

Psykolog tidningen

Systrarna Bäck kombinerar
psykologi och statsvetenskap:

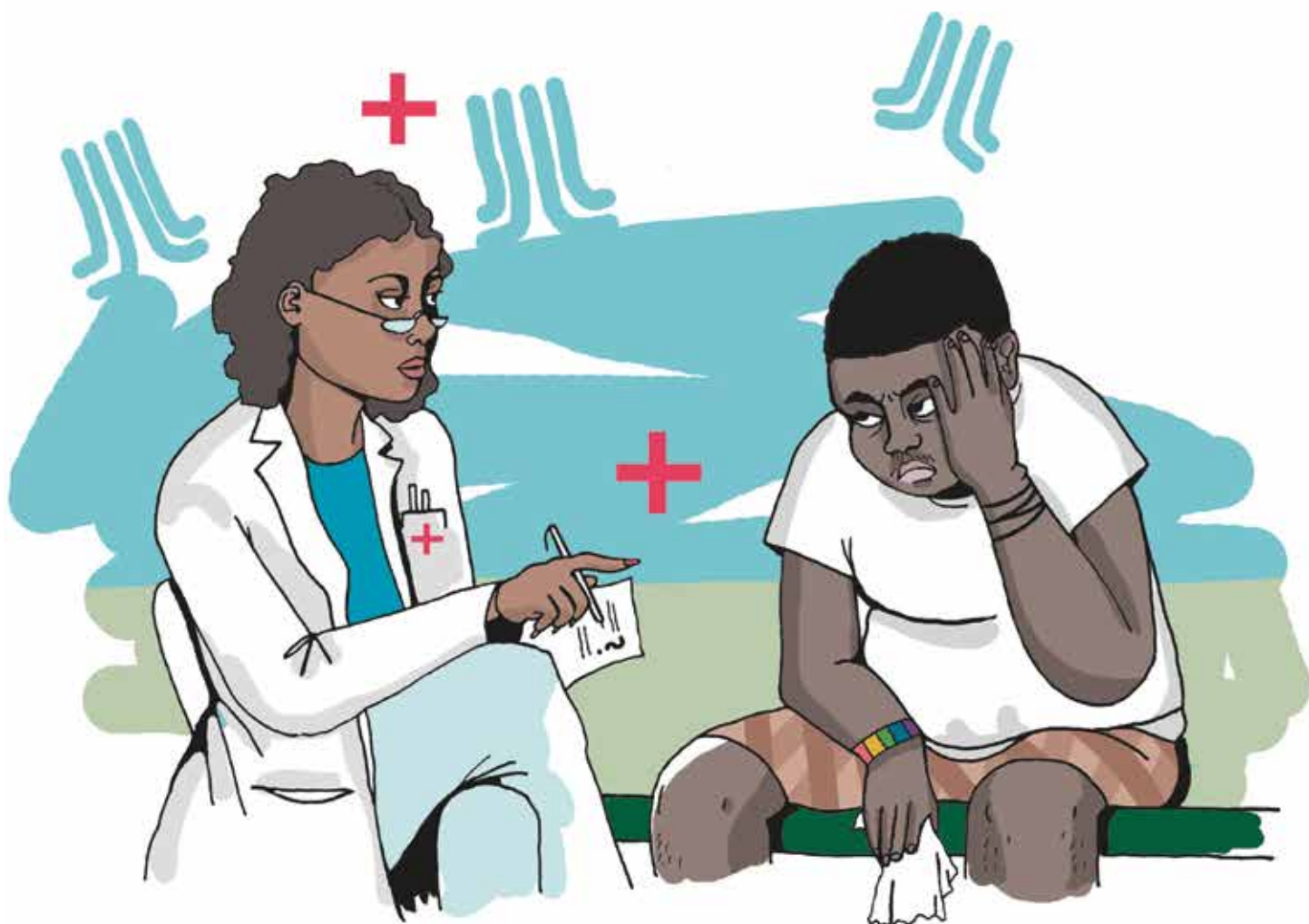
**"Vårt samarbete
ger ny kunskap
om politisk
aktivism"**

AKTUELLT

- Psykologins roll i samhället – detta vill riksdagspartierna
- Psykologerna på Bokmässan
- Studie om nyanlända barn
- Genetisk vägledning vid Huntingtons sjukdom

*Jonas Mosskin:
Varför väljer psykologer
bort politiken?*

Frågor om könsidentitet eller trans? Kolla in Transformering.se!



Hur hjälper jag någon vidare till en könsutredning? Hur påverkas humöret av hormonbehandling?
Var kan jag läsa om sex och trans? Finns det något stöd för närstående till unga transpersoner?
Hur skaffar jag mig mer transkompetens?

Trans formering.se

På transformering.se hittar du fakta om trans, bemötandetips för vårdpersonal, svar på vanliga frågor och stöd för unga transpersoner och närstående.



FOTO: DAN HANSSON/TT

13

Röstning i Sofia församling på Borgmästargatan i Stockholm, 2010.



Jenny Rickardsson

9



Zena El-Haj Ibrahim

7



Jonas Mosskin

18

AKTUELLT

- 8 Möt psykologerna som medverkar på Bokmässan
- 7 Studie om nyanlända barns välmående
- 10 Emma Bäck och Hanna Bäck forskar om politisk psykologi
- 13 Psykologins roll i samhället – detta vill riksdagspartierna

KRÖNIKA

- 18 Varför väljer psykologer bort politiken?
Av Jonas Mosskin

- 19 Genetisk vägledning vid Huntingtons sjukdom

- 21 Politikerträff med psykologer i Västra Götalandsregionen

MEDLEMSSIDOR

- 23 Ledaren
Av Örjan Salling
- 25 Fråga ombudsmannen

FORSKNING

- 26 Psykologiska förklaringar till politisk aktivism

DEBATT

- 31 "Ta hjälp av psykologer vid vårdplanering för NPF-patienter"

32 AKTUELLA BÖCKER



Redaktören har ordet

Politik och psykologi

När de var små fick systrarna **Emma** och **Hanna Bäck** följa med föräldrarna på politiska evenemang. Kanske var det därifrån som de fick intresset för samhällsfrågor. I dag är de båda forskare – Emma Bäck är universitetslektor i psykologi vid Lunds universitet och Hanna Bäck docent i statsvetenskap vid samma lärosäte. I skärningspunkten mellan de båda disciplinerna har de funnit ett sätt att samarbeta som berikar deras forskning inom politisk psykologi. Peter Örn har träffat dem för en intervju och på forskningssidorna skriver de själva om sitt gemensamma forskningsprojekt om politisk aktivism. Vad trigger människor att engagera sig i utomparlamentariska metoder?

Politisk psykologi är högaktuellt i dessa valtider. Vi har frågat riksdagspartierna hur de

ställer sig till psykologernas frågor – som sjuk-skrivningsrätten, kvacksalverifrågan eller elevhälsan. Vad tycker du om deras ståndpunkter? Mejla gärna till oss på redaktionen.

Men hur står det egentligen till med det politiska intresset hos psykologer? **Jonas Mosskin** skriver i sin krönika att många psykologer väljer bort politiken och är mer inriktade på individen än på kollektivet. Men han anar att en förändring kan vara på gång.

Allt är dock inte politik. Mer i numret: vi har ett reportage från en vårdinrättning där man tar emot personer med **Huntingtons sjukdom**, där genetisk vägledning spelar en viktig roll. Och snart är det dags för den årliga **bokmässan i Göteborg**. Möt några av psykologerna som ger ut nya böcker lagom till mässan.

Trevlig läsning!

Carin Waldenström

REDAKTIONEN:

Chefredaktör och ansvarig utgivare:
Carin Waldenström
08-567 06 453
carin.waldenstrom@psykologtidningen.se

Reporter, redaktör och stf ansvarig utgivare:
Kajsa Heinemann
08-567 06 452
mobil 0709-67 64 78
kajsa.heinemann@psykologtidningen.se

Reporter och redaktör:
Peter Örn
08-567 06 451
mobil 0703-09 10 42
peter.orn@psykologtidningen.se

Besöksadress:
Vasagatan 48, Stockholm

REDAKTIONSRÅDET:

Gerhard Andersson, professor i klinisk psykologi vid Linköpings universitet och KI.
Hans Andersson, neuropsykolog, ordf i SNPF.
Jenny Klefbom, psykolog och författare.
Jonas Ramnerö, psykolog och studierektor Sthlms univ.
Anneli von Cederwald, studeranderepresentant.

Formgivning: Marianne Tan,
marianne@tanproduktion.se

Omslagsfoto:
Ulrica Zwenger



Peter Örn, Carin Waldenström och Kajsa Heinemann

Vi på redaktionen är nyfikna på vad ni tycker om *Psykologtidningen*! Vad är bra? Dåligt? Vad kan bli bättre? Vi välkomnar alla synpunkter!

Skriv till oss: redaktionen@psykologtidningen.se

Läs oss på: www.psykologtidningen.se

Vi finns också på: Facebook/Psykologtidningen

Nr 6 2014



Psykologtidningen i sociala medier

Varför följa *Psykologtidningen* på sociala medier som Facebook? Ja det kan man fråga sig?! En anledning kan vara att du får uppdaterade nyheter inom psykologin mellan papperstidningens utgåvor.

Vi märker också att allt fler hittar psykologin via Facebook. Omkring 3 500 personer har till exempel klickat sig vidare från Facebook till psykolog Johan Melander Hagborgs debatt-

artikel om psykologernas tystnad när det gäller utsatta barn. Det är besöksrekord för oss.

Även de tre finalisterna till Stora Psykologpriset lockade många till tidningens Facebook-sida, över 1 600 personer.

På *psykologtidningen.se* finns nyheter ofta långt innan de kommer i tryck i papperstidningen, där har vi essäer, recensioner och

annat material som bara publiceras på webben. Via Facebook får du besked om när de läggs ut.



facebook.com/psykologtidningen.se

Där finns också möjligheter att kommentera artiklarna och att skicka dem vidare till andra som kan vara intresserade.

Hoppas vi ses även där!

Redaktionen

Respons på Gudrun Furumarks artikel

"De utsatta barnen behöver oss" i *Psykologtidningen* nr 6 2014.

**Viktig och tankeväckande artikel som inspirerar till långsiktigt relations-
skapande arbete i en tid där fokus på
metod, kvantitet och lean production
enligt undertecknad behöver utmanas.**

Åsa Christiansson,
psykolog i förskola och skola

Tipsa oss!

Har du något som du vill läsa om när det gäller din arbetsmiljö? Skicka i sådana fall ett mejl till redaktionen@psykologtidningen.se och berätta vad just du tycker är angeläget att ta upp i tidningen.

Skriv till oss, gör din röst hörd!

Du som är medlem i Sveriges Psykologförbund kan nu göra din röst hörd. På *psykologtidningen.se* – under nya vinjetten "Medlemsnytt" – publicerar vi texter om seminarier, böcker och annat, skrivna av medlemmar i förbundet.

Mejla din text till tidningen@psykologtidningen.se och ange att du vill publiceras på "Medlemsnytt".

Psykologtidningen

Utgivare av Sveriges Psykologförbund.

Postadress: Box 3287,
103 65 Stockholm
e-post: redaktionen@psykologtidningen.se
www.psykologtidningen.se
ISSN 0280-9702.

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

Textannonser: Simon Knudsen,
08-587 86 538
simon.knudsen@newsfactory.se

Prenumerationer och adressändringar:
Vasabyrån
Tel 08-567 06 430
msc@vasabyran.se

Pris: 600 kr inkl moms helår,
10 nr, 2014.
Utrikes 700 kr.
Lösnummer 60 kr

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

Psykologtidningen på nätet:
All redaktionell text
lagras elektroniskt för att

kunna publiceras också på internet. Författare som inte accepterar detta måste meddela förbehåll. I princip publicerar vi inte artiklar med sådana förbehåll.

TS-kontrollerad upplaga
10 800 ex 2013.

Medlem av



Tryck:
Exaktaprinting,
Malmö



PRESSTOPP FÖR NOTISER

	8	9	10	1-15
Utgivningsdag	10/10	7/11	5/12	30/1
Manusstopp för psykolog- och yrkesföreningar	25/9	23/10	20/11	15/1

4

frågor till Elinor Schad...

... skolpsykolog, doktorand och redaktör för boken *Psykolog i skolan*, som nu kommer i en andra upplaga (Studentlitteratur, 2014).

1 Vad hoppas du med boken?

– Jag vill öka medvetenheten om möjligheterna för skolpsykologer, bidra till skolpsykologens grundläggande kompetens, men också inspirera kollegor att sticka ut hakan. Som nybliven skolpsykolog kände jag mig utomordentligt ensam och utsatt. Jag hade den stora fördelen av att ha vuxit upp med en pappa som var lärare och sedermera rektor. Att som liten vid middagsbordet lyssna på pappas anekdoter från skolvärlden, och hans ibland progressiva och kreativa sätt att lösa problem som skollärdare i Rosengård i Malmö, gav mig oanade fördelar då jag tog mina första steg som skolpsykolog. Hans engagemang för ungdomar och utbildning blev en ledstjärna för mig.

– Under de första åren sökte jag inspiration och metoder och fann dessa hos bland annat flera av de författare som senare valde att medverka i *Psykolog i skolan*.

2 Första utgåvan kom 2009, vad är nytt?

– Boken är reviderad för



Elinor Schad

att spegla kraven i den nya skollagen samt uppdatera med flera nya kapitel av verksamma skolpsykologer. Här finns ett kapitel av Elisabet Graci, skolpsykolog i Malmö, som delar med sig av sin utvecklingsresa fram till ett miljonprojekt finansierat av EU. Jag tycker att det är speciellt roligt att ha med exempel på lyckade utvecklingsprojekt och nedslag i den verklighet som flera av landets skolpsykologer befinner sig i.

3 Du medverkar även själv med ett kapitel om skolpsykologers professionsutveckling. Varför behövs det?

– Att arbeta som psykolog i förskola och skola ger en unik inblick. Det finns få andra jobb där specialister får möjlighet till insyn i barns vardag och skolan som organisation. Den nya skollagen kräver att det ska finnas tillgång till psykolog i elevhälsan, men i nuläget ställer sig många kommunpsykologer frågande inför sitt uppdrag och hur deras kunskap om barn och skola ska komma till användning.

– Vad psykologen i elevhälsan ska göra bestäms av den enskilda kommunen, vilket ställer höga krav på att politiker och skolchefer tänker till och satsar på en välorganiserad elevhälsa med drägliga arbetsvillkor för sina medarbetare.

– De stora olikheterna mellan kommuner gör att uppdraget måste se olika ut, beroende på var man jobbar. Man kan skämtsamt säga att det finns lika många sätt att arbeta som skolpsykolog som det finns skolpsykologer.

– Denna avsaknad av koherens utgör enligt min erfarenhet stora hinder för utveckling av en professionell identitet och vidareutveckling av yrket. Ett annat grundläggande problem är att psykologutbildningen, som visserligen är en generalistutbildning, överlag ägnar alltför lite tid åt den specifika kunskap som krävs av en skolpsykolog. Den pedagogiska psykologin har kommit i skymundan och behandlas alltför styvmoderligt, och det tycker jag behöver lyftas fram.

4 Vilka är läsarna?

– *Psykolog i skolan* är skriven för blivande psykologer, men även för yrkesverksamma psykologer, övrig personal i elevhälsan, pedagogisk personal och skollärdning, eller andra som arbetar med skola och utbildningsfrågor. ●

KAJSA HEINEMANN

KI-projekt om evidensbaserad psykologisk behandling i primärvården

Regeringen har beslutat att tilldela Karolinska institutet 5 miljoner kronor för ett projekt om behandling av psykisk ohälsa inom primärvården. Projektet syftar till att genom primärvården göra evidensbaserad psykologisk behandling tillgänglig för

personer med mild till måttlig psykisk ohälsa, och i ett första steg väntas projektet omfatta omkring 2 500 patienter per år.

Under senare år har det skett en förskjutning av diagnoserna i sjukförsäkringen – från fysiska till psykiska. Bland pågående

sjukfall, för såväl kvinnor som män, är psykiska sjukdomar idag den vanligaste diagnosen.

– Den här diagnosförskjutningen är oroande eftersom dessa sjukfall tenderar att bli långa. Det här arbetssättet har framgångsrikt prövats på

Gustavsbergs vårdcentral, och nu får Karolinska institutet möjlighet att bredare pröva och utveckla den här modellen, säger socialförsäkringsminister Ulf Kristersson.

Projektet drivs av professor Mats Lekander, KI. ●

Regeringen föreslår förändringar inom tvångsvården

För att minska användningen av tvångsåtgärder inom psykiatri och dessutom stärka patientens delaktighet i vården föreslår nu regeringen förändringar i både *Lagen om psykiatrisk tvångsvård* (LPT) och *Lagen om rättspsykiatrisk vård* (LRV).

Depression hos barn i skolåldern

Barn i förskoleåldern som diagnostiseras med depression löper mer än dubbelt så hög risk än andra barn att drabbas av depression även i skolåldern. Det visar en ny studie från Washington University School of Medicine. Resultaten talar för betydelsen av att identifiera depression tidigt hos barn och på det sättet kanske förhindra att sjukdomen utvecklas till en kronisk och återkommande sjukdom, uppger forskarna bakom studien.

I studien har 246 barn följts från att de var i åldern 3 till 5 år, fram till 9-12-årsåldern. Barnen screenades med hjälp av ett test kallat *Preschool Feelings Checklist* och man använde en åldersanpassad diagnostisk intervju för att utvärdera resultaten. Parallellt intervjuades föräldrarna om deras barns uttryck för sorg, irritation, skuld-känslor, sömn, aptit och minskat intresse för lek och andra aktiviteter. Dessutom studerades föräldrarnas förmåga till interaktion med sina barn, då tidigare forskning visat att bristande interaktion och omvårdnad är en viktig riskfaktor för uppkomsten av depression hos barn.

När forskarna efter sex år studerade hela gruppen uppfyllde 79 barn kriterierna för depression enligt DSM-5. Över 51 procent av de 74 barn som vid studiens inledning diagnostiserats med depression uppfyllde kriterierna för depression även i skolåldern. Av de övriga barnen fick 24 procent diagnosen depression i skolåldern. Forskarna bakom studien anser att depression borde ingå i hälsoscreening även bland förskolebarn, men tror att det kan dröja på grund av avsaknaden av vetenskapligt utvärderade behandlingar mot depression hos förskolebarn.

Studien är publicerad i *The American Journal of Psychiatry*, 171(7), juli 2014. <http://ajp.psychiatryonline.org> (Luby JL, Gaffrey MS, Tillman R et al) ●

I promemorian *Delaktighet och rätts-säkerhet vid psykiatrisk tvångsvård* (Ds 2014:28) presenterar nu Socialdepartementet förslag för att stärka patient-säkerheten och rätts-säkerheten för dem som vårdas med stöd av LPT och LRV. Målsättningen är bland annat att användningen av tvångsåtgärder ska minskas.

Regeringen vill att det i både LPT och LRV införs bestämmelser som tydliggör att det kvalitetssäkringsarbete som vårdgivare är ålagda att utföra enligt Hälso- och sjukvårdslagen även ska omfatta åtgärder som syftar till att minska behovet av tvångsåtgärder.

På det sättet skapas förutsättningar att implementera goda erfarenheter från det nationella projektet Bättre vård – mindre tvång i det ordinarie kvalitetsarbetet, anser regeringen.

Särskilda begränsningar föreslås beträffande fastspänning och avskiljning om åtgärden rör barn. I en ny bestämmelse föreslås att det regleras att det i yttersta undantagsfall kan beslutas om

långtidsavskiljning, högst fyra veckor i taget.

Det ska då tillämpas på en mycket begränsad patientgrupp som på grund av extrem farlighet utgör en allvarlig fara för andra. Tvångsåtgärder som rör barn ska dessutom alltid föregås av en analys av vilka konsekvenser åtgärden får för barnet utifrån barnets förutsättningar och behov.

Patienternas delaktighet i vården ska generellt stärkas genom att det i lagen uttryckligen framgår att patienten ska medverka vid upp-rättandet av den samordnade vårdplanen inför en ansökan eller anmälan om öppen tvångsvård.

Chefsöverläkare ska dessutom få skyldighet att erbjuda patienten uppföljningssamtal efter en genomförd tvångsåtgärd. Sådana samtal ingår redan i många klinikers rutiner, men anses så viktigt att det även bör framgå i lagen.

Författningsförslagen föreslås träda i kraft 1 januari 2016. ●

PETER ÖRN

"Patienternas delaktighet i vården ska stärkas"

Allt fler medlemmar i Psykologförbundet

Psykologförbundet ökar i medlemstal. Vid halvårsskiftet var antalet medlemmar över 10 900, en ökning med 3,8 procent under den senaste tolv månaders perioden.

– Det är glädjande, säger Psykologförbundets ordförande



Anders Wahlberg

de Anders Wahlberg. Vi har haft en positiv trend i medlemsrekryteringen de senaste åren. Ju fler vi är, desto större möjlighet har vi att kunna påverka.

Inom Saco som helhet har medlemsantalet ökat med 1,4 procent. ●

3 frågor till Zena El-Haj Ibrahim ...

... nyutexaminerad från psykologprogrammet vid Karolinska institutet, som i en masteruppsats i psykologi har visat att språkkunskap och sociala nätverk är det som främst främjar välmående hos nyanlända barn.

1 Hur gick studien till?

– Jag har testat elever i årskurs 7-9 i en skola i Sollentuna med formuläret Styrkor och svårigheter (SDQ-Sve), och gjort bedömningar via fotografiintervjuer och semistrukturerade intervjuer. Syftet är att, utifrån ett jämställdhetsperspektiv, skapa möjlighet för nyanlända barn i förberedelseklass att bli bedömda avseende styrkor och svagheter utifrån skolbakgrund och kognitiv förmåga samt psykosociala behov och hälsobehov.

– Resultaten visade att språkkunskap och sociala nätverk var de främsta faktorerna som främjade deras välmående. De svårigheter de upplevde vid ankomsten till Sverige var främst en följd av att inte kunna språket eller känna till landets kultur, och nyckeln till det förbättrade måendet var först och främst att de lärt sig det svenska språket tidigt efter ankomsten samt att gå i en skola i syfte att integreras och skapa sociala nätverk.

2 Varför valde du detta ämne?

– Sedan jag började psykologprogrammet har jag varit inställd på att arbeta med barn i ett hälsofrämjande syfte med hjälp av tidiga insatser. Språkförmåga och graden av integrering är oerhört viktiga faktorer för framgång och delaktighet i samhället, och grunden för detta läggs i skolan.

– Att jag själv är mångkulturell och flerspråkig, min pappa är palestiniere och min mamma svenska, bidrog till att jag valde att studera just detta ämne. Min egen bakgrund har hjälpt mig att lättare relatera till dessa barn och även skapa en trygg relation till dem.

3 I dag saknas allmänna nationella riktlinjer för inskolning av nyanlända barn i förberedelseklasser. På vilket



Zena El-Haj Ibrahim

sätt hoppas du att din studie kan bidra till en förändring gällande det?

– Jag hoppas kunna göra fler liknande studier, och att dessa tillsammans med studier som görs av andra ska bidra till att vi får allmänna nationella riktlinjer. Nyanlända barn är en heterogen grupp där jämförelser mellan olika skolor skulle bidra till en ökad förståelse för vilka komponenter som har störst påverkan på barnens psykiska hälsa. Genom noggranna kartläggningar av dessa komponenter blir det lättare att skapa inskolningsriktlinjer som är skraddarsydd efter elevernas behov.

– Psykologens roll, främst skolpsykologen, är viktig för att identifiera varje nyanländ elevs behov liksom för att handleda lärare och annan personal i hur dessa behov kan tillfredsställas. ●

PETER ÖRN

■ Titeln på Zena El-Haj Ibrahim's masteruppsats är *Psykisk hälsa och mående hos nyanlända barn i årskurs 7-9 – en studie med the Strengths and Difficulties Questionnaire (SDQ) och fotografiintervju.*

Självska debeteende ökar risken för arbetslöshet

Unga människor med självska debeteende har en nästan 60-procentig förhöjd risk att drabbas av arbetslöshet som vuxen. Risken för långvarig sjukskrivning som vuxen och förtidspension är 2 respektive 4,5 gånger högre än för unga människor utan självska debeteende. Det visar en ny registerstudie från Karolinska institutet, som bygger på information om drygt 1,6 miljoner 16-30 åringar.

Det är docenten och forskaren Ellenor Mitendorfer-Rutz på institutionen för klinisk neurovetenskap som undersökt effekterna av självska på arbetslöshet, sjukskrivning och förtidspension, som ett mått på marginaliseringen på arbetsmarknaden. I studien ingår personer som 1994 var mellan 16-30 år och bodde i Sverige. De som hade skadat sig själva på ett sätt som ledde till psykiatrisk slutenvård (5 649 personer under åren 1992-1994) jämfördes med den allmänna befolkningen i samma ålder men utan självska debeteende (1 608 167 personer år 1973-2010).

Förutom att risken för förtidspension var betydligt större såg forskarna även att den risken steg gradvis med stigande antal självska debetehandlingar. Det gällde för såväl personer med som utan tidigare psykiatrisk slutenvård. Något sådant samband fanns inte när det gällde arbetslöshet.

Resultaten pekar på ett starkt samband mellan självska debetehandlingar och framtida marginalisering på arbetsmarknaden, uppger forskarna bakom studien, men det behövs mer kunskap om mekanismerna bakom dessa höga risker och hur de kan motverkas.

Studien är publicerad i tidskriften *International Journal of Epidemiology* online 7 augusti, doi: 10.1093/ije/dyu155 ●

Allt fler hittar psykologin på

Emily Storm är ansvarig för *Psykologiguidens* monter på Bokmässan som hålls i Göteborg i slutet av september. Det är fjärde gången som *Psykologiguiden* har en egen monter på mässan. Förra året gjordes ett uppehåll så senaste tillfället var 2012.

– Vi märker att fler och fler upptäcker oss. På det sättet är det bra att vi återkommer, det bygger upp intresset och människor lär sig att vi är där, säger Emily Storm.

Psykologi är ett ämne som engagerar och drar folk och intresset är stort. Bland programpunkterna under 2014 års bokmessa märks många seminarier om vardagspsykologi som människor kan känna igen sig i – relationer mellan föräldrar och barn, mobbing, utseende och kroppsuppfattning, barn med särskilda behov, hjälp och stöd vid neuropsykiatriska funktionsnedsättningar som ADHD etc.

– Vi har också psykologer som svarar på frågor om

psykologi direkt i montern och till dem är det oftast kö, säger Emily Storm.

Många psykologer kom-



Emily Storm

FOTO: ULRICA ZWENGER

mer ut med böcker under året och en del hör själva av sig för att visa sitt intresse för mässan. Andra nås via Psykologförbundets medlemsbrev, där en fråga går ut till medlemmarna.

– Vi söker efter nyutkomna

böcker av psykologer som riktar till allmänheten och inte till yrkesverksamma psykologer. Det är en viktig skillnad, säger Emily Storm.

Kan du se något tema på mässan?

– I år handlar det mycket om positiv psykologi. Nytt för år är också att en skönlitterär författare, Helena von Zweigbergk, blir intervjuad av psykolog Anna Bennich Karlstedt på temat syskonrelationer. Det tror jag kommer bli väldigt intressant, säger Emily Storm. ●

CARIN WALDENSTRÖM

■ Den 30:e Bokmässan äger rum den 25-28 september 2014 och har Brasilien och den brasilianska litteraturen i fokus. I föl kom över 96 000 besökare under de fyra dagarna som mässan varade.



Fullt i *Psykologiguidens* monter vid en tidigare bokmessa. Psykologi är ett ämne som engagerar.

Psykolog Mattias Lundberg:

Vad handlar "Den lyckliga pessimisten" om?

– Den handlar om att vi vill ifrågasätta "sanningen" om det positiva tänkandet och optimismen som det som är det bästa för oss. Vi vill visa på fördelarna med lycklig pessimism. Man kan säga att vi på allvar gör upp med de "optimistkonsulter" och inspiratörer som med yviga floskler vill få oss att tro att livet är enkelt.

Ni är kritiska till "positivt tänkande". Har det bidragit till orealistiska förväntningar på livet?

– Det har det definitivt gjort. Det har skapats en magi runt det som säger att du inte behö-

ver något annat. Tänker du bara tillräckligt positivt så löser sig det mesta och så är det såklart inte. Till exempel "luras" många ungdomar att tro att man kan bli vad man vill, men bara för att det finns ett gymnasieprogram i rymdkunskap kan inte alla bli astronauter.

Du är också aktuell med en annan ny bok på Bokmässan: "Psykologi på jobbet – en praktisk handbok". Varför en bok om psykologi på arbetet?

– Det har saknats en bok av handbokscharaktär som ger chefs- eller HR-personen redskap inom arbetslivets psykologi.



Därför samlade jag ihop nio författare med kunskap och erfarenhet från olika områden som bidragit med sin expertis. Förhoppningsvis blir det den här boken som ligger uppbruten och sonderläst på skrivbordet, och inte en bok som bara står i bokhyllan.

Har dagens föränderliga arbetsliv lett till ökade konflikter?

– Nej, inte förändringen som sådan. Däremot har alla blivit mer synliga i takt med att arbetet blivit mer pressat och då kommer konflikterna oftare upp till ytan. Dessutom har vi blivit bättre på



att våga ta hand om och lyfta fram konflikter i ljuset, varför det kan te sig som att konflikterna ökat. ●

Bokmässan



FOTO: SARA MACKAY



PANIKÅNGEST & DEPRESSION
Frågor och svar om två av våra vanligaste folksjukdomar
Av Christian Dahlström
Natur & Kultur, 2014

Panikångest och depression tillhör våra vanligaste sjukdomar, men trots det är okunskapen stor och det är lätt att känna sig handfallen när man kommer i kontakt med sin egen eller andras psykiska ohälsa. Frågorna radas upp sig: Kan man bli fri från panikångest? Varför blir man deprimerad? Hur går psykoterapi till? Var kan man söka hjälp?

Christian Dahlström är frilansskribent och debatterar och informerar flitigt om psykisk ohälsa på sociala medier.

Han har själv varit drabbad av såväl panikångest som depression och har sett ett behov av att samla och sprida information om sjukdomarna.

I boken *Panikångest & Depression* ger han raka svar på de vanligaste frågorna. Boken vänder sig främst till personer som själv drabbats av sjukdomarna samt deras anhöriga och vänner. ●

Psykolog Jenny Rickardsson:

Du beskriver boken som en guide till terapi. Varför behövs den här boken?

– Jag tror att fler skulle ha glädje av att veta hur terapi fungerar, vad man kan förvänta sig av att gå i terapi, och lite praktiska tips om hur man kan gå till väga för att söka terapi. Många som jag träffar i jobbet och privat – som har en annan bakgrund än en psykologutbildning – har mycket frågor om terapi, och det är ofta svårt att söka reda på svaren på internet. En googling på terapi ger hundratals träffar och det är knepigt att sortera i den vilda blandning av kvalitet och kvacksalveri som kommer upp.

Vilka vänder du dig till?

– Förhoppningsvis har den som

är lite nyfiken på terapi, den som själv funderar på att gå i terapi, den som undrar över hur terapi kan vara hjälpsamt eller den som vill orientera sig i terapidjungeln glädje av boken. Jag vänder mig i första hand till allmänheten, men tror att också personal på vårdcentraler eller andra mottagningar kan ha glädje av en lättillgänglig översikt av vad terapi kan hjälpa till med.

Vilken är den vanligaste frågan som människor ställer till dig om att gå i terapi?

– Hur hittar man en bra psykolog?

Boken innehåller intervjuer med personer som öppet berättar om sin terapi. Hur såg de på att dela med

sig av sina erfarenheter i boken?

– De som bestämde sig för att berätta om sina erfarenheter i boken har varit oerhört modiga. Jag hoppas att de upplever att deras berättelser har tagits emot med respekt. Deras bidrag för att man som läsare ska förstå hur det är att gå i terapi kan knappast överskattas. Jag hoppas att de ska tycka att det varit värt att våga berätta, för att det i sin tur blir viktigt för andra att ta del av. En del av dem funderade en tid innan de bestämde sig för att vara med, några tackade ja omedelbart. ●



Systrarna Bäck förenar psykologi och statsvetenskap:

”Samarbetet är avgörande för vår forskning”

Emma Bäck är doktor i psykologi, system Hanna Bäck docent i statsvetenskap. När de insåg att de ställde likartade vetenskapliga frågor bestämde de sig för att förena sina vetenskapsområden i ett forskningsprojekt. Nu kan de för första gången peka ut socialpsykologiska faktorer bakom politisk aktivism.

TEXT: PETER ÖRN FOTO: ULRICA ZWENGER

Politik har funnits med sedan födseln för Emma och Hanna Bäck. Föräldrarnas engagemang, främst pappa Henry Bäck som var gruppleadare för Vänsterpartiet i Upplands Väsby norr om Stockholm och mycket politiskt aktiv, ledde till att föräldrahemmet blev den naturliga träffpunkten då partivänner möttes för att diskutera politik eller bara umgås.

– Vi gick med i demonstrationståg redan då vi låg i barnvagn, och när vi kom upp i tonåren fick vi mer handfasta uppgifter, som att stoppa valsedlar i kuvert och liknande. Under hela vår

uppväxt färgades en stor del av vardagen i hemmet av pappas politiska engagemang. Men jag tror inte att pappa har försökt påverka våra egna politiska val och vi systrar har inte själva varit politiskt aktiva, säger Emma Bäck.

Men pappans betydelse för systrarnas yrkesval och forskningsinriktning är förmodligen lika stort i ett annat avseende: vid sidan av sitt politiska engagemang var han professor i statsvetenskap i Stockholm och Göteborg och döttrarna fick under tidiga tonåren agera ”forskarassistenter” och koda enkäter, hjälpa till vid mediaanalyser

etc. Forskning och politik var vardag i föräldrahemmet. Det bidrog förmodligen till att Emma Bäck så småningom doktorerade i psykologi vid Stockholms universitet på en avhandling om politiska röstsystem, medan Hanna Bäck valde statsvetenskap och doktorerade i ämnet vid Uppsala universitet på en avhandling om koalitionsbildning mellan politiska partier.

I dag är Emma och Hanna Bäck anställda vid Lund universitet. Emma, universitetslektor på institutionen för psykologi, är i sin forskning huvudsakligen inriktad på socialpsykologiska fråge-



– Det kanske största problemet är att tala till och granskas av två olika vetenskapsområden samtidigt, säger Hanna Bäck.



”För att bättre förstå varför människor väljer att rösta måste man gå till det psykologiska”

Emma Bäck

aktiva ville de även studera varför vissa även radikaliseras i sina engagemang. Emma kunde med sin psykologiska bakgrund bidra med teorier kring socialpsykologi, hur grupper och sociala identiteter fungerar och så vidare.

– Inom socialpsykologin är jag van att arbeta med ganska små experimentella studier, ofta är det studenter som deltar, men jag har successivt sökt mig mot större studier av enkätformat och det är ett resultat av vårt samarbete. Den statsvetenskapliga forskningen bygger mycket mer på stora studier med representativa urval som man kan dra generella slutsatser från, än den socialpsykologiska forskningen. Dessutom vore det inte realistiskt att endast använda studenter för att studera psykologiska faktorer bakom radikalisering eller varför människor söker sig till exempelvis partier som Sverigedemokraterna, säger Emma.

Statsvetaren Hanna har som ett resultat av samarbetet med Emma å andra sidan successivt vant sig vid att arbeta med mindre studier än vad hon annars brukar göra, och att i ökad utsträckning använda fler olika metoder – såväl kvalitativa som kvantitativa – för att sammanfatta ett tillförlitligt resultat.

Även om samarbetet visat sig fungera bra så har det inte varit helt utan svårigheter. Olika typ av bakgrundskunskap och terminologi för att beskriva ungefär samma sak kunde i början innebära vissa problem, berättar Hanna och Emma, och även forskningsetiken vilar till viss del på lite olika krav och tradition inom statsvetenskap jämfört med psykologin.

Hanna är som statsvetare mer van att

➤ ställningar och politisk psykologi. Hanna, docent på institutionen för statsvetenskap, har fortsatt att studera bland annat politiska koalitioner men också i allt större utsträckning intresserat sig för frågor som tangerar politisk psykologi. Det är i ett sådant projekt, om protestbeteenden och politisk aktivism, som de nu gemensamt använder två vetenskapsområdens styrkor sett till teorier och forskningsmetodik, och tar tillvara ett intresse de delat sedan de var små.

– Inom statsvetenskaplig forskning börjar psykologiska faktorer, exempelvis psykologins så kallade femfaktorsteori, komma in alltmer. Utan att ta in psykologin tenderar statsvetenskaplig forskning ibland att bli allt för förenklad, säger Hanna Bäck, och fortsätter:

– Vår forskning om politisk aktivism hade inte varit möjlig utan vårt samarbete. Det handlar ju mycket om personlighetsdrag, effekter av avvisning från en social tillhörighet och annat som ingår i grupppsykologiska teorier.

Emma Bäck:

– Själv har jag länge varit intresserad av det som kallas *rejection sensitivity*, det vill säga personlighetsdrag som karakteriseras av en ökad känslighet

för avvisning och som visat sig vara en viktig faktor för benägenheten att delta i protestaktioner. Känslan av att få tillhöra en grupp är för många otroligt viktig och det kan handla om extremt små signaler som påverkar den. *Rejection sensitivity* är dessutom ett område inom psykologin med stora luckor inom forskningen.

Det var Hanna som tog initiativet till att arbeta tillsammans i ett gemensamt forskningsprojekt. De sökte och fick pengar från Vetenskapsrådet. Grundfrågan var: Varför blir människor politiskt aktiva? Hanna förde fram sina teorier utifrån statsvetenskaplig forskning, och med hjälp av Emmas bakgrund och kunskap i socialpsykologi modifierades teorierna.

– Ta exempelvis frågan om normer. All statsvetenskaplig forskning visar att det är samhällets normer som får människor att gå och rösta när det är val till riksdagen, men rent rationellt betyder ju din enskilda röst väldigt lite i ett val. För att bättre förstå varför människor väljer att rösta måste man gå till det psykologiska, säger Hanna Bäck.

Utöver den övergripande frågan om vad som får människor att bli politiskt

tänka på de etiska frågorna när de planerar en studie, säger de båda, och de är vanligtvis hon som hissar varningsflagg när det gäller etiska aspekter. Emma är van att vissa experiment är okej att genomföra utan etiska prövningar om resultaten inte är tänkta att publiceras.

– Även om de etiska kraven har ökat inom socialpsykologin – och sådana klassiska experiment som gjordes av exempelvis Philip Zimbardo och Stanley Milgram aldrig skulle bli etiskt godkända i dag – så är jag van att kunna få ”lura” försökspersoner inom ramen för ett experiment. Studier som de av Zimbardo och Milgram har dock varit viktiga i utvecklandet av ett etiskt synsätt på socialpsykologiska experiment i det att man faktiskt inte kan utsätta människor för vad som helst, säger Emma.

En annan svårighet med att kombinera två vetenskapsområden i ett gemen-

samt forskningsprojekt är möjligheten att få resultaten publicerade, tror båda två. De främsta resultaten från deras gemensamma projekt har ännu inte publicerats i någon stor vetenskaplig tidskrift, men ett manus är i stort sett klart för att skickas in.

– Det kanske är det allra största problemet med ett samarbetsprojekt som vårt: att tala till och granskas av två olika vetenskapsområden samtidigt. Och sett från en statsvetenskaplig synvinkel har vi ett ganska litet underlag i vår studie vilket kan innebära ett problem, åtminstone om vi vänder oss till en vetenskaplig tidskrift inom statsvetenskap. Men en duktig redaktör borde förstå och kunna ta hänsyn till sådana aspekter, säger Hanna.

Samarbeten mellan olika vetenskapsområden blir allt vanligare, och inom politisk psykologi – ett subfält inom

psykologi och statsvetenskap som blir allt större enligt Hanna och Emma – är samarbetet helt nödvändigt.

Redan då Emma disputerade vid Stockholms universitet 2011 om politiska röstsystem byggde forskningen till viss del på ett samarbete med statsvetare.

Till hösten kommer den internationellt sett viktigaste vetenskapliga tidskriften inom politisk psykologi, *Political Psychology*, att få sin redaktion i Lund. Redaktionen flyttar vart femte år, senast har den varit stationerad i Israel, och när den nu hamnar i Sverige för de kommande fem åren kommer både Emma och Hanna Bäck att ingå i redaktionen. ●

Läs även om Emma och Hanna Bäckers forskning och resultat i detta nummers forskningsartikel.



Hanna Bäck



– Jag har successivt sökt mig mot större studier av enkätformat och det är ett resultat av vårt samarbete, säger Emma Bäck.



Om psykologins roll i samhället – detta vill riksdagspartierna

Hur ser våra riksdagspartier på behovet av psykologisk kompetens i samhället och den ökade psykiska ohälsan? Läs vad partierna svarar *Psykologtidningen* på några av de frågor som psykologkåren och förbundet just nu prioriterar högt.

Här är frågorna:

- 1 Hur ska ni verka för att varje vårdcentral har tillgång till psykolog?
- 2 Borde även psykologer få skriva sjukintyg inom området psykisk ohälsa?
- 3 Hur ser ni på en statligt reglerad och finansierad specialistutbildning för psykologer?
- 4 Hur ser ni på ett utökat titelskydd för att skydda allmänheten mot skador till följd av oseriös yrkesutövning inom området psykisk ohälsa?
- 5 Kommer ni att verka för att legitimation införs som ett behörighetskrav för att få utöva psykologyrket inom all hälso- och sjukvård?
- 6 Hur vill ni att psykologisk kompetens ska användas för att förebygga psykisk ohälsa bland barn och ungdomar?

Här är svaren:

Socialdemokraterna (S)

1. Vi vill att primärvårdens uppdrag ska vara så brett att psykologisk kompetens ingår.

2. Sjukskrivningsprocessen bör ständigt diskuteras och utvecklas. Ett sådant översynsarbete pågår i den parlamentariska socialförsäkringsutredningen.

Vi får se vad den kommer fram till.

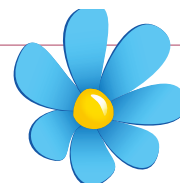
3. Frågan bör ses över men vi kan inte lova något i detta skede.

4. Vi stöder ett utökat titelskydd. Vi vill ha en lagändring som gör det förbjudet för olegitimerad

personal att behandla svåra psykiska sjukdomar och personer med självmordsrisk.

5. Vi är beredda att se över legitimationskravet som behörighetskrav mot bakgrund av vikten av säkerhet och rätt behandling.

6. Vi vill ha ett formaliserat krav på samverkansmodell i varje kommun som säkerställer tidiga insatser för barn och ungdomar som mår dåligt. Skolan, socialförvaltningen, ungdomsmottagningarna, sjukvården och Bup ska ingå i samverkan.



Vänsterpartiet (V)

1. Vi vill att vårdcentralen ska ha en bred kompetens av yrkesgrupper, och ett utvecklat teamarbete och en anställning för psykologen ger mycket större möjlighet att vara en tydlig del av teamarbetet.

2. Vi har inte tagit ställning i frågan.

3. Det är viktigt att se över frågan om en statligt reglerad specialistutbildning. När verksamheten behöver och efterfrågar specialistkompetens bör specialistutbildningen vara ett statligt ansvar.

4. När någon använder titeln psykolog så ska personen ha den utbildningen och vi är

beredda att titta över den här frågan.

5. Vi har inte fördjudat oss i frågan när det gäller legitimation men är beredda att titta på den frågan.

6. Det är viktigt med tidiga insatser, redan från MVC, BVC och förskolan. Såväl skolan,

skolhälsovården som ungdomsmottagningar har en viktig roll när det gäller barn och ungas psykiska hälsa, och att det finns rätt kompetens inom primärvården. Psykologiska insatser behövs inom alla dessa områden som en del av teamet, som stöd för till exempel förskolepersonal.



Miljöpartiet (MP)

1. Vi vill utveckla vårdcentraler till hälsocentraler där kompetens om hela människan ska finnas. Hälsocentralen ska inte enbart behandla fysisk ohälsa utan också psykisk ohälsa där psykologen har en given roll.

2. Vi är positiva till att psykologer får skriva sjukintyg,

vilket vi också lyft i en motion i riksdagen. Vi ser även att teamarbetet utvecklas, såväl sjuksköterskor som psykologer, sjukgymnaster och andra legitimerade yrkeskategorier bör få möjlighet att ta ett större ansvar för sina patienter. Det skulle även avlasta läkarna.

3. Det är en fråga vi inte har tagit ställning till.

4. Vi tycker det är viktigt att se över behov av titelskydd. Vi vill tydligt medverka till att människor ska veta vad olika behandlingar betyder, vilken utbildning yrkesutövare och behandlare har och vilken kontroll som finns.

5. Att utöva psykologyrket måste innebära att man ska vara behörig.

6. Vi tror allmänt att psykologresurser och ett psykologiskt perspektiv skulle behövas mer i det förebyggande arbetet.



Moderaterna (M)

1. Regeringen satsar 870 miljoner kronor per år för att förebygga psykisk ohälsa och förbättra vården, men vi ser vikten av att öka tillgängligheten till psykiatri inte minst för barn och ungdomar. Dessutom måste samverkan mellan landsting och kommuner förbättras.

2. Sjukintyg ska bygga på information från flera olika yrkesgrupper men det är läkaren

som ska ha det samordnande ansvaret.

3. Vi kan överväga att förändra den nuvarande ordningen av utbildningen om det skulle innebära tillräckliga förbättringar av utbildningskvaliteten.

4. Vi anser inte i dagsläget att det ur ett patientsäkerhetsperspektiv finns anledning att införa skyddad specialist-

beteckning för denna yrkesgrupp.

5. För att överväga ensamrätt måste behovet av att öka patientsäkerheten vägas mot att begränsa näringsfriheten och vara större än den senare. Det skulle också innebära svårigheter att definiera vilka arbetsuppgifter som skulle omfattas av ensamrätten.

6. Det finns stora vinster med att så tidigt som möjligt identifiera och behandla psykisk ohälsa hos barn och ungdomar. Det kan uppnås genom att kommuner och landsting erbjuder en hälsofrämjande förskola, skola och effektiva vård-, stöd- och hjälpinsatser vid psykosocial ohälsa. Den ohälsan ska bedömas och behandlas utifrån ett brett holistiskt perspektiv och synsätt.



Folkpartiet (FP)

1. Hur tillgången på psykologer ska säkras är en fråga för landstingen att hantera.
2. Vi är tveksamma till att införa möjligheten att skriva sjukintyg till fler professioner än i dag.
3. Behörighetspropositionens förslag trädde i kraft i januari 2014 och när den verkat en tid

- bör den utvärderas. Vi i Folkpartiet utesluter inte inom ramen för en sådan utvärdering att det på nytt finns anledning att pröva frågan om en reglering av psykologernas specialistutbildning.
4. Vi är positiva till ett utökat titelskydd. Psykiskt sköra personer måste skyddas från kvacksalveri, terapi och

- behandlingar som inte är vetenskapligt grundade.
5. Patientsäkerhetslagen bör ändras så att den skyddar psykiskt sköra människor mot behandlingsmetoder som saknar vetenskaplig grund och som utövas av personer som inte har hälso- och sjukvårdens legitimationsyrken. Samma behörighetskrav bör ställas på

- offentliga som privata vårdgivare.
6. Exakt hur psykologisk kompetens ska användas är en fråga som de som praktiserar yrket är bäst lämpade att svara på. Vi vill se tidiga och riktade insatser som vilar på vetenskaplig grund.



Kristdemokraterna (KD)

1. Landstingen har lite olika förutsättningar runt om i landet och man måste därför vara öppen för olika slags lösningar. Nya lösningar via exempelvis internet kan vara en väg framåt.
2. Det är självklart att andra yrkeskategorier kan bidra med information om patientens tillstånd, men det behövs en

- läkare som går i god för kvaliteten och som gör en grundlig bedömning av patienten och de uppgifter som lämnas i sjukintyget.
3. Ur ett patientsäkerhetsperspektiv, som ju alltid är det viktigaste, ser vi i dag inte att det finns anledning att införa en statlig reglering.

4. Det skulle innebära stora svårigheter att precisera vilka psykiska sjukdomar och behandlingar som skulle omfattas av ett utökat titelskydd.
5. När legitimation och ensamrätt övervägs måste behovet av att öka patientsäkerheten vägas mot begränsning av näringsfriheten. Det skulle

- också innebära svårigheter att definiera vilka arbetsuppgifter som skulle omfattas.
6. Satsningen på att förstärka elevhälsan innebär att fler skolpsykologer finns tillgängliga, och vi vill arbeta för att ytterligare korta väntetiderna till den specialiserade barn- och ungdomspsykiatri.



Centerpartiet (C)

1. Det är viktigt att psykosocial kompetens – socionom och psykolog – finns tillgänglig i primärvården. Däremot är det landstingen som får avgöra om det ska ingå i vårdcentralens grunduppdag eller vara ett tilläggsuppdag.
2. Vi har oroats av att patienter som klassas som psykiskt sjuka

- inte sällan har en somatisk sjukdom som förblir odiagnostiserad och därmed obehandlad. Vi tycker därför att det kan vara klokt att behålla läkaransvaret för exempelvis intyg om nedsatt arbetsförmåga på grund av sjukdom.
3. Specialistutbildningens finansiering är i grunden ett

- ansvar för arbetsgivaren.
4. Vi anser att "kvacksalverilagstiftningen" bör utökas till att även omfatta människor med psykisk sjukdom.
 5. Vi anser inte att ensamrätt är rätt väg att gå för att skapa tydlighet om yrkesutövning på psykologernas kope-

- tensområde, eller att patientsäkerheten skulle stärkas.
6. Det behövs bland annat bättre journaler, mer samverkan och metoder för att se vilka som ligger i riskzonen, samt fler förebyggande insatser. Vi behöver därför stärka elevhälsan och se till att vi har första linjens psykiatri även för åldrarna 6 till 12 år.



Sverigedemokraterna (SD)

1. Psykisk ohälsa är ett prioriterat område för oss sverigedemokrater där vi gör satsningar i vår budget. Flertalet av de som drabbas av ångest eller depression söker sig till primärvården och i Socialstyrelsens riktlinjer förordar man psykologisk behandling vid dessa sjukdomar. Det är ytterst angeläget att

- vårdcentralerna kan erbjuda psykologisk kompetens till patienterna.
2. Vi är positiva till en försöksverksamhet likt den man genomfört i Norge.
 3. Vi ställer oss positiva till en statligt reglerad och finansie-

- rad specialistutbildning för psykologer.
4. Ett förstärkt och utvidgat titelskydd är angeläget för att skydda allmänheten mot oseriösa personer inom de psykologiska verksamheterna.
 5. Vi anser att krav på legitimation ska införas som behörig-

- hetskrav för psykologyrket inom all hälso- och sjukvård.
6. Det är viktigt att fånga upp dessa barn och ungdomar i ett tidigt skede. Vi anser att fler psykologer bör anställas inom skolans område.

ENKÄT: PETER ÖRN



Anders Wahlberg kommenterar enkätsvaren:

”Vi har mycket att lära politikerna”

Psykologförbundets krav på ett utökat titelskydd har starkt stöd bland riksdagspolitikerna. Det visar *Psykologtidningens* enkät inför riksdagsvalet. Däremot ställer sig endast två partier (MP och SD) bakom kravet att ge psykologer rätt att skriva sjukintyg vid psykisk ohälsa.

Psykisk ohälsa är ett av de största samhällsproblemen idag. Men att döma av svaren på *Psykologtidningens* enkät till riksdagspartierna tycks inte problemet ges den tyngd det förtjänar. Den spontana reaktionen ger Psykologförbundets ordförande Anders Wahlberg, när han ombeds kommentera enkätsvaren.

– Omkring 40 procent av alla sjukkrivna är det på grund av psykisk ohälsa och den är ett gigantiskt samhällsproblem, men sett till svaren på *Psykologtidningens* enkät känns det som att okunskapen är stor. Svaren är ofta luddiga, exempelvis när det handlar om psykologer inom primärvården, och vittnar om en okunskap om hur situationen ser ut i verkligheten och att man inte tänkt igenom frågan ordentligt. Vi har mycket att lära politikerna, säger Anders Wahlberg.

En av förbundets viktigaste frågor, den om ett utökat titelskydd för att skydda allmänheten mot skador till följd av oseriös yrkesutövning inom området psykisk ohälsa, har dock ett starkt stöd bland riksdagspartierna. Endast M och

KD är negativa till ett sådant, med hänvisning till näringsfriheten.

– Frågan var även uppe på vårt seminarium under Almedalsveckan, och då var det ingen som ifrågasatte våra krav att den så kallade ”kvacksalverilagen” borde ses över. Jag kan på ett sätt förstå argumentet om näringsfrihet, men den ska inte upprätthållas på bekostnad av de svagaste i samhället. En lagändring som i ett första steg åtminstone skyddar patienter med psykosjukdomar borde kunna genomföras relativt snart, säger Anders Wahlberg.

Just nu pågår ett utredningsarbete på Socialstyrelsen som Psykologförbundet hoppas ska leda till ett större statligt engagemang för psykologernas specialistutbildning, helst i form av en statlig reglering och finansiering av utbildningen. Men i *Psykologtidningens* enkät var det bara ett parti, SD, som tydligt redan i dag ställer sig bakom ett sådant upplägg.

– Min spontana reaktion efter att ha läst enkätsvaren är att det handlar om en fråga som det är svårt för en politiker att svara på om man inte är rik-

tigt insatt i den. Därför tycker jag generell sett att det är svårt att läsa ut något utifrån enkätsvaren om specialistutbildningen, säger Anders Wahlberg.

Frågan om rätten för psykologer att skriva sjukintyg vid psykisk ohälsa är just nu inte högprioriterad för Psykologförbundet, även om den fortfarande finns kvar i förbundets eget valmanifest. Fler psykologer inom primärvården och utökat titelskydd har i dagsläget en högre prioritet.

– Samtidigt måste jag kommentera de som i enkäten uppger att läkare är bäst lämpade att skriva sjukintyg med argumentet att de med psykisk sjukdom ofta också har en somatisk sjukdom som förblir odiagnostiserad. Det är just detta som är problemet: Det är oftast inte psykologer som diagnostiserar patienter med psykisk sjukdom utan läkare, och läkare utan specialistutbildning har i allmänhet inte den kompetens som behövs för att säkerställa psykisk sjukdom vilket kan innebära fel diagnostisering, säger Anders Wahlberg. ●

PETER ÖRN



KRÖNIKA

av Jonas Mosskin

Psykolog, organisationskonsult och frilansskribent

Varför väljer psykologer bort politiken?

I min ungdom brukade jag kalla mig "individuell kommunist". Kanske är det just för att mitt eget individuella självförverkligande gått över styr som det är dags att vara självkritisk. Vi psykologer är från första dagen på utbildningarna socialiserade att tänka individcentrerat såväl om oss själva som om våra klienter. Vi förstår oss sällan på samhälleliga förklaringsmodeller om människan. Därför förstår vi inte heller hur politik fungerar.

Det finns något märkligt med psykologer. En förkrossande majoritet har en välartad medelklassbakgrund, vill väl och hjälpa andra som har det svårt. Oavsett om man träffar en djupanalyserande dynamiker eller en hurtig KBT-are så är alla säkra på det individuella perspektivet. Antingen hjälper vi dig här och nu eller så tittar vi på dina individuella mönster från tidigare relationer i livet. Det är alltid upp till dig att förändra dig.

Som förprogrammerade flockdjur

**"Vi psykologer måste sluta be
snällt om inflytande, utan i stället
våga ta ansvar, hur obehagligt
det än är att säga som det är"**

styr vi psykologer efter tankekollektiv med olika behandlingsinriktningar. Men så fort en metod (gärna med en akronym på 3 eller 4 bokstäver) blivit etablerad, startas nya metoder. Det påminner om Sverige på 1970-talet när

det var allmänt känt att "vänstern ökade genom att dela på sig", något som verkar vara på väg tillbaka i valet 2014.

Själv är jag på något sätt en perfekt representant för den självförverkligande psykologen. I stället för att gå med i föreningar eller etablerade forum har jag startat mina egna projekt. "Psykologer tittar på film" kan ses som ett sätt att säga till psykologin att inte glömma bort kulturen. Jag har också varit en del av en bloggande massrörelse som svept in i samhället. Inte sällan har vi sagt att vi är annorlunda än etablissemang-
et och gammelmmedia. Fan tro't. Snart har vi alla blivit en del av en outhärdlig medieklass och inte sällan har vårt subjekt stått i vägen för det vi vill säga.

Jag har fått nog av det. Jag är trött på det. När jag i vintras blev inbjuden till att föreläsa för Miljöpartiet om psykologin bakom klimathotet, insåg jag att mitt förhållningssätt inte höll längre. Jag var tvungen att gå med.

Det finns en idé att politik och politiker är några andra, inte vi. I många år har jag pläderat för att Psykologförbundet och psykologerna borde arrangera möten mellan psykologstuden-

ter och ungdomspolitiker. Min tanke har varit att om alla blivande politiker känner en psykolog, så är steget inte långt till att anlita oss för allehanda expertuppdrag om 10-15 år.

Men egentligen är det en smula bak-

vänt tänkt. Om i stället massor av psykologer gick med i politiska partier, då skulle ju avståndet till politiken bli kort. Lika kort som för jurister, läkare, ingenjörer och statsvetare som anlitas för att utreda och leda samhället i dess utmaningar.

Problemet är att så få psykologer ser politiken som en naturlig väg. Vi svävar i stället högt över samtiden och gnäller över utvecklingen och alla som inte förstår. Vi väntar på att vi ska bli tillfrågade som experter, men att vi sedan inte vet vad vi ska tycka som auktoriteter, det har vi på något sätt glömt bort.

För att verkligen kunna göra skillnad och påverka samhället i en mer psykologisk och human riktning måste vi känna till politikens spelregler. Annars går vi hopplöst bort oss i dagspolitikens djungel. Vi måste inse att världen innehåller makt, prestige, konkurrens och allianser och sluta rygga tillbaka för detta. Vi psykologer måste sluta be snällt om inflytande, utan i stället våga ta ansvar, hur obehagligt det än är att säga som det är och peka med hela handen.

Men kanske är en förändring på väg? På mitt första lokalmöte i min stadsdel träffar jag tolv partimedlemmar varav tre visar sig vara psykologer. På gräsrotsnivå kanske det börjat röra på sig. Det är dags att psykologerna anammar samhället och politiken för att göra skillnad. Annars blir vi hopplöst förbisprunna av andra särintressen. Och det vill vi ju inte? ●

JONAS MOSSKIN



Sätra vård- och omsorgsboende ger vård till patienter med Huntingtons sjukdom.

Genetisk vägledning vid Huntingtons sjukdom

Psykologer har en viktig roll för patienter som drabbats av Huntingtons sjukdom. Att erbjuda samtal till personer som tros bära på anlaget för sjukdomen, både före och efter testning, så kallad genetisk vägledning, är en central uppgift för psykologerna.

Sätra vård- och omsorgsboende i Skärholmen utanför Stockholm har en verksamhet inriktad på patienter med demenssjukdom, men här finns även personer med frontallobskada och Huntingtons sjukdom. En av patienterna, "Tomas", befinner sig i ett tidigt skede av sjukdomsförloppet. Han arbetade tidigare i butik, men fick sluta när det inte gick längre. Efter att ha fått diagnosen fick han vårdplats.

– Jag klarar mig, det går bra än så länge, säger Tomas.

Vi sitter tillsammans med de andra på avdelningen, fikar och pratar. Vid

första anblicken sticker Tomas inte ut och jag kommer på mig själv med att tänka att han faktiskt inte verkar sjuk. Han verkar klara sig betydligt bättre än de andra i gruppen.

– Samtidigt kan det vara skrämmande att för en individ i ett tidigt skede se andra där sjukdomen gått längre, berättar Yvonne Esgård, enhetschef.

Huntingtons sjukdom är en neuropsykiatrisk sjukdom som vanligtvis debuterar i 40-årsåldern. Det är en dominant nedärvd sjukdom som innebär att varje barn till en förälder med anlaget har femtio procents risk att drabbas. Sjuk-

domen kan även börja tidigare, framför allt om man ärver den på faderns sida, då risken är större för tidigare debut (vilket är den enda kända könsskillnaden). Sjukdomen kan också debutera senare i livet, från ungefär 55 års ålder och uppåt. I dessa fall är sjukdomen oftast lindrigare i sitt förlopp, symtomen är inte lika tydliga.

De mest kända symtomen vid Huntingtons sjukdom tar sig uttryck i motoriska problem eftersom sjukt huntingtin bildas i hjärnan vilket leder till att celler förstörs i de basala ganglierna som styr våra rörelser. De basala ganglierna har kopplingar till andra centra

➤ som påverkar sväljförmåga och andning. Detta leder därför till svårigheter att svälja fast föda och att tala.

Patienten behöver mer energi på grund av de ofrivilliga rörelserna, det är viktigt att äta ofta. Det betyder i sin tur att man behöver få hjälp av tandläkare så att inte munhygien förfaller.

Eftersom det nämnda området i hjärnan har kontakt med frontalloben uppstår till följd av detta även exekutiva problem, det blir svårare att planera

delar skadas, berättar Åsa Petersén.

Viktigt är att den drabbade får stöd i arbetslivet så länge som det går och stöd i vardagen av familj och närstående.

Vid begynnande sjukdomssymtom genomförs en neuropsykologisk undersökning för att fastställa kognitiv funktionsnivå inför fortsättning i arbetslivet och stödsamtal. Ängst och irritation är vanliga reaktioner i tidigt skede.

– Vi i Västra Götalandsregionen har sett till att Huntingtonpatienter fått

psykologer som tar sig an detta och som kan handleda annan personal som sköter personer med Huntingtons sjukdom, det ser vi som något jättepositivt, säger Åsa Petersén.

Ulrika Hösterey-Ugander är själv med i processen då patienter ska testa sig för om de bär på anlaget och kanske behöver ta emot ett svårt besked. Eftersom ärftlig sjukdom påverkar hela familjen, och inte bara kärnfamiljen utan personer med biologiskt släktskap, kan psykologen behöva träffa fler i familjen och släkten. Psykologens kunskap om familjer och grupper här är värdefull.

Barn är särskilt drabbade. I Skottland där många Huntingtondrabbade finns har man erfarenhet av att arbeta extra mycket med barn.

– Ett barn drabbas ju så att säga dubbelt. Inte nog med att föräldern är sjuk och inte kan fullfölja sitt föräldrauppdrag. Barnet själv riskerar också att drabbas. En människa som får veta att han eller hon bär på anlaget ska ju sedan leva med detta som frisk till det bryter ut, säger Ulrika Hösterey-Ugander.

På vissa orter i Sverige har försök gjorts med ett team bestående av arbetsterapeut, sjukgymnast, logoped, neurolog och psykolog. Men alltför ofta har utbildad personal varvats med utbildad och handläggare har ofta bytts ut. Patienten får därmed inte den angelägna kontinuiteten i vårdrelationen.

– Det tragiska i dagsläget är att det inte finns bra exempel i Sverige som funnits längre över tid, menar Ulrika Hösterey-Ugander, som påpekar att ett team som sluter upp kring patienten är det allra bästa.

En kall och klar vinterdag i är jag tillbaka på Sättra vård- och omsorgsboende. Denna gång träffar jag andra patienter. Tomas syns däremot inte till och jag får höra att han är sängliggande eftersom han inte mår särskilt bra. Hans tillstånd har försämrats och han är deprimerad. ●

TOBIAS DREJBY

Psykologstudent termin 4, Växjö



"Psykologer skulle behöva få kunskap om genetikens möjligheter redan på utbildningsnivå"

Ulrika Hösterey-Ugander

och organisera. Frontalloben styr kognitiva funktioner som uppmärksamhet och förmågan att vara närvarande och se helheten. Tänkandet fragmenteras och individen befinner sig alltmer i nuet utan att kunna se framåt.

Det finns i dag inga botemedel utan bara medicin med symtomlindrande effekt. Men forskningen fortsätter och stora förhoppningar finns på att man är på gatan på spåret.

– Mycket av den nuvarande forskningen går ut på att försöka stänga av den gen som orsakar sjukdomen och därigenom förhindra sjukdomsutvecklingen. Självklart hoppas vi på en lösning och att kunna stoppa sjukdomen i framtiden, säger Åsa Petersén, ST-läkare i Psykiatri Skåne och docent i neurovetenskap vid Lunds universitet som forskat på Huntingtons sjukdom i mer än 15 år.

– Ganska länge har man sett på Huntington som en rent neurologisk sjukdom med mest ofrivilliga rörelser, men numera har man alltmer börjat uppmärksamma de kognitiva och psykiatriska problemen som uppstår i och med att hjärnans olika

grönt kort hos tandläkaren, berättar Ulrika Hösterey-Ugander, psykolog och specialist i klinisk psykologi, som har 25 års erfarenhet av arbete med Huntingtonpatienter.

Ulrika Hösterey-Ugander anser att psykologer har en viktig roll för Huntingtondrabbade. Patienterna drabbas psykiskt och frågan är om det är sjukdomen i sig eller en reaktion på denna, säger hon.

Att erbjuda samtal till personer som tros bära på anlaget, både före och efter testning, så kallad genetisk vägledning, är något som psykologerna arbetar med.

– Psykologer och andra behöver utbildning för att kunna möta personer med risk inför presymtomatisk testning. Psykologer skulle behöva få kunskaper om genetikens möjligheter redan på utbildningsnivå, säger Ulrika Hösterey-Ugander.

Ulrika Hösterey-Ugander har uppmärksammat ett växande intresse hos studenter på psykologprogrammen för genetisk vägledning och får ofta frågor om praktik. Åsa Petersén välkomnar det växande intresset.

– Självklart kommer det att behövas

Psykologförening bjöd in politiker:

Rätt till psykisk hälsa

Politikerna efterfrågar argument och psykologerna kan leverera dem. Med den utgångspunkten bjöd psykologföreningen i Västra Götalandsregionen i slutet av augusti in till ett samtal om allas rätt till psykisk hälsa, med deltagare från politiska partier, patientföreningar och professionen.

För tredje gången i ordningen mitt i en valrörelse arrangerade psykologföreningen i Västra Götalandsregionen ett panelsamtal under rubriken *Allas rätt till psykisk hälsa*. Samtliga politiska partier deltog, utom Sverigedemokraterna som arrangören, trots upprepade försök, aldrig lyckades nå, plus patient- och anhörigföreningar, representanter från psykologprofessionen, allmänhet och massmedia. Totalt hade ett 50-tal åhörare kommit till Världskulturmuseet i Göteborg den 26 augusti för att lyssna, ställa frågor och ta del av andras erfarenheter.

Ordföranden i psykologföreningen, Gunilla Petersson Bergström, berättar att det är de goda erfarenheterna från 2006 och 2010 som gjorde att de även i denna valrörelse ville lyfta frågan om rätten till psykisk hälsa.

–Politikerna är mycket intresserade av dessa frågor, men eftersom det till stor del handlar om en högspecialiserad vård efterfrågar de argument. Intresset för att delta var mycket stort från de politiska partierna, säger Gunilla Petersson Bergström.

I Västra Götalandsregionen har det hänt en hel del som föranleder att frågan om den psykiska hälsan bör genomlysas. Under vårvintern 2014 lades öppenvårdspsykiatri på Hisingen ned utan att det först gjorts någon konsekvensanalys.

En enkät hade gått ut till patienter som tillhört öppenvården, men trots politikernas önskemål fick de aldrig del av några enkätsvar, berättar Gunilla Petersson Bergström. Den ansvarige tjänstemannen ansåg inte att det var nödvändigt.

– Nu har 20 procent av patienterna bara försvunnit.

Ingen vet var de är, eller vilken hjälp de får i dag, säger Gunilla Petersson Bergström.

Beslutet och effekterna av det fick ett stort genomslag i de lokala medierna, och radiokanalen P4 Göteborg fanns även med under mötet på Världskulturmuseet.

Ett annat beslut som väckt debatt är det om nedläggningen av en rehabiliteringsmottagning för personal i Västra Götalandsregionen, knuten till Sahlgrenska universitetssjukhuset och en viktig resurs för personal som bland annat drabbats av utbrändhet. Förutom att den var en arbetsplats för psykologer så utgjorde mottagningen en möjlighet till hjälp för psykologer.

– Andra viktiga frågor som kom upp under samtalet var att den nuvarande regeln att primärvården ska tillhandahålla psykosocial

kompetens bör skärpas till att gälla psykologkompetens, liksom frågan om sjukskrivningsrätt för psykologer. Generellt sett blev det ofta mycket bra samtal och mötet är ett bra tillfälle för oss psykologer att föra ut information om vårt arbete, säger Gunilla Petersson Bergström.



Gunilla Petersson Bergström

För att ge konkreta exempel på hur vardagen kan se ut hade tre kolleger bjudits in för att berätta om sina erfarenheter: Anders Ljungqvist på Närhälsan i Munkedal, Marie Olausson som arbetar inom barn- och ungdomsmedicinsk verksamhet, samt Peter Söderstrand på Lundströmsmottagningen i Alingsås. ●

PETER ÖRN

Studie om personlighet och politisk orientering

Personlighetsdraget social dominans (Social Dominance Orientation, SDO) har en tydlig korrelation med politisk orientering, visar en ny studie med 125 deltagare.

SDO definierar bland annat hur individer värderar icke-egalitarianistiska och hierarkiskt strukturerade relationer mellan olika sociala grupper, samt hur individen ser på jämlikhet mellan grupper, och ju mer åt höger på den politiska skalan man befinner sig desto större drag av SDO finns det.

Den internetbaserade studien i politisk psykologi är en studentuppsats av Haydar Adelson och Jesper Mälikä, institutionen för psykologi vid Uppsala universitet. Deltagarna i studien har besvarat ett test baserat på femfaktorsmodellen, ett självskattningsformulär för SDO, högerbetonad auktoritarianism (Right Wing Authoritarianism, RWA) och politisk orientering.

– **Politisk psykologi** är ett utforskat område här i Sverige. USA och några EU-länder, exempelvis Italien, ligger ljusår före oss. Jag är lite förvånad över att våra frågeställningar inte har studerats närmare tidigare med tanke på vårt stora intresse för politik och psykologi, säger Haydar Adelson.

Det mest spännande resultatet enligt författarna gällde frågeställningen hur per-

sonlighetsprofilerna mellan partier skiljer sig åt, att det faktiskt finns gemensamma personlighetsdrag inom blocken.

– Feministiskt Initiativ korrelerade mest med det rödgröna blocket, Sverigedemokraterna framför allt med Alliansen. Det är intressanta resultat med tanke på diskussionen om dessa partiers placering, säger Haydar Adelson.

Resultatet visar även att det inte är några skillnader i personlighet mellan beständiga och föränderliga partisympatisörer. Författarna tror dock att fler signifikanta resultat hade framkommit med ett större stickprov, tidigare studier har bland annat visat att det finns ett signifikant samband mellan öppenhet och politisk orientering, liksom en negativ korrelation mellan vänlighet och politisk orientering.

– Men trots förutsättningarna lyckades vi få intressanta resultat. Det är definitivt ett område värt att utforskas djupare, säger Haydar Adelson.

Titeln på uppsatsen är *Personligheten bakom valsedeln: En internetbaserad studie om personlighet och politisk orientering*. ● **PETER ÖRN**



Haydar Adelson Jesper Mälikä



frågor till Jenny Wahlbäck...

...jurist och ny ombudsman på Psykologförbundets kansli.



1 Hur ser en vanlig arbetsdag ut för dig?

– Dagarna ser ofta väldigt olika ut, men det jag alltid gör är att hjälpa medlemmar och förtroendevalda. Ena dagen kanske jag svarar på frågor per telefon och mejl och gör rättsutredningar, andra dagar deltar jag i förhandlingar, talar med arbetsgivare eller träffar lokala förtroendevalda.

2 Förhandlingsavdelningen består av tre ombudsmän och en förhandlingssekreterare som ska hjälpa medlemmar i stat, kommun, landsting och privat sektor. Vilket är ditt ansvarsområde?

– Jag är ansvarig ombudsman för norra Sverige och i första hand hjälper jag medlemmar och förtroendevalda inom alla sektorer som har anknytning till mitt geografiska ansvarsområde. Men vi ombudsmän stöttar varandra och hjälper medlemmar i hela landet.

3 Vilka är de vanligaste frågorna som medlemmar vill ha hjälp med?

– Många frågor har anknytning till att medlemmen ska börja eller sluta en anställning och vad man då bör tänka på. Exempelvis om anställningsvillkoren är skäliga,

vad de bör tänka på inför en löneförhandling, uppsägningstid etc. Därutöver är det många frågor med anknytning till föräldraledighet och – tyvärr – även frågor om diskriminering. Jag får också en del yrkesspecifika frågor av diverse slag.

”Många frågor har anknytning till att medlemmen ska börja eller sluta en anställning”

4 När rekommenderar du att medlemmen i stället vänder sig till det lokala facket?

– Finns det en lokal förening eller förtroendevald är mitt råd att i första hand kontakta dem då de är kunniga och känner till den aktuella arbetsplatsen. Jag är då ett stöd för förtroendemännen och går vid behov in i enskilda ärenden.

5 Du är relativt nyanställd på förbundskansliet. Vad har du gjort tidigare?

– Jag blev färdig jurist 2009 och började efter ett kort vikariat inom polisen att arbeta på en advokatfirma med inriktning mot process-, skadestands- och arbetsrätt. ●

CARIN WALDENSTRÖM

LEDAREN

Örjan Salling, psykolog och förbundsdirektör



Supervalåret fortsätter med tre viktiga val

I Psykologtidningen nr 1/2014 fick jag möjlighet att reflektera något om det då förestående valet till Europaparlamentet.

Nu är det dags att avsluta supervalåret med de tre nationella valen – riksdagsval och osäkerhet för utfallet: fortsatt alliansstyre eller växling till en rödgrön regering. Det fyller alla medier tillsammans med värderingar av partiernas hjärtefrågor och har gjort så en längre tid. Detta nummer av tidningen innehåller riksdagspartiernas syn på vad som bedöms som viktiga samhällsfrågor ur såväl medborgarnas som professionens perspektiv.

Ingen har väl kunnat undgå det stora intresse som ägnas skolfrågor på det nationella planet. Betyg eller inte betyg; friskolor eller inte friskolor.

En fråga som däremot kommit i bakgrunden är hur elevhälsan ska kunna bemannas med nödvändiga kompetenser och i tillräcklig omfattning.

Satsningar på en profession – lärarna och lärarlönerna – är det som över-skuggar allt. Missförstå mig inte: Jag har full förståelse för lärarnas behov av såväl högre löner som ett ökande antal kolleger. Jag har också full förståel-

se för att elever i förskola, grundskola och gymnasium behöver få möta lärare med hög kompetens och med ett brinnande intresse för att bringa kunskap till alla elever.

För att möta dessa behov, inte bara inom skolans område, ligger ansvaret på arbetsgivarna att rekrytera den kompetens som är nödvändig för att uppnå verksamhetskrav. En viktig del i rekryteringsprocessen – lönesättning och arbetsvillkor i övrigt – har av djupt rotad tradition varit något som överlåtits till

”Ingen har väl kunnat undgå det stora intresse som ägnas skolfrågor på det nationella planet”

arbetsmarknadens parter, så inte nu.

Vilka andra av välfärdens yrkesgrupper är värda en nationell insats av motsvarande omfattning?

Valet till riksdagen är således det som helt dominerar i mediabilden. Jag stjälar några rader från min ledare i *Psykologtidningen* nr 1/2014:

”Ändå är det inte på den centrala arenan som de viktiga besluten fattas, de beslut som har betydelse för psykologin och psykologers faktiska användning för samhällets och medborgares bästa. Vad som sker i våra skolor, inom hälso- och sjukvård, socialtjänst, arbetsmarknadssektorn, inom samhällsplaneringen och integrationsarbetet, planeras, beslutas och genomförs i större grad i våra kommuner, landsting och regioner.”

Dessa viktiga val som kommer så nära oss och vår vardag, i privatlivet och i vårt yrkesliv, förtjänar betydligt större uppmärksamhet än vad de oftast får. För att råda bot på detta har ibland förordats en separation av valdagar för de olika valen. Möjligen är det en framkomlig väg – om partierna skulle våga.

Min förhoppning är att vi alla sänker blicken något från riksdagsvalets horisont och prövar hur våra röster på valdagen bäst strävar mot en kommunal-, landstings- och regionpolitik som passar våra privata förutsättningar och våra professionella strävanden.

ÖRJAN SALLING

NYTT FRÅN FÖRBUNDET

Stora Psykologpriset

Tre finalister är utsedda till Stora Psykologpriset 2014: Gerhard Andersson, Anders Broberg och Rikard Wicksell. Vem som tilldelas priset meddelas vid prisutdelningen på Berns salonger i Stockholm den 7 oktober.



Det kan finnas platser kvar. Gå in på www.storapsykologpriset.se för anmälan.

Har du inte möjlighet att närvara går det att se finalisternas presentationer och prisutdelningen på förbundets hemsida.

Psykologförbundet har

10907
medlemmar
31 juli 2014

Psykologförbundet bjuder in till HBTQ-nätverksmöte

Kunskapen och medvetenheten om HBTQ-frågor be- höver öka inom psykolog- kåren. Det var kongressen förra året enig om. För att kunna ta tillvara intresse, erfarenhet, kunskap och engagemang bland psyko- loger startar Psykologför- bundet därför ett nätverk för HBTQ-frågor och normkritiska perspektiv.

Nätverket ska vara ett fo- rum för kunskap och erfarenhetsutbyte om HBTQ- perspektiv, möjlighet att träffas för att diskutera, utveckla och driva idéer, skapa opinion och planera aktiviteter.

Nätverket är öppet för



Psykologförbundets kompetens- grupp för HBTQ-frågor, genom Sara Renström och Ulrika Sharifi, hälsar välkomna till nätverksmöte.

medlemmar i Psykologför- bundet med intresse för dessa frågor.

Välkommen till den första nätverksträffen lör- dagen den **11 oktober kl 10.00-16.00 på Vasa- gatan 48 i Stockholm** då vi diskuterar vilka idéer som finns för nätverket och former för fortsatta

träffar och aktiviteter.

Förbundet bjuder på fika och en enkel vegeta- risk lunch.

Ta gärna med aktuell litteratur, film eller annat material i fysisk form som är relevanta och värda att tipsa kollegor om.

Antalet deltagare till denna första nätverksträff är begränsat. De 45 först anmälda får bekräftelse om plats på nätverksträff- en. Vid fler anmälningar skapas en reservlista.

Sista dag för anmälan är fredagen den 3 oktober 2014. Gå in på **www. psykologforbundet.se/ Profession-Yrkesfragor/ HBTQ/** för att anmäla dig!



Hallå där!

HENRIK JOHANSSON, utbildningsledare för IHPU:

Vad är på gång inom IHPU i höst?

– Vi har ju, som alltid, ett fullmatat schema med intres- santa kurser. Det lönar sig alltid att gå in och kolla på vår hemsida www.ihpu.se. Sedan är det väldigt roligt att det är sådan fart på specia- listutbildningen nu och vi gör vårt bästa för att tillsammans med Specialistkansliet möta den stora efterfrågan som finns både på professions- kurser, specialistkollegium och specialistkurser.

Specialistutbildningen

Det händer mycket inom specia- listutbildningen just nu. Ta en titt på specialistutbildningens hemsida och uppdatera dig.

Där kommer bland annat förtydligande om regler kring specialistkurserna.

För Nytt från förbundet svarar press- och informationsansvariga **Susanne Bertman:** susanne.bertman@psykologforbundet.se



På gång i Psykologförbundet

Poms höstkongress och årsmöte 2014

Poms, habiliteringspsykologernas yrkesförening, hälsar alla varmt välkomna till årets konferens den 16-17 okt på Barkarby gård utanför Stockholm.

Tema: Kognition

Anmälan och program: www.poms.nu

Föreläsare: Steve Berggren, Louise Böttcher, Kristina Nilsson, Barbro Lindquist, Inger Kärneku- Jakobsson, Anna Levén, Kristine Stadskleiv och Ida Lindblad.

Årsmöte hålls i samband med konferensen

Tid för årsmötet: tors 16 okt kl 16.15.

Plats: "Stallet", Barkarby gård.

KALENDARIUM

September

Seniorerna, östra, möte	18
Seniorerna, Västerbottens region, möte	19
Seniorerna, västra, möte	24

Oktober

Rådskonferens	4
Utdelning av Stora Psykologpriset, Stockholm	7
Seniorerna, södra, möte	8
Saco och SPF, inspirationsseminarium om att driva företag, samt seminarium om chefsrollen, Malmö	9
SNPF, södra, föreläsning	15
Seniorerna, östra, möte	16
POMS, konferens	16-17

Saco och SPF, inspirationsseminarium om att driva företag, samt seminarium om chefsrollen, Göteborg	22
Seniorerna, Västerbottens region, möte	24
Seniorerna, västra, möte	29

November

Saco och SPF, inspirationsseminarium om att driva företag, samt seminarium om chefsrollen, Skövde	5
Saco och SPF, inspirationsseminarium om att driva företag, samt seminarium om chefsrollen, Stockholm	13
Seniorerna, södra, möte	13
Seniorerna, östra, möte	20
Seniorerna, Västerbottens region, möte	21
Seniorerna, norra, möte	25
Seniorerna, västra, möte	26

FRÅGA OMBUDSMANNEN

Har du en fråga om anställning, arbetsmiljö eller avtal?

Mejla: redaktionen@psykologtidningen.se



"Vad bör jag tänka på om jag blir erbjuden jobbet?"

FRÅGA:

Jag har nyligen blivit legitimerad psykolog och ska nu på min första anställningsintervju. Vad bör jag tänka på om jag blir erbjuden jobbet?

SVAR:

Får du ett jobberbjudande bör du ta tillfället i akt och förhandla om din lön och övriga anställningsvillkor. Ett muntligt jobberbjudande är visserligen bindande, men för att kunna bevisa vad du och arbetsgivaren kommit överens om är det viktigt att få anställningsavtalet på pränt.

Inledningsvis vad gäller löneförhandlingen kan du förbereda dig genom att via förbundets hemsida gå in på Saco LöneSök och ta fram lämplig lönestatistik. Du kan även prata med fackliga förtroendevalda som har bra koll på löneläget hos den aktuella arbetsgivaren eller ringa förbundet centralt.

Det man ibland glömmer bort vid en löneförhandling är att lönen bara är en del av arbetsgivarens ersättning och att det kan finnas andra förmåner, som

friskvård, subventionerad lunch och resor etc. Om möjligt – be att få ta del av gällande kollektivavtal där detta ska framgå.

Har man svårt att komma överens om lönen kan man försöka bryta död-läget genom att förhandla om alternativa förmåner som extra semesterdagar eller att arbetsgivaren betalar en viss utbildning. Tänk då på att detta kan komma att få konsekvenser för din pension med mera. Som ny på arbetsmarknaden är man ibland osäker, men glöm inte att du har något värdefullt att tillföra arbetsplatsen, annars hade du aldrig blivit erbjuden jobbet.

Om vi går vidare till själva anställningsavtalet så rekommenderar jag att du be-gär att få ett skriftligt anställningsavtal som du tar dig tid att gå igenom innan du skriver under. För att undvika tråki-ga överraskningar: ta reda på vad som gäller avseende arbetstid, tjänstepensi-on, semester med mera. Om kollektiv-avtal finns framgår det vanligtvis däri, annars måste ni komma överens om det i avtal. I den delen är det bra att komma ihåg att villkoren skiljer sig mellan oli-ka arbetsgivare.

Anställningsavtalet utgör grunden för din anställning hos arbetsgivaren. Viss grundläggande information som anställningsform, gällande kollektiv-avtal och semester, måste arbetsgivaren skriftligen informera dig om enligt 6 c § i LAS. Övriga villkor som ni har kommit överens om är det således viktigt att du får nedtecknat i anställningsavtalet.

Vissa anställningsvillkor bör du dock se över lite extra. Vad har du för anställ-ningsform: tillsvidare-, visstids- eller provanställning? (När det gäller prov-anställning se även *Psykologtidningen* nr 2/2012 och nr 10/2013.) Vad har du för uppsägningstid, och hur avslutas anställningen? Finns kollektivavtal och vad regleras i avtalet.

Om du känner dig det minsta osäker vad gäller anställningsavtalet, tveka inte utan kontakta oss!

JENNY WAHLBÄCK
Jurist och ombudsman

LÄS MER HÄR:

<http://psykologforbundet.se/Lon-och-avtal/Fraga-ombudsmannen/Fraga-ombudsmannen/Vad-betyder-provanstallning/> (2012)

<http://psykologforbundet.se/Lon-och-avtal/Fraga-ombudsmannen/Fraga-ombudsmannen/Har-jag-ratt-att-vara-tjanstledig-for-att-prova-annat-jobb/> (2013)

Maj-Briht Bergström-Walan avliden

Maj-Briht Bergström-Walan, psykolog, barnmorska och hedersledamot i Sveriges psy-kologförbund har avlidit.

Maj-Briht Bergström-Walan var Sveriges första auktoriserade sexolog och en pionjär inom sexologin i Sverige, speciellt betydelsefull var hennes



insatser inom sexualunder-visningen.

Hon skrev en rad böcker och medverkade även som sakkunnig i flera filmer, exempelvis *Kärlekens språk* och *Mera ur kärlekens språk*. Maj-Briht Berg-ström-Walan blev 89 år.

Läs fler

Fråga Ombudsmannen här:
[www.psykologforbundet.se/
Psykologtidningen/
Forbundet/
Fraga-Ombudsmannen/](http://www.psykologforbundet.se/Psykologtidningen/Forbundet/Fraga-Ombudsmannen/)

Psykologiska förklaringar till politisk aktivism

Drivkrafterna bakom politisk aktivism är dels ideologiska, viljan att förändra politiken och hög tilltro till metodens effektivitet, dels sociala, då främst rädslan att inte få tillhöra en grupp. Våra studier bidrar till att förklara drivkrafternas betydelse och till att förklara politiskt våld. Det skriver **Emma Bäck**, doktor i psykologi, och **Hanna Bäck**, docent i statsvetenskap, båda vid Lunds universitet.

De senaste årtiondena har valdeltagandet i svenska riksdagsval legat mellan 80 och 90 procent. Trots att deltagandet har hållit sig på en relativt stabil nivå de senaste decennierna, har engagemanget i partipolitiska organisationer minskat. En förklaring (av flera möjliga) till detta är att många väljer andra former av politiskt deltagande.

Speciellt tycks protester ha blivit allt vanliga-

re. Tidigare sågs dessa som något extremt, men på senare tid, och i takt med att förekomsten av protester ökar, har detta förändrats och vissa forskare talar om "demonstrerandets normalisering" [1]. År 2011 var politiska protester ett så vida spritt fenomen att magasinet *Time* utsåg *The Protester* som "Årets person". Rörelser som spanska *Indignados*, grekiska *Aganaktismeni* eller amerikanska *Occupy Wall Street* lockade miljoner människor ut på gatorna i protester. Sverige är ett av de länder

där andelen som demonstrerat någon gång ökat mest de senaste årtiondena [1]. Trots sjunkande medlemsantal i partierna tycks svenskarnas politiska intresse inte ha minskat avsevärt, däremot sättet som människor väljer att aktivera sig på.

Ett högt valdeltagande har inom tidigare forskning framför allt förklarats av att många medborgare drivs av en stark norm som säger att det är varje medborgares plikt eller skyldighet att gå och rösta. Men att delta i en demonstration kräver vanligtvis större insatser. Ska man gå i ett demonstrationståg tar själva deltagandet kanske några timmar och bor man inte på orten tar det både tid och kostar pengar att ta sig till aktionen. Det här gör att även om många sympatiserar med en viss fråga, är det långt ifrån alla dessa som faktiskt dyker upp till en aktion [2]. Vanligtvis handlar det om fredliga protester, men det händer att protestaktioner urartar till våldsamma upplopp, eller att mot-organisationer infinner sig på samma plats och konflikter uppstår. Detta innebär ytterligare en kostnad för den enskilde individen då man riskerar att utsättas för våld eller sanktioner (som fängelsestraff).

Vilja och möjlighet avgörande

Vad är det då som gör att vissa människor ändå är villiga att delta i en protestaktion? Tidigare forskning visar generellt sett att två villkor är nödvändiga för att en person ska välja att delta: att hen *kan* och att hen *vill*. Att *kunna* delta handlar om att man som individ har resurser att delta, som exempelvis tid och pengar, men det kan även handla om att man behöver kunskap om hur det politiska systemet fungerar. De demografiska faktorer som har störst betydelse för deltagande i demonstrationer är att man är ung och bor i en större stad [1]. Traditionella socio-ekonomiska faktorer som har visat sig ha betydelse är att man tillhör medelklassen samt att man har en högre utbildning. Inom forskningen kopplas dessa faktorer samman med att en person har de ekonomiska medlen och den kunskap som krävs för att delta, och även kan avsätta tid för att delta i olika aktiviteter.

För *viljan* att delta, eller olika incitament till att delta, är ideologiska faktorer betydelsefulla. Det är mycket vanligare att individer som identifierar sig som mer till vänster deltar i protester än de som är mer till höger. Man kan också se att medlemmar i små partier som befinner sig utanför riksdagen demonstrerar mer, oberoende av en vänsterorienterad ideologi, som exempelvis Piratpartiet [1].

En annan viktig förklaring handlar om att det

”känns bra” eller att man får någon form av psykologisk tillfredsställelse av att delta. Är man med i en organisation ser man det ofta som en del av sin identitet, och vill också stötta sin organisation i en aktion. På samma sätt som det kan kännas bra att gå och rösta, att göra sin plikt och vara en god medborgare, känns det bra att vara en god medlem av sin organisation och göra sin plikt som en sådan. Identifiering med en organisation är en av de främsta faktorerna som förklarar deltagande i

protester [2]. Det är en social handling som skapar och stärker sociala band till andra medlemmar i gruppen. En mycket viktig aspekt här är ifall en person upplever att hen har socialt stöd för sin åsikt i gruppen [3]. Det är omöjligt att bygga sociala band om de andra inte delar den egna åsikten.

Ytterligare en faktor som starkt bidrar till viljan att delta i protester är huruvida man tror att aktionen faktiskt kommer att påverka det politiska utfallet. Rent krasst kan man ställa sig frågan om den enskilde individens närvaro i en protest har betydelse för utfallet. Individen kan dock fortfarande ha en stor tilltro till att aktionen som sådan, den gemensamma insatsen, kan vara verkningsfull. Tilltro till aktionens effektivitet som politisk påverkansmetod är en av de främsta förklaringarna till varför människor väljer att delta.

Kollektiva och selektiva incitament

Vårt projekt, som är finansierat av Vetenskapsrådet, utgår från traditionella statsvetenskapliga teorier om olika incitament till politiskt deltagande där två huvudförklaringar lyfts fram [4]. Den ena förklaringen fokuserar på *kollektiva incitament* och handlar om att man deltar för att man vill påverka det politiska utfallet och bygger på att individen har en hög tro på den egna insatsens betydelse för utfallet. Den andra förklaringen fokuserar på så kallade *selektiva incitament*: man får en psykologisk tillfredsställelse av deltagandet i sig (oavsett vilket det politiska utfallet blir), till exempel i och med byggandet/underhållet av sociala band och även undvikandet av att förlora sociala band.

Om man upplever att de flesta andra tycker som man själv, finns det en social vinning i att själv delta – man får möjlighet att bygga sociala band med andra likasinnade samtidigt som man inte riskerar att bli ifrågasatt av de andra i gruppen. Vidare,

”Personer som upplever avvisning har lättare att anpassa sig till radikala grupper”



➤ om en person uppfattar att de flesta andra i hans grupp inte har samma uppfattning som hen själv kommer villigheten att delta att sjunka, eftersom man då riskerar att bli ifrågasatt och kanske till och med utstött ur gruppen. Samtidigt kan en person som upplever ett lågt socialt stöd uppmuntras att delta om personen har uppfattningen att en framgångsrik aktion kräver att många människor dyker upp. Alltså, om hen har en hög tro på den egna insatsens betydelse för utfallet. Det låga stödet kan då tänkas signalera ett större behov av den egna insatsen. Alltså kan ett högt socialt stöd i vissa fall leda till ökat politiskt deltagande (om de sociala incitamenten är starka) eller till ett lågt deltagande (om de sociala incitamenten är lägre och individen snarare drivs av kollektiva incitament), och tvärtom. Betydelsen av socialt stöd för en enskild individs villighet att delta i en protestaktion beror därför på hur starka kollektiva respektive sociala incitament just den här personen har.

Socialt tryck och avvisning

En faktor som tidigare forskning inte fokuserat på, och som vi uppfattar som oerhört viktig i det här sammanhanget, är det sociala trycket att delta. Om en person uppfattar ett högt socialt stöd är det också möjligt att personen uppfattar ett högt socialt tryck att bete sig på ett visst sätt. Om en person får veta att alla tycker på ett visst sätt, riskerar man att inte få vara med om man inte stödjer gruppen. Därför är det sannolikt att man anpassar sig till de andra [5].

De flesta människor har någon gång i sitt liv upplevt känslor av avvisning och kan erinra sig den smärtan som upplevdes. Hjärnröntgen visar att samma områden i hjärnan som aktiveras vid extrem fysisk smärta även aktiveras vid social utfrysning [6]. Människans system upptäcker oerhört små, subtila signaler på icke-acceptans. Ny forskning visar till exempel att ett uttalande i ett gruppssamtal som efterföljs av fyra sekunders tystnad från de andra signalerar till individen att uttalandet inte passade sig och personen anpassar sig efter de andra i gruppen [7].

Om en person upplever att hen inte har stöd för sin åsikt, kan hen söka sig till grupper där åsikten stöds och där bygga en gemenskap med dessa andra, som man då också blir mer villig att anpassa sig efter. Detta kan även leda till att man gör saker som man inte tidigare hade tänkt göra. Vi föreslår att dessa mekanismer också är närvarande när en person väljer att delta i en protestaktion.

Även om forskningen visar att alla människor

reagerar negativt på avvisning finns individuella skillnader i hur *starkt* man reagerar och hur *känslig* man är för signaler på avvisning [8]. Detta är ett så kallat personlighetsdrag som kallas för "avvisningskänslighet" (*rejection sensitivity*), och som grundar sig i tidiga upplevelser av avvisning från nära anhöriga. Vissa människor är alltså mer *känsliga* för avvisning och blir mer villiga att anpassa sig efter andra efter att de upplevt avvisning.

I ett flertal studier har vi experimentellt varierat hur mycket socialt stöd en person har för sin åsikt och huruvida de är accepterade i en grupp eller inte. Socialt stöd varierar genom att hälften av deltagarna i studierna informeras om att andra människor (i samhället eller i deras egen grupp) tycker som de själva, medan hälften informeras om att dessa har en annan åsikt. Individen har högt eller lågt stöd för den egna åsikten. Detta har vi gjort genom att deltagarna får läsa fiktiva nyhets- eller debattartiklar där dessa åsikter beskrivs. Acceptans i en grupp har vi manipulerat genom att informera hälften av deltagarna om att deras åsikter inte passade sig för en viss grupp och att de därför inte kunde få vara med i den aktuella gruppen. De fick dock veta att de kunde få vara med i en annan grupp. Hälften blev direkt inkluderade i den första gruppen. Vårt grundantagande är att detta påverkar individens sociala incitament så att avvisade personer upplever högre sociala incitament att skapa sociala band till andra. Vi har också mätt effektivitet, det vill säga kollektiva incitament, och känslighet för avvisning, det vill säga (individuella) sociala incitament. I stort visar resultaten att socialt stöd har olika effekt på villighet att delta i protester beroende på om en person har höga kollektiva eller sociala incitament [9, 10].

Högt stöd uppfattas som högt socialt tryck

När personer blir informerade om att de har högt socialt stöd för sin åsikt (de flesta andra tycker likadant som en själv), är de som är känsliga för avvisning mer benägna att delta i protestaktioner än de som är mindre känsliga (se ovan om *rejection sensitivity*).

Det indikerar att högt stöd kan uppfattas som ett högt socialt tryck – om man inte följer normen kan man bli avvisad från gruppen, och speciellt personer som är känsliga för avvisning väljer då att konformera och delta i aktionen tillsammans med gruppen. Vad som är intressant här är att dessa människor inte ens tror att protestaktioner är effektiva som politiska påverkansmetoder. Vi drar därför slutsatsen att dessa personer är starkt

drivna av sociala incitament och deltar för att vara en del i en gemenskap och undvika att uteslutas från denna. Vi finner att när personer har lågt stöd för sin åsikt, vill de snarare delta när de har en hög tilltro till protestaktionens effektivitet att påverka politiken, än om de har en låg tilltro. Det innebär att människor som uppfattar ett lågt stöd för sin åsikt deltar i en aktion enbart om de tror att aktionen är effektiv, det vill säga om de har höga kollektiva incitament [9, 10].

Våra studier visar att individer som blivit avvisade från en social grupp, men ges möjlighet att vara med i en ny grupp, uppvisar en stark benägenhet att konformera till den nya gruppens normer om de upplever att deras åsikt har stöd i den nya gruppen: en person som just upplevt en episod av avvisning och som upplever ett högt socialt tryck i sin nya grupp, är mer villig att anpassa sig och delta i protester med den nya gruppen än personer som har lägre stöd för sin åsikt. Dessa personer har alltså höga sociala incitament. Vi kan också se att när personer inte har upplevt någon avvisning, är de snarare drivna av tilltro till aktionens effektivitet. Det innebär i praktiken att om en person upplevt avvisning, tenderar de att vara mindre drivna av kollektiva incitament som effektivitet, och mer drivna av sociala incitament som att etablera sociala relationer [10]. Givet det finkänsliga system som människan har för att upptäcka tecken på avvisning, och de individuella skillnaderna i detta, kan det här ha stor betydelse för vem som väljer att delta politiskt.

Dessa sociala incitament har stor påverkan på vad en person kan tänka sig att göra för att få vara en del av en gemenskap. Personer som blivit avvisade från en grupp och sedan inkluderade i en annan anpassar sig mer till den nya gruppens normer, än de som inte upplevt avvisningen. Efter att ha blivit avvisade eller inte fick deltagarna läsa att deras grupp tidigare varit involverad i po-

litiskt våld. Den här beskrivningen gav deltagarna en norm att förhålla sig till – vad som förväntas av en medlem i gruppen. Resultaten visar att de personer som blivit avvisade från en grupp och senare accepterade i en annan grupp med tidigare erfarenhet av politiskt våldsamma handlingar, uppgav sig vara mer benägna att utföra liknande handlingar tillsammans med gruppen, än de som inte först fått uppleva ett avvisande. Dessutom tycks den här effekten vara extra stark för de individer som är känsliga för avvisning [10].

Sammantaget visar våra studier på två typer av protestdeltagare: de som drivs av ideologiska skäl, man vill förändra politiken och man tror på metoden, samt de som drivs av sociala skäl, och då ser vi som den främsta faktorn rädslan för att inte få vara en del i en grupp. Man kan spekulera i vilken betydelse detta har för till exempel radikaliserings och värvning till extrema grupper. Ett rimligt antagande är till exempel att personer som upplever någon form av avvisning, som i socialt utsatta grupper, har lättare att anpassa sig till mer radikala grupper och deltagandet i politiskt våld. Även om våra studier pekar på att sociala faktorer förmodligen spelar en väldigt stor roll, vill vi understryka att vi inte vill förringa betydelsen av ideologiskt drivna individer inom dessa grupper. ●



EMMA BÄCK, fil dr, Institutionen för psykologi vid Lunds universitet

HANNA BÄCK, docent, Statsvetenskapliga institutionen vid Lunds universitet

REFERENSER

1. Wennerhag M (2012). Demonstrationens normalisering? I Weibull L, Oscarsson H, & Bergström A (red.). *I framtidens skugga*. Göteborgs universitet: SOM-institutet.
2. Klandermans B & van Stekelenburg J (2013). Social Movements and the Dynamics of Collective Action. Huddy L, Sears D O, Levy J S (red.), *The Oxford Handbook of Political Psychology*. Oxford: Oxford University Press.
3. Van Zomeren M, Spears R, Fischer A H, et al (2004). Put your money where your mouth is! Explaining collective action tendencies through group-based anger and group efficacy. *Journal of Personality and Social Psychology*, 87, 649-664.
4. Bäck H, Teorell J & Westholm A (2011). Explaining Modes of Participation. A Dynamic Test of Alternative Rational Choice Models. *Scandinavian Political Studies*, 34, 74-97.
5. Asch S E (1955). Opinions and social pressure. *Scientific American*, 193, 31-35.
6. Eisenberger N I, Lieberman M D & Williams K D (2003). Does rejection hurt? An fMRI study of social exclusion. *Science*, 302, 290-292.
7. Koudenburg N, Postmes T & Gordijn E H (2013). Resounding Silences: Subtle Norm Regulation in Everyday Interactions. *Social Psychology Quarterly*, 76(3), 224-241.
8. Downey G & Feldman S (1996). The implications of rejection sensitivity for intimate relationships. *Journal of Personality and Social Psychology*, 70, 1327-1343.
9. Bäck E A, Bäck H & Garcia Albacete G (2013). Protest Activity, Social Incentives, and Rejection Sensitivity: Results from a survey experiment about tuition fees. *Contention*, 1, 1-15.
10. Bäck E A & Bäck H (2014). Why engage in collective action? The conditional effect of social support in explaining protest activity. Paper presented at the Nordic Association for Political Science, Gothenburg.

KBT för att återställa grå hjärnsubstans

Går det att återställa hjärnans funktion och grå substans med KBT? Det ska forskare i Malmö högskola undersöka genom att erbjuda KBT till patienter med kronisk smärta i ansikte och käkar, ett tillstånd som visat sig påverka hjärnans grå substans negativt.

Cirka en miljon svenskar lider av kronisk smärta i ansikte och käkleder, det som kallas orofacial smärta. Tillståndet är svårbehandlat och leder årligen till en kostnad för staten på 80 miljoner kronor, enligt en utvärdering av Statens beredning för medicinsk utvärdering, SBU.

En den nu planerade studien, som leds av docent Per Alstergren på odontologiska fakulteten, ska patienterna erbjudas KBT som är inriktad på smärthantering. Terapin har tidigare visat sig vara en av få behandlingar som hjälper den här patientgruppen. Be-

handlingen riktas mot hjärnans emotionla och kognitiva centra. Efter behandlingsprogrammet ska patienterna bland annat genomgå magnetkameraundersökning. ●

Digitala medier försämrar skickligheten att tolka känslor

Barns skicklighet att tolka andras känslor försämras vid omfattande användning av digitala medier. Det visar en studie från University of California, Los Angeles (UCLA).

I studien, som genomförts av psykologiprofessorn Patricia Greenfield, delades barn i åldern 10-12 år in i två grupper: en grupp på 51 barn som levde tillsammans under fem dagar på Pali Institute, ett campus som inte tillåter elektroniska apparater, samt en grupp på 54 barn som senare anlände till samma campus. Båda grupperna testades huruvida de lyckades tolka andra människors känsloläge i bilder och videor. Barnen fick se 48 bilder på ansikten som var glada, arga, ledsna eller rädda. De fick också se videofilmer där skådespelare interagerade med olika känslolägen.

Resultatet visade att de barn som befunnit sig på Pali Institute i fem dagar var signifikant bättre på tolka rätt känslolägen genom att studera ansiktuttryck, jämfört med den andra gruppen. Inom gruppen som varit på campus förbättrades också skickligheten att tolka känslor: när de anlände till campus hade de i genomsnitt drygt 14 fel, efter fem dagar hade siffran sjunkit till drygt 9. Barnen uppgav att de en normal dag utanför cam-

pus tillbringade 4,5 timme framför teven, spelande videospel eller använde digitala medier på annat sätt.

Psykologiprofessor Greenfield anser att resultaten pekar på betydelsen av ansikte-mot-ansikte kontakter för att utveckla förmågan att tolka och förstå icke-verbala känslouttryck.

Studien är publicerad online i *Computers in Human Behavior*, 2014;39:387 doi: 10.1016/j.chb.2014.05.036 ●

Sömnpromblem ökar självmordsrisken

Äldre personer med sömnpromblem löper upp till 1,4 gånger högre självmordsrisk jämfört med jämnåriga utan sömnpromblem. Det framgår av en epidemiologisk studie med cirka 14 500 personer som är 65 år eller äldre. I studien, som är gjord av forskare vid Stanford University School of Medicine, granskades sömnkvaliteten hos 20 personer som begått självmord med sömnmönstret hos 400 jämförbara personer över en tioårsperiod.

Studien konfirmerar sambandet mellan depression och självmord, men visar att sömnpromblem i sig är en oberoende riskfaktor. Det som förvånade forskarna var att rapporterade sömnpromblem var en starkare prediktor för självmord än depressiva symtom i den här gruppen. Kombinationen depression och dålig sömn var dock den starka prediktorn för självmordsrisk.

Studien publicerades den 13 augusti i tidskriften *Jama Psychiatry*. ●

Ingen ökad självmordsrisk av ADHD-läkemedel

Läkemedelsbehandling mot ADHD medför ingen ökad risk för självmordsförsök eller självmord, visar en ny svensk studie. Resultaten bygger på ett mycket stort registerunderlag och motsäger de farhågor som tidigare framförts om sådana risker med ADHD-läkemedel.

De tidigare studier som pekat på en ökad risk har varit små och/eller de metoder som använts begränsade, uppger en av forskarna bakom den nya studien, Henrik Larsson på Institutionen för medicinsk epidemiologi och biostatistik vid Karolinska institutet. Nu har samtliga personer i Sverige som diagnostiserats med ADHD mellan 1960 och 1996 ingått i studien (cirka 38 000 personer). Dessa följdes sedan under åren 2006 till 2009 avseende läkemedelsbehandling och händelser som kunde kopplas till självmordsförsök eller självmord.

Studien är publicerad i tidskriften *BMJ* 2014;348:g3769 online 18 juni 2014, doi: 10.1136/bmj.g3769 ●



Sylvia Mellfeldt Milchert:

Ta hjälp av oss psykologer vid vårdplanering för NPF-patienter

Snart är det val till riksdagen. Det finns mycket som politikerna kan göra för att förbättra när det gäller insatser för personer med neuropsykiatriska funktionsnedsättningar som ADHD, autism och utvecklingsstörning.

Dessa är i dag – liksom övriga medborgare – hänvisade till vårdcentral, psykiatrisk mottagning, socialtjänst, arbetsförmedling och försäkringskassa. Vid behov kan de ansöka om LSS-insatser för särskilt stöd och särskild service, där ansvaret har delats mellan landsting (för habilitering) och kommun (för bland annat daglig verksamhet och boende).

Det har visat sig att personer med neuropsykiatriska funktionsnedsättningar, NPF, inte maktar med så många olika samhällskontakter. Myndighetsstressen ökar ångest och depression. Att överklaga för att få hjälp är betungande.

Föräldrar till barn med funktionsnedsättning beskriver hur slitsamt det är att hålla samman de många kontakterna kring barnets vardag. Vuxna med autism kan, lågt räknat, ha 14 samtidigt pågående professionella kontakter under en period då de ska komma ut på arbetsmarknaden. Vilken belastning detta medför är

inte svårt att föreställa sig med tanke på dessa individers begränsade förmåga att kommunicera och interagera socialt.

Det är angeläget att samhället har ett livsloppsperspektiv. När utvecklingsavvikelser upptäcks hos ett litet barn är det viktigt att brett utreda och följa upp avvikelserna. Vi vet att barnet kommer att behöva anpassning under skolåren men i debatten hörs många föräldrar som uttrycker förtvivlan över att deras barn inte får sina behov tillgodosedda. Pedagoger bekräftar att läget är problematiskt. Såväl ökade resurser som kunskapsförmedling om utvecklingsrelaterad problematik är nödvändig. Problemskapande beteende vid NPF kan förebyggas!

Om inte förr så under tonåren kan behov av psykologisk behandling bli aktuellt för att ta sig an svårigheter i nuet och som förberedelse inför vuxenlivet. Färdighets träning för att minska stress och psykisk ohälsa är ett område som behöver utvecklas. Närstående kan också behöva stöd för att orka. Att upptäcka att ens tonåring lider av ångest och depression är tungt.

Arbetsmarknaden för individer med NPF behöver vidgas. Att få fotfäste

på arbetsmarknaden ställer betydande krav. Endast en begränsad andel efterfrågar daglig verksamhet enligt LSS. På 2000-talet har många vuxna aktualiserats för neuropsykiatrisk utredning på grund av svårigheter med arbetslivet.

Habiliteringspsykiatri behöver utvecklas. Vuxna med NPF har behov av både psykiatri och habilitering. Psykiatri och habilitering har

får vi beskrivningar som visar sviktande värdegrund när det ekonomiska klimatet hårdnar. I valdebatten lyfts frågor om vinster i välfärden. För individen med NPF och närstående är det avgörande att insatserna är kvalitets-säkrade och att det finns kontinuitet.

Beställarkompetens på området krävs oberoende av om verksamheter bedrivs i offentlig regi eller privat. Det

”Föräldrar beskriver hur slitsamt det är att hålla samman de många kontakterna kring barnets vardag”

i dag överlappande uppdrag och det medför onödigt många kontakter. Färre professionella kontakter, specialisering inom området habiliteringspsykiatri och kontinuitet är att föredra och bör minska kostnaderna. Trots utbildningssatsningar finns i nuläget ständiga klagomål från patienter och närstående att kunskaper om NPF är otillräckliga. Utredningar behöver kvalitetssäkras och behandlingen individualiseras.

Äldre med NPF behöver uppmärksammas mer än tidigare.

Värdegrund, kvalitetssäkring och beställarkompetens är avgörande. Av patienter

som upphandlas måste hålla acceptabel kvalitet!

Psykologer behövs i den övergripande planeringen. Våra insatser är i dag centrala för utredning, diagnostisering, behandling, kunskapsförmedling och stöd till närstående. Psykologisk forskning är på frammarsch. Psykologers kompetens underutnyttjats i den övergripande planeringen på grupp- och organisationsnivå. För att motverka den fragmentering vi bevittnar behöver psykologiska perspektiv beaktas i organisationsutvecklingen!

SYLVIA MELLFELDT MILCHERT
Psykolog och specialist i neuropsykologi och handikapppsykologi



FOTO: MIA CARLSSON

Sara Hedrenius och Sara Johansson

KRISSTÖD

Vid olyckor, katastrofer och svåra händelser

Av Sara Hedrenius och Sara Johansson
Natur & Kultur, 2013

Synen på vad som hjälper barn och vuxna vid svåra händelser har helt förändrats i takt med den snabba kunskapsutvecklingen inom området krisstöd.

Sara Hedrenius, fil kand i psykologi och Sara Johansson, fil mag i psykologi, båda med vidareutbildning i psykotraumatologi och verksamma vid Röda Korset, vill i boken *Krisstöd vid olyckor, katastrofer och svåra händelser* med stöd av aktuell forskning och egna praktiska

erfarenheter förklara hur vi reagerar vid svåra händelser, från allvarliga sjukdomsbesked till större katastrofer.

De har båda arbetat vid tsunamikatastrofen i Thailand och terrordåden i Oslo och på Utøya. Sara Hedrenius var dessutom en av dem som överlevde Estonias förlisning 1994.

Med levande och konkreta exempel beskriver författarna hur man arbetar med psykologisk första hjälp för att stärka

människors motståndskraft.

Barn och ungas reaktioner och behov ägnas extra omsorg, samt hur man som personal kan ta hand om sig själv och andra.

Boken vänder sig till blivande och yrkesverksamma psykologer, sjuksköterskor, poliser, socionomer, läkare och andra som i sitt dagliga arbete möter människor i det akuta skedet av svåra händelser. ●



FOTO: PISSE HOLMBERG



SOCIAL ÅNGEST

Att känna sig granskad och bortgjord

Av Anna Käver

Natur & Kultur, 2014

Social ångest är ett av de vanligaste ångestsyndromen. Nu kommer den tredje utgåvan av boken *Social ångest – Att känna sig granskad och bortgjord*, i vilken psykologen och psyko-

terapeuten Anna Käver även beskriver hur man kan hjälpa klienter med traumatiska sociala minnen. Hon diskuterar också hur temperament, personlighet – och mer specifikt introversion – påverkar våra sociala liv. Den nya utgåvan är uppdaterad med de nya diagnoskriterierna i DSM-5.

Liksom tidigare berättar Anna Käver initierat vad social ångest innebär, varför man drabbas och hur KBT-behandling går till, både individuellt och i grupp.

Boken vänder sig till studerande och yrkesverksamma psykologer, psykoterapeuter, socionomer och läkare. Även den som själv lider av social ångest har behållning av boken. ●



PSYKSNAK!

Stick hål på självhjälpsmyterna

Av Stephen Briers
Natur & Kultur, 2014

Författaren Stephen Briers är brittisk psykolog och agerar ofta som expert i media. Han skriver regelbundet i bland annat tidningen *The Times*.

Hans bok *Psyksnack! Stick hål på självhjälpsmyterna* är en underhållande granskning av självhjälpsindustrins myter och hur väl de egentligen stämmer överens med den forskning som finns. Beror verkligen alla dina problem på dålig självkänsla? Och kan du bli en vinnare genom att tänka positivt?

Stephen Briers anser att det överflöd som finns av självhjälpsmetoder faktiskt gör oss olyckliga. De får oss att tro att det räcker med självhjälpsmetodernas enkla knep för att förbättra våra liv.

Syftet med hans bok är att få oss mer medvetna som konsument av självhjälpsböcker, och författaren är nog med att påpeka att det faktiskt också finns bra självhjälpsböcker. ●

MOTIVERANDE SAMTAL OCH BEHANDLING VID ÖVERVIKT OCH FETMA

Av Barbro Holm Ivarsson (red.)
Liselotte Kuehn Krylborn och Sofia Trygg Lycke
Gothia Forbildning, 2013



I boken Motiverande samtal och behandling vid övervikt och fetma visar författarna hur motiverande samtal (Motivational Interviewing, MI) kan användas i samtal om hälsofarliga levnadsvanor, övervikt och fetma hos vuxna barn och ungdomar, och hur MI kan kombineras med KBT för att behandla patienter som är motiverade att förändra sin livsstil.

Boken innehåller lättlästa och praktiska exempel från två av nyckelområdena i Socialstyrelsens Nationella riktlinjer för sjukdomsförebyggande metoder: ohälsosamma matvanor och otillräcklig fysisk aktivitet.

Genom dialoger baserade på autentiska patientfall får läsare en inblick i hur MI-samtal och överviktsbehandling kan gå till. ●

Inästa nr av Psykolog tidningen

● **Intervju med Sverigeaktuella Jessica Tracy**
som forskar om *Pride and shame*.

● **Forskning:** Professor Rolf Holmqvist: Så kan
psykoterapi förbättras.

● **Anders Risling intervjuas** om organisations-
och ledarutveckling.

● Reportage från *Bokmässan i Göteborg*.

Nr 8 utkommer 10 oktober



Jessica Tracy

Här hittar du alla som arbetar inom Sveriges Psykologförbund

Serviceområden:

■ **Förhandlingar/arbetsrätt**
08-567 06 400

■ **Professionsjuridik**
08-567 06 400

■ **Profession**
08-567 06 400

■ **Information**
08-567 06 400

■ **Organisation, administration**
Ansökan om medlemskap, 08-567 06 430
Medlemsregister, 08-567 06 430
Medlemsförsäkringar, 08-567 06 407
Organisation, stadgefrågor m m,
08-567 06 407

■ **Psykologföretagarna**
08-567 06 460

Kansli

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

■ **Besöksadress:** Vasagatan 48

■ **Telefon:** 08-567 06 400
Vaxeln öppen: 8.30–12 och 13–17
(fred –16.30)

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

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

■ **Fax:** 08-567 06 499

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

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

■ **Direktnummer till personalen:**
Susanne Bertman, 08-567 06 413,
mobil 0709 67 64 13,
press- och informationsansvarig.

Carl Johan Brunnerbäck, 08-567 06 454,
assistent.

Berit Emilsson, 08-567 06 404, assistent.

Carl-Axel Holmberg, 08-567 06 414,
förhandlingschef.

Maria Lindhe, 08-567 06 477, professions-
ansvarig.

Thomas Lindgren, 08-567 06 471,
rektor specialistutbildning.

Peter Lundgren, 0706-94 27 28, webb-
redaktör.

Mahlin Lenerius, 08-567 06 407, förbunds-
sekreterare.

Leif Pilevång, 08-567 06 410, ombudsman.

Örjan Salling, 08-567 06 441,
mobil 0709-67 64 41, förbundsdirektör.

Lisa Sandén, 08-567 06 408, medlems-
rådgivare.

Linda Solberg, tjänstledig.

Emily Storm, 08-567 06 406, ansvarig för
Psykologguiden.

Nikki Vagnér, 08-567 06 412, chefsjurist.

Jenny Wahlbäck, 08-567 06 405, ombuds-
man.

Kristina Wallin, 08-567 06 475, assistent.

Förbundsstyrelsen

■ **E-post till förbundsstyrelsen:**
fornamn.efternamn@psykolog.net

Anders Wahlberg, ordförande,
anders.wahlberg@psykologforbundet.se,
08-567 06 401, 0709-67 64 01.

Kerstin Twedmark, 1:e vice ordförande,
kerstin.twedmark@telia.com,
0708-55 48 87.

Ulrika Sharifi, 2:e vice ordförande,
ulrika.sharifi@liv.se, 0730-98 22 20.

Thomas Drost, thomas.drost@psykolog.net,
0737-02 47 70.

Björn Hedquist, bjorn@hedquist@
kbtinstituet.se, 08-644 91 80.

Patrik Holmberg, holmberg.patrik@gmail.
com, 0737-39 26 23.

Martina Holmbom, martina.holmbom@
lvn.se, 0660-897 49.

Kristina Pollack, pollack.kristina@
gmail.com, 08-767 82 29.

Magnus Rydén, magnus.ryden@
arbetsformedlingen.se, 0703-95 55 69.

Anna Sandell, anna.sandell@stenungsund.
se, 0732-30 49 28.

Sara Renström, sara.renstrom@hotmail.com,
0737-20 46 46, studerandedamot.

Per Fallén, falleniusper@gmail.com,
0739-82 16 61, studerandedamot.

Förhandlingsansvariga

www.psykologforbundet.se/
facklig information

Etikrådet

Kristina Taylor, ordförande, 0760-08 86 53.

Ann-Christine Cederquist, vice ordförande,
0706-24 63 53.

Birgitta Johansson Niemelä, 018-611 42 84.

Seppo-Matti Salonen, 031-747 89 63.

Anita Wäster, 010-487 07 21.

Bo Hejlskov Elvén, 0706-52 51 13.

Specialistrådet

Observera att alla frågor om specialistut-
bildningen numera hanteras av rektor och
handläggare på kansliet, e-post: specialist@
psykologforbundet.se.

Håkan Nyman, ordförande
Klinisk psykologi/neuropsykologi
hakan.nyman@neuropsykolog.com

Ingela Palmér
Pedagogisk psykologi
ingela.palmer@live.se

Mats Leffler
Klinisk psykologi/psykologisk behandling
mats.leffler@gmail.com

Carl Åborg
Arbets- och Organisationspsykologi
carl.aborg@psyk.uu.se

Studeranderådet

Johanna Olsson, delat ordförandeskap.

Annie Whittam, delat ordförandeskap.

Vetenskapliga rådet

Lennart Melin, ordförande,
lennart.melin@psyk.uu.se

IHPU – psykologiutbildarna AB

Box 3287, 103 65 Stockholm
ihpu@psykologforbundet.se
VD: Örjan Salling, 0709-67 64 41.

Henrik Johansson, 08-567 06 409,
utbildningsledare.

Berit Emilsson, 08-567 06 404, assistent.

Psykologföretagarna

Box 3287, 103 65 Stockholm
psykologforetagarna@
psykologforbundet.se, 08-567 06 460
Hemsida: www.psykologforetagarna.se

STP – stiftelsen för tillämpad psykologi

Box 3287, 103 65 Stockholm
Eva Bergvall, 0707-61 20 26,
eva.bergvall@stadshuset.goteborg.se

