar med ungas psykiska hälsa har djupintervjuats, däribland psykologer. I deras svar framkommer att ungdomars psykiska mående uppfattas som komplext, och kräver olika kompetenser och färdigheter.

– Socialtjänsten har en viss typ av stöd, elevhälsan en annan, ungdomsmottagningen och psykiatrien har sina delar.

Tillsammans bildar de en orkester. Ett annat syfte är att fördela ansvar och uppgifter, säger Linda Richter Sundberg som står bakom studien från Umeå universitet.

Välfungerande samverkan kännetecknas antingen av att det finns en formell struktur, överenskommen av cheferna. Då blir rollererna mer givna och syftet explicit. Eller av att samverkan drivs av

behov som kommer ur ett enskilt ärende. Men studien visar även att destruktiva processer kan uppstå runt samverkan.

– Samverkan kan bli som en Messias som aldrig kommer. I stället för att våga stanna kvar med ungdomen och ge det stöd som finns, så säger man »bara vi får till samverkan kommer det lösa sig«.

De intervjuade beskriver även att samverkan kan leda till att den ungas perspektiv tappas bort och att organisationernas behov får ta för stort utrymme, till exempel möten som arrangeras för att visa på bristerna i systemet, vilket blir särskilt illa om det sker

framför ögonen på den unga.

– Vi behöver ha realistiska förväntningar på vad samverkan kan bidra med. Det kan inte lösa de resursbrister som finns och det behöver politikerna bli medvetna om.

● Maria Jernberg

Richter Sundberg, L et al. BMC Health Services Research, 2024.



LINDA RICHTER SUNDBERG

BILD: ULRIKA SAHLÉN



SVENSK FORSKNING

PTSD HOS GRAVIDA ÖKAR RISKEN FÖR ADHD HOS BARN

Även om adhd är ärftligt finns också miljöfaktorer som ökar risken för att ett barn utvecklar funktionsvariationen. En registerstudie från Karolinska institutet där 553 766 barn ingått, visar att mammor som diagnosticeras med ptsd strax före eller under graviditeten hade närmare dubbelt så hög risk att få ett barn som senare får diagnosen adhd. Även tidigare studier har funnit ett samband mellan stress hos mamman och adhd hos barnet.

Om fynden från den aktuella studien kan replikeras menar



BILD ISTOCKPHOTO

testet, och drygt tjugo procent svarade fel på alla. Resultaten från studien visar även att en fjärdedel har lås som de tagit för konsumtion, en tredjedel har skulder till släktingar och att nästan hälften har haft ekonomiska problem under det senaste året. Den mentala ohälsan är hög i gruppen som är överbelånad. Forskarna uppmanar politiker att omedelbart uppmärksamma den utbredda risken för att bli överbelånad tidigt i livet.

Samuelsson E et al. *Journal of Financial Literacy and Wellbeing*, 2024.

TEST AV FINANSIELL FÖRMÅGA:

1. Anta att du hade 100 svenska kronor på ett sparkonto och räntan var 2 procent per år. Efter 5 år, hur mycket tror du att du skulle ha på kontot om du lät pengarna växa?
- a) Mer än 102 svenska kr
 - b) Exakt 102 svenska kr
 - c) Mindre än 102 svenska kr
 - d) Vet inte

2. Tänk dig att räntan på ditt sparkonto var 1 procent per år och inflationen var 2 procent per år. Efter 1 år, hur mycket skulle du kunna köpa för pengarna på det här kontot?
- a) Mer än i dag
 - b) Exakt samma
 - c) Mindre än i dag
 - d) Vet inte

3. Är följande påstående sant eller falskt? »Att köpa aktier hos ett enskilt företag ger vanligtvis en säkrare avkastning än en aktiefond.«
- a) Sant
 - b) Falskt
 - c) Vet inte
- Korrekta svar: 1a, 2c, 3b

»Forskarna uppmanar politiker att omedelbart uppmärksamma den utbredda risken för att bli överbelånad tidigt i livet.«

NYKTRA UNGDOMAR HAR FÄRRE VÄNNER

Den psykiska hälsan hos ungdomar som avstår alkohol är likvärdig med den hos ungdomar som dricker. Ingen av grupperna har heller särskilt positiva attityder till alkohol, även om den är mer negativ hos de som spolat kröken. Vad som däremot skiljer sig är att de som är nyktra skaffar färre nya vänner, tillbringar mindre tid med sina kompisar och har färre kontakter på sociala medier. I båda grupperna var nivån av uppförandeproblem låg, men den var högre i gruppen som nyttjar alkohol. Det visar en studie från Göteborgs universitet som följt 195 unga icke-drickare och 406 unga



BILD ISTOCKPHOTO

som dricker, från åk 9 och två år framåt.

Ungdomar som avstår alkohol beskriver dessutom att deras föräldrar har signifikant mer inblick i deras liv, och att de är öppnare mot dem. Forskarna menar att det stämmer väl överens med resultat från tidigare studier om att föräldrars sätt att vara föräldrar påverkar barnens alkoholkonsumtion.

I övrigt är forskarnas slutsats att det främst är psykologisk och social karaktäristika som skiljer de som dricker från dem som inte gör det, och föreslår att en mer introvert personlighet ligger bakom att avstå alkohol. De skriver att introversion kan vara en skyddande faktor från alkoholanvändning under tonåren.

Boson K et al. *International Journal of Adolescence and Youth*, 2024.

OMEDVETNA FÖRDOMAR BESTÅR TROTS TRÄNING

För att minska omedvetna fördomar hos personal har mångfaldsträning blivit alltmer populärt på arbetsplatser. Forskningen bakom det program som används är dock svag och pekar åt olika håll, därför ville en forskare från Stockholms universitet utvärdera en av interventionerna på socialsekreterare i Sverige.

I studien deltog 13 kommuner. Socialsekreterarna valdes ut som yrkesgrupp då dessa antogs vara positiva till att minska sina omedvetna fördomar och engagerade i att hjälpa samhällets mest sårbara medborgare. Målet var att minska omedvetna fördomar om muslimer. Resultaten visar att interventionen ökade deltagarnas kunskap om fördomsfullhet, men att den inte minskade deras faktiska omedvetna fördomar. Forskaren föreslår att träning för att minska omedvetna fördomar rimligen bör sikta mot ökad kunskap i stället för individuell förändring.

Bursell M. *Social Science Information*, 2024.

forskarna att screening och behandling av ptsd hos gravida kan förebygga adhd hos barn. Borgert M et al. *European Psychiatry*, 2024.

UNGAS EKONOMIKUNSKAP NÄSTAN OBEFINTLIG

Ungas skuldsättning och okunskap om ekonomi är till och med större än befarat. Det visar en ny studie från Lunds universitet. Forskarna har låtit 2 057 personer mellan 18 och 29 år svara på frågor om sin ekonomiska situation och psykiska hälsa. De har även fått göra ett kort, grundläggande kunskapstest om ekonomi, vilket används runt om i världen för att mäta finansiell förmåga.

Endast tjugo procent svarade rätt på samtliga tre frågor i

10

år äldre kan du känna dig om du sovit dåligt.

Källa: *Psykologiska institutionen, Stockholms universitet*



»DIAGNOSER ÄR ROBUSTA RISKFAKTORER«

För unga kvinnor är psykiatriska diagnoser en större riskfaktor för att begå våldsbrott än vad den är för män.

– Att begå våldsbrott är mer avvikande för kvinnor och då har de troligtvis en större problematik med mental ohälsa, säger Rebecca Siponen som disputerar i kriminologi i april.

Rebecca Siponens avhandling ingår i ett större projekt vid Örebro universitet om långsiktiga konsekvenser av att ha blivit dömd för brott i unga år. Utifrån samkörning av register har hon undersökt psykiatriska diagnoser som riskfaktor för att bli dömd för brott, råka ut för olyckor, dö i förtid och återfalla i brottslighet.

Hur ser sambandet mellan psykiatriska diagnoser och brott ut?

– Adhd och substansmissbruk är de mest drivande diagnoserna för en ökad risk. Till exempel har personer med endast diagnoserna autism eller intellektuell funktionsnedsättning inte en ökad risk, men har de en samsjuklighet med adhd eller substansmissbruk, är risken förhöjd. Kärnan i den här studien var samsjukligheten mellan diagnoser. Med både adhd och substansmissbruk ökade risken för att begå brott ytterligare.

Vilka andra mönster såg du?

– Sambanden var generellt starkare för vålds-

Efter disputationen ska Rebecca Siponen flytta till Helsingfors och forska på hur det går för barn som har föräldrar som blivit dömda för brott eller som har suttit i fängelse.

brott än ickevåldsbrott. Även depression och ptsd innebar en förhöjd risk. Hos kvinnor med depression var risken två gånger högre att begå våldsbrott, och med ptsd, tre gånger högre, medan den för adhd var femfaldig. För män innebar en adhd-diagnos tre gånger högre risk.

Hur stor andel av dem med adhd begår brott?

– Det är viktigt att lyfta fram att 80 procent av alla unga med psykiatriska diagnoser inte döms för brott. Motsvarande siffra för unga totalt sett är 90 procent. Om vi tittar på specifika diagnoser är det 20 procent av unga med adhd som blivit dömda. Att alla ungdomar som har en psykiatrisk diagnos har en ökad risk för att begå brott – det är fel slutsats.

Är psykiatriska diagnoser ändå användbart för att förstå brottsligheten?

– Mina resultat visar att det är robusta riskfaktorer, men att de inte är de enda utan en del i ett pussel.

Något annat Rebecca Siponen vill lyfta fram är att unga som blivit dömda för brott och fått ett frihetsberövande straff löper elva gånger högre risk att dö före de fyller 35 år än unga vuxna generellt. Även i gruppen som dömts och fått mildare påföljder är risken förhöjd, men här är det framför allt dem som har en psykiatrisk diagnos som har en förhöjd risk.

– Så att arbeta med behandling utifrån deras psykiatriska tillstånd är särskilt viktigt i den senare gruppen.

I avhandlingens sista studie motbevisades din hypotes om psykiatriska diagnosers betydelse?

– Jag undersökte sambandet mellan att återfalla i brott och att själv ha blivit utsatt för våld, och trodde att sambandet skulle vara starkare om personen också hade en psykiatrisk diagnos. Men här fanns ingen skillnad mellan grupperna: Risken att återfalla i brottslighet var högre om personen själv blivit utsatt för våld, oavsett psykiatrisk diagnos eller inte. Att ha varit utsatt för våld är en riskfaktor som särskilt behöver uppmärksammas och behandlas. Ibland har det också varit jobbiga siffror att arbeta med. Medelåldern för när de här personerna blivit utsatta för våld första gången var när de var sex år, och då har jag alltså tittat på våld som kräver läkarvård.

● Maria Jernberg

Rebecca Siponens forskning inbegriper sex diagnoser som är vanliga hos unga:

- Adhd
- Substansmissbruk
- Autism
- Intellektuell funktionsnedsättning
- Depression
- Ptsd



Ericastiftelsens 90-årskonferens

Ericastiftelsen firar 90 år med en konferens på temat Motståndskraft och återhämtning hos barn, unga och deras familjer.

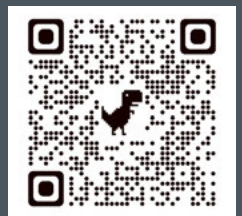
Programmet innehåller några av de mest aktuella och intressanta forskarna och praktikerna på området effektiva insatser för barn, unga och deras familjer.

Talare är bland annat **Marinus van IJzendoorn**, professor i psykologi vid University of London och en av världens mest framstående och erfarna forskare på anknytningsområdet. **Kjerstin Almqvist**, professor i psykologi vid Karlstads Universitet med inriktning på traumatiserade barn. **Gerry Byrne**, psykoterapeut och doktorand vid St Anthony's College i Oxford, presenterar mentaliseringsbaserat arbete med socialt utsatta familjer samt **Karin Lindqvist** och **Jacob Mechler**, legitimerade psykologer och doktorer i klinisk psykologi vid Stockholms universitet, som utvecklat det internetbaserade psykodynamiska behandlingsprogrammet IPDT för ungdomar med depression. Fler talare tillkommer till programmet.

Vi hoppas att du som möter barn och unga i ditt arbete eller är intresserad av frågorna vill fira med oss och ta del av aktuella och praktiskt användbara kunskaper!

Konferensen äger rum den 11 oktober kl. 9-16 i ABF-huset i Stockholm. Mer information via ericastiftelsen.se eller använd QR-koden.

Ericastiftelsen
Behandling, utbildning och forskning



Konferensrapport

VAD Vårmöte för arbets- och organisationspsykologer
ARRANGÖR Nationella föreningen för arbets- och organisationspsykologer
VAR Clarion Hotel, Stockholm
NÄR 8 mars 2024
ANTAL DELTAGARE Cirka 100 psykologer

»Vi har överskattat begåvningsens betydelse«

Anders Sjöberg, docent i psykologi, har omvärderat begåvningsens betydelse för arbetsprestationen.

– Förr rekommenderade jag att väga begåvningen dubbelt så mycket som personligheten. Nu tycker jag att de ska väga lika mycket. Så ser forskningen ut i dag, säger han.

Temat var framtiden för psykologisk testning i arbetslivet, när den nationella föreningen för arbets- och organisationspsykologer höll sitt vårmöte på Clarion Hotel i Stockholm. För att avgöra om en kandidat är lämplig testas både personligheten (enligt femfaktormodellen) och begåvningen med problemlösningar (IQ-tester).

Anders Sjöberg, en av landets ledande experter på dessa tester, förvånade åhörarna genom att presentera en metastudie från förra året, som enligt honom »omkullkastar rätt mycket av det vi hittills vetat«.

– Begåvningsens korrelation med arbetsprestation har sjunkit med nästan 40 procent, säger Anders Sjöberg.

HAN GÖR EN jämförelse med Ipren och huvudvärk.

– Om vi tidigare trodde att Ipren hade en viss påverkan för att lindra huvudvärk, då vet vi nu att denna påverkan bara var ungefär hälften.

Anders Sjöberg har därför landat i att begåvningen inte har starkare korrelation för arbetsinsatsen än personligheten. Den tidigare forsk-



Anders Sjöberg.

ningen, från 1998, signalerade att begåvningen hade dubbelt så stor betydelse som personligheten.

UNDER DEN AVSLUTANDE paneldebatten refererade många till Anders Sjöbergs föreläsning om de nya rönerna. Många var förvånade.

– Kanske blev det mer konkret när jag berättade. Det är bara jag och några nördar till i Sverige som förstår vad den här studien säger. Du behöver egentligen vara utbildad psykometriker och ha följt det här området för att kunna förstå vad den nya studien säger, och det finns en del metodologiska problem kvar att reda ut, säger Anders Sjöberg.

Under den avslutande panel-



Panelen med psykologer och testleverantörer. Psykologen Sara Henrysson Eidvall, längst till höger, var moderator.

debatten ställdes en publikfråga, om huruvida psykologer verkligen ska ägna sig åt den här sortens testningar.

– Legitimerade psykologer kanske inte ska sitta och intervjua eller administrera standardiserade tester, däremot kan de inta en expertfunktion om hur det hela ska gå till, i vilket skede en testning kan göras, om den behöver göras över huvud taget, säger Anders Sjöberg.

● Lennart Kriisa

Fotnot: Anders Sjöberg undervisar på psykologprogrammet vid SU och är delägare i ett företag som säljer tester. För länkar till studierna, läs artikeln på [Psykologtidningen.se](https://www.psykologtidningen.se).

Kan jag slippa patientkontakt?

Fråga: Jag har varit sjuk en längre tid på grund av utmattning och ska snart börja arbeta igen. Min chef har inte kontaktat mig inför min återgång, i stället har jag mejlat och frågat om jag kan slippa patientkontakt och få ett eget rum under tiden som jag trappar upp till heltid. Nu har min chef svarat mig att det inte kommer att vara möjligt, får hen göra så?

Arbetsgivaren är ansvarig för arbetsanpassning och arbetslivsinriktad rehabilitering på arbetsplatsen och ska anpassa arbetet så att du kan utföra dina arbetsuppgifter. Ansvaret syftar till att ge arbetstagare, som på grund av skada eller sjukdom förlorat hela

eller delar av sin arbetsförmåga, bättre förutsättningar att återfå sin arbetsförmåga. Exempel på organisatoriska förändringar som arbetsgivaren kan behöva göra är ändrade arbetstider eller omfördelning av befintliga arbetsuppgifter så att du under återgången inte har arbetsuppgifter som du inte klarar av. Frågor gällande arbetsmiljön på arbetsplatsen och regler om arbetsgivarens och arbetstagarens skyldigheter finns i arbetsmiljölagen med föreskrifter.

För att uppfylla sin rehabiliteringsskyldighet ska arbetsgivaren i samråd med dig undersöka

orsaken till arbetsförmågan, gå igenom vilka egna förslag till anpassning och/eller rehabiliteringsåtgärder som du har och upprätta en rehabiliteringsplan, samt kommunicera denna till Försäkringskassan.

I ditt fall verkar inte chefen över huvud taget intresserad av att hjälpa till i rehabiliteringsprocessen och så får det givetvis inte gå till. Arbetsgivaren har sitt rehabiliteringsansvar och om arbetsgivaren har försummat sin rehabiliteringsskyldighet och sedan säger upp dig kan uppsägningen ogiltigförklaras.

Försäkringskassan kan dock numera anmäla företag som inte uppfyller sina rehabiliteringsplik-

ter till Arbetsmiljöverket. Myndigheten kan då bland annat utfärda vite, skadestånd, sanktionsavgift eller böter. Din chef behöver boka in ett rehabiliteringsmöte med dig för att tillsammans med dig planera din återgång i arbetet.

Om du önskar fackligt stöd så kan du kontakta din psykologförening om sådan finns, annars kan du ringa eller mejla till rådgivningen på radgivningen@psykologforbundet.se så kan vi ge rådgivning och stöd.

/ Malin Semb Hennings, ombudsman



MALIN SEMB
HENNINGSS



FREDRIK ENGD AHL

Fråga: Jag har nyligen avslutat min PTP och skrev då på ett nytt kontrakt som psykolog i samma kommun som jag gjorde min PTP hos. Jag har arbetat en månad som legitimerad psykolog och har nu fått ett erbjudande om ett annat arbete, hos en annan arbetsgivare. Jag undrar hur lång uppsägningstid jag egentligen har? Är det en eller tre månader? Jag har ju bara jobbat en månad som legitimerad psykolog efter min PTP.

Tack för din fråga, för att ta reda på vilken uppsägningstid du har behöver man titta i gällande kollektivavtal, för dig som arbetar inom kommun är det Allmänna bestämmelser (AB) som gäller. Du som är anställd tills vidare och som vid uppsägningstidpunkten har varit sammanhängande anställd hos arbetsgivaren i minst 12 månader, har en uppsägningstid på tre månader. Din PTP-tjänstgöringstid räknas in i den sammanhängande anställningstiden hos arbetsgivaren när det gäller att avgöra vilken uppsägningstid du ska ha. Det finns inget som hindrar att du och din arbetsgivare kommer överens om en kortare uppsägningstid, om verksamheten tillåter. Har du semester kvar som du inte har hunnit ta ut kan du höra med din arbetsgivare om det finns möjlighet att lägga ut den under din uppsägningstid.

/ Fredrik Engdahl, förhandlingschef

HAR DU EN FRÅGA?

Mejla! redaktionen@psykologtidningen.se

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

Låt universiteten ta över specialistutbildningen

För att säkerställa en jämlik utbildning borde universiteten vara en tänkbar kandidat till att överta utbildningsansvaret för specialistutbildningen när Sveriges Psykologförbund i framtiden lämnar över utbildningsansvaret till annan aktör.

För att vara behörig att ansöka till specialistutbildningen för psykologer krävs att den sökande är legitimerad psykolog och verksam inom den valda specialiteten. Under specialistutbildningen skall, förutom andra obligatoriska lärmoment, specialiststudenten läsa sex specialistkurser à 7,5 högskolepoäng/kurs. Det är Sveriges Psykologförbund som ansvarar för specialistutbildningen för psykologer, men specialistkurserna kan ges av både universitet och privata utbildningsaktörer. Således finns en konkurrenssituation om studenterna mellan universiteten och de privata utbildningsaktörerna. Kurserna som ges av universiteten är avgiftsfria, medan privata utbildningsaktörer tar en avgift på cirka 20 000 kr per kurs. Vissa av universitetens specialistkurser bär sig inte ekonomiskt på grund av för lågt söktryck då konkurrensen om studenterna är hård.

DAGENS SPECIALISTUTBILDNING för psykologer kan ses som ojämlig. Det ojämliga består av att det endast är studenter som är anställda av en generös arbetsgivare – eller som har egna medel – som har råd och möjlighet att genomföra de kurser som är behä-

tade med en kursavgift. Förutom en kostnad för avgiftsbelagda kurser tillkommer en administrationskostnad för antagning och behörighetsutfärdande på 4 000 för medlem i Psykologförbundet och 16 000 exkl moms för icke medlem i Psykologförbundet. Kostnader för specialistkollegium (27 000-33 000 exkl moms) och introduktionskurs (17 500 exkl moms) tillkommer. Det finns studenter som ur egen ficka bekostar sin utbildning. Det är dock inte alla psykologer som har råd med en sådan utbildningskostnad och därmed avstår från att specialistutbilda sig.

SVERIGES PSYKOLOGFÖRBUND har som mål att Socialstyrelsen ska ta över ansvaret för utfärdandet av specialistbeviset. Som tidigare nämnts har Sveriges Psykologförbund ambitionen att lämna över ansvaret för specialistutbildningen till annan utbildningsarrangör som regionerna och/eller universiteten. Fördelen om regionerna tar över huvudmannaskapet för alla specialinriktningar, eller för enbart de mer kliniska specialistutbildningarna, är att utbildningen blir kliniskt förankrad och studenten kan praktisera sina kunskaper i verksamheten. Detta är en viktig aspekt då kritiken mot vissa universitets-/privatdrivna kurser är att de inte är tillräckligt kliniskt/praktiskt förankrade. Riskerna om exempelvis regionerna tar över utbildningsansvaret är att endast de psykologer som arbetar inom en viss region ges tillträde till utbildningen, och att regionerna



ANN-SOPHIE
LINDQVIST
BAGGE



MALIN
HILDEBRAND
KARLÉN

endast kommer driva utbildning inom de specialinriktningar som regionerna har nytta av. Även om den utbildningsansvariga regionen öppnar upp utbildningsplatser för icke-regionsanställda psykologer, så kommer dessa platser troligen vara behäftade med en utbildningsavgift då det inte är rimligt att regionerna skall stå för utbildningskostnader för samtliga psykologer som önskar specialistutbilda sig.

UNIVERSITETEN BORDE således vara en tänkbar kandidat till att överta huvudutbildningsansvaret för att säkerställa en jämlik specialistutbildning för alla psykologer som önskar specialistutbilda sig i Sverige. Med fördel skulle universiteten kunna organisera specialistkurser/specialistutbildning i samarbete med andra utbildningsaktörer, till exempel regionerna, i syfte att göra utbildningen så praktiskt tillämpbar som möjligt. Universiteten är statligt finansierade och besitter gedigen erfarenhet av att bedriva utbildning och forskning. Därmed inte sagt att regionerna inte besitter kunskap och erfarenhet inom dessa områden. Men den huvudsakliga vinsten med universitetens huvudansvar är emellertid att specialistutbildningen skulle ha sin organisatoriska grund i en myndighet som har utbildning och forskning som huvudsakligt samhällsuppdrag och som inte skulle gynna vissa specialinriktningar på grund av lokal verksamhetsnytta. Att lösa situationen med medelvägen, ett delat huvudmannaskap

mellan exempelvis regioner, universitet och andra aktörer, vore dock problematisk. Ett delat ansvar leder ofta till oklar ansvarsfördelning. Det skulle således bli svårt att ställa en utbildningsanordnare till svars om utbildningen inte skulle hålla god kvalitet.

DET SKALL INTE förbises att det finns ett flertal administrativa och ekonomiska svårigheter kopplade till ett sådant utbildningsansvar för universiteten. Många specialistinriktningar har för få studenter för att utbildningen skall vara ekonomiskt bärbar och alla studenter kan inte följa en standardiserad studieplan utan läser de olika utbildningsmomenten vid olika tidpunkter som passar dem i relation till deras arbete. Men om universiteten tar över ansvaret för specialistutbildningen så innebär det trots allt att alla psykologer i Sverige skulle ges möjlighet att specialistutbilda sig oavsett anställningsform eller privatekonomi.

ETT STORT TACK skall ges till Sveriges Psykologförbund för initiativet och det stora arbete som har krävts för att starta specialistutbildning för psykologer. Det råder ingen tvekan om att förbundet utgått från psykologprofessionens bästa när de startade denna utbildning. Men vi ber nu Sveriges Psykologförbund att fortsätta arbeta utifrån psykologprofessionens bästa och arbeta för att universiteten skall överta utbildningsansvaret för specialistutbildningen i syfte att säkerställa en framtida jämlik och rättvis utbildning för alla psykologer som önskar specialistutbilda sig i framtiden. ●

Ann-Sophie Lindqvist Bagge, leg psykolog, specialist i psykologisk behandling/psykoterapi, specialist i missbruks- och beroendepsykologi, docent i psykologi.

Malin Hildebrand Karlén, leg psykolog, specialist i forensisk psykologi, specialist i missbruks- och beroendepsykologi, docent i psykologi.

PSYKOLOGFÖRBUNDET SVARAR:

»Arbetsgivarna behöver se behovet«

Det är glädjande att det finns ett så stort engagemang för specialistutbildningen och dess framtida utformning. Vi är helt eniga med undertecknarna om betydelsen av att säkerställa en jämlik specialistutbildning för psykologer av hög kvalitet och som ger verksamhetsnytta. För att ta reda på hur detta kan möjliggöras skapades 2023, på initiativ av Psykologförbundet, ett samverkansråd med representanter från regioner, universitet, förbundsstyrelsen och förbundets kansli. Samverkansrådets uppdrag är att bereda förslag kring ett förändrat huvudmannaskap för psykologers specialistutbildning, genom att ta fram förslag på styrning, kvalitetskontroll samt ramar för och innehåll i utbildningen. Psykologförbundets samlade bedömning är att specialistutbildningar bör vara förankrade i både universitet och regioner – där uni-

»Psykologförbundets samlade bedömning är att specialistutbildningar bör vara förankrade i både universitet och regioner.«

versiteten ansvarar för kvalitetssäkring utifrån forskning och regionerna har fokus på verksamhetsnyttan. Vi menar att om inte arbetsgivarna ser behovet i verksamheterna kommer de heller inte att inrätta specialisttjänster.

Samverkansrådet är ett viktigt steg på vägen mot en mer jämlik specialistutbildning. Förbundets långsiktiga mål är en nationell

reglering av utbildningen där en myndighet – förslagsvis Socialstyrelsen – reglerar specialiteter, tar fram målbeskrivningar och utdelar specialistbevis. Regionerna ansvarar för att tillsätta utbildningstjänster och specialisttjänster. Även denna modell bygger på en aktiv samverkan med universitet som är kursgivare och ansvarar för den akademiska kvalitetssäkringen. Men detta spår gäller främst för de kliniska specialiteterna. För andra kan det vara mer relevant med universiteten som huvudman.

ATT DET, SOM undertecknarna menar, skulle bli mer jämlikt utifrån ekonomiska incitament om universiteten ensam ansvarar för utbildningen, då ingen behöver vara beroende av sina arbetsgivare, håller vi inte med om. Av de i dag cirka 2 500 som går specialistutbildningen får i stort sett samtliga utbildningen betald av sina arbetsgivare. »Socialstyrelsemodellen« skulle också innebära en reglering om särskilda specialistutbildningstjänster där psykologen är anställd och får hela sin utbildning betald.

Vi välkomnar synpunkter och uppmuntrar alla som vill bidra i utformandet av specialistutbildningen att exempelvis gå med i det av universiteten skapade nätverket som arbetar med universitetens framtida roll och utveckling av specialistutbildningen. ●

Kristina Taylor, ordförande
Psykologförbundet

Ulrika Eskner Skoger, utbildningschef
Psykologförbundet

Tillitsbaserad styrning är ett av våra mål

Den 28 april är det världsarbetsmiljödagen. FN:s fackorgan för arbetslivsfrågor, ILO-kommittén, började 2003 att uppmärksamma dagen för att understryka betydelsen av ett förebyggande arbetsmiljöarbete.

En viktig roll i arbetet med en säker och hälsosam arbetsmiljö för alla anställda på en arbetsplats är skyddsombuden, vars uppgift är att företräda och skydda arbetstagarnas intressen när det kommer till arbetsmiljöfrågor.

Den svenska arbetsmiljölagstiftningen bygger på att arbetsgivaren ansvarar för arbetsmiljön och samverkar med sina arbetstagare för att åstadkomma en bra arbetsmiljö. Enligt arbetsmiljölagen ska det finnas ett skyddsombud på alla arbetsplatser som har minst fem anställda.



PSYKOLOGFÖRBUNDET JOBBAR för att fler psykologer ska vilja bli skyddsombud. Den svenska arbetsmarknaden har uppenbarligen många utmaningar när det kommer till arbetsmiljö: det går inte en dag utan att brister i olika branscher, verksamheter och för olika yrkesgrupper uppmärksammas, såväl av olika slags media som på arbetsplatser och i de fackliga organisationerna.

Ett aktuellt exempel är en kartläggning om akademikers arbetsmiljö som Saco nyligen genomfört, som bland annat visar att nästan hälften av akademikerna upplever sitt arbete som psykiskt påfrestande, vilket är en högre siffra än för övriga sysselsatta. En slutsats Saco drar är att välfärdens orga-

nisering och styrning måste förbättras, så att medarbetarna får handlingsutrymme att ägna sig åt kärnverksamheten.

DET SOM FRAMKOMMER i Sacos kartläggning känner vi väl igen från Psykologförbundets medlemsrådgivning och i andra kontakter med medlemmar och psykologföreningar. Tillitsbaserad styrning som ger mer utrymme för psykologer att använda sin kompetens är också ett av Psykologförbundets strategiska mål.

Just nu arbetar förbundsstyrelsen och kansliet med att ta fram mer konkreta mål för psykologers arbetsmiljö, som vi vill använda i förbundets påverkansarbete och för att utveckla stödet till medlemmar, föreningar och fackliga förtroendevalda. Låter det viktigt? Välkommen att vara med!


Kristina Taylor, ordförande



Förbundsnytt

Nytt poddsamtal

PSYKOLOGPODDEN. Lyssna på Sven Bölte, psykolog, specialist inom neuropsykologi och professor inom barn- och ungdomspsykiatrisk vetenskap, berätta om stöd och behandling som rör människor med npf, och om betydelsen av att implementera forskning till nytta för målgruppen. Psykologpodden görs av Psykologförbundet och går att höra på: Spotify, Apple podcasts, Google podcasts och Podspace.

Nytt remissvar

POLITIK. Psykologförbundet ställer sig helt bakom utredningens uppdrag (*Rätt förutsättningar för sjukskrivning, SOU 2023:48*) att föreslå åtgärder för en mer effektiv och ändamålsenlig sjukskrivningsprocess, eftersom många patienter hamnar mellan stolarna. I remissvaret framför förbundet vikten av att analysera samarbetet mellan professioner inom hälso- och sjukvården. Förbundet lyfter även att psykologen är den profes-

sion med högst kompetens att bedöma psykopatologi och funktionsnivå, så det är viktigt att säkra att psykolog finns vid både bedömning och behandling av patienter som lider av psykisk ohälsa.

Nya regler för specialistutbildningen

UTBILDNING. Utifrån styrelsens inriktningsbeslut (2022) är specialistutbildningen under förändring. Med ett ökat samarbete med lärosäten och regioner skapas gemensamma riktlinjer för att tydliggöra verksamhetsnytta och relevans för psykologers specialisering, samtidigt pågår arbetet med sikte på nationell reglering. Nu införs nya regler. För antagna efter den 15 april 2024 gäller reglerna direkt, för dig som går utbildningen börjar de gälla 15 april 2025.

Vi fortsätter växa!

12 613

antalet medlemmar i Psykologförbundet, mars 2024.

www.psykologforbundet.se • post@psykologforbundet.se



PSYKOLOGFÖRBUNDET
 Psykologer i förskola och skola
 PSIFOS

bjuder in till
 PSIFOS kompetensdagar 2024!

Läs mer och anmäl dig på
www.psifos.se

Jönköping
18-20
september

Psykolog

TIDNINGEN

Ges ut av Sveriges Psykologförbund.

REDAKTIONEN

Chefredaktör och ansvarig utgivare:

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

Vetenskapsredaktör och reporter:

Maria Jernberg, tel 0704-82 2117
maria.jernberg@psykologtidningen.se

Medverkande i detta nummer:

Erik Abel, Alexander Donka, Amanda Lindgren,
Celia Svedhem (celia.svedhem@gmail.com), Anna Wahlgren
(anna@scribenda.se), Susanne Walström

Redaktionsrådet:

Gerhard Andersson, professor i klinisk psykologi vid Linköpings universitet och KI.
Jenny Klefbom, psykolog och författare.
Tobias Lundgren, psykolog och enhetschef vid Kompetenscentrum för psykoterapi.
Sara Henrysson Eidvall, specialist i arbets- och organisationspsykologi.
Johanna Juhlin, studeranderådets representant.

[facebook.com/psykologtidningen](https://www.facebook.com/psykologtidningen) [#psykologtidningen](https://www.instagram.com/psykologtidningen)
[@psykologtidning](https://www.linkedin.com/company/psykologtidningen) [Psykologtidningenx](https://www.linkedin.com/company/psykologtidningen)

Postadress: Nytorosg 17A,
116 22 Stockholm

e-post: redaktionen@
psykologtidningen.se
www.psykologtidningen.se
ISSN 0280-9702.

Annonser: Newsfactory

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

Textannonser:
Madeleine Nordberg,
kontaktuppgifter se ovan

Grafisk form:

Birgersson & Co
Anders Birgersson
Markus Edin
Åse Bengtsson Helin

Korrektur:
Mats Wirström

Omslag:
Amanda Lindgren

Prenumerationer och adressändringar:

Vasabyrån
Tel 08-567 064 30
medlemsregistret@
psykologforbundet.se

Pris: 815 kr inkl moms helår,
8 nr 2024.

Utrikes 930 kr.

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

Psykologtidningen på nätet:

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

TS-kontrollerad upplaga
12 000 ex 2018.

Medlem av Sveriges
Tidskrifter.

Tryck:
Norra Skåne Offset



PRESSTOPP FÖR NOTISER

Nummer	4/2024
Utgivning	Vecka 23*
Manusstopp	2 maj

*Utdelningen startar onsdag 5 juni och majoriteten får tidningen senast tisdag 11 juni. Pdf på tidningen finns på sajten från onsdag 5 juni

Här hittar du alla som arbetar inom Sveriges Psykologförbund

Kontakt

■ Rådgivning

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

■ Specialistutbildningen

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

■ Medlemsregistret

08-567 064 30
medlemsregistret@psykologforbundet.se

Kansli

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

■ **Besöksadress:** Vasagatan 48

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

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

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

■ **Plusgiro:** 373267-4

■ **Bankgiro:** 767-2066

Direktnummer till personalen

■ Ledning

Ulrika Edwinson, 08-567 064 02,
förbundsdirektör.

Mahlin Levin, 08-567 064 07,
förbundssekreterare.

■ Kommunikation

Helena Faxgård, 0709-67 64 73,
kommunikationschef.

Emily Storm, redaktör för Psykologiguiden.

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

■ Yrkesavdelningen

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

Fredrik Engdahl, 08-567 064 05,
förhandlingschef.

Martin Björklind, 08-567 064 11,
professionsstrateg.

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

Per Johansson, 08-567 064 59,
utredare.

Thomas Tholin, 08-567 064 10,
ombudsman.

Malin Semb Hennings, 08-567 064 08,
ombudsman.

■ 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.

Anders Ordqvist, 1:a vice ordförande.

Isabel Khouré, 2:a vice ordförande.

Kristofer Værnmark, ledamot.

Andreas Karlsson, ledamot.

Carl Jenseg, ledamot.

Eva Lindmark Marko, ledamot.

Petter Tunlind, ledamot.

Maja Straht, ledamot.

Josef Neib, ledamot.

Johanna Juhlin, studerandedamot.

Tobias Skagersten, studerandedamot.

Valberedningen

Anders Wahlberg, ordförande.

Etikrådet

Patrik Lind, ordförande.

Linda Richter Sundberg, vice ordförande.

Åsa Prestby-Magnusson, ledamot.

Bo Hejlskov Elvén, ledamot.

Joel Rutschman, ledamot.

Anita Wäster, ledamot.

Företagarrådet

Maria Åkerlund, ordförande.

Johannes Engh, vice ordförande.

Christian Fahlén, ledamot.

Kerstin Grudén, ledamot.

Lars Karlsson, ledamot.

Specialistrådet

Sara Henrysson Eidvall, ordförande.

Maria Marinopoulou, vice ordförande.

Donny Bergsten, vice ordförande.

Studeranderådet

Tobias Skagersten, ordförande.

Johanna Juhlin, vice ordförande.

Vetenskapliga rådet

Kjerstin Almqvist, ordförande.

Hanna Ginner Hau, vice ordförande.

Rolf Holmqvist, vice ordförande.

IHPU - psykologutbildarna AB

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

Eva Haglund, 08-567 064 09,
administration IHPU.

Psykologföretagarna

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

STP - stiftelsen för tillämpad psykologi

Box 3287, 103 65 Stockholm

Johnny Helligren, 0705-93 56 00.



ANNONSERA I

Psykolog

TIDNINGEN

Annonskontakt: Newsfactory

Madeleine Nordberg

Tel: 08-505 738 15

MARKNADSANNONSER

■ TERAPIRUM UTHYRES MÅNDAGAR OCH FREDAGAR, STOCKHOLM

Trivsamt, etablerad och centralt belägen mottagning vid Östermalmstorg. Förmånlig hyra.

För information och visning kontakta Eva-Maria Larsson
eva-maria@psykoterapeuta.se 070-722 63 71

■ TERAPIRUM UTHYRES TORSDAGAR OCH FREDAGAR, STOCKHOLM

Trivsamt rum i Hälsans hus på Fjällgatan med enastående utsikt över Stockholms inlopp. Två trappor utan hiss. 4180 kronor/månad. Tillträde enligt ök.

För information och visning: per.naroskin@gmail.com

Marknadsannonser

MARKNADSANNONS + E-TIDNING: 950 kr.

Rubrik samt fyra rader text.

KURSANNONSER & PLATSANNONSER

Ansök nu till hösten 2024 Stockholm & Göteborg

- Psykoterapeutprogrammet 90 hp
- Handledarutbildning i psykoterapi - **nu på distans!**
- Grundkurs i affektfokuserad PDT
- KBT - Grundutbildning i kognitiv beteendeterapi

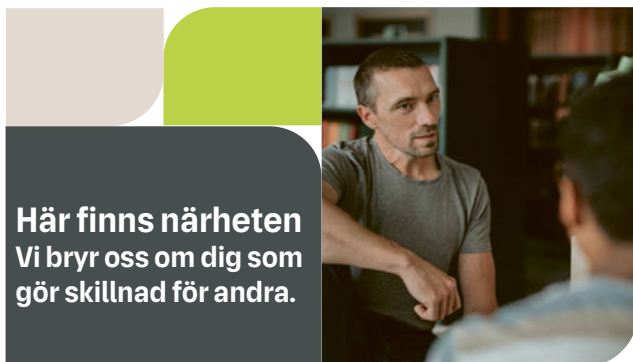
Scanna koden för alla utbildningar på www.sapu.se



Varmt
välkommen!

HÖGSKOLAN
sapu





Här finns närheten
Vi bryr oss om dig som
gör skillnad för andra.

PTP-tjänster

På vårdcentral, barn- och ungdomspsykiatri, psykiatri, habilitering och somatik

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

Välkommen med din ansökan!

Annonser finner du på www.arbetsformedlingen.se eller www.vgregion.se/jobb under perioden 2024-04-15 till 2024-04-31.

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



HÖGSKOLAN
sapu

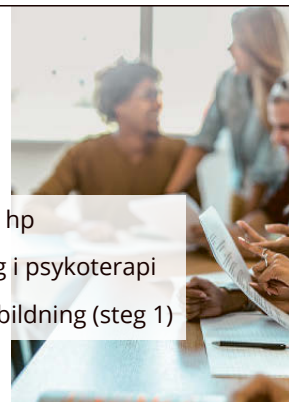
Stockholm & Göteborg

Psykoterapeutprogrammet 90 hp

Handledar- och lärarutbildning i psykoterapi

Grundläggande psykoterapiutbildning (steg 1)

Alla utbildningar på sapu.se



GÖTEBORGS PSYKOTERAPI INSTITUT

GRUNDAT 1974

Utbildningar med start HT 2024

Göteborg, Stockholm och Malmö:

Grundläggande utbildning (Steg 1) i psykodynamisk teori och praktik

Göteborg:

Handledar- och lärarutbildning på psykodynamisk grund

Symtomfokuserad korttidsterapiutbildning

www.gpsi.se 031-711 97 51

Personalhandledning och konsultationsmetodik

Kursen vänder sig till dig som är legitimerad psykolog och vill fördjupa din kunskap inom personalhandledning och konsultationsmetodik. Det är en ackrediterad specialistkurs och kan tillgodoräknas som två fördjupningskurser i Psykologförbudets specialistordning.

Sista ansökningsdag är 5 juli.

Kursstart: september 2024

Ytterligare information om kursen, kostnad och ansökningsformulär finns på:
www.psychology.su.se/uppdraagsutbildning



Stockholms
universitet

Uppdragsutbildning
Psykologiska institutionen



Qbtech 

Objektiv testning för adhd när du behöver det med QbCheck

QbCheck är den flexibla lösningen för testning vid adhd.

Vårt FDA-godkända objektiva test är:

- Lämpligt för användning både på mottagning och distans
- Utformat både för utredande testning och uppföljning av behandling
- Inkluderar en digital skattningsskala för en tydligare bild av patientens symtom

**Upptäck varför kliniker över
hela världen använder QbCheck
som stöd i sina adhd-utredningar
genom att besöka vår hemsida:**



FDA
Cleared

qbtech.com