

Psykolog

Ges ut av Sveriges Psykologförbund

TIDNINGEN
#7 2024

NYHETER

Vårdbolag
uppmanar:
medicinera
eleverna

ETIKRÅDET

Hur ska vi
hantera de
påstridiga
föräldrarna?

FORSKNING

Patienter
med låg
begåvning
inom
psykiatrin

9

BÖCKER OM
RÖRELSETVÅNG,
IDENTITETER
OCH SELEKTIV
MUTISM

»Nyckeln
är att agera
tidigt«

KRISTINA LOFTSSON
OM BARNEN SOM DRÅS
IN I GÄNGEN

För dig som möter föräldrar



Provläs böckerna på nok.se/foraldraskap

»Att vara närvarande i nuet hjälper till att återuppbygga hjärnans funktioner.«
Sidan 12



Innehåll #7 2024



22

Intro > 4

Psykologer i media och psykologen som arbetar med sexuallösbrytare.

Nyheter > 8

Psykologer i primärvården skippa behandlingspaketen och satsar på relationen.

Psykologer i krig > 12

TEMA. Kriget rasar i Ukraina och psykologerna har fått nya arbetsuppgifter.

Utblick > 20

Klimatångest är inte vad vi trott, konstaterar forskare.

Beskyddaren > 22

MÖTET. Kristina Loftsson har hittat en metod som ska hindra barnen från att bli rekryterade av gängen.

Nytt i tryck > 28

Celia Svedhem recenserar *På tå*, som vänder sig till föräldrar med tonårsdöttrar.

Forskaren > 38

Två tredjedelar av psykopatienterna har begränsad effekt av mediciner. I en ny avhandling prövas behandling med act.

Konferensrapport > 39

Ericastiftelsen fyllde 90 år och bjöd in internationella forskare.

»När vi har träffat dem ett par gånger i gruppen ser vi vilka problem som är mer flexibla.«



>20

Pressen att ta ställning

KANSKE RÅDER NU vapenvila för Gaza. Kanske fortsätter bomberna att falla, även över Libanon, där befolkningarna jagas från hörn till hörn.

Utvecklingen har varit förfärlig.

Den israeliska inställningen tror jag bäst kan förklaras med ett citat från den tidigare premiärministern Golda Meir. »När araberna lägger ned vapnen blir det fred, när israelerna lägger ned vapnen upphör Israel att existera.« Förmodligen gäller den inställningen mer än någonsin. Varje känsla av säkerhet sveptes bort med massakern den 7 oktober. Och säkerhet är som bekant det viktigaste för en människa, efter vatten, mat och tak över huvudet.

I Gaza råder brist på allt detta. Och frågan upp-repas, dag efter dag; hur många dödade civila i Gaza kan rättfärdigas?

»Nya världskonflikter kommer att uppstå, med nya krav på att ta ställning.«

I SVERIGE HAR det mest handlat om att ta ställning för den ena eller andra sidan. Inget konstigt med det. Vem förmår vända bort blicken från det ofattbara lidandet?

Psykologförbundet har pressats av medlemmar att kräva ett stopp

för Israels bombningar. I annat fall lämnar vi förbundet, säger den sidan. I så fall lämnar vi förbundet, säger den andra, fast inte så det hörs.

Nya världskonflikter kommer att uppstå, med nya krav på Psykologförbundet att ta ställning. Liknande krav har ställts på tidigare förbundsledningar. Inom kåren finns ett brinnande engagemang mot orättvisor.

VI SKRIVER INTE om Gaza i det här numret. Israel tillåter inte utländska journalister att resa in i området. Vi skriver i stället om Ukraina. Du kan läsa ett reportage om hur psykologer i Ukraina har fått en ny tillvaro. Som att hjälpa soldater med amputerade armar och ben att vilja leva vidare. Den insatsen är enkel att hylla.


Chefredaktör
lennart.kriisa@psykologtidningen.se



Me after a long day of instilling hope in my clients

BILD: MEMES FÖR PSYKOLOGER

INSÄNDARE

Vår erfarenhet är positiv

Som specialistpsykologer inom Bup Skåne är vår erfarenhet av psykolog-assistenter positiv. Det var tråkigt att läsa att en psykologassistent fått arbetsuppgifter som var alltför komplicerade. Vi hoppas att det har lyfts med handledare och enhetschef. Inom Bup Skåne finns riktlinjer för psykologassistenters arbetsuppgifter och vilket stöd de ska få. Målet är att allt arbete vägleds av våra evidensbaserade riktlinjer för utredning och behandling.

/Matti Cervin, psykolog och docent
Martin Hassler Hallstedt, psykolog och fil.dr
Irina Landin, psykolog och doktorand
Pia Tallberg, psykolog och med.dr

CHEFREDAKTÖR LENNART KRIISA KOMMENTERAR: Fenomenet med psykologassistenten inom Bup behöver fortsatt granskas. Det handlar om mer än en enstaka kritisk röst.

Hör av er!

Mejla till: redaktionen @psykologtidningen.se
Vi förbehåller oss rätten att redigera insänt material.

KRIISAS TIPS

Klokt om tvång

PODD. Jag gillar verkligen Barnpsykiatripodden med psykologerna Anna Rosengren och Alexandra



Söderström, särskilt avsnittet *Varför kan Malin inte sluta*

tvätta händerna. Men vem är jag, en vuxen bland alla andra? Jag lät därför en ungdom, med erfarenhet från OCD-mottagning, att lyssna och omdömet löd: »Det här avsnittet borde alla föräldrar lyssna på, de behöver förstå att det är OCD:n som styr barnet, inte tvärtom.«

TV. Hur kan två bröder kallblodigt skjuta sina föräldrar? Är de psykopater? Många utgick från det, eftersom bröderna satte sprätt på familjens förmögenhet efter mordet. Men allt är inte som det synes vara och en svajig psykolog fick en nyckelroll till att bröderna dömdes för mord. Netflix dramadokumentär, *Monster: Berättelsen om Lyle och Erik Menendez*, har lett till att bröderna troligen får lämna fängelset, efter 35 år bakom galler.

Stafetten: Anna Kullman om #6 2024

Jag oroas över att läsa om utvecklingen inom regioner som använder psykologassistenter i brist på legitimerad personal. Det är ett utnyttjande av erfarenhetstörstande arbetskraft. I stället borde lönerna höjas så att det är möjligt att rekrytera de psykologer som behövs.

Att vara psykolog-assistent är egentligen en fantastisk möjlighet. Denna möjlighet fanns inte när jag läste på psykologprogrammet, då kunde man i bästa fall få jobba som skötare för att få erfarenhet inom psykiatri. Jag har varit handledare för flera psykologassistenter genom åren. För mig har det varit ett viktigt uppdrag att hjälpa till att lotsa studenten in i yrket. Assistenterna har även gjort att jag tvingas tänka till och utvecklas som psykolog. Behövs det kanske ännu tydligare riktlinjer för att värna om våra framtida kollegor?

Avslutningsvis är det fint att läsa om den psykolog som gläds så åt sitt yrke, och gillar psykologernas kåranda, något jag alltid har gjort. Jag är stolt över min kår och mitt yrke!



Psykologtidningen #6 2024

Anna Kullman arbetar som PLA på We Mind i Lund som PLA och driver det egna företaget ANJO Consulting. Hon lämnar över stafettpippen till Ingrid Tonning-Olsson.

»Viktigt att ta paus mellan varje samtal«

Hur kommer det sig att du sökte din första tjänst som psykolog på Skogome, Sveriges största anstalt för sexualbrottslingar?

– Det lockade mig att få jobba med problematik kring sexuella avvikelser och att hjälpa klienter att förstå och hantera dessa för att minska risken för återfall i brott.

Hur ser din arbetsdag ut nu?

– Mitt uppdrag har ändrats till att omfatta alla tio anstalter som ingår i Region Väst. Nu har jag mitt kontor i Frivårdens lokaler i centrala Göteborg men reser runt till anstalter från Halmstad till Mariestad där jag arbetar med psykologisk behandling och neuropsykiatriska utredningar. Jag planerar mina dagar själv. På tisdagar är jag på Skogome och har möten och patientsamtal. Fredagar är jag på Sagsjön, en anstalt enbart för kvinnor.

Vanligaste samtalsämnena?

– Kriminalvårdens patienter har en väldigt komplex psykiatrisk problematik men återkommande teman är känsloreglering och impuls kontroll. Vi pratar om varför man hamnat här och att se sitt eget ansvar.

Svåraste utmaningen?

– Sjukvårdslag och fängelselag går inte alltid ihop. Det kan vara en svår balansgång mellan behandling och att upprätthålla säkerhet. Vi ser ibland behov som inte kan tillgodoses på anstalten. Ibland förväntas vi delge information som vi inte kan.

Hur återhämtar du dig?

– För mig är det viktigt att ta paus mellan varje patientsamtal och att prata mycket med kollegor. Utanför jobbet är det att umgås med familjen och att vistas i naturen. Jag gillar dofterna och sinnesstämningen i skogen, det hjälper mig att balansera mig själv.

Dagens höjdpunkt?

– När jag märker att jag påverkat klienten på ett positivt sätt. När hen för första gången inser någon nytt hos sig själv och får hopp om förändring. De stunderna motiverar mig att fortsätta arbeta.

NAMN: Shakila Farahmand.

ÅLDER: 37 år.

JOBBS: Psykolog på Kriminalvårdens anstalter i Region Väst.

TIDIGARE ARBETSLIV: Har jobbat som behandlingsassistent. »Det hjälper mig nu att jag kan socialtjänstlagen och vet vilka insatser samhället har att erbjuda«.



»Vill vi verkligen att en algoritm ska fatta beslut om oss själva, våra barn eller nära och kära, när den har fel i minst 50 procent av fallen.«

Den amerikanska psykologen **LISA FELDMAN BARRETT** varnar för AI som tolkar känslor (*Framtiden med Hannah Fry - känslolösa datorer* på SVT Play).



BILD AFTONBLADET

»Konsekvensen av det kan ju vara att man inte får rätt behandling och därmed lever ut det här sexuella intresset mot barn.«

KATARINA GÖRTS ÖBERG, psykolog och sektionschef på Anova, om att Dumpens pedofiljägare samarbetar med företaget Impulskollen, som påstår sig ge psykologhjälp till pedofiler men som enligt Aftonbladets granskning inte har några psykologer (Aftonbladet).

BILD SARAH SAVERSTAM

»Medarbetargrupper som är blandade, både vad gäller ålder och kön, har färre konflikter och är mer harmoniska.«

PER-NICKLAS OLOFSSON, psykolog och organisationskonsult på Avonova, om att arbetsgivare behöver en strategi för att behålla sina äldre medarbetare (Arbetsliv).



CHRISTOPH JENNER:

»Det är svårt att förstå hur det kan vara så utmanande att få arbeta med ett yrke som det är sån brist på. Att vara borta från arbetslivet som psykolog i över tre år är inte bara orimligt, utan också frustrerande när man älskar sitt yrke och vill bidra till samhället.«

Psykologen Christoph Jenner, 37, flyttade till Sverige från Tyskland för två år sedan och har, trots svensk psykologlegitimation, förgäves sökt hundra jobb som psykolog (*Nya Vermlands-Tidningen*).

SIRI HELLE:

»Redan i dag ser vi att internetbaserad terapi kan vara lika verksam vid vissa tillstånd, kanske till och med bättre, just för att vi mänskliga psykologer har en tendens att vilja vara till lags, då kan det bli så att man plockar bort övningar i behandlingen som är jobbigast men också mest verksamma.«

Siri Helle tror att AI-psykologer har en framtid (*SR P1 Kropp & Sjä, Artificiell intelligens – är mänskliga relationer utbytbara*).

MARIA GRUNDEL:

»Hon behöver förstå kopplingen till varför hon reagerar, men också få en ny erfarenhet.

Behandling med prolonged exposure är krävande, eftersom vi ber klienten att göra något den inte vill, att möta det som de är extremt rädda för.«

Psykologen Maria Grundel behandlar kvinnan som av en läkare hölls instängd i en bunker (*Bunkerkvinnan, Viaplay*).





Kulturkollen: Fotobok

Tysta gester i bild

På framsidan av boken *En ovikt samling* finns ett foto med en hög av sängkläder. Så läggs allt till rätta. Täcket stoppas in i påslakanet, underlakanet sträcks ut, det blir alldeles slätt. Den sista bilden i boken visar en kvinna som bär bort högen. Den ska till tvätten och allting börjar om.

Psykologen och fotografen Maria Sandgren kallar det för »de eviga och tysta gesterna av omsorg som kvinnor visar andra«.

– Det är sysslor som är underskattade. Tänk att bädda en säng där någon varje kväll ska lägga sig ner och vila eller att diska och sätta in porسلinet på en hylla sedan är det någon som tar ut och äter en smör-

gås och kanske ställer assietten i diskmaskinen eller låter den stå kvar. Alla små sysslor som upprätthåller ett liv.

MARIA SANDGREN började fotografera när hennes mamma drabbades av en svår hjärnblödning och kom till ett vårdhem med torftig miljö.

– Vi var hänvisade till hennes rum.

Samtalsämnen tryter efter ett tag och jag funderade på vad vi skulle göra på dagarna. Så kom jag att tänka på att vi kunde

fotografera varandra och min mamma sa oftast ja till saker. När jag fotade henne såg jag att hon visste precis vad det handlade om. Hon satt framför mig log och tittade in i kameran.



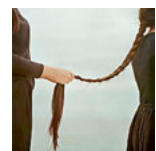
När Maria Sandgren går ut med sin kamera är det inte planlöst, hon har hon en idé om vad hon vill. Sedan utforskar hon motivbilder, kompositioner, färger, närhet och distans.

– Jag är i en liten värld som jag ännu inte vet hur den kommer se ut på bild. Det är mycket spännande att hålla saker öppna, det kan man inte som psykolog. I terapin har man hela tiden en riktning som är att klienten ska komma till rätta med någonting och få det bättre. Gör även män sådana här gester?

– De gör det men en majoritet görs av kvinnor. Jag tänker också på tröttheten hos kvinnor när de inte orkar längre, det dåliga samvetet. Förväntan är stark på kvinnor.

● Maria Jernberg

Maria Sandgren tipsar om tre fotografer



©HODA AFSHAR

Hoda Afshar

För bilderna på kvinnor och deras flätor.



©LISA SORGINI

Lisa Sorgini

För bilderna av barn och mammor.



©CARRIE MAE WEEMS

Carrie Mae Weems

För bilderna av vad som händer vid köksbordet.

NYA TRENDEN INOM PRIMÄRVÅRDEN:

Relation i stället för manual

Psykologer inom primärvården överger diagnoser och manualer för relationen. Organisationen har de med sig.

– Om vi psykologer vill jobba kvar i primärvården behöver vi hitta ett sätt som passar in, säger Mattias Myrälff.

Text: Maria Jernberg

Runt om i landet prövar primärvårdspsykologer nya arbetssätt som stämmer bättre med premisserna i primärvården. Brist på tid är en ständigt närvarande faktor samtidigt som inga sökande kan nekas. Vården ska vara personcentrerad, uppdraget är att lära känna patienterna.

– Målet är inte att bli klar med en behandling, utvärdera och avsluta, utan att följa patienterna genom livet, säger psykologen Mattias Myrälff.

Han har arbetat i primärvården i Uppsala i 15 år och varit med och utvecklat psykologrollen på Capio och Melivas vårdcentraler.

– Vi har inga färdiga behandlingspaket, i stället tar vi en session i taget.

Hos Capio och Meliva tillåter ekonomin i snitt tre till fyra samtal per patient och år.

– Vi arbetar differentierat, allt från ett till tio samtal, och försöker prioritera rätt patienter.

Under sina år har Mattias Myrälff

handlett 26 PTP-psykologer. Han betonar vikten av att de träffar många patienter, lär sig hantverket terapi ordentligt, och får förståelse för psykologens roll i primärvården.

– **Kbt var ursprungligen** en individinriktad metod som bygger på humanism. Den rct-anpassade kbt som sedan utvecklats har tappat viktiga kvaliteter. Hos oss utgår vi från en individuell beteendeanalys och skraddarsyr efter de grundläggande teorierna.

Diagnos ställer psykologerna när patienten gått. Mattias Myrälff säger att det är i enighet med Socialstyrelsens riktlinjer.



MATTIAS MYRÄLFF



THOR BENGTTSSON



SOFIA LU

– I grund och botten är diagnosen tänkt som en statistisk klassificering av vad arbetet handlat om.

På Laröds vårdcentral i Helsingborg är psykologen Thor Bengtsson och hans kollegor inne på samma spår. De har startat en drop in-grupp för psykisk hälsa.


– Vi vill hjälpa folk så snabbt som möjligt, inte pressa in dem i långa behandlingsspar som ofta har väntetid.

Innehållet är act-baserat. Deltagarna får lära sig att uppmärksamma vilka strategier de brukar fastna i, som känslomässigt undvikande och repetitiva tankar, och växla om till vad som är viktigt för dem.

– Om en person kommer till vårdcentralen och vi märker att hen skulle vara hjälpt av psykologiska verktyg, hänvisar vi till drop in-gruppen.

På ett rullande schema där tre tillfällen hålls av psykolog och ett fjärde av fysioterapeut, kan patienterna

»Målet är inte att bli klar med en behandling, utvärdera och avsluta, utan att följa patienterna genom livet.«



»När vi har träffat dem ett par gånger i gruppen ser vi vilka problem som är mer flexibla och vilka som är oflexibla, och hur vi kan gå vidare.«

tema delta i den ordning det faller sig. Drop in-modellen valdes för att undgå administrationstider.

– På så vis slipper vi hantera bokningar och uteblivande, och vi behöver inte fundera på om vi ska vänta tio minuter på någon eller inte.

Under gruppträffarna lär de också känna personerna bättre. Att under ett vanligt bedömningssamtal komma åt hur folk tar sig an sina problem och löser dem när de går hem och tänker, är inte alltid möjligt enligt Thor Bengtsson.

– Men när vi har träffat dem ett par gånger i gruppen ser vi vilka problem som är mer flexibla och vilka som är oflexibla, och hur vi kan gå vidare. Vi vet mer än om vi bara mött dem vid ett tillfälle och gjort skattningsskalor.

Sofia Lu är psykolog på Familjeläkarna och sekreterare i Nationell förening för primärvårdspsykologer. Hon betonar också vikten av ett föränd-

rat arbetssätt, och ser efter åtta år i primärvården att mycket redan har hänt.

– Psykologen har blivit integrerad. Då satt vi i en egen del av mottagningen och arbetade utifrån internermissor, nu är vi som vem som helst på vårdcentralen.

Trösklarna till deras insatser har blivit låga. Läkarna och övriga vårdpersonal kan boka direkt i deras scheman.

– De vet exakt vad vi gör, vilket underlättar när de ska boka patienter till oss.

För att få kunskap om varandras

2 000

Ungefärligt antal psykologer inom primärvården fördelade på cirka 1 200 vårdcentraler.

Källa: Nationell förening för primärvårdspsykologer

PSYKOLOGTILLGÅNG INOM PRIMÄRVÅRDEN

Lagstiftning om psykologtillgång saknas på nationell nivå. På regional nivå finns olika direktiv. I Region Uppsala finns till exempel »krav på tillgång till psykolog«, men detta ställer inte krav på att psykologen ska vara på plats eller hur många procent den ska arbeta.

arbeten har de medsittning för all ny personal.

– Att se oss jobba är oerhört mycket mer lärorikt än att vi berättar om det. De får se hur vi hanterar en person som söker för ångest och vad vi säger. De lär sig vilka ord vi använder och får uppleva att det inte är något konstigt.

Mattias Myrälff på Capio och Meliva jämför arbetet på en vårdcentral med att spela i ett fotbollslag.

– För att bli ett skickligt lag måste vi öva mycket och spela ihop oss. Hur märker vi då att vi är ett bra lag – jo, i relation till våra patienter, att vi skapar band till dem, att de kommer och säger att de är nöjda. Och det är något som inte självklart går att mäta. Ett personligt möte med en patient som får en snabb tid, det är vad som kommer göra skillnad. ●



BILD ISTOCKPHOTO

VÅRDBOLAGET:

»Problemen försvinner som genom ett trolleri«

Företaget Psykiatrispecialisterna vänder sig direkt till skolor med uppmaningen att de sparar flera hundratusen om de skickar elever på en privat adhd-utredning.

– De har extremt mycket att vinna på det här, säger David Grönte, psykiater och ägare.

Text: Maria Jernberg

Psykiatrispecialisterna säljer digitala adhd-utredningar och riktar sig till både barn och vuxna. Hittills har 1 700 utredningar genomförts. De marknadsför sig även mot skolor. Någon enstaka har än så länge näppat.

– Hela tanken är att i femtio procent av fallen försvinner problemen som ett trolleri om barnet får medicin. Men det är två års väntan för att komma till utredning på Bup och då behövs det kanske en heltidsassistent under tiden. Om skolan i stället köper en utredning och en medicininsättning, kan de vinna en miljon på att inte anställa en resurs, säger David Grönte.

Verena Åhlin, chefsöverläkare på Bup i Linköping, är kritisk till



DAVID GRÖNTE



VERENA ÅHLIN

Psykiatrispecialisterna. Hon har tipsat Ivo om att företaget genomför utredningar helt digitalt.

– Särskilt yngre barn är svåra att bedöma utan att ha varit i samma rum. En kroppslig undersökning ska ingå men också bedömning av psykisk status, det tänker jag är svårt på små barn digitalt.

Hon är mycket tveksam till hur företaget marknadsför sig mot skolor.

»Om skolan i stället köper en utredning och en medicininsättning, kan de vinna en miljon på att inte anställa en resurs.«

– Bara för att barnet får ett läkemedel betyder det inte att skolan börjar fungera av sig själv. Medicinerna ska ges tillsammans med andra insatser, säger Verena Åhlin.

Fram till mars i år hade Bup i Linköping fått in nio remisser från Psykiatrispecialisterna med förfrågan att följa upp barns medicinering. Verena Åhlin menar att det insända underlaget varit bristfälligt och mottagningen har därför ändrat sina rutiner.

– Nu dubbelkollar vi alltid att allt finns med.

Verena Åhlin har också noterat att differentialdiagnostiska överväganden saknats och att samtliga utredningar har gjorts av David Grönte själv, som är vuxenpsykiater.

– De har genomförts utan barnkompetens.

David Grönte berättar att alla utredningar numera görs av två barn- och ungdomspsykiatriker. Det digitala formatet kommer att fortsätta och fungerar bra, enligt honom.

– Vi använder begåvningsstestet CTF-20-R som är validerat digitalt. Dessutom samlar vi in så mycket information innan själva utredningen att det bara är de med en tydlig adhd-problematik som går vidare. Övriga säger vi nej till.

Prislappen för en utredning ligger på 35 000 kronor, för insättning av medicin tillkommer 4 995 kronor. Psykiatrispecialisterna erbjuder utredningar på avbetalning och hänvisar då till företaget Medical Finance.

– Väntetiden till Bup är två år. Vid medelsvår adhd är det relativt ofta som föräldrarna beviljas vårdnadsbidrag, så de förlorar inte pengar på att låna till en utredning.

Berättar ni det för föräldrar?

– Vi kan aldrig lova någonting men vi säger att det vid den här graden av funktionsnedsättning är vanligt att man blir beviljad vårdnadsbidrag. ●



Bemötande

Två överläkare avstängda

Den ena överläkaren tipsade en patient om att hänga sig. Den andra överläkaren förklarade att en inlagd patient var en belastning för samhället och hotade med bältning i 24 timmar när patienten blev förtvivlad. Nu är båda läkarna avstängda, efter radioprogrammet *Kalibers* granskning.

Mathias Alvidius, psykolog och verksamhetschef inom psykiatri på Sahlgrenska, säger till *Kaliber* att han behöver reflektera över om han har fortsatt förtroende för de två läkarna. /LK

Fotnot: Längre version på [Psykologtidningen.se](https://www.svt.se/psykologtidningen)

Bidrag

De unga får pengarna

När Forte presenterade sina bidrag för 2024 var det framförallt de juniora psykologforskarna på Karolinska institutet som beviljades medel: Oskar Flygare för ett projekt om stödjande meddelande vid suicidprevention, Olivia Ojala för ett om självskadebeteende och Daniel Rautio för projektet »Överraskningar som förklaring till förbättring vid psykologisk behandling av dysmorfofobi«. De får alla cirka 3,7 miljoner.

Även de juniora forskarna och psykologerna Charlotte Gentili på Region Stockholm och Mårten Hammarlund vid Stockholms universitet

tilldelas ett så kallat etableringsbidrag.

Ett projektbidrag på nära fem miljoner kronor får psykologen och lektorn Elisabet Rondung vid Mittuniversitet för att undersöka en intervention för att minska ptsd efter en traumatisk förlösning. /MJ

Fotnot: Fler psykologer än här uppräknade kan ha beviljats bidrag.

SBU

Både DBT och MBT hjälper

SBU:s systematiska genomgång av 53 publikationer visar att både dialektisk beteendeterapi och mentaliseringsbaserad terapi är bättre än annan strukturerad vård för personer med emotionellt instabilt personlighetssyndrom. Behandlingarna har positiva effekter på flera av de mer allvarliga symtomen.

I ICD-11 kommer diagnosen byta namn till Borderline personlighetssyndrom, vilket redan är benämningen i DSM-5. /MJ

Utredning

Uppsökande stöd efter suicid

Samhället behöver utreda och dra lärdomar efter begångna självmord, särskilt då det rör sig om barn. Den slutsatsen dras i Suicidanalysutredningen som presenterades av regeringen. Utredningen pekar även på att stödet till efterlevande bör stärkas. Det bör vara uppsökande och likvärdigt över landet. /MJ

Rapport

Unga om vad de behöver

Folkhälsomyndigheten har i en kvalitativ studie med 33 unga i åldrarna 16-25 år undersökt vad de behöver för att främja sin psykiska hälsa. Svaren handlade om rimliga krav och förväntningar på sig själva och livet i stort. De behöver också mötas av förståelse och respekt när de inte mår bra och de behöver någon som lyssnar. /LK



3

FRÅGOR TILL WILHELM BEHRMAN

... psykolog och manusförfattare till SVT-serien »Parterapi i Gagnef«.

När kom du på den här idén?

– För tio år sedan. Då hade jag ett lunchsamtal med en kollega och vi skojade om hur det skulle bli om man var med om något sådant här. Men det tog lång tid att sälja in idén till ett produktionsbolag, romantiska komedier är svåra att sälja in.

Serien handlar om parterapeuten Nisse som flyttar till Gagnef. Är Nisse en elak parterapeut, som i den norska tv-serien *Dag*?

– Inte alls, Nisse är motsatsen. Han är mycket snäll och empatisk. Jag har sett *Dag* och den var kul, men det här är något annat, en romantisk komedi helt enkelt. Jag har inte sett många komedier om psykologer. Nu går i och för sig tv-serien *Shrinking*, men den driver med patienter, inte med psykologer.

Du jobbar själv som parterapeut, hur mycket patientmaterial finns i serien?

– Inget alls, den bygger bara på fantasi. Jag hoppas att tittarna, även psykologerna, ska tycka att den är rolig. Jag skriver nu på ytterligare en romantisk komedi, men även på en true crime och en spionserie. Utöver det jobbar jag 30 procent som psykolog.

• Lennart Kriisa

Fotnot: Parterapi i Gagnef börjar spelas in i november med Joel Spira i huvudrollen och får premiär i SVT under 2025. Wilhelm Behrman har tidigare skrivit manus till bland annat tv-serien *Kalifat*.

-601

Så många miljoner ligger Region Östergötland back efter augusti 2024, vilket kan jämföras med minus 924 miljoner kronor augusti 2023. Den främsta förklaringen är att kostnader för personal minskar. Källa: Region Östergötland

Tema: Ukraina

Träningsal för patienter
med proteser på Superhumans
rehabiliteringscenter
utanför Lviv.



Psykkolo



Kriget har förändrat tillvaron för de ukrainska psykologerna. En del är flyktingar i Sverige, och försöker klara kraven för en svensk psykologlegitimation. Andra är kvar i Ukraina, och stöttar soldater som förlorat armar och ben vid fronten.

ger i krig

Tufft psykologarbete med krigsskadade

Det sägs att svåra tider skapar stora människor. Som sedan utför stordåd. Ett exempel kan vara ett nystartat rehabiliteringscenter, Superhumans utanför Lviv, i västra Ukraina.

Text och foto: Tadeusz Rawa

Ar 2022 började en grupp entusiaster och specialister planera för ett rehabiliteringscenter för krigsskadade soldater. I april 2023 startade Superhumans Center, beläget i Vynnyki, utanför Lviv, i västra Ukraina. Allt finanseras med bidrag från fonder, företag, organisationer och privatpersoner. Det första stora beloppet, som möjliggjorde starten, kom från Howard G. Buffet Foundation.

Utanför centret syns soldater med olika nivåer av amputerade armar och ben. En del går med hjälp av proteser, andra med kryckkäppar, ytterligare några förflyttar sig i rullstolar. De är ensamma eller i små grupper, omgivna av besökande vänner och familjemedlemmar.

Roman Lishchuk, psykiatriker och psykoterapeut på centret, möter upp utanför ingången.

– Vi har renoverat en tom byggnad tillhörande ett sjukhus här i Vynnyki och vi fortsätter att successivt utöka med fler våningar, berättar han.

Han säger att han två gånger känt sig så utbränd av arbetet att han fick ta ledigt. Men varje gång kom han tillbaka.

Inne i byggnaden är allt blänkande nytt och modernt. Här vårdas krigsskadade ukrainska soldater som behöver proteser efter att förlorat ben och armar i kriget. Här utförs även operationer, till exempel rekonstruktioner av ansikten. Och naturligtvis rehabilitering.

– Alla behandlingar sker enligt det brittiska NICE-protokollet, påpekar Roman Lishchuk.

Psykologen Svitlana Kutsenko har varit på Superhumans Center sedan start.

– Ibland kommer skadade soldater till oss nästan direkt från fronten, berättar hon.

»Ibland kommer skadade soldater till oss nästan direkt från fronten.«



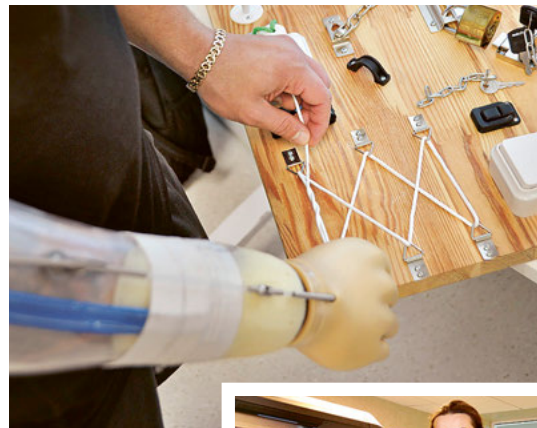
ROMAN LISHCHUK

Psykiska trauman är vanliga, som ångest, depression, sömnstörningar, gråt, häftiga humörsvingningar och starka reaktioner på höga ljud och buller.

Förändrade familjerelationer är också påfrestande. Den starke, självständige mannen som skulle ta hand om sin familj, barnen, kanske gamla föräldrar, kommer själv att vara beroende av andras hjälp.

– Den aspekten kan stärka motivationen till arbete och träning. De vill återförenas med sin familj stående och gående, säger Svitlana Kutsenko.

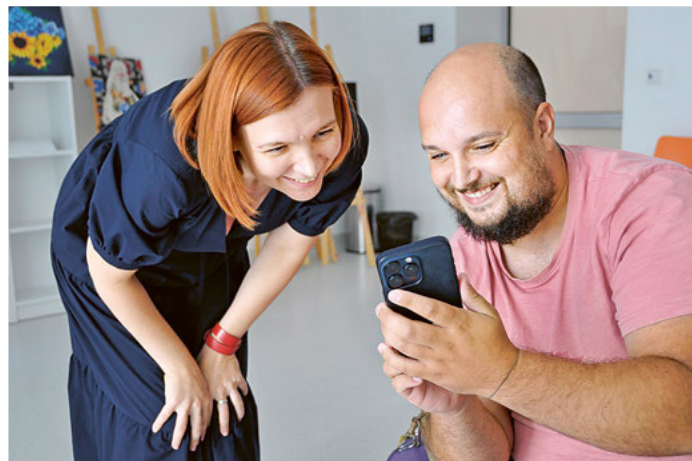
I ett rum för konstterapi, med tavlor på väggarna målade av soldater, möter vi Oleksandr. Han har varit yrkesmilitär i tolv år, är ingenjör och specialist på underhåll av militära helikoptrar. En explosion av en rysk X59-raket tog hans högra ben. Efter flera operationer lyckades han behålla en benstump, så pass lång att en protes blev möjlig. Han har varit på Superhumans sedan mitten av juli och tränar för att lära sig att gå med protesen.



Arbetssterapi – med en arm och en protes.



Arkadij Bohdan vid en toppmodern 3D-press där proteser tillverkas.



Svitlana Kutsenkos hjälp har varit ovärderlig för Oleksandr.

Trots det svåra läget utstrålar han glädje och optimism.

– Min första tanke efter explosionen, innan jag förlorade medvetandet, var: jag har inget ben. Den andra tanken var: fan, nu blir det till att sadla om till en automatbil. Och jag gillar inte automatbilar, skrattar Oleksandr.

– Jag tänker inte så mycket på det som hänt. Jag har inga mardrömmar och ser på framtiden med viss optimism.

Hans fru Anna berättar om sina skuld känslor. Varför hon inte hade ringt honom. Då skulle Oleksandr

»Jag tänker inte så mycket på det som hänt. Jag har inga mardrömmar och ser på framtiden med viss optimism.«

kanske ha gått bort från platsen där raketerna slog ner.

– Jag har fått mycket hjälp av Svitlana. Flera gånger tvingade hon mig nästan att gråta. Jag kan hjälpa min man att komma tillbaka till livet, berättar Anna.

Att berätta för de båda döttrarna, 9 och 15 år, att pappa var skadad och hade förlorat ett ben, blev en tung uppgift. Även här var Svitlana till en ovärderlig hjälp.

– Den äldre dottern tog det ganska bra. Den yngre grät lite. Men till slut var det viktigast för dem att pappa kommer hem, säger Anna.

Svitlana Kutsenko berättar om sina fyra olika fokus som psykolog. Att de skadade ska återfå psykologisk och känslomässig trygghet. Att bygga upp sina jag, skapa en »jag kan-attityd«. Att åter känna sig som



Protesverkstaden på Superhumans Center.



Krystyna Skitsko, psykolog.

en del av gemenskapen, av samhället. Vilket leder till den fjärde aspekten – att återta kontrollen över sina liv.

Hon berättar att hela personalen, från läkare till städare och receptionister, försöker skapa en sorts hem- och gemenskapskänsla för soldaterna.

Hur tar hon då hand om sig själv, för att inte kollapsa, inte bli utbränd?

– För mig är det enkla saker – att ta en kopp kaffe, att prata med vänner och bekanta om annat än jobbet. Att ta ledigt en dag och vara

»Just musik och konst stimulerar läkningen i hjärnan där våra patienter ofta har större eller mindre kognitiva skador.«

ute i naturen. Äta något gott, få massage, säger Svitlana.

– Jag har också en psykolog som är min handledare och hon hjälper mig mycket.

Även Krystyna Skitsko arbetar som psykolog vid centret. Hon har en femårig utbildning i psykologi och psykoterapi bakom sig.

– Direkt efter examen visste jag att jag ville arbeta med militärer. Min man är yrkesmilitär och är nu vid fronten. Tack vare honom kan jag ganska mycket om det militära, vilket är till en stor hjälp i kontakter med både militärer och deras familjer här.

På Superhumans erbjuds ett brett spektrum av olika terapier.

– Vi har yoga, konstterapi, musikerterapi. Just musik och konst stimulerar läkningen i hjärnan där våra patienter ofta har större eller mindre kognitiva skador, säger Romans Lishchuk.

Ibland får patienterna besöka konserter inne i Lviv. De får även stöd i att söka jobb.

– Vi håller kontakten med alla som varit här. Åtta av våra före detta

SUPERHUMANS CENTER

START: April 2023.

ANTAL ANSTÄLLDA: 240, varav hälften i medicinska och terapeutiska yrken.

ANTAL PATIENTER: Hittills har 600 patienter fått proteser och medföljande rehabilitering. 200 operationer har utförts.

VERKSAMHET: Operationer, tillverkning av proteser, fysisk, psykologisk, social rehabilitering.
FINANSERING: Enbart med bidrag från fonder företag, organisationer och privata personer.
ANTAL PSYKOLOGER OCH PSYKOTERAPEUTER: 3.

patienter deltog i den internationella tävlingen Invictus Games för människor med funktionsnedsättning och två är med i det ukrainska landslaget i ampfboll, tillägger han.

Med stolthet berättar han också att en grupp soldater med proteser från Superhumans klättrade upp till en bergstopp på 1 586 meter i Karpaterna.

Inne i Lvivs gamla stadskärna verkar livet pulsera som vanligt. Utecaféerna är fullsatta, familjer flanerar över torget och i de smala grändarna. När flyglarm tjuter skyndar ingen längre till skyddsrummen. Men härom veckan slog en rysk raket ner i ett flervåningshus i centrala Lviv och dödade en kvinna och hennes två tonårsdöttrar. ●

Volontärt i väntan på legitimation

På Socialstyrelsen har ansökningarna om bedömning av ukrainska psykologutbildningar ökat kraftigt efter krigsutbrottet. Men det tar flera år att få en svensk legitimation.

– Ett slöseri med kompetens, anser psykologen Lina Anyshchenko från Ukraina.

Text: Marika Sivertsson

Runt om i Sverige kämpar psykologer från Ukraina med att få en svensk psykologlegitimation. Flera beskriver processen som alltför trög.

– Med mindre byråkrati skulle vi i stället kunna få anställning inom vården. Vi behövs, säger Lina Anyshchenko.

Hon berättar om de ukrainska flyktingarna i Sverige, många av dem barn, som är i behov av psykologiskt stöd. Den svenska vården har inte resurser att möta behoven. I stället är det ukrainska psykologer, själva flyktingar, som står för stödet.

– De ukrainska psykologerna bär en stor börda. De behöver samtidigt söka jobb eller arbeta för sin försörjning, och strävar med sin anpassning till Sverige, säger Lina Anyshchenko.

Ett av kraven för en svensk psykologlegitimation är svenska på nivå C1, avancerad svenska. Lina Anysh-



LIUBOV SOKOL



LINA ANYSHCHENKO

chenko räknar med att det kommer att ta sex år för henne att nå upp till samtliga krav.

– Min första strategi är att lära mig svenska.

Att klara nivå C1 kommer att ta mig tre-fyra år.

Lina Anyshchenko har en bakgrund som forskare. Hon har skrivit flera böcker, och varit ordförande för Association of body-oriented psychologists i Ukraina.

Under femton år drev hon en egen praktik i hemstaden Chernihiv.

I Sverige vill hon arbeta inom hälso- och sjukvården, alternativt fortsätta den akademiska karriär hon tvingades avbryta vid krigsutbrottet. Hon arbetade då på en avhandling om digitalt föräldraskap. Doktorerandet är uppskjutet, men genom nätverket Scholars at risk fick hon förra året en tillfällig anställning vid Luleå tekniska universitet.

– Nu är den anställningen avslutad. Jag fortsätter min privata verksamhet i Ukraina online, samtidigt som jag som volontär hjälper ukrainska flyktingar i Sverige.

Även Liubov Sokol arbetar volontärt. Månaden efter krigsutbrottet kom hon till Sverige med man och

fyra barn. Parallellt med det ideella arbetet söker hon nu medel för att fortsätta sin forskningskarriär.

Den svenska legitimationen är

fortfarande inte i sikte. Det är främst språket det hänger på, hon är nu på nivå D efter SFI-studier.

– Till skillnad från flera andra yrken finns det inte ett språkprogram för utländska psykologer. Jag har dessutom mest pratat engelska, eftersom

jag arbetat med forskning i ett internationellt team på Stockholms universitet.

Att stanna inom akademien känns för henne som den bästa lösningen.

– Vi behöver försörja oss, särskilt om vi kommit med familj, så vi använder våra andra utbildningar för att hitta arbeten. Många psykologer har två utbildningar, exempelvis är en barnpsykolog ofta även pedagog, berättar Liubov Sokol.

Men framtiden är oviss. Att stanna i Sverige är inte en självklarhet.

– Många fortsätter att utbilda sig online med inriktning på traumabehandling. Vi förstår att vi behöver ny kunskap den dag vi kan återvända till Ukraina, säger Liubov Sokol. ●

ÖKNING AV ANSÖKNINGAR OM VALIDERING

Socialstyrelsen har efter krigsutbrottet sett en ökning av ansökningar om validering av ukrainska psykologutbildningar. Ansökningarna registreras inte efter nationalitet, antalet är därför okänt.

Varje ansökan bedöms individuellt i fråga om utbildningens längd, nivå och innehåll. För att få godkänt på en granskning behöver utbildningen motsvara den svenska psykologutbildningen.

Själva granskningen tar upp till tre månader. Efter ett godkänt beslut behöver den sökande göra PTP under ett år, samma praktiska tjänstgöring som för svenska psykologer. Till kraven för legitimation hör också en författningskurs som tar två månader på heltid.



»Som ett glas vatten i öknen«

I Kiev väntar Bohdan Ostroushenko på besked om han kan åka tillbaka till fronten. Han har nyss kommit tillbaka från Sverige, där han deltagit i ett unikt projekt för sjukvårdspersonal i kriget.

Text: Marika Sivertsson Foto: Mykola Kulina/Repower NGO

Små metallbitar sitter kvar i handen och huvudet, och den svåra hjärnskakningen tar tid att läka. Men Bohdan Ostroushenko har återhämtat sig efter de skador han fick vid en rysk artilleriattack strax söder om Donetsk. Han är stridande sjukvårdare, och på väg ut till fronten igen.

Nyss fick han lindring i naturen vid Höga kusten, besök med konstterapi på Artipelag i Stockholm, och hjälp med mental och fysisk återhämtning av ukrainska psykologer. Han har svårt att

förklara den skillnad det gjorde för honom.

– Det var som ett glas vatten i öknen, livet kom tillbaka. I krig förlorar man kontakten med sin själ. Man blir död inombords, allt man gör är mekaniskt. Ingen bryr sig om hur du känner dig, ditt förband och situationen ni befinner er i, är hela din värld.

Projektet Repower genomförde i september sitt unika program för sjätte gången i Sverige, med närmare femtio läkare och sjukvårdare som

kommit direkt från kriget. Hittills har omkring sjuhundra läkare och sjukvårdare deltagit.

I ett nötskal består Repower av sju idealister som hämtar ut medicinsk personal från striderna. Deltagarna får rehabilitering och verktyg för att hantera traumatiska situationer, och åker efter tolv dagar tillbaka till kriget. Tio psykologer från en ukrainsk frivilligorganisation arbetar med Repower i varje enskilt projekt.

Psykologerna kommer från rehabiliteringscenter i Ukraina, med stor erfarenhet av att arbeta med veteraner. Att rehabilitera medicinsk personal och skicka dem tillbaka är något annat, som kräver andra metoder.

– Den smärta och förlust som de här personerna har upplevt innebär att kropp och psyke stänger ned, säger psykologen Kateryna Serdiuk som var med och grundade Repower.

Då, i december 2022 i Stockholm, erbjöd Repower

Bohdan Ostroushenko kände sig död inombords.



BILD PRIVAT



Bergsklättring är en av aktiviteterna under återhämtningen.



REPOWER

Repower grundades informellt av ett fåtal personer. Den största utmaningen är brist på långsiktig finansiering. Bidrag från privatpersoner i Ukraina står idag för den största delen. Projektet genomförs också med hjälp av sponsorer för de olika aktiviteterna i de länder de genomförs. Vistelsen i Kramfors har Folke Bernadotteakademien stått för, som den största sponsorn i Sverige under septembervistelsen.

vila. I dag har programmet utvecklats till att återuppbygga normala kroppsliga och mentala funktioner, och att förebygga nya mentala skador.

– Vi startade snabbt före- och eftermätningar på resiliens, grad av utbrändhet, ptsd, självmordstankar och självmordsbeteende. Efter det andra projektet insåg vi att vi behövde ha en holistisk metod, som innefattade både det kroppsliga och det mentala.

Varje dag inleds med mindfulness-övningar samt övningar i neuroplasticitet. Kateryna Serdiuk förklarar:

– Hjärnan är utsatt för stress men också av chockvågor från sprängningar. Det påverkar sådant som minne, humör och sömn. Deltagarna behöver hjälp att återuppbygga neurologiska kopplingar.

Förmiddagarna är vikta till övningar och föreläsningar med psykologerna. Deltagarna får lära sig mer om biologin bakom ångest, hur stress påverkar kroppen – kunskaper som hjälper dem att förebygga skada när de återigen utsätts för svåra och konstanta påfrestningar.

Eftermiddagarna är lättsamma. Projektet i september var baserat i Kramfors, med Höga kustens alla möjligheter.

– Att vara närvarande i nuet hjälper till att återuppbygga hjärnans funktioner – bra aktiviteter som är till exempel klättring, vandring, och surfboard. Det är viktigt att ha roligt också, att få vara i ett normalt liv.

När kvällen kommer är det reflektionstid. Indelade i grupper ledda av psykologer får deltagarna dela sina känslor och erfarenheter. Den som känner sig redo för enskilda samtal får det.

– Kontakten fortsätter också. När deltagarna kommer tillbaka till

»Att förstå hur de ukrainska sjukvårdarna mår och drabbas av den situationen de är i, är viktigt för vårt totalförsvaret.«

kriget har de möjlighet att ta kontakt med en psykolog från projektet, så länge som de behöver det.

Deltagarna har under projektet också fått utbyta erfarenheter med medicinsk personal på Karolinska sjukhuset och på Akademiska sjukhuset i Uppsala.

– I krig hinner vi inte försöka förstå hur vi ska kunna arbeta bättre medicinskt. Det professionella utbytet var mycket viktigt för mig, säger Bohdan Ostroushenko.

Jonas Zimmerman, läkare som arbetar med forskning och utbildning på Sahlgrenska sjukhuset, är engagerad i Repower och bidrar bland annat med att ordna sådana möten. Han konstaterar att det finns mycket att lära av deltagarna i Repower.

– Att förstå hur de ukrainska sjukvårdarna mår och drabbas av den situationen de är i, är viktigt för vårt totalförsvaret. Men också hur de arbetar, vad som är svårigheter och flaskhalsar, och hur vi bättre kan stötta och ge rätt typ av support till Ukraina i våra länder. ●

USA

SEXUELLA ÖVERTRAMP PÅ PSYKEDELISKA RETREATER

> Forskare vid universitet i Buffalo, USA, kartlägger negativa erfarenheter från psykedeliska retreat. Totalt 1 221 individer rekryterades via nätet. Rädsla för att tillståndet skulle vara för evigt, fruktan att dö under trippen, eller obehaget när kroppen började skaka, räknades upp som de vanligaste negativa erfaren-

heterna. En mindre andel, 8 procent, rapporterade att de själva, eller någon de kände till, hade erfarenheter av att guider hade gjort olämpliga sexuella närmanden.

Källa: Psychedelic Medicine. Psychedelic Therapist Sexual Misconduct and Other Adverse Experiences Among a Sample of Naturalistic Psychedelic Users

SPANIEN

KLIMATÅNGEST – INTE SOM ANNAN ÅNGEST

> Att klimatångest skulle vara en form av generaliserad ångest avfärdas av forskare. Totalt rekryterades 204 deltagare med klimatångest, samtliga bosatta i norra Spanien. Deltagarna följdes vid 20 tillfällen i en longitudinell studie. Forskarna kunde inte se någon koppling mellan klimatångest och alkoholmissbruk, försämrad sömn eller sämre kosthållning, som är vanligt vid generaliserad ångest. Inte heller rapporterade deltagarna om överdriven oro vid andra situationer, vilket kännetecknar generaliserad ångest.

Källa: British Journal of Health Psychology. »Climate anxiety and its association with health behaviours and generalized anxiety: An intensive longitudinal study«



NEDERLÄNDERNA

PSYKOLOG BISTOD MED SJÄLMORSDROG

> Den pensionerade psykologen Wim van Dijk döms till sex månaders villkorligt fängelse. Åttioåringen hade gjort sig skyldig till olaglig handel med ett läkemedel mot illamående, som används i kombination med självmordsdrogen X. Wim van Dijk dömdes för brott mot läkemedelslagen, inte för assisterat självmord. I intervjuer har han berättat att han hjälpt runt hundra personer att avsluta sina liv.

Källa: The Guardian



FUJI

MÖRKA PERSONLIGHETER VÄLJER LIKASINNADE

Att vi föredrar partners i ungefär samma ålder, med samma utbildningsnivå och gemensamma intressen är känt sedan tidigare. Brittiska forskare ville undersöka om även individer inom den mörka triaden väljer likasinnade. Tre studier bekräftar att så är fallet. I den första studien ingick 104 brittiska par

som fick fylla i formuläret *Short Dark Triad*. I den andra studien ingick 99 par från Fiji. Den tredje delen bestod av en metaanalys av tidigare studier.

Källa: Personality and Individual Differences. »Assortative mating and the dark triad: Evidence from the UK, Fiji, and meta-analytic review«

Kostnadsfria webinar

Om SON-R: 18/11 2024

Därför är det fördelaktigt att mäta begåvning utan att använda språk

Om BRIEF-skalorna: 5/12 2024

Bedömning av exekutiva funktioner hos 2–90-åringar i vardagliga miljöer

Välkommen att anmäla dig på www.hogrefe.se!



SON-R

När det är lämpligt att mäta begåvning hos barn och vuxna – utan att använda språk

Begåvnings testen SON-R (Snijder Oomens Nonverbal Intelligence Test) finns i en version för barn 2–8 år och en version för barn och vuxna 6–40 år.

Testen bedömer icke-verbala logisk och visuospatial förmåga.

Eftersom testen kan genomföras utan talat språk lämpar de sig särskilt väl för bedömningar av barn och vuxna med annat modersmål än svenska, nedsatt hörsel, språksvårigheter eller verbala kommunikationssvårigheter. SON-R kan även användas vid bedömning av personer med autism eller intellektuell funktionsnedsättning.

Testmaterialet i SON-R är tilltalande och den adaptiva administreringsproceduren bidrar till ökad motivation och en positiv upplevelse av testsituationen. SON-R är dessutom lätt att administrera, med eller utan verbala instruktioner.

»Vi vet att normbrytande beteende i tidig ålder korrelerar starkt med senare kriminalitet, så här har vi ju värsta möjligheten.«

Text: Anna Wahlgren Bild: Johan Bergmark

Har någon här känt sig riktigt arg? Undrar behandlaren och en efter en räcker sex pojkar upp handen. Sedan börjar de rollspela, de talar om hårda tankar och hjälpande tankar, hur det känns i kroppen, och vad man kan göra när man blir så arg på sin syster att man bara vill slå henne.

De två behandlarna är synkade. En håller i sessionen, den andra har fullt fokus på barnens reaktioner och berömmar och peppar om vartannat: »Snyggt! Det där var strålande! Fortsätt så! Bra att du räckte upp handen!«. Behandlarna rollspelar också mot varandra: »Vilken fantastisk grupp, tycker du också att de är helt otroliga på att lyssna?« Pojkarna, som till en början har varit lite trevande, tar för sig alltmer. Någon berättar om när han blev arg, men hejdade sig och bad sin mamma att lösa konflikten. Behandlaren öser beröm över pojken, som ler blygt.

Kristina Loftsson är i Kanada för att lära sig metoden Snap, och i utbildningssyfte tittar hon på den filmade gruppssessionen. Hon blir alltmer fascinerad av samspellet mellan behandlarna och bamen. Men hon känner också att hon blir rörd.

– Det är så himla fint att se vuxna människor peppa barn som kämpar. De visar verkligen att de tror på och bryr sig om de här barnen, som annars mest får vuxnas uppmärksamhet när de har gjort något dåligt. Behandlarna riktar hela tiden ljuset mot det som är bra, och ser till att förstärka det de vill se mer av. Jag minns hur otroligt berörd jag blev av att titta på den där filmen.

Barn och unga har varit den röda tråden i Kristina Loftssons karriär. Att hon till slut skulle arbeta med en av samhällets allra största utmaningar – unga på väg mot kriminalitet – är logiskt med tanke

KRISTINA LOFTSSON

ÅLDER: 47 år.
BOR: I Pungpinan i Stockholm.

FAMILJ: Maken Magnus Loftsson, också psykolog, samt barnen Vigdis, 9 år, och Sigrun, 5 år.

YRKE: Legitimerad psykolog med lång erfarenhet av behandling, utbildning och handledning riktat mot elevhälsa och socialtjänst. Utbildar sig till specialist inom organisation och arbetsliv. Driver utbildnings- och handledningsföretaget Psykologiakademien.

AKTUELL: Etablerar den kanadensiska metoden Snap (Stop Now And Plan) i Sverige.

på bakgrunden. Den grova brottsligheten kryper ned i åldrarna, och aldrig tidigare har så många unga varit inblandade i mord och mordförsök. Frågan hela samhället ställer sig är hur utvecklingen kan brytas?

Kristina Loftsson tror på Snap, en manualbaserad metod som har används i Kanada med stor framgång, och ett av få evidensbaserade program som i tidig ålder förebygger framtida kriminalitet. Snap är en av fem insatser som Socialstyrelsen rekommenderar i sin kunskapsöversikt 2019, och nu håller Kristina Loftsson och kollegorna på Psykologiakademien på att introducera den i Sverige. Först ska de själva lära sig metoden från grunden, sedan är planen att exportera den ut i samhället.

– Konstigt nog har ingen annan i Sverige fångat upp Snap, så för ett par år sedan hörde vi av oss till kollegorna i Kanada. De släpper inte metoden hur som helst, de är ▶



»Att drabbas av allvarlig sjukdom tidigt i livet gjorde att jag blev medveten om att saker plötsligt kan tas ifrån mig.«

noga med att Snap hamnar i rätt händer och förra hösten reste vi dit för att gå en utbildning.

Här hemma är trycket på Snap stenhårt. Flera kommuner har redan hört av sig och vill att vi ska utbilda personalen. Men vi kommer att skynda långsamt, först måste vi göra ordentliga utvärderingar. Det är ju en kanadensisk metod som ska överföras till svensk kontext. Vi har goda skäl att tro att det kommer att gå bra, men vi vet inte.

Kristina Loftsson föddes i Göteborg, och familjen flyttade till Linköping när hon var sex år. Samhällsengagemanget kom med modersmjölken, konstaterar Kristina, för dagen iklädd stickad ulltröja tillverkad på Island. Det är hennes pappas hemland, och dit åker hon så ofta hon kan och badar i de statligt subventionerade badhusen.

– Pappa föddes i början av 1940-talet, och växte upp på den isländska landsbygden. Det var som Sverige för två hundra år sedan. De bodde i ett hus som liksom var inbyggt i jorden, och de hade ingen el utan eldade med färskit. Det var väldigt, väldigt fattigt. Pappa tog sig dock till Sverige och blev till

slut professor i statskunskap. Han har gjort en klassresa som heter duga. Mamma, å sin sida, kommer från en prästfamilj i Ockelbo. Mina föräldrar hade olika bakgrunder, men gemensam nämnare var samhällsintresset och det politiska engagemanget. Rakt igenom uppväxten var det vilda diskussioner runt köksbordet.

Steget från 1940-talets fattiga isländska landsbygd till nutidens gängkriminalitet i svenska förorter är faktiskt inte så långt som man skulle kunna tro, menar Kristina Loftsson. På nära håll har hon sett vad det innebär att komma från fattiga förhållanden och dessutom ha problem med psykisk ohälsa. I hennes släkt har det funnits allvarlig psykisk sjukdom, och att livet är sårbart blev särskilt påtagligt när en nära anhörig utvecklade schizoaffektiva syndrom.

– Både min faster och farmor på Island led av schizofreni. Fattigdom i kombination med psykisk ohälsa är svårt, jag blev tidigt medveten om hur livet kan påverkas av psykisk ohälsa. Så småningom blev en nära anhörig i min ursprungsfamilj också drabbad. Allt det här hänger säkert ihop med att jag blev psykolog. Det har funnits en längtan hos mig att bli bra på det som har varit svårt i min släkt.

Som ung ville Kristina testa att bo på Island och hon åkte dit och pluggade. Hon varvade studier i isländska med att jobba som servitris på finare krogar i Reykjavik. Hon njöt av sitt nya, självständiga liv, och förstod inte varför hon emellanåt kände sig så fysiskt svag. Det blev allt tyngre att bära ut tallrikarna till gästerna. Hon fick liksom mjölksyra i underarmarna, och funderade över om de fina salongerna gjorde henne nervös?

– Jag minns att jag inte orkade bära ut de största sopptallrikarna till gästerna, utan var tvungen att

ställa ner dem på golvet när jag hade kommit halvvägs. Jag gick till en läkare som tyckte att jag skulle ta det lite lugnare och prioritera bad i varma källor. När jag kom hem till Sverige förvärrades problemen, och jag började ramla i trappor.

Kristina gick återigen till läkaren och den här gången fick hon diagnosen myastenia gravis. Det är en autoimmun muskelsjukdom som angriper impulsöverföringen från nerv till muskel. Sjukdomen kan vara så påtaglig att den kräver personlig assistent, men Kristina har haft tur. Tack vare medicinering och ingrepp – hon tog bland annat bort den förstörade tymuskörteln – är hon i dag i princip symtomfri.

– Att drabbas av en allvarlig sjukdom tidigt i livet gjorde något med mig. Jag blev medveten om att saker plötsligt kan tas ifrån mig. Det är inte så täta murar mellan att vara frisk och sjuk, varken fysiskt eller psykiskt, som vi ibland kanske tror. Både på grund av det som drabbade min släkt och min egen sjukdomshistoria har jag varit ganska värderingsstyrd när





»Det är så himla fint att se vuxna människor peppa barn som kämpar.«

det kommer till arbete, det jag gör måste kännas meningsfullt och helst vara till nytta för andra.

Studier i statskunskap ledde till studentradio och så småningom till SVT. Kristina Loftsson började jobba som journalist och teveproducent för program som *Lilla Aktuellt* och *Hjämkontoret*. Men hon

DET HÄR ÄR SNAP (STOP NOW AND PLAN)

En evidensbaserad förebyggande behandlingsinsats som riktar sig till barn mellan sex och elva år. Syftet är att behandla utagerande aggressiva beteendeproblem, och minska risken för framtida kriminalitet. Metoden baseras på kognitiv beteendeterapi och utvecklades av Child Development Institute (CDI) i Toronto under 1970- och 80-talen. Programmet pågår under tolv veckor med möten en gång per vecka. Det är en gruppbehandling där barn och föräldrar träffas tillsammans och var för sig.

kände nog från början att journalistiken inte skulle vara för alltid. »Det finns ett bäst före-datum«, minns hon att en kollega uttryckte sig om en annan kollega. Så ovärdigt, tänkte Kristina. Och bestämde sig för att om hon någonsin byter bana ska det vara till ett yrke där ålder inte har så stor betydelse. Hon började på psykologprogrammet förhållandevis sent i livet, och var 35 år när hon tog examen.

Redan under *Hjämkontoret*-tiden hade hon upptäckt hur roligt det är att jobba med unga, och gjorde examensarbetet inom ramen för en forskningsstudie riktad till barn.

– Jag minns särskilt ett barn som hade separationsångest, och inte kunde vara ifrån sina föräldrar. Han kunde inte vara ensam i ett rum, än mindre vara med kompisar, och absolut inte sova borta. Familjen hade anpassat hela livet efter pojkens ångest. Tack vara deltagandet i studien fick de bedömning och behandling via internet – det vill säga en ganska begränsad insats. Men effekten var otrolig, och familjen gjorde snabba framsteg. Snart kunde barnet vara med sina kompisar, till och med sova borta. Jag tyckte att det var

så häftigt att en så liten åtgärd kunde göra en så stor skillnad. På samma sätt är det med de utåtagerande barnen. De är så otroligt snabba med att lära nytt, så vi har verkligen en jättechans om vi tar tag i dem i rätt tid.

Vi får inte fastna i en dystopi att utvecklingen med unga som dras in i kriminalitet inte går att vända, menar Kristina Loftsson.

– Det är klart att det går. Men det är förstås viktigt att använda sig av evidensbaserade metoder som vi vet ger effekt.

På Magelungen, som dels bedriver resursskolor för elever i omfattande behov av särskilt stöd, dels utbildar inom socialt arbete, behandling och skola, började Kristina Loftsson att arbeta med ungas problem på heltid, och bland annat undervisade hon socionomer i att möta barn som utsatts för våld.

– Magelungen var så rätt för mig. Där fick jag kombinera erfarenheterna från det kliniska med socialt arbete. Socionomer och socialarbetare är ofta skickliga på att möta barn och ungdomar, och på att skapa goda relationer. Hatten av! Men de kan behöva skriva lite på metoderna, och här har vi psykologer mycket att bidra med.

Efter några år på Magelungen startade hon och dåvarande chefen Psykologakademien, och snart hittade de till Snap. Nu är målsättningen att sprida metoden till socionomer inom socialtjänster över hela landet, och först ut att utbildas är socialtjänsten i Malmö kommun. När den här intervjun görs håller Kristina Loftsson på och screenar barn som ska ingå i studien. Först ut är sju pojkar från Malmö, och forskare från Karolinska institutet kommer att utvärdera arbetet.

– Alla barn som uppvisar ett normbrytande beteende blir inte kriminella, tack och lov. Men vi



vet ju inte vilka som blir det. För några klingar beteendet av, de mognar, hittar färdigheter och strategier, byter kanske kontext och kommer in i en ny fas i livet. För andra kommer det normbrytande beteendet däremot att eskalera, och de barnen måste samhället fånga upp.

Problemen syns ofta redan i tidig ålder, konstaterar Kristina Loftsson. Kriminalitet startar sällan med att någon från en dag till en annan går ut och stjälar en bil.

– I Snap pratar vi om sju år av varningar. Personal på förskolan vet exakt vilka barn som har problem med känsloreglering och som ständigt hamnar i konflikt. Vi

Kristina Loftsson har en bakgrund som journalist och tv-producent, och har skrivit boken *Kbt för skolkuratorer*.

vet att antisocialitet och normbrytande beteende i tidig ålder korrelerar starkt med senare kriminalitet, så här har vi ju värsta möjligheten. Att ta tag i problemen i tid är nyckeln. Yngre barn är ju så formbara. Att vända en tolvåring som redan börjat begå allvarliga brott är mycket svårare.

Föräldrarna spelar en viktig roll i behandlingen. Behandlaren träffar dem innan programmet drar i gång, dessutom får de färdighetsträning parallellt med barnen. Många föräldrar har egna problem med impuls kontroll och känsloreglering, och blir på köpet själva hjälpta av Snap.

– Men framför allt får de väg-



3 BÄSTA SAKERNA MED SNAP ENLIGT KRISTINA LOFTSSON

FÅNGAR UPP I TID: Allt handlar om att fånga upp barnen i tidig ålder. Vi har ett fönster fram till det att barnet fyller tolv, då vi har goda chanser att åstadkomma förändring.

SJU ÅR AV VARNINGAR: Ingen går ut och stjälar en bil från en dag till en annan. Inom Snap brukar vi säga att vi får sju år av varningar. Sju år av normbrytande beteende och brist på impuls kontroll - här har vi chans att agera.

FOKUSERA PÅ DET POSITIVA: Den manualbaserade metoden går ut på att jobba med det positiva. Vi riktar fokus mot det som vi vill se mer av. Det ska vara roligt att gå på ett Snap-möte, vi strävar efter en varm och snäll atmosfär. Vår uppgift är att lyfta de här barnen.

målar upp olika scenarier, och så får barnen rollspela. Allt filmas, och sedan tittar vi på filmen tillsammans.

Att nå ut med psykologisk kunskap till andra yrkesgrupper är en av Kristina Loftssons viktigaste drivkrafter. Hon har undervisat och handlett socionomer och socialarbetare, men också skrivit en bok om kbt för skolkuratorer. Hur kan kuratorn hjälpa elever som är stressade, oroliga inför prov eller inte vågar prata inför klassen? Hjälpa skoltrötta elever att hitta motivation? Stötta vid konflikter på skolan?

– Jag delar med mig av verktyg från kbt:n som är användbara också i elevhälsans hälsofrämjande och förebyggande arbete. Bokskrivandet gav mersmak, så nu håller jag på med kioskvältaren *Kbt för specialpedagoger*. Vi psykologer kan inte vara överallt, men vi kan erbjuda material som andra yrkesgrupper kan ha användning för. Tanken är inte att vi ska utbilda små-psykologer. Sociono-

mer och kuratorer ska inte utföra psykologisk behandling, men vi kan komplettera deras arbete med bra metoder.

Kristina Loftsson talar mer och mer engagerat, det här brinner hon för. Psykologer har mycket att komma med, och det borde ingå i psykologuppdraget att nå ut med kunskap. Det är synd om metoderna fastnar i behandling och forskning, tycker hon.

– **Jag önskar också** att vi kunde flytta fram våra positioner i samhällsdebatten, jag tror att vi har mycket att tillföra. Även om man jobbar kliniskt med enskilda patienter så ser man saker som har relevans på samhällsnivå. På så vis har psykologer en ganska ovanlig position, jag skulle säga att vi är kunskapsbärare. Psykologer kan verkligen göra skillnad. Vi har så stora samhällsproblem just nu – socioekonomiska skillnader, psykisk ohälsa, klimatfrågan, och inte minst gängkriminaliteten – och jag vill vara med och bidra med det jag kan. ●

»I Snap pratar vi om sju år av varningar. Personal vet exakt vilka barn som har problem med känsloreglering och som ständigt hamnar i konflikt.«

ledning i hur de ska stötta barnet, och varje vecka kommer familjen att få hemuppgifter att träna på. Över lag jobbar vi väldigt konkret, och talar om specifika känslor och situationer. Vad ska jag göra när jag blir utsatt för gruppträck? När jag blir frestad att snatta? Vi

Nyanserat om identiteter

När jag läser den här boken kommer det tillbaka till mig – minnen av hur jag under högstadiet och gymnasiet tittade mig själv i spegeln på morgonen och gjorde en överenskommelse. »I dag ska jag vara en sån där glad tjej« eller »I dag ska jag prata lagom mycket«. Hur jag provade olika identiteter, egenskaper. Jobbade hårt med att försöka passa in och fila bort drag hos mig själv som inte var bra rent statusmässigt.

Smärtsamma minnen. Men också minnen som jag helt klart har nytta av när jag ska leva mig in i mina egna barns tonårsvärld. Inte döma dem, eller falla in i fixarfällan – som Bergström varnar för: *Jag har fått lära mig att dämpa impulsen att åtgärda genom att bita mig i tungan och tänka »vänta, lyssna, ge det tid, det är hennes liv, inte ditt«. Visst finns det tillfällen då det är rätt att stötta med problemlösning, men tar man som vuxen över ansvaret får tonårstjejen inte tillfälle att själv utveckla strategier. Dessut-*



PÅ TÅ
CHARLOTTE BERGSTRÖM, NATUR & KULTUR, 2024.

om stängs motivationen ner och hon känner sig inte betrodd att hantera sitt liv.»

CHARLOTTE BERGSTRÖM är psykolog, specialist inom klinisk barn- och ungdomspsykologi och detta är hennes första bok. Den vänder sig i första hand till föräldrar med tonårsdöttrar. Men även till andra som vill vara ett stöd för tonårstjejer; i jobbet eller

privat. Varför bara tjejerna? Bergström lyfter fram forskning som visar på att killar och tjejer, från barndomen och särskilt i tonåren sins emellan interagerar olika. Här ligger fokuset på tjejernas sociala interaktionsmönster.

Det är en skrift både över tonårstjejen utvecklingspsykologi och en samspegsguide för hur den vuxne kan nå fram till sin tonåring. Hur

hon ska prata och agera för att främja relation och inte stöta bort henne i sin vilja att skydda och gränsa.

BOKEN ÄR INDELAD i kapitel som bland annat avhandlar vänskap, sociala medier, identitet och personlighetsutveckling. Inflikat finns tipsrutor och bilder med konkreta förslag på hur man kan inleda samtal kring exempelvis risksituationer, att ta sociala initiativ, social status och hur man bemöter en vän som varit taskig.

GENOM BOKEN FÅR vi följa några fiktiva tonåringar och deras föräldrar som kämpar med olika utmaningar. Bergström skriver exempel på dialoger dem emellan när föräldrarna gör val som inte faller så väl ut och andra som får mer lyckade utfall. Parallellt med dessa illustrerar Bergström också sina texter med utdrag ur gruppintervjuer hon gjort med tonårstjejer, för att på så vis belysa de aspekter hon diskuterar. Resultatet blir en levande och nyanserad text.

• Celia Svedhem



Barnens 1000 första dagar
REDAKTÖR YLVA MÅRTENS, ORDFRONT, 2024.

Författare inom en rad yrkesgrupper, däribland psykologer, vill berätta om barnens första tusen dagar, hur viktigt denna tid i livet är. Här samlas texter om barns anknytning, lekens betydelse, barnhälsovård, förlösningsvård, barnets tidiga språkutveckling, traumahantering och våld i hemmet.

/LENNART KRIISA



7 skills för värsta bästa livet
MARIA DUFVA OCH MAGNUS LOFTSSON, BOOKMARK FÖRLAG, 2024.

Vi vill ge dig sju förmågor som kan förändra allt, både nu och i framtiden, inleder kriminologen Maria Dufva och psykologen Magnus Loftsson i den fjärde boken av Värsta bästa-serien från Friends. Varje övning startar med ett problem, som att bli nedtryckt av sin bästis, med olika drastiska lösningar, varpå eleven får den rimligaste serverad. /LENNART KRIISA



Lisa Bjärbo och Maria Farm / psykologer

»Föräldrar undrar om de har sabbat sina barn«

Vid tiden för journalisten Lisa Bjärbos separation brukade hon ringa sin gamla kompis Maria Farm. Psykologen Maria Farm hade separerat några år tidigare och låg före i processen. Först hade Lisa Bjärbo frågor om hur de skulle berätta för barnen och hur lång tid det tar innan den tuffaste perioden är över. När vardagen med varannan vecka kommit, handlade frågorna i stället om vad man ska göra när exet har andra tankar om tonårsuppföstran eller kör med sina egna regler. Lisa Bjärbo undrade om Maria Farm kunde tipsa henne om en bok.

– »Jag behöver en bok«, sa Lisa till mig. Jag tänkte efter och sa »den tror jag inte finns«. Det var då vi bestämde oss för att skriva den.

Av de barn som har separerade föräldrar delar närmare fyrtio procent sin tid mellan dem. Sverige utmärker sig i statistiken, i övriga världen är det ett ovanligt sätt att lösa boendefrågan. De svenska barnens regelbundna flyttar präglar livet för både dem och deras föräldrar. Maria Farm och Lisa Bjärbo skickade ut en enkät på sociala medier för att ta reda på mer. De blev förvånade över gensvaret. Femhundra separerade föräldrar svarade.

Vilken dag är den vanligast att flytta emellan?

– Den frågan ställde vi faktiskt inte men jag tror i anslutning till helgen. Jag har själv laborerat med vad som blir bäst och tycker en dag mitt i veckan egentligen är bättre för då blir helgen mindre laddad. Om barnen

kommer på onsdagen är det bara två dagar kvar tills vi får helg, vilket blir mysigt, och så behöver de inte åka i väg på söndagskvällen, utan vi har måndag och tisdag också, säger Maria Farm.

I ENKÄTSVAREN undrar de separerade föräldrarna vad de ska göra med sin längtan och sin oro, hur de kan tackla skuld känslor och växlingen mellan fullt på och sedan

helt av, men också över sin ekonomi, som i många fall förändras.

– Men de flesta funderar mer på sina barn än sig själva. De tänker på hur barnen mår, hur de har det hos exet och hur separationen kommer påverka dem i framtida relationer. De ställer sig frågan om de har sabbat dem nu, kvaddat dem psykologiskt.

Forskning visar att barnen ofta upplever att stämningen i familjen blivit bättre efter separationen men att flytten emellan två hem är en negativ aspekt. I enkäten beskriver föräldrarna att packningen är en laddad stund.

– En del som har råd och kan, löser det med dubbloter. Att ha ett par fotbollskor på andra stället också. Men många väljer att inte ha det så, och inte bara av ekonomiska skäl. Det verkar som att många barn vill ha med sig sina grejer för de kan inte riktigt veta på torsdag den här veckan vad de vill ha onsdag nästa vecka hos den andre. Så allt ska med.

Maria Farm säger att det tuffaste med en separation brukar vara själva beslutet och året efter.

– Den tiden handlar om att återfinna sitt liv i det nya och hitta rutiner. Sakta men säkert bygger man mentala muskler att klara omställningen och att vara ifrån varandra.

● Maria Jernberg



Vardag med varannan vecka:

BARN PÅ DELTID, KÄNSLOR PÅ HELTID
LISA BJÄRBO OCH MARIA FARM, NATUR OCH KULTUR, 2024.

»Hur klarar barnen att ha två scenografier att gå in i? Nu går jag till Norén en vecka, sen till Stefan och Krister.« Det undrar en av föräldrarna i boken. Lisa Bjärbo och Maria Farm har samlat vittnesmål genom enkäter och djupintervjuer, och ger fakta och tips om livet med varannan vecka, några år efter separationen.

En pistolkula rakt i bröstet

Det är roligt när Daniel Sjölin i en intervju säger att nu, nu har han skrivit en bok på lättsmält prosa! Det har han inte. Eller, det beror så klart på vad man jämför med. Alfabetets alla bokstäver finns med den här gången. Men inget i texten är lättsmält.

Det börjar med att han står utanför ett hus i en Stockholmsförort och ska gå in. Men oj vad han krumbuktar och kommer på avvägar. Det tar honom 35 sidor att gå in genom dörren. Varför då? Jo därför att det är en gestaltning av psykets motstånd att närma sig trauma. Så mycket annat lockande det plötsligt finns på vägen! Mobiler som plingar, googlingar som kan göras, diskmaskiner att tömma. För att inte tala om kognitiva utläggningar att fly till och så då tankarna om hur patetisk man är som blivit så påverkad av det som hände ...

DET ÄR OCKSÅ EN skildring av hur traumat får minnet att kollapsa. På Sjölin's irrvägar framträder traumats minneskarta: det går inte att förflytta sig från A till B. Det är ett smärtsamt pusslande och famlande som hela tiden avbryts av självtvivel.

Överdriver jag inte nu? Vem är jag att? Borde inte jag ha? Sjölin minns mycket från det att han är ett och halvt till tre. Men från det att han började som dagbarn i huset på Fältskärsvägen blir det blurrigt. Innan dess kunde han förundras över sin kropp, men efter det blir det äckel som tar över. Bildminnen ligger isolerade, nedfrysade och åtskilda från känslor som sparats ner någon annanstans – vilket gör händelserna svårbegripliga, osammanhängande. Lilla Daniel går in i rummet

»Det är ett smärtsamt pusslande och famlande som hela tiden avbryts av självtvivel.«

där det hände – i ena fönstret snöar det, i det andra flödar solen in. Dagmamman har inget ansikte, men hennes arm är arg. Hon var alltid sur och tyst – hon som visste men aldrig ingrep.

DENNA LILLA SKRIFT är en pistolkula rakt i bröstet – och visar på så mycket av traumats natur. Kanske det allra viktigaste: hur tätt det hänger samman, att ta sig själv och sitt trauma på allvar. Det ena tycks omöjligt utan det andra.

• Celia Svedhem, psykolog och litteraturkritiker



BILD: ISTOCK/PHOTO



Våga mer med terapeuten i fickan

Lars Ström & Per Carlbring, KBT-akademien Sverige AB, 2024.

Boken framstår som en ordinär självhjälpsbok. Läsaren listar sina utmaningar och mål i rutor. Här uppstår motstånd; varför skriva i en bok när anteckningar normalt görs i mobilen? Men så dyker en QR-kod upp, nu får läsaren ta fram mobil och börja prata med AI. Det fungerar förvånansvärt väl. Proffsiga tips förenklas vid invändningar, som att man är för trött. Nästa QR-kod erbjuder en orsaksanalys men då blir det snabbt stopp, det är dags att hala fram kortet och betala för en prenumeration. AI är i begynnelsen men utvecklingen är lovande. /LENNART KRIISA



Intellektuell funktionsnedsättning

Helen Carlander, Gothia, 2024.

Om man förstår hur personer med IF uppfattar tillvaron är det lättare att anpassa stödet till rätt kravnivå, inleder specialpedagogen och författaren Helena Carlander. Det här är en välkommen bok. Trots att IF allt oftare hamnar på tapeten, till exempel med alla utredningar som skolpsykologer förväntas genomföra, finns inte direkt någon uppsjö med litteratur som bygger upp en bakgrunds-förståelse. Som stödperson är det viktigt att ha kunskaper om hur tänkandet utvecklas och fungerar för att bättre förstå när det avviker. I slutet av boken finns förslag på stöd och anpassningar som kan öppna för diskussioner. /LENNART KRIISA



Om jag inte tränar går jag under

– Rörelsetvång, ätstörningar och vägen till rörelseglädje
Anna Ehn, Natur & Kultur, 2024.

Rörelsetvång kan handla om träning, men också om att gå till sopstationen eller dammsuga flera gånger om dagen. Att upptäcka det osunda i rörelsen är knepigt när det tjasas om nyttan med fysisk aktivitet. Lika svårt blir det att upptäcka kopplingen till ätstörning, för idealen är smala. Minsta övervikt och du förväntas ta en spruta Ozempic. Idrottsrörelsen är ett riskområde, ett annat är gymmet där unga killar numera sorgset studerar sina tunna armar och överväger steroider. Boken är lika välskriven som viktig. Att nå rörelseglädje är möjligt. /LENNART KRIISA



Allt du vill säga

– Till dig med selektiv mutism
Johanna Syrén och Ebba Zettergren, Bok & Tryck, 2024.

Författarna Johanna Syrén och Ebba Zettergren driver projektet »Lyssna högre«. Deras bok uppges ha skrivits i samråd med psykologer, logopedier och specialpedagoger. Tonen är genomgående peppande: »Att gå till skolan varje dag med SM är tecken på otrolig styrka!«. I boken framförs hypotesen att selektiv mutism är en slags fobi, samtidigt får vi veta att tillståndet kan klinga av med åldern. Röster från de »drabbade« är intressanta. Louise, 19, berättar om en psykolog som satt tyst i flera minuter i hopp om att hon skulle börja prata.

/LENNART KRIISA

»Louise, 19, berättar om en psykolog som satt tyst i flera minuter i hopp om att hon skulle börja prata.«



BILD: HÅKAN JENNER



Fler böcker om psykologi – följ Psykologtidningen på Instagram.



Liv & mening

– i ljuset av livsberättande
Håkan Jenner, Ekström & Garay, 2024.

Vad i våra liv är och kommer att vara viktigt? Vilka händelser och möten kommer att vara laddade med mening? Frågorna är grundläggande för att kunna bygga en livsberättelse, menar Håkan Jenner, psykolog och professor emeritus i pedagogik. Våra livsberättelser är under ständig omprövning, vi reviderar och redigerar i en strävan att skapa en meningsfull helhetsbild. Jenner rör sig flyhänt mellan filosofiska resonemang, men själva utgångspunkten – att vi har en fri vilja att påverka livsberättelsen – klarar inte heller han att bevisa. Därför skriver han: Tro på den fria viljan! /LENNART KRIISA

Personer som har en intellektuell funktion klart under genomsnittet är överrepresenterade inom psykiatrin, visar internationell forskning. I ett nytt specialarbete undersöks förhållandet i en svensk population. Resultaten tyder också på att självskattningsformulär inte fångar upp de utmaningar den här gruppen har.

I

forskning riktas alltmer fokus mot hur intellektuell funktion påverkar människors liv och mående⁽¹⁾. När det kommer till den grupp som presterar klart under genomsnittet på intelligens-test, intelligenskvot (IK) 71–84, visar forskningen på en förhöjd risk att drabbas av såväl psykiska som sociala problem⁽²⁾.

IK i intervallet 71–84 benämns i internationell forskning som Borderline intellectual functioning (BIF)⁽³⁾. Sedan 1980 och fram till dagens DSM-5 kodas BIF som en **V-kod**⁽⁴⁾. Den beskrivs i DSM-5 som en relativ intellektuell funktionsnedsättning som gränsar till, men inte helt uppfyller, kriterierna för intellektuell funktionsnedsättning. Tillståndet anses vara icke-patologiskt och en del av normalvariationen, men att den intellektuella funktionsnivån kan påverka individens behandling eller prognos. BIF definieras i dag enbart av IK-intervallet 71–84⁽⁵⁾.

Normalfördelningskurvan visar att 13,6 procent av befolkningen presterar i BIF-intervallet. Flera studier visar emellertid på prevalens på runt 30 procent i psykiatripopulationen^(6,7,8). Individer med BIF rapporterar psykiatrisk samsjuklighet i större utsträckning än individer med genomsnittlig intellektuell funktion⁽⁹⁾. Studier har även visat på ett samband mellan **intellektuell funktion klart under genomsnittet** hos barn, och psykiatrisk problematik i vuxen ålder⁽¹⁰⁾. Data tyder också på att BIF är förknippat med sämre mående än fungerande på IF-nivå⁽¹¹⁾. Det skulle kunna bero på att patienter med BIF oftare får sina svårigheter beskrivna senare i livet jämfört med patienter med IF⁽³⁾ och att de ofta lever med överkrav och inte har haft samma stöd genom livet som personer med IF⁽¹²⁾.

Det har även visat sig att professionella felbedömer drygt varannan patients intellektuella funktion om de inte har tillgång till neuropsykologisk funktionsutredning⁽¹³⁾.

Samtidigt förs debatt kring hur och varför den neuropsykiatriska diagnostiken borde effektiviseras^(14,15,16) och att neuropsykiatriska tillstånd bör kunna diagnostiseras enbart utifrån anamnes och symtom⁽¹⁷⁾. Forskning visar emellertid på risker med att negligera samsjuklighet, intellektuell funktion och BIF som faktor i den psykiatriska vården. Längre vårdtider, större behov av krisinterventioner och begränsade behandlingseffekter/felbehandling lyfts som risker då patienter med BIF har andra förutsättningar för behandling och är i behov av

annat stöd än om svårigheterna enbart beror på exempelvis adhd/add med genomsnittlig intellektuell funktion^(8,18).

Trots detta finns begränsat med kunskapsstöd och validerade instrument för hur professionella bör undersöka gruppen med BIF:s psykiatriska samsjuklighet och vilken roll BIF spelar för rapportering av symtom. Flera forskare^(11,19,20,21,22) betonar vikten av att utforska hur gruppen med låg HIK/BIF besvarar självskattningsformulär och beskriver sitt mående jämfört med gruppen med genomsnittlig begåvning.

HiTOP-perspektivet

I mer generella psykiatriska diskussioner lyfts också kritik mot de traditionella klassifikationssystemen DSM och ICD. Det framhålls att de inte är tillfredställande som ramverk för att förstå psykopatologi. I takt med att kritik mot dessa system lyfts, har nya klassifikationssystem och taxonomier vuxit fram⁽²³⁾. Hierarchical Taxonomy of Psychopathology (HiTOP) är en av dessa modeller⁽²⁴⁾.

HiTOP organiserar symtom och traits av syndrom till elva hierarkiska spektrum som presenteras i profiler. På detta sätt skiljer modellen sig från DSM som är deskriptivt och kategoriskt och som skapar dikotomi mellan normal och patologi. Tillstånd definieras i HiTOP-modellen istället av faktoranalyser och symtom som placeras dimensionellt i relation till varandra snarare än i enskilda kategorier (som i DSM och ICD). Det innebär att det inte betraktas som problematiskt att multisymtom uppstår samtidigt. Tvärtom är det förväntat eftersom ett grundantagande är att de delar etiologi. På så sätt inkluderas samsjuklighet och det blir en flytande skala mellan normalfungerande och patologi⁽²⁵⁾. HiTOP-modellen omfattar också normala personlighetsdrag, vilket saknas i både ICD och DSM. Forskning har återkommande visat att personlighet påverkar hur psykopatologi utvecklas hos enskilda individer och att psykopatologi till sin natur är dimensionell snarare än kategorisk⁽²⁶⁾. Förespråkare menar att HiTOP-systemet därmed har bättre validitet än DSM⁽²⁷⁾.

Överst i HiTOP-taxonomin finns en generell faktor och som kallas p som representerar generell psykopatologi. Den betraktas som en grundläggande mekanism till hela systemet och reflekterar mönster som delas av alla psykiatriska tillstånd⁽²⁴⁾. Högt p indikerar bred psykiatrisk symtombild, medan lågt p tyder på symtom inom enstaka dimensioner. Under p återfinns framförallt spektrumen internalisering och externalisering. Forskning på barn/unga tyder på att p är ärftligt⁽²⁸⁾ och att det finns samband mellan p och psykiatriska symtoms debutålder, varaktighet och komplexitet⁽²⁹⁾. HiTOP är fortfarande under utveckling och

« V-koder betecknar i DSM-V inte en psykiatrisk diagnos, men visar på ett kliniskt viktigt tillstånd som kan påverka diagnos, förlopp och behandling.

Källa: Socialstyrelsen

« Intelligens etableras till stor del under den första delen av livet. Studier visar att det inte är bara en fråga om arv utan att till exempel längden på skolgången också har betydelse.

Källa: <https://ki.se/forskning/popularvetenskap-och-dialog/popularvetenskapliga-teman/tema-halsosamt-aldrande/darfor-ger-hogre-iq-langre-liv>

»Analyserna väcker frågor om formuläret ASEBA-ASR och HITOP-taxonomin verkligen fångar de utmaningar patienter med BIF har.«

nya data på hur symtom förhåller sig till varandra presenteras löpande⁽³⁰⁾.

HiTOP-modellen har också mött kritik. Den består i allt ifrån att modellen inte tillräckligt fokuserar på att utvärdera människors funktion⁽³¹⁾, till låg empirisk förankring⁽³²⁾. Trots kritiken mot HiTOP-perspektivet används självskattningsformulären The Achenbach System of Empirically Based Assessment (ASEBA) i klinisk praktik. ASEBA framhålls som en bra metod för att arbeta i enlighet med HiTOP-modellen⁽²⁵⁾.

Finns det samband mellan intellektuell funktion och psykiatriska symtom bland vuxna i specialistpsykiatri utifrån HiTOP-perspektivet?

Sambandet mellan psykiatrisk samsjuklighet och en intellektuell funktion som är klart till betydligt under genomsnittet, utifrån HiTOPs internaliserade symtom och externaliserade symtom, har undersökts på barn. I dessa studier fann man inga samband mellan begåvningsprofiler och symtom⁽³³⁾. Däremot saknas liknande studie på vuxenpsykiatrisk population.

Syftet med den aktuella studien var därför att beskriva gruppen med BIF och utforska om och i så fall hur psykiatriska symtom samvarierar med intellektuell funktion hos vuxna personer utifrån HiTOP-taxonomin. Att undersöka eventuella mönster i gruppen med BIF bedömdes motiverat dels utifrån den höga andel de utgör i en psykiatrisk population, dels utifrån att beskriva och observera eventuella mönster i hur denna grupp besvarar skattningsformulär utifrån HiTOP-modellen.

Totalt analyserades data kvantitativt från 118 patienter som genomgick fördjupad psykiatrisk utredning och samtidigt genomförde WAIS-IV och ASEBA-ASR som del i sin utredning. 55 procent var juridiskt kvinnor och 45 procent juridiskt män, medelåldern var 30,44 år (SD: 8,38, Median= 27år).

Resultat

Tre huvudteman framkom i studien.

1. Det visade sig föreligga en förhållandevis hög prevalens av BIF i den psykiatriska utredningspopulationen. 20,3 procent i undersökningsgruppen visade sig ha BIF.

2. 26,1 procent av kvinnorna i utredningspopulationen hade BIF, medan bara 13,2 procent av

männen. Bara 1,9 procent av männen i undersökningsgruppen hade fler än två diagnoser (adhd/add/autism/personlighetsyndrom) i kombination med BIF jämfört med 9,1 procent av kvinnorna. 30,5 procent av kvinnorna hade fler än en diagnos jämfört med 23,6 procent bland männen.

3. Spearman's rangkorrelationer mellan skalorna p, externaliserade-/internaliserade besvär i självskattningsformuläret ASEBA-ASR och WAIS-IV, visade att internaliserade besvär korrelerade positivt med IK och perceptuell funktion. Ju högre IK och perceptuell funktion desto högre skattade patienterna sina internaliserade besvär. Det framkom inga signifikanta samband avseende låg intellektuell funktion och självskattade symtom i ASEBA-ASR. Personer med låg intellektuell funktion har i denna urvalsgrupp inte högre symtomskattning än personer med hög intellektuell funktion.

Diskussion

Studiens deskriptiva data talar för att gruppen med BIF i den vuxenpsykiatriska populationen är större än i den allmänna populationen. Fynden är i linje med internationella studier avseende BIF-populationen i psykiatri⁽⁹⁾. En misstänkt könsskillnad i BIF-prevalensen observerades. Studien kunde inte klarlägga samband mellan låg intellektuell funktion och höga symtom eller funktionskattningar i ASEBA-ASR. Analyserna väcker frågor om formuläret ASEBA-ASR och HITOP-taxonomin verkligen fångar de utmaningar patienter med BIF har.

Den ökade efterfrågan på neuropsykiatriska utredningar i samhället har lett till en önskan om att effektivisera och slimma utredningsförloppen. Neuropsykologisk testning beskrivs som överflödigt för diagnostik. Basutredningar som bygger på självskattning har blivit en stomme för att räkna värden. En fundering utifrån att gruppen med BIF inte utmärker sig när det gäller total symtombörda i självskattning är hur anpassade dessa skalor är till BIF-gruppen. Ökat fokus på basutredningar/självrapportering kan utifrån denna studie ifrågasättas. Risker för feldiagnostisering och att information om intellektuell funktion, av betydelse för framtida vård, inte uppmärksammas torde med dessa metoder vara hög. Det i sin tur skulle kunna leda till mer lidande och längre vårdtider som i förlängningen

leder till ökade samhällskostnader. Motsatsförhållande till det initiala syftet att effektivisera.

Ett medskick från denna studie blir därför att neuropsykologisk funktionsbedömning sannolikt är ett viktigt moment i den psykiatriska vården. **Perpektivet Evidence-Based Psychological Assessment (EBPA)** där flera informationskällor värderas tillsammans skulle kunna förbättra bedömningarna. Stämmer egna skattningar överens med närståendes? Kan ifyllandet av uppgifter anpassas? Det är frågor som denna studie väckt.

Metodologiskt finns ett flertal utmaningar såsom urvalsprocess, begränsad bortfallsanalys och risk för falska signifikanta variabler. Även självskattning som metod för datainsamling kan ifrågasättas. Studiens styrkor ligger främst i att studien belyser hela den vuxenpsykiatriska utredningspopulationen.

Avslutningsvis

Denna studie tog sin början i ett intresse för att utforska gruppen vuxenpsykiatriska patienter med BIF. Upprepade internationella studier visade på BIF-gruppens vida samsjuklighet och adaptiva funktionsutmaningar. Studier på en svensk vuxenpsykiatrisk population saknades. Studien visar på signifikanta samband mellan internaliserade svårigheter och god perceptuell funktion. Alltså motsägelsefulla fynd i relation till de fynd som klarlagts tidigare avseende BIF. HiTOP-modellen fångar i denna studie alltså inte det samband som internationellt klarlagts mellan BIF, hög grad av psykiatriska symtom och funktionsmässiga utmaningar. Trots att gruppen BIF i studien bedöms ha samsjuklighet med bland annat personlighetssyndrom.

Deskriptiva data i denna studie visar däremot prevalensmässigt liknande siffror som internationella studier, det vill säga att cirka 20 procent av den svenska utredningspopulationen har BIF. Det är vanligt med samsjuklighet med personlighetssyndrom och adhd/add.

Studien väcker frågor om hur valida självskattningsinstrument, i detta fall ASEBA-ASR, är för BIF-gruppen. Kan resultaten bero på att formulären inte fångar patienternas besvär i relation till dem med genomsnittliga intellektuella förmågor? Ett sådant resonemang väcker frågor om den neuropsykiatriska utredningsmetodologin och hur den kan optimeras för att vuxenpsykiatrin inte ska förbise BIF som faktor eller förklaring till patienters rapporterade besvär. En slutsats är därför att den neuropsykologiska funktionsutredningen är av betydelse i den psykiatriska vården för att inte riskera felbedömningar, felbehandling och överkrav på patienter.

Hanna Vilander, leg. psykolog/specialist i neuropsykologi, Vuxenpsykiatriska kliniken, region Kalmar län

« Evidensbaserad psykologisk praktik vilar på tre ben:

1. Forskningsresultat
2. Klinisk expertis
3. Patientens/klientens värderingar

Källa: Föreningen för psykologisk personlighetsbedömning



HANNA VILANDER

Referenser

(fullständig referenslista finns på psykolotidningen.se)

1. Bertelli, M O, Deb S, Munir K, Hassiotis A & Salvador-Carulla L (eds) (2022).
2. Peltopuro, M, Vesala, H T, Ahonen, T and Närhi, V M (2023). »Borderline Intellectual Functioning and Vulnerability in Education, Employment and Family«, Scandinavian Journal of Disability Research, 25(1), p. 334–349. Available at: <https://doi.org/10.16993/sjdr.965>.
3. Hassiotis, A (2022). Borderline Intellectual Functioning. In: Bertelli, M O, Deb, S, Munir, K, Hassiotis, A, Salvador-Carulla, L (eds). Textbook of Psychiatry for Intellectual Disability and Autism Spectrum Disorder. Springer, Cham.
4. Wieland, Van Den Brink & Zitman (2016). The prevalence of personality disorders in psychiatric outpatients with borderline intellectual functioning: Comparison with outpatients from regular mental health care and outpatients with mild intellectual disabilities, Nordic Journal of Psychiatry, 69:8, 599–604.
5. American Psychiatric Association The Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders, 5th edn (DSM-5). APA, 2013.
6. Salvador-Carulla L, García-Gutiérrez J C, Ruiz Gutiérrez-Colosía M. et al. Borderline Intellectual Functioning: Consensus and good practice guidelines. Rev Psiquiatry y Salud Ment (English Ed.). 2013;6(3):109–20.
7. Wieland. Psychiatric disorders in outpatients with borderline intellectual functioning: comparison with both outpatients from regular mental health care and outpatients with mild intellectual disabilities. Can J Psychiatry. 2014;59(4):213–9.
8. Hassiotis A, Strydom A & Hall I. Psychiatric morbidity and social functioning among adults with borderline intelligence living in private households. J Intellect Disabil Res. 2008;52(2):95–106.
9. Peña-Salazar, C, Arrufat, F, Santos, J M, Novell, R and Valdés-Stauber, J (2018). Psychopathology in borderline intellectual functioning: A narrative review. Advances in Mental Health and Intellectual Disabilities, 12, 22–33
10. Kohonen K C, Moffitt T E, Roberts A L, Martin L T, Kubzansky L, Harrington H, Poulton R, Caspi A. Childhood IQ and adult mental disorders: a test of the cognitive reserve hypothesis. Am J Psychiatry. 2009 Jan;166(1):50–7.
11. Nieuwenhuis J G, Noorhoom E O, Nijman H L I, Naarding P, Mulder C L (2017). A Blind Spot? Screening for Mild Intellectual Disability and Borderline Intellectual Functioning in Admitted Psychiatric Patients: Prevalence and Associations with Coercive Measures. PLoS ONE 12(2): e0168847.
12. Fernell, E & Ek, U. (2010) Borderline intellectual functioning in children and adolescents—Insufficiently recognized difficulties. Acta Paediatrica, 99(5), 748–753.
13. Wieland. Recognizing borderline intellectual functioning or mild intellectual disability in newly registered patients in a general psychiatric outpatient clinic. Tijdschrift voor Psychiatrie, Vol 62(10), 2020. pp. 860–867
14. Nylander & van Paaschen. »Diagnoseerna slår ut psykiatriska vården«, publicerad och hämtad 2023-12-07 från <https://www.svd.se/a/veRzoV/diagnoseerna-slar-ut-psykiatriska-varden-skriver-psykiatrer>
15. Örstadius & Rothmaier. Fakta i frågan: Har vi en adhd-epidemi i Sverige?. DN.se hämtad: 2023-12-07
16. Eberhart, Löfgren & Björkman. »Låt vårdcentralerna utreda ADHD och autism« publicerad 2021-08-22, hämtad 2023-12-10 »Låt vårdcentralerna utreda adhd och autism« | SvD
17. Nylander. »Utredning – ett villospår i vuxenpsykiatrin?« Publicerad 2022-02-16, hämtad 2023-12-10 från Microsoft Word - Vad är utredning LN 2022 02 16 (lenanylander.se)
18. Hassiotis A et al. (2011). Journal of Affective Disorders, Vol 129 (1-3), Mar, 2011. pp. 380-384.

»Vi kan få lösningar på problem vi ännu inte identifierat«

Psykologen Robert Johansson disputerar i ämnet datavetenskap i november.

– Med min avhandling tar vi ett steg mot maskiner som tänker som människor.

Mellan åren 1999 och 2004 studerade Robert Johansson datavetenskap i Linköping. Sedan kom han på att han ville bli psykolog och inledde studier på psykologprogrammet. Ungefär samtidigt hölls den första världskongressen i Relational frame theory.

– Det slumpade sig så att den hölls just i Linköping. Idéerna var högst närvarande på programmet.

Relational Frame Theory handlar om hur mänskligt språk och tänkande utvecklas. Grundtesen är att symboliskt tänkande är inlärt snarare än medfött.

– Redan då tänkte jag, vilken fantastisk teori, hur skulle man kunna lägga in den i en dator.

Tjugo år senare är det vad han har gjort. Han har omvandlat operant betingning och Relational Frame Theory till en sorts logik som kan programmeras in i en dator.

– Det är grunden till att datorer kan lära sig ett språk såsom vi människor lär oss ett språk och utveckla en form av tänkande som fungerar som det mänskliga. Den kan lära sig att ha en självbild, som vem den är i relation till andra, och utveckla empati.

Vad ska man ha en sådan dator till?

– Genom historien har ibland lösningarna kommit före problemen de löser. Jag tror att artificiell generell intelligens, AGI, kan vara lösningar på problem vi ännu inte identifierat. Men många är i dag olyckliga, människor känner sig separerade från varandra, jag tror att det här kan få oss att känna att vi inte är det.

De stora problemen i dag beskrivs ofta som klimatet, polarisering och demokratins försvagning. Skulle AGI ha lösningen på det?

– Absolut, till hundra procent! Allt det där kan förstås

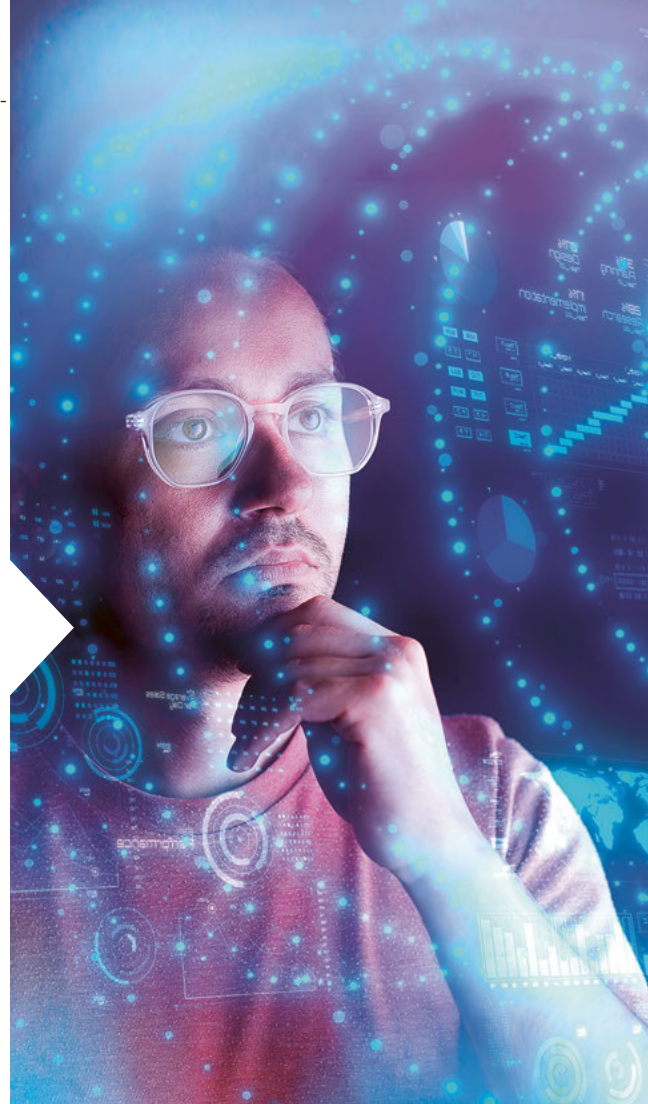
som beteendeproblem. Om vi betedde oss på ett annat sätt skulle det inte vara så här. Eftersom det är beteenden så kan psykologi vara just den teknologi som behövs. Om psykologin var lika kraftfull som kärnfysik

eller cellbiologi, skulle vi ha en kraftfull kunskapsmassa för att ändra vårt eget beteende. Så är inte psykologi i dag, men AGI skulle utan tvekan kunna hjälpa psykologin att bli en ny rocket-science. ● Maria Jernberg

Avhandlingen heter: *Empirical studies in Machine psychology.*



ROBERT JOHANSSON



SVENSK FORSKNING

ÄLDRES SJÄLMORDSFÖRSÖK EN HANDLING I FÖRTVIVLAN

När fyra kvinnor och fem män mellan 71 och 91 år tillfrågades om sina nyligen utförda självmordsförsök, beskrev de dem som en reaktion på förlust och en oplanerad handling av förtvivlan. Det framkommer i en ny kvalitativ studie från Göteborgs universitet.

Få kvalitativa studier av äldres suicidhandlingar har tidigare genomförts och av de generella riskfaktorer som anges i litteraturen, uppfattas de flesta som irrelevanta av de äldre själva.

I den aktuella studien



BILD: ISTOCKPHOTO

före och hade svårare att förklara handlingen, inte fick sådana insikter.

Forskarnas slutsatser är bland annat att äldres lidande inte är tillräckligt synligt i vården och att de äldres beskrivningar av sjukvårdssystemet tyder på en åldersdiskriminering.

Hed S et al. *Frontiers in psychiatry*, 2024.

ELEVER POSITIVA TILL EVIDENS-BASERAD FOSTRAN

Pax i skolan är ett program med en uppsättning verktyg, som kan användas av lärare i klassrummet. Det syftar till att fostra elever så de får en god självregleringsförmåga och visar prosociala beteenden.

Programmet som utvecklats i USA finns sedan 2016 i en svensk version. Forskning har visat att Pax leder till färre uppförandeproblem och fler positiva interaktioner mellan eleverna. Tidigare forskning har även visat på goda långsiktiga effekter på elevernas psykiska hälsa, men i senare replikationer är resultaten mer skiftande. Studierna som gjorts av Pax har nästan uteslutande varit kvantitativa, därför ville forskare vid Lunds universitet göra en kvalitativ studie av elevernas egen uppfattning av programmet.

Totalt deltog 42 elever i årkurs 3, varav drygt hälften intervjuades medan de andra fick svara på en enkät. Svaren visar generellt positiva känslor för Pax och aktiviteterna kopplade till programmet. Eleverna

»Eleverna tyckte att interventionerna ledde till att det blev lugnare, och att de var hjälpsamma för att fostra lämpliga klassrumsbeteenden.«

tyckte att interventionerna ledde till att det blev lugnare, och att de var hjälpsamma för att fostra lämpliga klassrumsbeteenden. De mer negativa svaren som gavs var kopplade till känslorna efter att ha brutit mot klassrumsregler eller att ha förlorat i »good behavior game«, ett spel där klassen delas upp i lag.

Forskarnas slutsatser är att resultaten i denna studie stödjer den tidigare bilden av att Pax i skolans är en effektiv metod. De visar också att den goda effekten som framkommit på gruppnivå även märks på individnivå.

Hübinette E et al. *European journal of psychology and educational research*, 2024.

TESTNING SÄRSKILJER INTE ADHD

I en ny studie från Gillberg-centrum har unga vuxna med adhd testats med begåvnings-testet WAIS och det exekutiva funktionstestet D-KEF. En kontrollgrupp bestående av andra unga vuxna i psykiatri

fick genomföra samma test. Gruppen diagnosticerade med adhd fick lägre resultat på de verbala delarna i WAIS än kontrollgruppen och ett svagare helhetsresultat.

Beträffande exekutiva funktioner och arbetsminne fanns inga skillnader mellan grupperna. Forskarnas slutsatser är att kognitiv testning inte är användbart för att skilja ut personer med adhd.

Eberhard D et al. *Brain and behavior*, 2024.

DET PÅVERKAR BARNS ORDFÖRRÅD

Barns ordförråd påverkas av den språkliga miljön i hemmet. I en ny studie från Linköpings universitet ville forskarna ta reda på mer om de främjande faktorerna. En enkät om språkliga aktiviteter och läsning, datoranvändning och språklig utveckling, besvarades av 166 föräldrar som hade barn som var cirka 4 år.



BILD: ISTOCKPHOTO

Att prata med barnet om dagliga aktiviteter, och sådant som färger och bokstäver, hade ett positivt samband med storleken på barnets ordförråd. Att läsa böcker visade sig också viktigt, men det var inte antalet böcker som var betydelsefullt utan att föräldern pratade med barnet om innehållet i boken.

Digitala spel som har till syfte att lära hade inget positivt samband med ordförråd. Inte heller då föräldern var närvarande i aktiviteten. Övrig digital media hade ett negativt samband med barnets ordförråd, men detta kunde vägas upp av andra stödjande språkliga faktorer i hemmet. Sundqvist A et al. *Journal of early childhood research*, 2024.

intervjuades deltagarna vid två tillfällen. Förklaringarna som beskrevs föregående självmordsförsöket rörde fysiska och kognitiva funktioner, sociala roller och relationer. De berättade också om en känsla av alienation gentemot sig själva och andra. Därtill uppfattade deltagarna att de var beroende av ett sjukvårdssystem som var avvisande och likgiltigt inför deras lidande. Att suicidförsöken beskrevs som impulsiva var oväntat då den dominerande uppfattningen är att äldres självmordshandlingar är välplanerade.

De äldre som beskrev att de haft suicidtankar en tid före handlingen, fick en bättre psykisk återhämtning efter sitt försök. De fick insikt i vad som triggat dem, sina psykologiska behov och copingstrategier, medan de som menade att de inte haft några suicidtankar

50%

ungefär så många av tre- och fyraåringarna i Sverige har föräldrar som läser för dem varje dag.

Källa: Mediemyndigheten.



»ACT BLIR EN AHA-UPPLEVELSE«

Två tredjedelar av psykospatienterna har begränsad effekt av medicinering. I en ny avhandling provas behandling med act.

– De har hamnat i att överleva i stället för att leva, vi jobbar mot att de ska leva mer, säger psykologen Cornelia Larsson.

Personer med psykos har ofta ett djupt lidande och en stor förlust av funktion. Vid sidan av medicinering rekommenderar Socialstyrelsen kbt, som i studier visat små till måttliga effektstorlekar. Cornelia Larsson har sedan 2011 arbetat på Psykiatri sydvästs psykosprogram i Stockholm. När kbt inte hjälper hennes patienter brukar hon testa act. Nu har hon också forskat på det.

Vad är mest angeläget för personer med psykos att få hjälp med?

– I psykologisk behandling är det att få en annan relation till sina symtom, en som inte är lika styrande. Vi botar inte de här patienterna men vi kan lära dem att hantera elaka röster och vanföreställningar så deras makt blir mindre och livet friare. Personer med psykos kan bli otroligt grubbliga. De blir sittande hela dagarna och grubblar på varför de är förföljda. Att då gå in, hitta andra fokus och börja göra mer av det som känns meningsfullt kan öppna för en annan livskvalitet.

Cornelia Larssons disputerade 24 oktober på Karolinska institutet med avhandlingen *Psychological Treatment and Facial Affect Recognition in Individuals with psychosis*.

I sin avhandling visar Cornelia Larsson också att de som är nyinsjuknade i psykos har svårt med igenkänning av ansiktsemotioner. Personer med psykos kan även ha svårt med minne och koncentration.

Hur går act för personer med psykos till?

– Act är en generell metod som är likadan oavsett diagnos, men vad jag lägger extra vikt vid är övningar och att koppla ihop dem med det verkliga livet. Med övningarna får de komma loss och uppleva att de inte behöver vara fastklistrade vid sin tanke. Ett exempel är att de ska gå med höger fot först oavsett vad jag säger. Sedan går jag bakom dem och tjatrar om varför man ska gå med vänster fot först. För patienter med imperativa röster kan det vara en aha-upplevelse att det gick.

Cornelia Larsson har i sin avhandling gjort två genomförbarhetsstudier av act, en i öppenvård och en i heldygnsvård.

Din avhandling visar både möjligheter och hinder med act för den här patientgruppen?

– Ja act verkar kunna vara hjälpsamt, vissa fick minskad depression och ökad livskvalitet, men behandlingen var svår att genomföra för många gjorde inte sina hemuppgifter eller utförde dem på fel sätt. Deras närvaro på sessionerna var vacklande och vissa avslutade i förtid. De själva uppgav inte yttre hinder till att göra hemuppgifter, så vår hypotes är att det handlar om tankar som kommer i vägen eller brist på motivation.

Men då kanske man ska ha en behandling utan hemuppgifter för psykospatienter?

– Nej, jag är tveksam till det. Jag brukar säga till mina patienter att gå i terapi är som att gå till sjukgymnasten. När du går dit får du en bedömning av ditt problem men om du inte gör övningarna kommer du inte må bättre. Snarare behöver vi ge mer stöd för att de ska komma till behandlingen och göra övningar hemma.

Vilken är den viktigaste slutsatsen av din avhandling?

– Förutom att jobba vidare med de grundläggande färdigheterna som finns i act, som att avklistra sig från sina tankar och gå i sin värderade riktning, behöver vi ta ett steg tillbaka och se helheten – hur kan vi hjälpa de här patienterna att närvara och göra sina hemuppgifter. I de stora effektstudierna tittar forskarna sällan på det, men jag tror vi behöver göra det – vad är det som egentligen hjälper?

● Maria Jernberg

Konferensrapport

VAD Ericastiftelsen fyller 90 år.

VAR ABF-huset i Stockholm.

NÄR 11 oktober 2024.

TALARE Psykoterapeuten Gerry Byrne om *The lighthouse mentalisation-based treatment parenting programme* och psykologerna Karin Lindqvist och Jacob Mechler om inter-netbaserad psykodynamisk behandling.

»Undvik unga på institution«

När Ericastiftelsen firade 90 år dök en prinsessa upp. Samtidigt föreläste den framstående anknytningsforskaren Marinus van IJzendoorn.

– Låg socioekonomisk status är en otrolig riskfaktor. Fattigdom skapar stress hos föräldrar, konstaterade han.

En trappa upp på ABF-huset i Stockholm, hade 264 åskådare och ett pressuppbåd samlats i Z-salen. Temat för Ericastiftelsens jubileumskonferens var motståndskraft och återhämtning för barn, unga och deras familjer. Gästerna hälsades välkomna och fick veta att prinsessan Madeleine strax skulle anlända. Fotografernas kameror blixtrade när hon passerade och tog i hand med publiken på främre raden.

Nederländaren Marinus van IJzendoorn forskar vid University of London om hur olika uppväxtvillkor påverkar barns utveckling. I kostym och yvigt hår gick han upp på scenen.

– Vi vet nu att sårbara gener i kombination med en dålig miljö leder till utvecklingen av psykopatologi.

HAN MENADE ATT en transdiagnostisk ansats har visat sig mest hjälpsfull i interventioner riktade till familjer där missförhållanden förekommer.

– Misshandelns art och psykopatologins karaktär har inget tydligt



Överst:
Marinus van IJzendoorn.

Underst:
Prinsessan Madeleine och Anna Norlén.

samband. Så vi bör inte fokusera på en specifik diagnos utan på mer generella insatser.

I sina slutsatser om prevention och intervention underströk Marinus van IJzendoorn vikten av att inte placera barn och unga på institutioner, utan bedriva familjebaserad vård. Han påpekade att Sverige är ett av de länder i världen som har högst mordfrekvens bland unga.

– På institution sätter vi samman unga med problem. De tas om hand av olika personal. Det blir en instabil

och fragmenterad vård, inte avsiktligt – men det ligger i strukturen.

Vård till familjen menade han ger möjlighet till stärkt anknytning och utveckling.

– En miljö utan familjevåld, med föräldrar som är good enough och som delar på föräldransvaret mellan sig, är vad barnen behöver.

PSYKOLOGEN OCH professorn Kjerstin Almqvist talade om »Små barn – små bekymmer eller...«. Hennes uppfattning var att samhället har välfungerande förebyggande och hälsofrämjande insatser till yngre barn men att vård och behandling brister.

– Vi har gått från att bara jobba med barnen till att bara jobba med föräldrarna. De bästa effekterna får vi om vi involverar båda. Föräldrar underskattar hur mycket deras barn har sett, förstått och påverkats av vad som händer i familjen.

Hon berättade att de ringt från Malmö och frågat om hon vill ha några överblivna Ericaskåp, men att hon på grund av platsbrist tyvärr fick tacka nej.

– Men titta på mottagningarna – det finns inga lekrum längre, bara samtalsrum.

Hon uppmanade alla regioner att ha specialiserade verksamheter för yngre, och universiteten att ordna så psykologstudenterna får lära sig att prata med små barn.

● Maria Jernberg

VAD Psifos kompetensdagar.

VAR Jönköping.

NÄR 18-19 september 2024.

ANTAL DELTAGARE 500.

»Ett smörgåsbord av inspiration och kunskap«

Annika Dellholm, suppleant i Psifos valberedning, rapporterar från Psifos kompetensdagar i Jönköping.

Tonen sattes fint redan i inledningsmomentet. Ingrid Hylander bidrog med långa, historiska perspektiv utifrån dryga 50 års erfarenhet, både som verksam psykolog i skola och förskola och utifrån mer aktuellt och forskningsinriktat perspektiv där bland annat utveckling av elevhälsa, elevhälsoteam och hälsofrämjande och förebyggande arbete i skolan varit i fokus.

Utifrån temat »Hjärnans lärande och ungas psykiska mående, med och utan digitala nyheter« gav Sissela Nutley en inblick i de underliggande faktorerna bakom Folkhälsomyndighetens rekommendationer angående skärmtid för barn och unga. Vad innebär det att gå från lekbaserad till skärmbaserad barndom?

Vi har haft lite mer än ett decennium där mycket har förändrats både nationellt och internationellt som kan förklara att vi nu har en så kallad anxious generation som håller på att växa upp. Vi ser dock hur skärmtiden (både barns och vuxnas) och innehållet som konsumeras påverkar hur väl det lilla barnet utvecklar grundläggande förmågor (vilket vi ju vet till stor del byggs upp av att det finns kvalitativ interaktion med vuxna och andra



Överst: Ingrid Hylander bidrog med det historiska perspektivet.

Underst: Erik Mattsson förklarade hur budskap levereras på bästa sätt.

barn) och senare det äldre barnets självbild och självförtroende.

Därefter följde en kavalkad av intressanta och tänkvärda föreläsningar på teman som Att tala så att andra lyssnar med Erik Mattsson och tipset; »tänk mer på att ett budskap ska in, i stället för att ett budskap ska ut«.

Hanna Ginner Hau diskuterade varför skolan ska främja socio-emotionellt lärande och Malin Gren

Landell uppdaterade oss kring kunskapsläget vad gäller frånvaro såväl som begreppet skolanknytning. Vad gör att en elev känner anknytning eller tillhörighet till en skola – och vilken relevans har det i frågan om närvaro?

Bland de valbara seminarierna kunde vi välja på innehåll som berörde relationella teman både i förskola och skola. Exempelvis redogjorde Åsa Bankert och Malin Jisander för hur de i Lomma arbetat fram självstärkande material grundat i Positiv Psykologi. Anna Hellberg bidrog med insikter kring hur en förskolepsykolog kan arbeta främjande för barns psykiska hälsa. Therése Skoog berättade om kunskapsläget gällande hur vi kan främja och förebygga genom att bygga relationer.

Kompetensdagarna inramades (som vanligt känns det som) av varmt och soligt väder. Det här gav goda möjligheter för kollegialt nätverkande, stadsvandringar och interaktioner även utanför konferensbyggnadens lokaler och de fina sociala sammanhangen som Jönköpingspsykologerna arrangerat om kvällarna. Psifos årsmöte genomfördes och styrelsen kompletterades med nya ledamöter. Det finns goda förutsättningar för ett gott, kommande verksamhetsår och vi ser fram emot nya kompetensdagar i Örebro 2025.

● Annika Dellholm

BILD ANNIKA DELLHOLM

Hur ska vi hantera de påstridiga föräldrarna?

Fråga: Hur värnar vi ett barns rättigheter och värdighet? Jag jobbar på Bup och tycker det är svårt när föräldrarna är påstridiga och vi ibland gör insatser mest för att lugna ner dem. Hur mycket kan vi kompromissa med barnets frivillighet?

Barn måste ständigt förhålla sig till saker de inte själva valt. Ju yngre de är desto svårare att värna deras autonomi och självbestämmande. Som psykolog på Bup ska du orientera dig bland vitt skilda behov. Inte enbart barnets, men alltid med hens bästa i fokus. Under rubriken om Självbestämmande i våra Yrkesetiska principer står det: »Psykologen försvarar klientens autonomi och rätt till självbestämmande. Detta gäller även klientens rätt att inleda eller avsluta relationen till psykologen. I arbete med barn eller klienter som har utsatts för behandling mot sin vilja, eller i akuta situationer, måste målet alltid vara att respektera klientens autonomi och utveckla en samarbetsrelation.«

Här kan vi tolka det som att ett barn saknar möjligheten till ett

»Det är barnets svårigheter som ska kategoriseras i diagnoser. Samtidigt är det de vuxna som har makten att påverka.«

verkligt fritt val. Autonomi är påtagligt kringskuren.

Barn och vuxna kommer till Bup när det blivit svårt att klara av livet på ett rimligt sätt. Vilket det handlar om starka ohanterliga affekter, inlärnings-svårigheter eller samspels-svårigheter. Oavsett är det barnets svårigheter som ska kategoriseras i diagnoser. Samtidigt är det de vuxna som har makten att påverka. Barnet kan inte göra så mycket åt sin situation och behöver aktiva vårdnadshavare för att få behoven tillgodosedda. Som psykolog blir du ytterligare en vuxen i barnets liv med makt att påverka dess tillvaro. Hur ska du förhålla dig till principen om respekt för varje persons rättigheter och värdighet om barnet inte ger uttryck för eget lidande? Om barnet själv inte är den hjälpsökande? När finns ett informerat samtycke då?

SKOLPLIKTEN ÄR ETT exempel på tvång i barnets vardag. När barnet inte klarar av kraven och uteblir har skolpersonalen möjlighet och skyldighet att orosnämna. Det kan bli en slags rävsax om skolan inte är anpassad till barnets förmågor och behov. Barnet kommer i kläm. Vårdnadshavarna kommer i kläm. Kanske är det även i sådana fall vårdnadshavare kan framstå som påstridiga. I sådana fall kommer barnet till Bup för att skolan inte fungerar tillräckligt bra. Men du ska inte utreda



PATRIK LIND
ORDFÖRANDE I ETIKRÅDET

barnets svårigheter för skolans skull. Diagnosen är en angelägenhet för vårdpersonalen. Att skolan kan ha nytta av resultaten är mer av en bieffekt av utredningsresultaten. Om det kan hjälpa skolpersonalen till ökad förståelse för barnets behov så är det ju fint.

FELET LIGGER I att skolan inte sällan kopplar ekonomiska motiv till problemen. Barnet kan i sådana fall endast få särskilt stöd om det finns en utredning gjord där diagnos kunnat fastställas. Det är knepigt eftersom det inte finns formella krav på detta i skollagen. Här kan även du som psykolog på Bup komma i kläm. Du kanske fattar beslutet att genomföra en utredning för att barnet ska få ett stöd som det egentligen redan har rätt till? I det enskilda fallet behöver du välja mellan det formella och det pragmatiska. Hur blir det för just det här barnet som du har framför dig? Hur blir det för barnet som inte har påstridiga föräldrar men som skulle behövt det? ●

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.

Hör av dig om du vill bidra

Välfärden går en oviss framtid till mötes. Minskade födslokal och på samma gång ökande andel äldre befolkning gör att allt från förskola till äldreomsorg, och olika delar inom hälso- och sjukvården kommer att behöva ställa om. Redan nu är en annan omställning här. Både regioner, kommuner och privata företag kämpar med sin ekonomi och några av dem har valt att varsla personal, däribland psykologer. Detta är så klart oroligt och svårt för er som drabbas, och det är också en situation som ställer stora krav på oss som fackförbund.

VÅRA FACKLIGT FÖRTROENDEVALDA behöver förstå och hantera vad varsel och uppsägningar kräver i form av kontakt med oroliga och frustrerade medlemmar, förhandlingar med arbetsgivare och generellt ett ökat tryck på de förtroendevaldas tid och engagemang.

Även för Psykologförbundet centralt kräver det en omprioritering av resurserna så att vårt kansli kan ge de fackligt förtroendevalda det stöd de behöver i form av rådgivning, förhandlingsstöd, kommunikationsinsatser och annat.

EN FÖRUTSÄTTNING FÖR att vi ska nå framgång och kunna erbjuda medlemmar bra service, inte minst när arbetsmarknaden svajar, är att ett flertal psykologer väljer att ta ett förtroendeuppdrag inom förbundet. Våra psykologföreningar är helt beroende av att fler bär stafettpippen under en period – och ju fler som gör det i till exempel en region, desto större möjlighet till inflytande får vi, och förutsättningarna för att det fackliga arbetet då blir både roligare och mer framgångsrikt, ökar.



»Våra psykologföreningar är helt beroende av att fler bär stafettpippen under en period.«

DET FINNS ANNAT du kan göra som medlem; delta aktivt när för kåren viktiga frågor diskuteras på din arbetsplats, visa kollegor som väljer att ägna en del av sin arbetstid (och inte sällan en del av sin fritid) åt fackligt arbete, delta vid psykologföreningens årsmöte med mera.

Självklart är inte alla alltid positiva till allt som görs i förbundet – och även då kan du bidra, genom att höra av dig och möjliggöra för oss som är förtroendevalda att ta synpunkterna till oss och använda som underlag för förbättring.


Kristina Taylor, ordförande



Psykologföreningen Region Skånes styrelse, från vänster Pamela Andrea Rojas Jerez, Christina Hardardóttir Helgason, Maria Nermark, Jessica Grahn och Joakim Fribyter.

Förbundsnytt

Utbildning för förtroendevalda i Skåne

FACKLIGT. Psykologföreningen Region Skånes årliga utbildning för förtroendevalda samlade 33 deltagare den 20 september. Efter en presentation av regionens organisation diskuterades den fackliga rollen och förtroendevaldas möjlighet till påverkan. Förbundets Martin Björklind var inbjuden för att prata om förändringarna i specialistutbildningen.

»Omställningen till nära vård behöver en omstart«

DEBATT. I en debattartikel i *Dagens medicin* konstaterar Psykologförbundet med flera organisationer att omställningen till nära vård går trögt. Debattörerna pekar på att reformen behöver ske inom hela vårdkedjan, inte bara primärvården. Alla professioner måste involveras och ingå i uppföljningsarbetet, och man bör ta fram relevanta indikatorer för

utvärdering av exempelvis patientens delaktighet. Att patienten möter rätt kompetens i rätt tid och på rätt plats behöver också säkerställas och utvärderas.«

Vill du engagera dig fackligt?

MEMLEMSNYTTA. Vill du skapa förutsättningar för bättre anställningsvillkor och samverkanskultur där du jobbar? Då ska du engagera dig fackligt. Som fackligt förtroendevald är du navet i förbundets verksamhet och representerar medlemmarna på din arbetsplats.

Du har rätt att vara ledig från ditt arbete för att kunna utföra uppdraget. Du får också möjlighet att påverka beslut som arbetsgivaren fattar i viktiga verksamhetsfrågor. För att du ska få de rätta förutsättningarna för uppdraget erbjuds du även en facklig utbildning. Kontakta Psykologförbundets rådgivning om du vill veta mer.

www.psykologforbundet.se • post@psykologforbundet.se

Sveriges neuropsykologers förening
årliga riksstämma med tema:
Hjärnan och kroppen



DATUM: 6-7 FEBRUARI 2025 • PLATS: SUNDSVALL
LÄS MER OCH ANMÄL DIG PÅ WWW.SNPFE.SE

SVERIGES NEUROPSYKOLOGERS FÖRENING

Barbro Goldinger 1927 – 2024

Skolpsykologen och filosofie hedersdoktor Barbro Goldinger har avlidit i sitt 97:e levnadsår. Hon efterlämnar barnen Michael och Maria, svärsonen Yoram och barnbarnen Mia, Nina och Josef.

Barbro föddes på en gård i Färila i Hälsingland. Efter realexamen och folkskolläraexamen var hon verksam ett antal år som lärare. Flera år i hjälpklass, en skolform som fanns på den tiden.

Efter att hon bosatt sig i Stockholmsområdet fick hon se en annons om att Ericastiftelsen hade en utbildning till barnterapeuter. Hon sökte och kom in och blev legitimerad barnpsykoterapeut. Några år därefter fick hon Solna kommuns första skolpsykologtjänst år 1965. De första åren handlade arbetet mest om att testa nybörjare för att avgöra om de var skolmogna eller inte. Genom grundskolans införande i hela landet ökade antalet skolpsykologer, så även i Solna och de placerades på egna skolor. Barbro kom till Bergshamra skola.

NÄR HON I BÖRJAN av 1970-talet mötte en grupp lärare som höll på att avsluta tredje årskursen på lågstadiet berättade de att de var slitna och uppgivna. De ville inte ta emot nya ettor eftersom de tyckte att barnen var oroliga och att det var svårt att skapa arbetsro i klassrummen. Hon och lärarna diskuterade tillsammans och beslöt att försöka organisera arbetet på ett annat sätt. De startade ett utvecklingsarbete tillsammans. Ett arbete som kom att få namnet familjegrupper. Organisatoriskt innebar det att i stället för att 25 barn satt i klassrummet vända mot läraren och såg varandra i nackarna delades klassen i fyra grupper som placerades runt sina bänkar eller så införskaffades ett runt bord till varje grupp.

På så vis fick barnen i gruppen ögonkontakt med varandra och kunde nonverbalt avläsa hur kamraterna upplevde dem. I sjuårsåldern blir det viktigt att känna att kamraterna tycker att man



duger. Målet var att grupperna, som var formella, skulle bestå under de tre lågstadieåren. Under de tre åren arbetade man på olika sätt med gruppernas utveckling.

DET ÄR ALLTID SVÅRT att mäta effekten av utvecklingsprojekt med människor. Familjegrupper kom att bestå och spreds runt om både i vårt land och i Norden. När de första klasserna som arbetat enligt familjegrupsmodellen lämnade grundskolan skrev jag på deras slutbetyg och det kom jag att göra under sju år. På de sju åren hade vi en enda elev som inte hade betyg i alla ämnen i sitt slutbetyg från grundskolan. Det var ett socialt heterogent område och vi hade undervisning i 25 hemspråk.

Barbro fick flera utmärkelser för sitt arbete, år 2000 blev hon hedersdoktor vid Linköpings universitet. Hon dokumenterade sitt arbete i tre böcker och medverkade med artiklar i olika tidskrifter. Många som arbetat och arbetar i skolan har mött henne på olika studiedagar och i handledningsgrupper och fått ta del av hennes gedigna kunskaper om barn, organisationer och gruppernas utveckling.

BARBRO KOM ATT bli en av mina närmaste vänner – hon fanns alltid där om jag ville samtala och hon hade en mycket god förmåga att lyssna. Jag saknar henne i djupet av mitt hjärta,

/ Britta Wingård

Hur ska jag hinna med det fackliga?

Fråga: Jag funderar på att bli förtroendevald på min arbetsplats, men undrar hur jag ska få tid till uppdraget?

Att vara förtroendevald är ett spännande och viktigt uppdrag som ger möjlighet till inflytande, information och delaktighet i verksamhetens utveckling. Tidsbrist ska inte vara ett hinder för att engagera sig fackligt. Som förtroendevald har du rätt till ledighet för att kunna utföra ditt uppdrag. Det krävs att du arbetar hos en arbetsgivare med kollektivavtal och att du, genom Psykologförbundet, är anmäld som förtroendevald hos arbetsgivaren. Dessutom ska du ha dina kollegors förtroende att företräda dem på arbetsplatsen.

Om förutsättningarna är uppfyllda omfattas du av förtroendemannalagen (FML). Lagen ger dig rätt till bibehållna anställningsvillkor om arbetet har direkt anknytning till den egna arbetsplatsen, till exempel förbereda och gå på förhandling, samverkan, medlemsärenden och fackliga kurser. Om arbetet inte direkt rör den egna arbetsplatsen, som internt fackligt arbete eller centrala fackliga uppdrag, har du rätt till ledighet men inte alltid lön från arbetsgivaren. Därtill ger lagen skydd mot försämrade villkor till följd av det fackliga uppdraget.

Då det inte finns några regler

som direkt avgränsar hur mycket tid som får tas i anspråk för det fackliga uppdraget kan du fundera över hur mycket tid som du tror att du behöver. Tala med din närmaste chef om hur förutsättningarna ser ut hos er.

Enligt FML ska ledigheten för det fackliga uppdraget vara skäligen med hänsyn till förhållandena på arbetsplatsen och inte förläggas så att den medför hinder för arbetet. Omfattning och förläggning bestämmer parterna gemensamt, det vill säga du och arbetsgivaren.

Tänk på att förutsättningarna kan se olika ut över tid och på olika arbetsplatser. Hur ser uppdraget ut, vilka ansvarsområden har du, och hur många kollegor representerar du? Är det något särskilt på gång på arbetsplatsen, som gör att mer tid behövs?

Man kan komma överens om både tillfällig och fortlöpande ledighet. Det kan även vara bra att dokumentera överenskommelsen skriftligt. Uppdraget ska ingå i arbetstiden efter vad ni har kommit överens om ovan.

Arbetet du utför ligger i arbetsgivarens intresse och ska se till att du avlastas när du ägnar dig åt det fackliga uppdraget. Om du vill veta mer om vad ett fackligt engagemang innebär och hur du blir förtroendevald, kontakta gärna oss i rådgivningen.

/Malin Semb Hennings, rådgivare/förhandlare



MALIN SEMB HENNINGS



THEO CALDWELL

Fråga: Min chef berättade att arbetsgivaren kommer behöva göra nedskärningar på grund av dålig ekonomi och att flera anställda kommer att varslas. Vad händer nu?

Först är det viktigt att förstå att begreppet »varsel« ofta används fel. Varsel betyder inte per automatik att någon kommer att bli uppsagd, utan endast en skyldighet att arbetsgivaren måste informera arbetsförmedlingen om att det kan bli uppsägningar. Innan uppsägningar kan ske måste flera steg gås igenom, och dessa steg ska samverkas/förhandlas.

Innan nedskärningar beslutas måste arbetsgivaren göra en riskbedömning för att se vilka konsekvenser förändringen kan få. Enligt arbetsmiljölagen måste detta alltid göras. I vissa fall behöver arbetsgivaren också bedöma risker för patientsäkerhet och göra analyser om hur förändringen påverkar barn (artikel 3.1 i barnkonventionen).

När omorganisationen väl är beslutad ska arbetsgivaren undersöka om de övertaliga medarbetarna kan omplaceras till andra jobb inom företaget. Först när detta är klart kan man fastställa hur många som berörs av arbetsbrist, och vilka som kan sägas upp. Vanligtvis avgör anställningstiden placeringen i turordningen, men dessa regler kan variera beroende på sektor och kollektivavtal.

/Theo Caldwell, rådgivare/förhandlare

HAR DU EN FRÅGA?

Mejla! redaktionen@psykologtidningen.se

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

Psykolog

TIDNINGEN

Ges ut av Sveriges Psykologförbund.

REDAKTIONEN



Chefredaktör och ansvarig utgivare
Lennart Kriisa
tel 0709-67 64 53
lennart.kriisa@psykologtidningen.se



Vetenskapsredaktör och reporter
Maria Jernberg
tel 0704-82 21 17
maria.jernberg@psykologtidningen.se

Medverkande i detta nummer:

Linn Bergbrant, Johan Bermark, Tadeusz Rawa, Marika Sivertsson, Celia Svedhem (celia.svedhem@gmail.com), Anna Wahlgren (anna@scribenda.se)

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 #psykologtidningen
 @psykologtidning Psykologtidningen

Postadress: Nytorgsg 17A,
116 22 Stockholm
e-post: redaktionen@
psykologtidningen.se
www.psykologtidningen.se
ISSN 0280-9702.

Grafisk form:
Birgersson & Co
Anders Birgersson
Markus Edin
Åse Bengtsson Helin

Korrektur:
Mats Wirström



Omslag:
Kristina Loftsson
fotograferad av
Johan Bergmark

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

Textannonser:
Madeleine Nordberg,
kontaktoppgifter se ovan

Prenumerationer och adressändringar:

Vasabyrå
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



3041 0116
TRYCKERI

PRESSTOPP FÖR NOTISER

Nummer	8/2024
Utgivning	11 dec*
Manusstopp	22 nov

*Utdelningen startar onsdag 11 december och majoriteten får tidningen senast tisdag 17 december. Pdf på tidningen finns på sajten från 11 december.

Kontaktuppgifter till Psykologförbundet

Kontakt

■ Rådgivning

(frågor som rör lön, anställning, profession, juridik, egenföretagare etc.)
radgivningen@psykologforbundet.se

■ Specialistutbildningen

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

■ Medlemsservice

08-567 064 30
medlemsregistret@psykologforbundet.se

Kansli

Psykologförbundet
Box 3287
103 65 Stockholm
Besöksadress Vasagatan 48
Växel 08-567 064 00
post@psykologforbundet.se
psykologforbundet.se

Förbundsstyrelsen

Kristina Taylor, ordförande.
Anders Ordqvist, 1:a vice ordförande.
Isabel Khouré, 2:a vice ordförande.
Kristofer Vernmark, ledamot.
Andreas Karlsson, ledamot.
Carl Jenseg, ledamot.
Eva Lindman Marko, ledamot.
Petter Tunlind, ledamot.
Maja Straht, ledamot.
Josef Neib, ledamot.
Johannah Juhlin, studerandeledamot.
Tobias Skagersten, studerandeledamot.

PSYKOLOGFÖRBUNDET





Sammanhållen specialistutbildning för psykologer

Ericastiftelsens psykoterapeutprogram, 90 hp med inriktning barn och unga.

Anmälan öppnar 13 januari.

Ericastiftelsen

Behandling, utbildning och forskning



VÄLKOMMEN MED DIN ANSÖKAN TILL VÅRENS KURSER!

Specialistkurser i klinisk psykologi

Schematerapi, delkurs 1,2,3 start VT 2025

Psykoterapeutprogrammet (KBT), 90hp

Legitimationsgrundande psykoterapiutbildning, start VT 2025

För information och ansökan: www.cbti.se

Institutionssekreterare: Anna Mohlin: anna.mohlin@cbti.se

Häng med oss digitalt!

På psykologtidningen.se läser du de senaste nyheterna om psykologi. Som prenumerant på vårt nyhetsbrev får du nyheterna direkt till din mejlbox.

Vill du veta mer? Kontakta Madeleine Nordberg på psykologtidningen@newsfactory.se

Vidareutbilda dig inom psykologi och psykofarmakologi

Under VT 2025 ger Karolinska Institutet följande uppdragsutbildningskurser:

- **Neuropsykofarmakologi för psykologer (7,5 hp)**
Ackrediterad som specialistkurs
- **Psykiska symtom vid somatiska sjukdomar och psykologisk behandling inom beteendemedicin (7,5 hp)**
Ansökan om ackreditering som specialistkurs inskickad
- **Onboarding av nya medarbetare – forskning, teori och praktik (7,5hp)**



Foto: Martin Stenmark



Läs mer via QR-koden

ki.se/cns/forskning/avdelningen-for-psykologi/ovrig-utbildning



Karolinska Institutet

OBM i praktiken

Utbildningar i arbetspsykologi

Utbildning med fokus på beteendepåverkan för att nå resultat i verksamheter, team och ledarskap. Kurserna är ackrediterade specialistkurser men vänder sig till alla psykologer.

Information finns på www.baou.se eller e-post rolf@olofsson-ou.se. Ansvarig för kurserna är Rolf Olofsson BAOU AB. Nästa kursstart är 28-29 januari 2025. Anmälan: www.baou.se.



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

PTP-tjänster i Västra Götalandsregionen

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 2024-11-01 till 2024-11-20.

<https://www.vgregion.se/utbildningsenheten>



HÖGSKOLAN
sapu

Stockholm & Göteborg

Psykiaterprogrammet 90 hp

Handledar- och lärarutbildning i psykoterapi

Grundläggande psykoterapiutbildning (steg 1)

Alla utbildningar på sapu.se



Existentiell psykoterapi och vägledning I

Ackrediterad specialistkurs

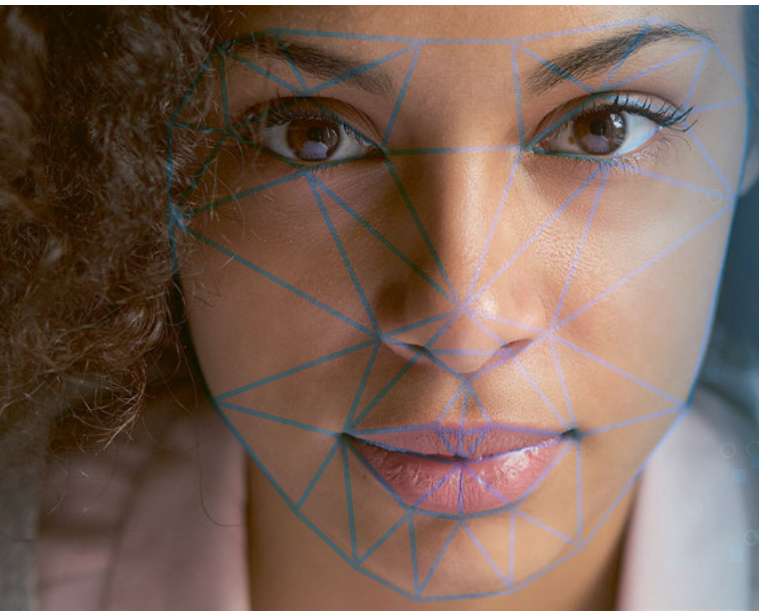
Kursstart februari 2025. Info och anmälan: www.psykologiochutbildning.se, www.sept.nu

Blåvarg
Psykologi & Utbildning AB

 Sällskapet för
Existentiell
Psykoterapi

Vill du också synas här?

Kontakta Madeleine Nordberg på psykologtidningen@newsfactory.se



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:**

