

# Psykolog

Ges ut av Sveriges Psykologförbund

TIDNINGEN  
#5 2024

8

BÖCKER OM  
MAGNETISKA  
SALONGER, ORO  
OCH ANTIDOPP

## TEMA

Nya möjligheter  
att välja den  
perfekta  
terapeuten

## ETIKRÅDET

Patienten  
dumpade mig  
– hur ska  
jag tänka?

## NYHETER

Så dömer  
domstolarna  
vid föräldra-  
alienation

# »Sluta krångla med maten«

HELENA CLOODT  
GER UT EN KOKBOK  
FÖR FÖRÄLDRAR TILL  
MATSKEPTISKA  
BARN



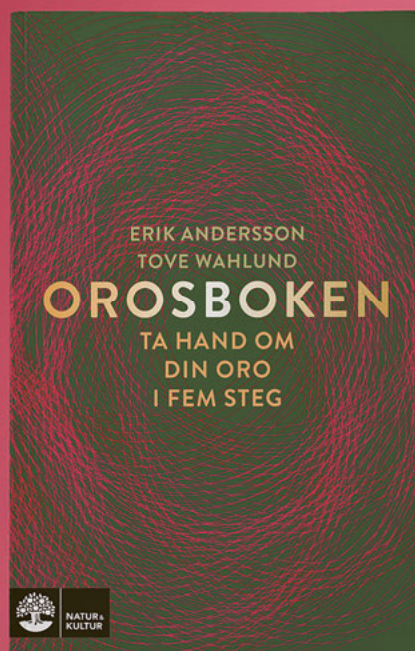


# Att oro sig smartare

Orosboken bygger på ett vetenskapligt utvärderat självhjälpprogram, där två forskande psykologer har summerat de fem bästa sätten att hantera oro.

**Erik Andersson** är leg. psykolog, docent i klinisk psykologi och studierektor vid Avdelningen för psykologi, KI. Han har forskat på behandlingar för oro i över 10 år. År 2023 tilldelades han Stora Psykologpriset.

**Tove Wahlund** är leg. psykolog, forskare inom klinisk psykologi och lärare i psykologisk behandling vid KI. I sin forskning utvecklar och testar hon behandling av oro hos ungdomar och vuxna.



# Nya manualer vid paniksyndrom

De världsledande ångestforskarna David H. Barlow och Michelle G. Craske har utvecklat en evidensbaserad behandling av paniksyndrom, med eller utan agorafobi.

Här presenteras den i en terapeutmanual som vägleder behandlaren och i två arbetsböcker för klienter, där den ena är anpassad till lindrigare tillstånd med kortare behandlingstid. Uppläget passar därför inom psykiatri likväl som inom primär- och företagshälsovården.



Läs mer på [psykologiwebben.se](http://psykologiwebben.se)

»Vi har matchat icke-binära klienter med icke-binära psykologer och fått höra att de för första gången blivit förstådda.«  
Sidan 12



# Innehåll #5 2024



## Intro > 4

Psykologer i media och psykologen som tar hjälp av hästar.

## Nyheter > 8

Den ifrågasatta teorin föräldraalienation blir allt vanligare i domstolarna.

## Tinder för terapeuter > 14

**TEMA.** Företagen som erbjuder matchningar mellan psykologer och klienter blir alltmer avancerade.



## Npf-kocken > 22

**MÖTET.** Helena Cloodt har använt egna erfarenheter och professionella kunskaper i sin nya kokbok.

»Anpassad kost är inte att skämma bort barnen.«

## Fråga Etikrådet > 31

Vad gjorde jag för fel? En psykolog som tappat sin patient söker svar hos Etikrådet.

## Forskning > 32

Psykologens roll inom cancerrehabiliteringen.

## Forskarintervjun > 38

Daniel Wallsten konfronterar patientens grundläggande berättelse om sig själv.

## Konferensrapport > 39

Antisocial personlighetsstörning analyserades under mentaliseringskonferens.



> 8



# Meningslöst att mästra i domstolen

PSYKOLOGTITELN MÅ VÄGA tungt i många sammanhang men domstolar låter sig inte imponeras av titlar. Snarare råder motsatsen. Den slutsatsen är möjlig att dra efter att ha gått igenom samtliga domar där så kallad föräldraalienation har hävdats inför rätten.

Om pappan eller mamman har anlitat en psykolog eller professor som sakkunnig, som instruerar hur domstolen ska agera, då verkar domstolen tända snett.

DOMSTOLEN VILL HÅLLA sig till lagstiftningen, att se till barnets bästa, och vet att föräldrarnas blick är grumlig efter årtal i skyttegravar.

Skälet till genomgången är debattartikeln om föräldraalienation i det förra numret. Debattartikeln blev raskt omdebatterad och engagerade även en riksdagspolitiker, som vände sig till justitieminister Gunnar Strömmer med uppmaningen att förbjuda

begreppet i vårdnadstvister. Justitieministern svarade att fri bevisprövning ska fortsätta att råda.

Debattartikeln har även gett många reaktioner på sociala medier och visar en sällan

»En sällan skådad polarisering uppstod.«

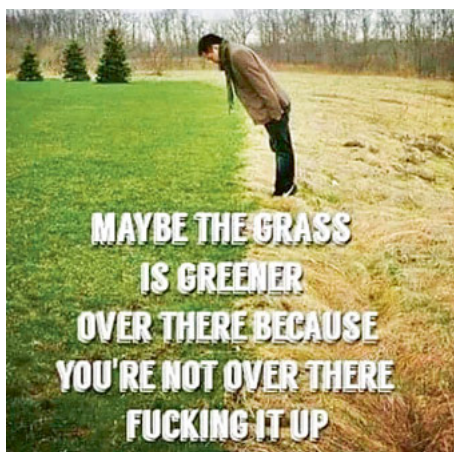
skådad polarisering. Den ena sidan menar att föräldraalienation är en misogyn pseudovetenskap, den andra att motståndet beror på en feministisk konspiration. Nja.

SOM JOURNALIST KAN man hamna i positionen att det ena lägret hävdar att det regnar, medan det andra hävdar att så inte är fallet. Att bara citera deras åsikter ger inte läsarna särskilt mycket. Bättre att själv kliva ut och känna efter. Därav denna genomgång.



*Lennart Kriisa*  
**Chefredaktör**  
 lennart.kriisa@psykologtidningen.se

BILD MEMES FÖR PSYKOLOGER



## KOMMENTARER

### Tydiligen ingen kvalitetskontroll

Kommentarer från icke-psykologer på Psykologtidningens facebook-sida om debattartikeln *Föräldraalienation är en pseudovetenskap*:

»Ett evigt åltande av att en viss teori är jättedum, och ett totalt ointresse för de fenomen som teorin försöker förklara. Psykologtidningen har tydligen ingen kvalitetskontroll av de texter den tar in. Den stora faran med texten är att den kan göra det svårare för de barn som faktiskt är utsatta att få hjälp.«  
*/Jan Björklund*

»Det är svårt att ta dem på allvar som utger sig för att vara ute i ärendet att värna om barns rättssäkerhet, som har så litet respekt för sanning och rätt och tycks uppfatta det som en kränkning om inte deras egna högst privat personliga åsikter ska anses smålla högre än all världens samlade vetenskap.«  
*/Gunilla Madegård*

## Hör av er!

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

## KRIISAS TIPS

### Som Freud läser bibeln

**RADIO.** »Jag förfäras men vill bara läsa vidare för det är så bra«, konstaterar Thella Johnson, i SR-podden *Som fan läser Freud*. Tidigare har hon med kollegan Lollo Collmar gjort poddserien *Som fan läser Bibeln*. De konstaterar att Freud påminner om att läsa bibeln; vi är marinerade i dessa idéer.



**BOK.** Gillar du feelbad? Då är *Nattens skola* av Karl Ove Knausgård något för dig. Berättelsen får extra svärta av att huvudkaraktären saknar sympatiska drag och styrs av någon personlighetsstörning. Som läsare vill man tycka om en huvudkaraktär som ibland gör dåliga val i livet, vilket gör denna läsning extra utmanande. Ändå är det det en briljant roman.



## Stafetten: Cristina Tirea om #4 2024

När jag läser om deliberate practice i tidningen väcks minnen från min psykoterapiutbildning till liv. Jag minns hur vi övade, filmade, granskade och upprepade tekniker tills vi kände oss trygga. Denna metod var effektiv för att lära oss olika tekniker, och som ny i yrket var det särskilt viktigt att ha konkreta strategier och metoder att luta sig mot när vi mötte patienter.

Jag tror att vi alltid strävar efter att bli bättre på det vi gör. Men att utvecklas som psykolog är inte något som sker sporadiskt, utan en daglig process, en vana, en rutin.

Jag förstår att vissa psykologer känner stress när de läser i tidningen om andra som utmärker sig inom forskning och författarskap. Men alla kan inte göra allt, och det gör oss inte mindre värda. Jag känner att jag verkligen kan göra skillnad genom att göra mitt bästa där jag befinner mig, på min arbetsplats, och att ständigt sträva efter att bli bättre på det jag gör. Jag är en tillräckligt bra psykolog och jag känner glädje och inspiration när jag läser tidningen.



Psykologtidningen #4 2024

Cristina Tirea arbetar som skolpsykolog i Falkenbergs kommun. Hon lämnar över stafettpinnen till Sofie Hammer.



## »Hästen blir en väg in till det besvärliga«

### Hur känns det att åka till stallet i stället för mottagningen?

– Våldigt bra, särskilt utifrån den målgrupp jag träffar. Det är ofta barn som har svårt med den vanliga miljön på Bup som är konstruerad för samtal. Det här är ett försök att nå dem i ett annat sammanhang, att de ska känna sig avspända och ha lättare att tillägna sig en behandling. Många tar sig nästan inte hemifrån och går varken till Bup eller skolan.

### Hur ofta är du psykolog i stallet?

– Varje tisdag. Då är jag där mellan 8 och 15, och har tre besök. Sessionerna är 1,5 timme.

### Vad gör ni under ett besök?

– Jag möter dem på parkeringen eller i klubbhuset, vi lånar hjälm och skyddsväst, och hämtar en passande häst i hagen. Sen gör vi hästen ren i boxen, medan vi stämmer av läget och hemuppgiften. Vi tar en promenad i skogen eller rider i ridhuset, under tiden jobbar vi på nya teman för dagen. Innehållsmässigt är det inte så stor skillnad från Bup, bara en annan miljö. Ridhuset utgör en fantastisk whiteboardtavla, man kan trampa upp ångestkurvan i

sanden. Sen leder vi tillbaka hästen, och släpper ut den i hagen.

### Blir relationen annorlunda i stallet?

– Ja, verkligen. Hästen blir en icebreaker, det behöver inte bli tyst, finns alltid något att prata om och att göra. Hästen kan också bli en väg in till det som är besvärligt. Vi kanske börjar fundera på hur en häst har det i sina sociala kontakter, för över ämnet till oss människor och sen hur det är för barnet. I stallet ser jag även mycket resurser, som att barnet är fint i kontakten med hästarna eller har god balans.

**NAMN:** Karin Emilsson Falkenström  
**ÅLDER:** 49 år  
**ARBETSPLATS:** Delad tjänst mellan Bup/Skogslottens ridanläggning och Barnahus.  
**HÄSTAR ÄR:** Rogivande. Det är fantastiskt att hålla i och bygga relation till de här stora djuren. Rider själv två gånger i veckan.



Abbot





BILD SARA MAC KEY

»Vi hittar på något, fantiserar lite, skriver ner det i en dikt eller säger det högt, sedan försöker vi i efterhand förstå vad vi hittat på.«

ULF KARL OLOV NILSSON, UKON, i sitt sommarprat om hur vi behöver jobba när vi ägnar oss åt poesi eller psykoterapi (Sveriges Radio, P1).



BILD PRIVAT

»Jag tror att man börjar inse att apparna är beroendeframkallande och vill testa annat.«

CAROLINE ERKERS, psykolog och vd för Svea KBT, hävdar att allt fler singlar har tröttnat på svajpanDET och söker sig till parterapi för att få hjälp och råd med kärlekslivet (SVT Nyheter/Uppsala).

»Det är inte alls dumt att barn vet att föräldrar kan vara oense, men om grälet innefattar att föräldrar kränker och skadar varandra, då är det otäckt för barnet.«

ÅSA LANDBERG, psykolog på Stiftelsen allmänna barnhuset, om familjekonflikter (DN).



STAFFAN ISAKSSON:

»Allt vi inom psykiatri byggde upp från 1970-talet till 2010 är förött och trampat på. Efter 2010 har det bara gått utför. Okunniga politiker och tjänstemän har förökat sig genom delning och kunnig sjukvårdspersonal tvingats lämna. Patienter ses bara som en besvärande kostnadspost, människovärdet som försumbart.«

Staffan Isaksson, tidigare psykolog inom vuxenpsykiatri NU-sjukvården, om att skära ned på antalet vårdplatser inom slutenvårdspsykiatri (TTELA).

PETER JACOBSSON:

»Ofta ställs diagnoser på goda grunder hos barn som måste fungera i dagens skola, men som sedan har en gynnsam utveckling och hittar en fungerande livssituation. Det leder till att funktionsnedsättningen, som tidigare förelåg i relation till skola och hem, inte längre är relevant. Då är det naturligtvis orimligt att tänka sig att personen fortfarande har adhd.«

Peter Jacobsson, psykolog och verksamhetsutvecklare, argumenterar för en förändrad syn på adhd och autism (Läkartidningen).



JOHANNA KARLSSON

»Det finns en tendens att vi alltmer tror att experterna har svar på våra frågor, och det gäller även psykologerna, att vi ibland förlitar oss lite för mycket på psykologen. Ute på nätet går det att vända sig till många psykologer digitalt, med korta besök på 20-25 minuter, då blir det också förenklade svar.«

Johanna Karlsson, psykolog i Hallstahammar, om terapitrenden (P4 Västmanland).



## Kulturkollen: Sigmund Freud Museum

# På besök i Freuds lägenhet

**P**å parkettgolvet i salen som var Sigmund Freuds matrum, står tre marionettdockor. Det är tre män med svårtydda ansiktsuttryck, överlägsna men samtidigt osäkra. Bakom hänger ett fotografi av Jeff Wall med titeln *A woman and her doctor*. Fotografiet visar en man och en kvinna i en soffa. Mannen bär kostym och mustasch. Med allvarlig och funderksam min tittar han stint på kvinnan. Hon har en cigarett i handen. Ansiktet är vänt bortåt med blicken i fjärran.

Sigmund Freud Museum ligger på Berggasse 19 i Wien, adressen där Freud bodde och arbetade mellan åren 1891 och 1938. I den tillfälliga utställningen *The Uncanny* väcker konstverken förmimmelser om något konstigt eller mystiskt. En bekant situation som i vissa avseenden är an-

norlunda och skev, och därför skrämmande. Sigmund Freud menade att konsten har en särskild förmåga att uttrycka sådan kuslighet.

VISSA AV VERKEN är mindre subtila. Ett fotografi av Gregory Crewdson föreställer en familj som ska äta. De sitter kring ett stort bord. En pappa ser argt på sin son, medan dottern har blicken nedsänkt. Vid sidan av träder modern in, helt naken. De andra lägger inte märke till henne eller hennes besvikna och uppgivna uttryck.

I utställningssalen rör sig många besökare i olika åldrar. Mariana Dominguez har rest till Europa från Mexico City tillsammans med sin dotter. Hon arbetar som psykolog och lärare i psykologi.

– Det här var viktigast av allt i Wien, Freud är psykologins fader. Jag ville komma

hit för att känna atmosfären, berättar hon.

Rummen i våningen har höga fönster och gräddvita spegeldörrar. Ljuset hittar in mellan lövverken på innergårdens och från gatan. Förutom i väntrummet är möbler och övrig inredning borttagen. Divanen är inte kvar men besökarna får veta vid vilken vägg den stod. I glasmontrar visas foton av hur det såg ut när familjen Freud levde här. Där finns också bilder av släkt, vänner och samtida vetenskapsmän; textutdrag, böcker och enstaka föremål.

An Gelika står i mottagningens hall och väntar på en guidad tur. Hon bor utanför Köln.

– Jag har läst Maria Montessori, Nietzsche och fler som är inspirerade av Freud. Han är en historisk person som lever vidare genom andra.

● Maria Jernberg

## Tre prylar från museibutiken



BILD MARIA JERNBERG



Utställningen *The Uncanny* visas på Sigmund Freud Museum på Berggasse 19 i Wien till 4 november.



# »Föräldraalienation« allt vanligare i domstolarna

En psykolog och en professor i psykologi försöker övertyga landets domstolar om att så kallad föräldraalienation ska leda till dramatiska konsekvenser. Bland annat ska barnet isoleras från sin boendeförälder under 90 dagar. Men domstolarna är skeptiska.

Text: Lennart Kriisa

**Vårdnadstvisterna i Sverige** ökar för varje år, och det blir allt vanligare att pappan eller mamman hävdar »föräldraalienation«, visar Psykologtidningens genomgång. Särskilt de senaste två åren syns en tydlig uppgång.

Psykologtidningen har gått igenom samtliga domar där föräldraalienation framförts i domstolar. Enligt förespråkarna handlar föräldraalienation om ett psykologiskt fenomen som förklarar varför en

förälder blivit orättfärdigt bortstött av barnet. Totalt handlar det om närmare hundra domar då pappor eller mammor hävdar föräldraalienation.

Oftast är det papporna som hävdar att de har blivit utsatta för föräldraalienation.

**De första målen** dyker upp runt 2010. Då var Lena Hellblom Sjögren ensam psykolog om att på pappornas begäran argumentera för att



LENA HELLBLOM SJÖGREN

föräldraalienation hade uppstått. Tre gånger blev hon anmäld till Psykologförbundets etikråd.

De reflekterande samtalen »präglades av ett ställningskrig mellan dessa etikrådsmedlemmar och den berörda psykologen«, skrev Etikrådet i sin sammanfattning under 2012.

Lena Hellblom Sjögren förekom processen om uteslutning.

– Jag kunde inte vara kvar i en intresseförening som inte förstår



## Så beslutade domstolarna om föräldraalienation

Här följer ett urval av domar då pappan eller mamman har hävdat föräldraalienation. Domstolarna tycks i flera mål ha tagit hänsyn till teorin om föräldraalienation, då föräldern hänvisat till boken *Barn som tvingas välja bort en förälder* av journalisten Anna Lytsy och advokaten Christina Bergenstein. Anlitandet av psykologen Lena Hellblom Sjögren eller psykologiprofessorn Sverker Sikström leder däremot sällan till framgång. Urval och referat: Lennart Kriisa

### »RESPEKTERA BARNET«

En pappa hade inte haft kontakt med sin 14-åriga dotter under de senaste åtta åren. Pappan ansåg att han ogrundat anklagats för bland annat sexuellt ofredande, vilket enligt pappan är en vanlig taktik vid föräldraalienation. Domstolen

tog hänsyn till barnets vilja och nekade pappan umgängesrätt.

### »MAMMAN LJÖG«

En pappa hade inte haft kontakt med sin 10-åriga son under de senaste två åren. Mamman hävdade att pappan miss-handlat och förgripit





## PARENTAL ALIENATION SYNDROME

Begreppet parental alienation syndrome myntades av den amerikanska barnpsykiatern Richard Gardner på 1980-talet. Hans teori syftade till att förklara varför barn till separerade föräldrar ibland utan synbar anledning tar kraftfullt avstånd från den ena föräldern, ofta fadern. Begreppet föräldraalienation har de senaste åren fått genomslag i svenska domstolar, visar Psykologtidningens genomgång.

det psykiska våld som de här barnen blir utsatta för. Därför begärde jag utträde och fick det beviljat. Åtta månader senare fick jag ändå ett brev med beskedet att jag hade blivit utesluten, berättar Lena Hellblom Sjögren i dag.

**Lena Hellblom Sjögren** har fortsatt som sakkunnig i domstolarna, senast i en dom från den 1 juli i år. En pappa yrkade då ensam vårdnad för sin 12-åriga dotter, som

han inte träffat sedan 2015. Lena Hellblom Sjögren menade att det handlade om en så kallad »insnärjd relation«, eftersom barnet använde samma ord och tankegångar som mamman.

Barnet borde därför flyttas till pappan och under en övergångsperiod hållas isolerad från mamman. Domstolen ansåg att kravet visade på en oförmåga hos pappan att se till barnet bästa. Domstolen landade i att barnet skulle fortsätta



SVERKER  
SIKSTRÖM

bo hos mamman, utan krav på umgänge med pappan.

**Psykologtidningens** genomgång visar att Lena Hellblom Sjögren blir avfärdad gång på gång i domstolarna. Formuleringarna är snarlika, hennes utredning »tillför inget av väsentlig betydelse«, »saknar helt bevisvärde«, »har en begränsad betydelse« eller »låg bevisvärde«.

– Ja, det är gåtfullt och värt att fundera över. Samtidigt är mitt

sig på sonen. Varken Bup eller socialtjänsten trodde på mamman. »Uppgifterna vinner inte stöd av övrig bevisning i målet«, konstaterade domstolen efter att ha hållit 21 förhör. Pappan fick ensam vårdnad. Barnet flyttades till ett jourhem.

**»ANSVARSLÖS PAPPA«**  
En 9-årig flicka hade tagit avstånd från sin mamma efter föräldrarnas separation och bodde på heltid hos pappan. Mamman hävdade föräldraalienation, bland annat hade barnet börjat kalla pappans nya partner för mamma. »Som

förälder måste man ta ett större ansvar för att se till att umgänget faktiskt blir av«, skrev domstolen och beslutade om flytt av barnet till mamman.

**»ALIENERAD PAPPA«**  
Mamman hade enskild vårdnad och menade

att pappan hade utsatt barnen, 13 och 8 år, för våld. Pappan invände att det handlade om föräldraalienation och hänvisade till boken *Barn som tvingas välja bort en förälder*. »Såvitt utredningen visar hade barnen fram till tiden för parternas separation en

normal och kärleksfull relation till sin pappa«, skrev domstolen utan att nämna begreppet föräldraalienation och tillade att »mycket talar för att barnen utsatts för otillbörlig påverkan som lett till den mycket negativa bild de har av fadern«. Pappan fick ▶



## »När jag höll ett föredrag i Almedalen i somras kom flera nyfikna riksdagsledamöter fram efteråt.« Sverker Sikström

namn pestsmittat och det finns fundamentalistiska feminister som önskar livet ur mig. Jag antar att det kan påverka hur domstolarna uppfattar mig, säger Lena Hellblom Sjögren.

Hon tillägger att i början var det nästan bara var pappor som kontaktade henne, numera är det lika många alierade mammor som önskar hennes hjälp.

**För fyra år sedan** började även Sverker Sikström, professor i psykologi vid Lunds universitet, att anlitas av föräldrar i vårdnadstvister. Han driver samma argumentation, att barnet ska tvångsflyttas till den förälder som blivit alierad, och att barnet därefter ska isoleras från

den alierande föräldern, helst under 90 dagar.

– Den tiden har visat sig fungera väl i USA, säger professor Sverker Sikström till Psykologtidningen.

Han kallar föräldraalieration för ett »empiriskt fynd« men följer inte upp hur domstolarna beslutar

tar i målen där han vittnat. När Psykologtidningen berättar att domstolarna brukar avfärda hans resonemang, framhåller Sverker Sikström att domstolarna ändå tar till sig kunskaperna, även om dessa inte uttrycks i domskälen, och att föräldraalieration sannolikt kommer att tas på större allvar framöver.

– Dessutom finns en öppenhet hos den nuvarande regeringen. När jag höll ett föredrag i Almedalen i somras kom flera nyfikna riksdagsledamöter fram efteråt, säger han.

En av domarna, från juni förra

### 13 EXPERTER I DEBATT: »FÖRÄLDRAALIERATION ÄR EN PSEUDOVETENSKAP«

Totalt 13 professorer och psykologer menade i en debattartikel i förra numret av Psykologtidningen att föräldraalieration är en pseudovetenskap. Efter publiceringen ställde riksdagsledamöten Laila Naraghi, (S), en skriftlig till justitieminister Gunnar Strömmer (M) och uppmanade honom att agera för att förbjuda användningen av föräldraalieration i familjerättsärenden. Gunnar Strömmer svarade att fri bevisprövning ska fortsätta att råda i landets domstolar.

Psykologtidningen #4/2024



reglerat umgänge med barnen under varannan helg.

#### »BARNEN RÄDDA«

En mamma med skyddad identitet ville att umgänget med barnens pappa skulle upphöra. Pappan hävdade föräldraalieration. Domstolen konstaterade att barnen var mycket rädda för pappan och upphävde umgängesrätten.

#### »SLIPPER TRÄFFA PAPPA«

En pappa hävdade att han var utsatt för föräldraalieration eftersom barnet inte vill träffa honom. Mamman hade skyddad identitet och fruktade att hon ska bli dödad av ex-maken. Tingsrätten tyckte att bevis saknades för att pappan varit våldsamt, men gjorde bedömningen att umgängesrätten

omedelbart skulle upphöra, eftersom barnet var mycket rädd för pappan.

#### »VÅLD KAN EJ STYRKAS«

En mamma med skyddad identitet menade att både hon och barnen blivit utsatta för pappans våld. Pappan hävdade föräldraalieration och hänvisade till boken *Barn som tvingas välja bort en förälder*. Domstolen gick på socialtjänstens linje och ansåg att barnens rädsla berodde på att de påverkats av mamman samt att det inte gick att styrka att de blivit utsatta för våld. Domstolen beslutade om umgänge med pappan i socialtjänstens lokaler under två timmar varannan vecka.

#### »TVÅNGSFlyTT«

En pappa fick ensam vårdnad om den 13-årige sonen efter att ha hävdat

föräldraalieration. Mamman hade hävdat att pappan varit hotfull och våldsamt. Domstolen skrev att mamman »genom åren av begränsningar av umgänget, obefogade orosmålningar och de olika sätt på vilka hon försvårat umgänget visat att hon inte fullgjort sin plikt som boendeförälder«. Domstolen gick på familjerättens linje, med en långsam upptrappning av umgänget med pappan inför en överflyttning till honom.

#### »PAPPANS EGET FEL«

En mamma yrkade att barnens umgänge med pappan skulle upphöra, eftersom barnen var rädda för honom. Pappan hävdade föräldraalieration. Domstolen ansåg att pappan själv i stor ut-

sträckning hade bidragit till barnens rädsla. Umgängesrätten upphävdes.

#### »SKRÄMDE BARNEN«

En pappa hade inte träffat sina barn på fem år och hävdade föräldraalieration. Mamman hävdade våld mot både henne och barnen. Pappan hade tidigare haft kontaktförbud. Domstolen ansåg att barnens starka rädsla inte verkade stå i proportion till det påstådda våldet och att barnens rädsla för fadern hade ökat under den tid då de inte haft någon kontakt

med varandra, vilket talade för att de blivit påverkade av mamman. Domstolen gick på socialtjänstens linje och gav pappan ensam vårdnad. Socialtjänsten fick i uppdrag att ombesörja överflyttningen.

#### »MAMMAN GJORDE RÄTT«

En mamma med skyddad identitet anklagades av pappan, dömd för koppleri, för både umgängessabotage och föräldraalieration då han inte hade fått träffa barnen under flera år. Domstolen ansåg att mamman hade haft fog för att hindra um-





året, sticker ut i Psykologtidningens genomgång. Barnen, 15 och 16 år gamla, hade inte träffat sin pappa sedan 2018, trots ett beslut om umgängesrätt.

Pappan hävdade föräldraalienation och hade anlitat en rad experter: Sverker Sikström, Lena Hellblom Sjögren, Germund Hesselow, professor i neurofysiologi vid Lunds universitet samt professor emeritus Eivin Meland, omtalad i Norge som förespråkare för begreppet föräldraalienation.

Sverker Sikström förordade en isolering från mamman under 90 dagar. Domstolen fick även ta

del av den så kallad femfaktormodellen, med frågor som

## »Mitt namn är pestsmittat och det finns fundamentalistiska feminister som önskar livet ur mig.« *Lena Hellblom Sjögren*

ska avgöra om föräldraalienation föreligger, bland annat om barnet tidigare har haft ett kärleksfullt förhållande till den avvisade föräldern och om det är bevisat att föräldern på något allvarligt sätt har utsatt barnet för övergrepp eller annan skada.

**Domstolen blev** måttligt imponerad, trots uppbudet av experter, och skrev i domskälen att en förälder visserligen orättfärdigt kan uteslutas från barnets liv, men då handlar det om umgängessabotage, vilket kan leda till att vårdnaden flyttas från den hindrande föräldern. Domstolen kände sig inte heller övertygad om att femfaktor-

modellen var till barnets bästa. Dessutom, upplyste domstolen, ska hänsyn tas till barnets egen vilja i takt med ålder och mognad, och upphävde det tidigare beslutet om umgängesrätt med pappan.

Både Sverker Sikström och Lena Hellblom Sjögren, nu fyllda 75, säger att de kommer att fortsätta som sakkunniga i domstolarna.

– Ja, så länge jag får vara frisk. Jag kan helt enkelt inte sluta med detta, eftersom jag ser lidandet hos alla dessa barn, säger Lena Hellblom Sjögren. ●

**Sidan 41: Replik och slutreplik i debatten om föräldraalienation som inleddes i det förra numret av Psykologtidningen.**

gänget och upphävde umgängesrätten.

### »VÅLDSAM MAMMA«

En mamma med skyddad identitet anklagade pappan för våld och föräldraalienation då barnen ville fortsätta bo enbart hos honom. Domstolen konstaterade att mamman varit dömd för misshandel av ett av barnen. Beslut om fortsatt ensam vårdnad för pappan.

### »MOGET FÖR SIN ÅLDER«

En pappa hävdade föräldraalienation och yrkade reglerat umgänge

med 11-årig dotter. Domstolen konstaterade att barnet var moget för sin ålder och därför inte skulle behöva träffa pappan mot sin vilja.

### »VÅLDSAM PAPPA«

Pappan hävdade föräldraalienation eftersom barnen inte ville träffa honom. Relationsvårdsteamet hade bedömt att mamman blivit utsatt för omfattande våld och att det fanns risk för fortsatt våld. Domstolen nekade pappan umgängesrätt.

### »SOCIALTJÄNSTEN TÄNKTE FEL«

En pappa yrkade ensam vårdnad och fick stöd i

familjerättens utredning, som menade att pappan blivit utsatt för föräldraalienation. Domstolen ansåg däremot att det inte gick att dra några säkra slutsatser om den 9-åriga dotterns motvilja till pappan. Fortsatt gemensam vårdnad och växelvis boende.

### »FLYTT TILL DÖMD«

En pappa hade inte träffat sina barn, 10 och 7 år gamla, under de senaste fem åren. Pappan hävdade att mamman hade manipulerat barnen till att bli rädda för honom. Mamman menade att barnens rädsla var befogad, då pappan hade dömts för misshandel av barnen. Hovrätten kom fram till att risken för nytt våld var låg, att mamman inte gjort vad hon kunnat för att under-

lätta umgänget med pappan och att barnen skulle isoleras från mamman under tre månader, vilket genomfördes på ett HVB-hem. Barnen bor i dag hos pappan och har brutit kontakten med mamman. I en rättstvist om barnens efternamn, hävdade mamman att hon har blivit alienerad från barnen.

### »SKÄRP ER!«

En pappa begärde ensam vårdnad eftersom umgänget med barnen, 9 och 12 år, inte fungerade. Pappan hävdade att föräldraalienation var orsaken. Domstolen beslutade om fortsatt gemensam vårdnad med motiveringen: »Båda föräldrarna har svårt att hålla sin frustration inom sig och har därför många gånger baktalats varandra inför barnen. Båda för-

äldrarna behöver därför skärpa sig, allt för att förbättra barnens mående. Det är inte bra för barn att ta del av vuxnas baktal av varandra. Barn vill vara stolta över sina föräldrar och behöver goda förebilder.«

### »SKYDDADE AV NY LAG«

En pappa begärde ensam vårdnad och hävdade föräldraalienation eftersom barnen var rädda för honom. Uppgifterna om våld var påhittade av mamman, menade pappan. Domstolen gick på socialtjänstens utredning, att det fanns fog för barnens rädsla och att barnen inte ska behöva ha kontakt med pappan. Både mamman och barnen har fått skyddat boende, i enlighet med den från i år nya lagen om placering av barn i skyddat boende.



## Brottmål

### Professorn: »Terapin kan skapa falska minnen«

En man som dömts för våldtäkt i Attunda tingsrätt överklagar nu sin dom. Hans advokat hävdar att den terapiform som målsägande genomgått kan skapa falska minnen. Kvinnan har behandlats med prolonged exposure vilken rekommenderas av Socialstyrelsen. Under rättegången har det som framkommit i terapin använts i bevisningen. Försvaret har å sin sida åberopat psykologi-professor Pär Anders Granhag som bedömer att minnen som kommer med terapiformen har en förhöjd risk att vara falska. Han menar att ett inslag i terapin är att upprepade gånger föreställa sig inre mentala bilder, en process som kan skapa falska minnen. Mannens advokat vill nu att Pär Anders Granhag hörs på nytt. /MJ

## Kartläggning

### Nationell strategi för ofrivillig ensamhet på gång

I det nya faktabladet *Ensamhet kan påverka hälsan* beskriver Folkhälsomyndigheten delar av den kartläggning om ensamhet som ligger till grund för förslaget till en nationell strategi för att förebygga och motverka ofrivillig ensamhet.

– Personer som ofta känner sig ensamma har högre risk för senare depression eller ångest jämfört med dem som sällan eller aldrig känner så. Men sambandet kan även vara omvänt, så att depression kan öka risken för att känna sig ensam, säger Hillevi Busch, utredare på Folkhälsomyndigheten.

Förslaget till strategi presenteras 1 februari 2025. /LK

## Tystnadsplikt

### Anmälde missförhållande – blev själv anmäld

En psykolog gjorde en Ivo-anmälan om missförhållanden kopplade till en patient, men i anmälan rörde psykologen samtidigt patientens uppgifter, rapporterar SVT Nyheter. Ivo är därmed skyldig att göra en så kallad åtalsanmälan eftersom psykologen misstänks ha brutit mot tystnadsplikten. Eftersom psykologens avsikt var att dela med sig av uppgifterna bedömer Ivo dessutom att brottet skedde med uppsåt. /LK

## Rekrytering

### Psykologer utreder jobsökande

När de mer avancerade tjänsterna ska tillsättas i Härryda kommun begär kommunen in experthjälp, rapporterar Göteborgs-Posten. En psykolog levererar då ett oberoende utlåtande, till en kostnad av 15 000 kronor per kandidat.

– Det tillför ytterligare en dimension och vi kräver riktig psykologkompetens och att testerna ska vara vetenskapliga. Det händer emellanåt att chefen omvärderar och inte vill anställa den de tänkt efter psykologens utlåtande, säger personalchefen Anders Pettersson till Göteborgs-Posten. Enligt Göteborgs-Posten har kandidater avböjt psykologsamtal eftersom det upplevdes integritetskränkande. /LK

## Satsning

### Psykologer söks till ny stödlinje

I december öppnar Region Stockholm en nationell stödlinje för psykisk ohälsa. Den ska bemannas dygnet runt och erbjuda rådgivning.

– Vi tror att personer i kris kommer ringa och att bemötandet blir mycket viktigt, säger biträdande enhetschef Nelleke Heinemans.

Just nu annonserar stödlinjen efter personal.

– En del har hört av sig om tjänsterna och säger att de lockas av att göra en insats för samhället. /MJ



3

## FRÅGOR TILL ALEXANDER ROZENTAL

... som blir den första professorn i klinisk psykologi vid Luleå tekniska universitet.

### Hur känns det?

– Våldigt, väldigt roligt. Många års arbete ligger bakom en sådan här ansökan om att bli professor. Det är också roligt att det blir Luleå tekniska universitet, att få vara med och bygga upp Sveriges tolfte och senaste psykologprogram. Sveriges modernaste program!

### Vad ska du göra på jobbet?

– Etablera en forskningsbas inom klinisk psykologi. Ett profilområde är digital psykologi. Den andra delen har med undervisning att göra, att bygga upp kurserna i klinisk psykologi. Ett annat profilområde är glesbygdpsykologi. Egentligen är det inte utstakat vad det betyder, men man kan tänka sig att det finns särskilda utmaningar för människor som bor på mindre orter.

### Flyttar du upp?

– Jag är ingift norrbottning och vi tittar på fritidshus där, det blir en naturlig fortsättning på vad vi redan har. Vi är ofta och hälsar på, åker skidor och vandrar i fjällen. Men min man jobbar i södra Sverige så vi kan inte flytta från Stockholm på ett tag.

• Maria Jernberg

# 160

Antalet barn i Sverige som blev adopterade under 2023, vilket är en fortsatt minskning sedan 2004 då 1100 barn blev adopterade. Källa: SCB



Kostnadsfritt  
webinar  
27 september  
kl 11-12

# Griffiths III

Ett testbatteri för bedömning  
av barns utvecklingsnivå



Griffiths III (Griffiths Scales of Child Development, 3rd Edition) är en utvecklingsskala som kan användas från födseln upp till sex år.

Lekorienterade aktiviteter ger en helhetsbild av utvecklingsnivån hos barnet samt en individuell profil av styrkor och behov.

Griffiths III är den senaste versionen av instrumentet som anses vara "gold standard" inom utvecklingsbedömningar världen över.

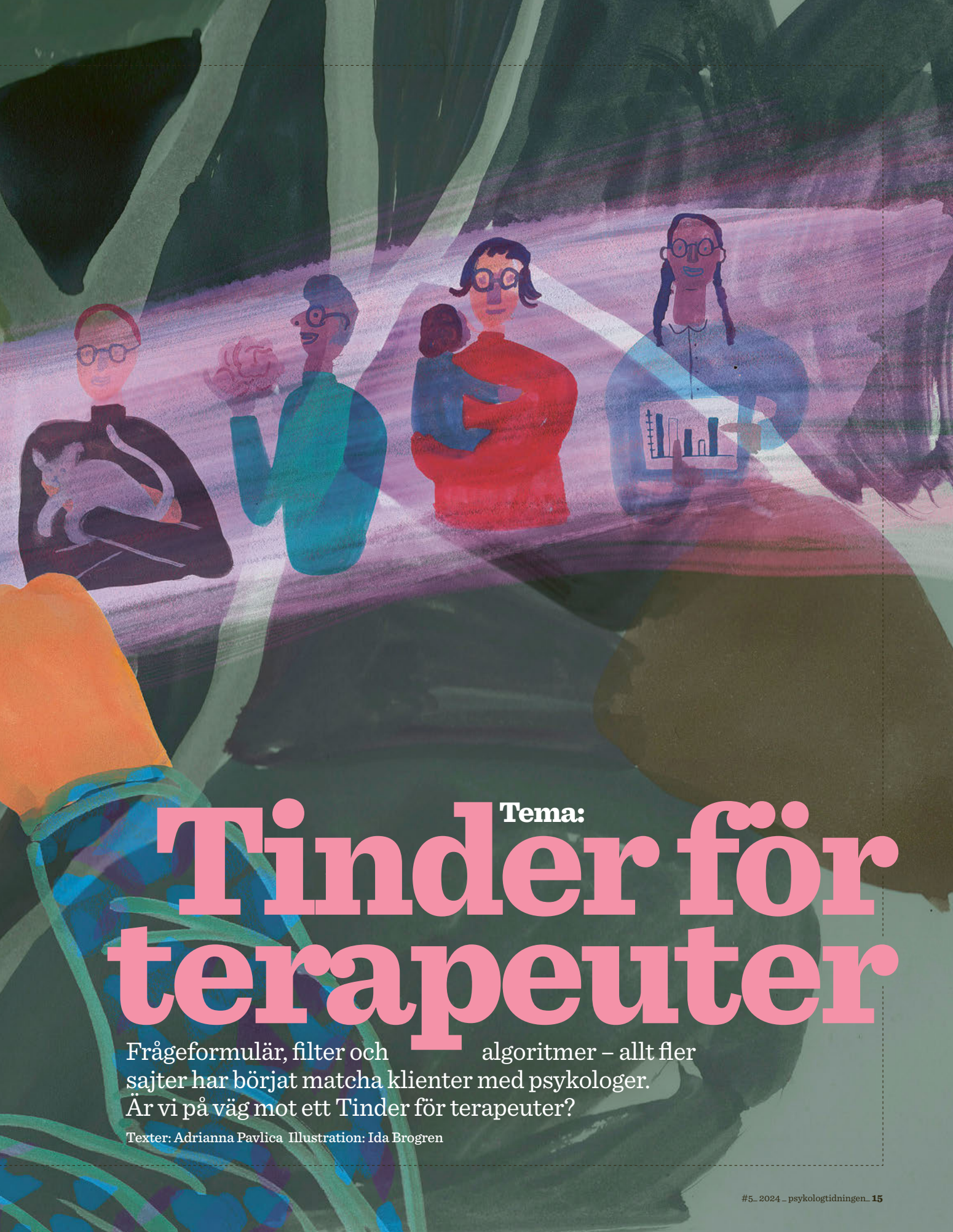
## Webinar om Griffiths III – kl 11 fredag 27 september 2024

Webinaret hålls av Johanna Ristolainen Spak från KIND, Center of Neurodevelopmental Disorders at Karolinska Institutet.  
Välkommen att anmäla dig på [www.hogrefe.se!](http://www.hogrefe.se)









Tema:

# Tinder för terapeuter

Frågeformulär, filter och algoritmer – allt fler sajter har börjat matcha klienter med psykologer. Är vi på väg mot ett Tinder för terapeuter?

Texter: Adrianna Pavlica Illustration: Ida Brogren



# Från hudfärg till sexuell läggning

Nu är det möjligt för klienter att beställa vilken sexuell läggning, etnicitet och familjesituation psykologen ska ha. Men olika tjänster lägger tyngdpunkten på olika sorters val. Psykologtidningen har tittat närmare på matchningssajter i Sverige, Danmark och USA.

Text: Adrianna Pavlica

**F**örst fanns telefonkatalogen till hands när någon behövde en psykolog, sedan blev internet den självklara platsen att leta på. Den senaste tiden har matchningstjänster börjat dyka upp på marknaden, som ett sätt för klienter att få alternativ serverade.

Psykologtidningen har pratat med svenska Meela, vars matchningsalgoritm fokuserar på alliansskapande; med danska Healper där personligheten hos klienten är i centrum; samt amerikanska Zencare som maxat sin sajt med filter och sökmöjligheter. Samtliga tjänster är gratis för klienterna.

Den som använder Meela behöver svara på 30 frågor. Den första frågan har hela 91 alternativ, där klienten ska klicka i sina problemområden. Från abort, beroende av sociala medier och cancer till diskriminering, finansiell skam, förlorat husdjur, och gaslighting.

Därefter kommer ett frågebatteri om psykologen: vad önskar klienten att psykologen har för kön, ålder, sexuell läggning, religion, etnicitet? Ska psykologen vara öppen att diskutera porr, droger och otrohet? Dessutom finns frågor om psykologens stil, till exempel hur strukturerad eller empatisk och personlig hen ska vara.

På bara två minuter får Psykologtidningen matchningar på mejlen. De är totalt sju, både psykologer och psykoterapeuter. Var och en har en profil med foto och information. Är klienten inte nöjd går det att klicka till sig fler, samtliga rangordnade.

**Meela beskriver sig** som ett företag i korsningen mellan tech, psykologi och business, och hävdar att de skapat »världens mest omfattande matchningsalgoritm«. Britiska Tiffany Boswell, som numera bor i Sverige, är en av grundarna.

– När jag var 18 gick jag igenom en traumatisk händelse och sökte hjälp på vårdcentralen, men det blev inte alls en bra upplevelse. Jag bestämde mig för att i stället söka en psykolog privat, men det var som att leta efter en nål i en höstack, säger hon och konstaterade att många psykologer inte vet hur de ska marknadsföra sig på ett användarvänligt sätt.

**»Det finns färsk forskning som visar att matchningar baserade på minoritetsfaktorer förbättrar utfallet för klienterna.«**



TIFFANY BOSWELL

Själv har hon pluggat psykologi i Storbritannien, där ett stort fokus låg på den terapeutiska alliansen. En professor sa att det krävs att klienten och psykologen »matchar«, ett ordval som blev grogrund för idén till Meela.

**Tiffany Boswell började** fundera på om det gick att skapa en algoritm baserat på faktorer som påverkar alliansen. Hon plöjde forskning, sökte i litteraturen och pratade med forskare.

– Jag identifierade omkring 40 faktorer som antingen hade stärkt alliansen eller klientens engagemang och motivation på ett signifikant sätt. Det blev grunden till frågeformuläret på sajten, berättar hon.

Tiffany Boswell är särskilt stolt över att Meela har bakat in det hon kallar för »kulturell inklusivitet« – att kunna bli matchad baserad på information om psykologens sexuella läggning, religion, etnicitet och liknande.

*Varför är det relevant?*

– Det finns färsk forskning som visar att matchningar baserade på minoritetsfaktorer förbättrar utfallet för klienterna. Jag tycker att det låter rimligt. Vi har till exempel matchat icke-binära klienter med icke-binära psykologer och fått





höra att de för första gången blivit förstärkta och inte behövt utbildning sin terapeut. Det ger en högre nivå av psykologisk trygghet, och det påverkar ju alliansbygget.

**Nästa steg kan** bli att även inkludera socioekonomisk bakgrund. Tiffany Boswell hänvisar till forskning av Jaime Delgado, professor i klinisk psykologi vid Sheffield University.

– Den visar att kbt inte passar lika bra för arbetarklassen som för medelklassen. Den här typen av forskning befinner sig i ett tidigt stadium men kan påverka hur vi ger psykoterapeutisk vård i framtiden.

*Hur ser du på risken att klienten får för mycket information om sin terapeut? Var går gränsen?*

»Vår data visar att det verkligen varierar vad klienter vill ha, men det är vanligt att de önskar en mer personlig psykolog.«

– Det är en jätteviktig fråga där vi hela tiden balanserar en psykologs integritet med vilken information klienten behöver för att välja. Vi skyddar dessutom psykologen genom att inte visa exakt vilka parametrar klienten matchat psykologen med. I stället visar vi en procentsats och en generell profil.

Tiffany Boswell avfärdar att psykologen ska vara en »blank canvas« som en teoretisk uppfattning.

– I frågeformuläret frågar vi hur personlig klienten vill att psykologen ska vara. Vår data visar att det verkligen varierar vad klienter vill ha, men det är vanligt att de önskar en mer personlig psykolog.

Syftet är att möta vad klienten vill ha och trivs med, beskriver Tiffany Boswell. Därför har Meela inkluderat »en mängd stigmatiserade problemområden«. Klienterna ska kunna matcha med psykologer som har kunskap om just deras problematik.

– Det finns till exempel en homosexuell psykolog i London som fokuserar mycket på att hjälpa klienter med hiv. Han är själv drabbad och känner att han verkligen kan jobba bra med de här klienterna.





Enligt Meelas data listar psykologer på plattformen också vad de inte vill jobba med, till exempel finns det manliga terapeuter som inte vill arbeta med klienter som har ätstörningar, postpartumdepression eller pms.

– Engagemang är en viktig faktor för att hjälpa klienten. Vi vet, från intervjuer med psykologer, att de tidigare haft klienter de inte sett fram emot att träffa då klienterna haft besvär som de inte tycker om att arbeta med. Då blir ju frågan vad resultatet av den terapin blir?

Tiffany Boswell tror att matchningstrenden är här för att stanna.

– Det finns ett massivt gap mellan hur akademikerna tänker att vi ska genomföra psykoterapeutisk behandling och de faktiska behoven hos klienterna.

Enligt Tiffany Boswell har en rad psykologer varit involverade i att skapa Meelas algoritm. Feedback och olika sorters data samlas in för att förbättra algoritmen. Klienter som väljer att avsluta samarbetet med sin terapeut kan få nya matchningar.

– Forskning visar att hälften av klienterna avslutar terapin innan tredje sessionen, och det beror oftast på en dålig matchning mellan klienten och terapeuten. Många av våra klienter har 12-15 sessioner med en psykolog de matchats med. Dessutom säger våra psykologer och psykoterapeuter att de kan utmana klienterna tidigare eftersom de snabbare har skapat en allians med klienter från Meela.

**Den danska tjänsten** Healper erbjuder också ett omfattande

frågeformulär, men fokuserar på frågor om personlighet. Exempelvis ska klienten välja fem ord som bäst beskriver den egna personligheten. Klienten får också gradera hur lyssnande, lösningsorienterad och stöttande psykologen bör vara.

En fråga handlar om vilken typ av relation klienten önskar med sin psykolog på en skala mellan »reflekterande kamrat« till »vis mentor«.

Klienten kan också fylla i önskemål om spiritualitet/religion och etnicitet/bakgrund.

– Jag tror att vi är den enda tjänsten med matchning baserad på personlighet, och som förklarar olika psykologiska metoder för våra klienter. Basen i algoritmen, som psykologer varit med och tagit fram, är att skapa den bästa grunden för den terapeutiska alliansen, säger Emma M Jacobsen, head of operations på Healper.

**Tjänsten betonar också** sin kvalitetssäkring, man samarbetar enbart med psykologer och terapeuter som tillhör ett förbund. Dessutom kan vissa klienter enbart matchas med psykologer.

– Det är när det rör sig om mer allvarliga problem, som till exempel självmordstankar. Då är det viktigt

att komma till en psykolog med erfarenhet av den typen av problematik.

Emma M Jacobsen håller inte med om kritiken mot matchningstjänster, som att psykologer blir varor.

– Mental hälsa är inte en vara, det är en investering i ditt liv. Vi försöker att lösa ett problem och jag tror att det mer individualiserade är rätt väg att gå.

**Amerikanska sajten** Zencare har ingen direkt matchningsalgoritm (ännu – det är på gång), men tillhandahåller ett omfattande filterutbud samt fritextsökning. Önskar klienten till exempel en vit kvinna som använder sig av andningstekniker och kan hjälpa till med både kreativtetsproblem och sorg efter ett husdjur? Check, check, check. Identitetsfiltren är mer omfattande

än de danska och svenska:

klienten kan identifiera sig som allt ifrån »multifaith« till »interfaith« till »sikh« till »neurodivergent« eller »provider of color«. Dessutom kan klienten klicka i vilken

teknik/approach terapeuten använder sig av, specialistsområden, vad sessionen kostar samt vilka tider och dagar tillgänglighet ska finnas. Användaren får upp en lista på terapeuter och kan gå in på profiler med information.

– Vi sticker ut bland andra matchmakers som en av de med flest alternativ för de som söker terapi. Att dela identitet är en av faktorerna för en framgångsrik relation mellan terapeut och klient, säger Allegra Balmadier, content and community manager på Zencare.

*Vart är den här matchningstrenden på väg – kommer vi att ha ett Tinder för terapeuter i framtiden?*

– Nej, på Tinder svajpar du vänster eller höger beroende på om personen är attraktiv – det är en magkänsla. Terapeuterna lägger ut så mycket information som de kan så att potentiella klienter kan vara



## Tjänsternas affärsmodeller

### MEELA

- Kostnadsfritt för klienter.
- Tar betalt 1250 kronor från terapeuten när en matchad klient påbörjat en behandling. Det motsvarar ofta den första sessionen.

### HEALPER

- Kostnadsfritt för klienter.
- Tar betalt från terapeuten när en matchad klient påbörjat en behandling. Kostnaden är den första sessionen, omkring 1000 danska kronor.
- Erbjuder också ytterligare tjänster för terapeuterna, såsom administration, kalender, bokningssystem, försäkringshjälp och liknande, där tanken är att hjälpa terapeuterna med sitt företagande. Detta kostar 299 danska kronor i månaden.

### ZENCARE

- Kostnadsfritt för klienter.
- Terapeuterna betalar för att vara med. I det ingår till exempel att få hjälp med foto och video till sin profil. De kan också lägga till olika tjänster, till exempel mjukvarulösningar för videosamtal eller hantering av försäkringsärenden.
- Att starta upp en profil hos Zencare kostar 130 dollar, därefter är det en månatlig avgift på 59 dollar. Olika tillägg ligger på 19, 29 respektive 59 dollar per månad.



## »Jag är van vid att inte vara toppvalet«

Matchningstjänster får både ris och ros. Psykologen Follad Yarollahi hör till de positiva, och tror att tänket även kan inspirera offentlig vård. En annan psykolog, som provat men pausat flera matchningstjänster, är kritisk till prissättningen och vad han menar är brist på vetenskaplig grund.

**P**sykologen Follad Yarollahi har testat olika nätverk och matchningstjänster genom åren och har haft en väldigt positiv upplevelse.

– Jag har visserligen inte fått in en stor mängd klienter via tjänsterna, men det beror på att folk gärna väljer en kvinna med ett utseende som liknar dem själva. Med mitt Mellanöstern-utseende är jag

van vid att inte vara toppvalet.

Follad Yarollahi är positiv till att Meela har många utförliga frågor som inte enbart handlar om preferenser gällande psykologens identitet. Exempelvis finns frågor om hur strukturerad terapi klienten önskar.

– Det är bra att klienter redan har en bild av vad de kan förvänta sig. Att matcha med varandra kan definitivt ge rätt förutsättningar för



FOLLAD YAROLLAHI

en bra allians, för då har man redan dragit de grundläggande frågorna innan man träffats. Det är lite som dejting, tänker jag. Om du inte vill ha någon som är för lång eller har brunt hår eller en viss typ av kläder sällar du bort dem, och då är chansen större att du klickar med de du matchar med, säger Follad Yarollahi.

*Kan klient och terapeut vara för lika?*

– Absolut, det är inte alltid bra att få som man vill. Ibland är det



»Det känns fult att de marknadsför sig som någon form av ideell organisation när de i själva verket är ett vinstdrivande bolag.«

bra att bli överraskad. Vissa känner sig till exempel trygga med en äldre kvinna men hade kanske fått bättre hjälp av en ung kille. Man vill inte måla in sig i ett höm och alltid välja samma grej, som att välja samma glass varje gång, du vet vad du får men du får ingen ny input.

Follad Yarollahi tycker det är



positivt när klienten får vara med och bestämma, eftersom det enligt honom är alldeles för vanligt att klienter »mismatchar« med sin psykolog och hoppar av, trots att de skulle behöva hjälp. Han tror att valmöjligheter även kan komma in i den offentliga vården.

– Klienten kan få ett val att vänta i två månader på någon de hellre vill ha än den första som har tid.

**Psykologtidningen har** också talat med en psykolog som testat olika matchningstjänster och är starkt kritisk. Han har bett om att få vara anonym för att kunna uttala sig fritt.

– Meela är en häftig idé, de profilerar sig som att de ska vara en matchningstjänst för speciellt kvinnor och icke-binära. Men det känns fult att de marknadsför sig som



någon form av ideell organisation när de i själva verket är ett vinstdrivande bolag.

**Psykologen menar** att upplägget med att tjänsten tar betalt för den första sessionen med en ny klient kanske blir lönsamt för de som ägnar sig åt långa terapier. Själv har han en nischad metod med få besök. Han hävdar också att han har fått viss insyn i hur Meela fungerar.

– Meela skyltar med unika algoritmer men det är mer basic än så. De vet inte mer än någon annan. Det är inte heller vetenskapligt grundat, som de påstår, de har bara hittat på lite frågor. Men man kan förstås alltid diskutera vad som är vetenskapligt grundat och inte. ●

## »En positiv skjuts i starten«

**Matchningstjänster efterfrågar alltmer bakgrundsinformation. Det tror psykologen Lina Holmgren är en del av en större trend, där terapeuter delar med sig mer av sig själva.**

Psykologen Lina Holmgren har varit med på Meela sedan starten. Hon är nöjd med tjänsten men har också kritiska tankar kring trenden.

– Vi är många privatpraktiserande psykologer, det finns ett stort utbud. För mig har tjänsten varit lönsam, även om jag



LINA HOLMGREN

i stort ser det som problematiskt med mellanhänder. Sedan kan man få en slags positiv skjuts i starten med positiv överföring i och med matchningen.

Lina Holmgren är dock i grunden delvis kritisk till konceptet och gör en jämförelse med dejtingappar.

– De invändningar man gjort gentemot dejtingsidor kan man göra gentemot matchningstjänster också, att det är något som kan bidra till kommersialisering eller kommodifiering av terapi. När klienten

frågar efter min läggning eller om jag har barn eller inte, det är sådana områden som jag tänker är privata. Det är något annat när en patient frågar öga mot öga och man kan välja vad man svarar. Nu blir det mer som att beställa en produkt.

Lina Holmgren tycker samtidigt att ökad transparens från terapeutens håll kan vara positivt.

– Jag tror inte på den här äldre modellen av terapeuten som en helt neutral blank skärm. Att gå i terapi är ju ett relationellt arbete. Transparens behöver inte vara negativt, men man bör i varje

enskilt fall göra en bedömning om den efterfrågade informationen är relevant. Det finns också risk att man missar något essentiellt i vad terapi innebär och vad en terapeutisk relation är, för det är mer komplext än vad som är mätbart via ett formulär.

**Vad är en bra matchning?**

– Frågan är omöjlig att besvara. Det är viktigt att man i någon mån har en gemensam syn på hur man samtalar och varför, men det är något som får samskapas. Jag tror inte att någon helt kan veta vad den vill ha eller behöver. Mötet får bli något eget och en process. ●

# »Ovärdigt att behöva göra reklam för sig själv«

Psykologen Ulf Karl Olov Nilsson ser matchningstjänsterna som en förlängning av »varufieringen« i samhället. Att många klienter hamnar hos någon som på pappret är lik de själva tycker han missar något väsentligt.

– Risken är att det blir vad vi skulle kalla för en filterbubbla när jag går till en terapeut som bekräftar min egen livsstil.

**U**lf Karl Olov Nilsson, också kallad UKON, är psykolog och psykoanalytiker och vill inte vara del av någon matchningstjänst – men medger att han har »lyxen« att inte behöva vara det. Han är inte heller särskilt förvånad över att matchningstjänster nu på allvar börjar ta plats på marknaden.

– Företeelsen är inte oväntad, den tillhör en större samhällsförändring. Det går inte att vara arg på det heller, det skulle

vara som att vara arg på att samtiden är ytlig och överdragen, eller att färgen blå är blå. Vi lever i den här typen av samhälle och det är en ofrån-

komlig utveckling. Men det får konsekvenser.

**UKON minns hur** det var förr; klienter kom på rekommendation från någon som tyckt att psykologen gjort ett bra arbete, och den psykolog som behövde göra reklam för sig själv hade det allmänna ryktet att inte vara någon bra psykolog.

– På liknande sätt berättade



ULF KARL OLOV NILSSON

man för 40 år sedan ogärna att man gått ut med en kontaktannonser, men bruket av Tinder och att lansera sig själv är en del av vår samtid, säger han.

Enligt UKON är matchningstjänster »en slags svajpning« där psykologer ses som en vara i större utsträckning än tidigare.

– Varufieringen är påtaglig nu, så uppenbar, tidigare var det mer diskret. Det finns något beklämmande och ovärdigt i hela vår samtid, att man måste göra reklam för sig själv. Icke desto mindre är det just det vi nästan alla gör när vi använder sociala medier till exempel. Men det är egentligen inte jag själv som ska säga att jag är en bra terapeut eller en bra poet eller vad det nu är, det är andra som ska säga det.

**UKON tror att många** som använder matchningstjänster väljer filter utifrån att de vill ha en psykolog som är lik dem själva, eftersom många tänker att de då kommer att bli bättre förstådda.

– Det är förstäligt, men å andra sidan hoppas man ju att det skulle

»Själva intresset för den andre utspelar sig på andra plan så jag tror inte att kategorierna träffar det väsentliga.«



finnas en ambition med psykoterapi om att få höra något nytt, att tänka något nytt om sig själv och att möta någon som inte är likadan och bara bekräftar en.

Kategorier som ålder, familjesituation eller religion menar UKON säger väldigt lite om hur det kommer att gå i terapin.

– En terapeutisk allians fungerar knappast på den nivån. Det handlar snarare om ifall vi skrattar åt samma saker eller till och med om vi inte skrattar åt samma saker, men jag blir intresserad av den andre och vad vederbörande skrattar eller inte skrattar åt. Själva intresset för den andre utspelar sig på andra plan så jag tror inte att kategorierna träffar det väsentliga.

**Att matchningstjänsterna** är här för att stanna ser UKON som högst troligt.

– Jag tror att det kommer att bli ännu mer matchningsverksamhet. Men vi lever i motsägelsefulla tider, det finns alltid någon slags motrörelse också, där några vill arbeta på andra sätt. Så det kommer att se ut ungefär som nu men skrivas åt lite mer. ●



# »Folk som förordar den hårda skolan, som tycker att anpassad kost är att skämma bort barnen... jag tror inte att de förstår hur svårigheterna kan se ut.«

Text: Anna Wahlgren Bild: Amanda Lindgren

**D**et är tisdag eftermiddag och Helena Cloodt har hämtat sonen, sju år, från skolan. Han är hungrig. Hon frågar honom om han vill ha kyckling och pasta eller bara pasta till middag? Bara pasta! Helena plockar fram kastrullen. Under tiden pastan kokar ger hon sonen smårätter i olika skålar, hon brukar skoja om att hon serverar en fyrrätters – varje dag. I första skålen ligger bitar av gurka och tomat. I nästa skivad paprika. Därefter serveras en skål med protein, förutom just i dag då. I stället blir det en större skål med pasta. Sonen har sin favoritpasta, men Helena brukar se till att variera pastan som hon serverar. Hon vill inte bli läst vid ett märke och en sort, det skulle ställa till problem om den plötsligt försvann ur sortimentet.

**Helena Cloodt är** mamma till en son med npf-diagnos. Men hon är också psykolog, och nu har hon skrivit den bok som hon själv har saknat – en kombination av recept och tips på hur den ofta så laddade

matsituationen kan underlättas för npf-familjer.

– Det jag har lärt mig när jag har skrivit den här boken är att allt blir så mycket enklare om jag bara slutar krångla till det. Jag behöver inte hela tiden stänga mig blodig mot den neurotypiska världen. Det finns en bild av den perfekta föräldern som jag stör mig på. Barnet ska ha massa kompisar och aktiviteter, helst ska det gå bra i skolan också. Barn som sticker ut, kanske för att hen har en diagnos, blir lätt uteslutna, och som förälder kan man få skuld känslor. Tänk om mitt barn missar något? Men vill min son egentligen gå på fotbollsträning? Nej. Vill han hellre åka tunnelbana och undersöka hur olika hissar fungerar? Ja. Men då gör vi det! På samma sätt resonerar jag runt maten. Min son får äta mat som han gillar och känner sig trygg med, och i skolan har han anpassad kost.

**Problem med mat** och ätande är vanligt vid autism och adhd. Inte sällan är det första tecknet på att barnet har en npf-diagnos.

## HELENA CLOODT

**ÅLDER:** 43 år.

**BOR:** I Nacka.

**FAMILJ:** Son, 7 år.

**YRKE:** Legitimerad psykolog. Driver eget och gör främst neuropsykiatriska utredningar av tonåringar och vuxna.

**AKTUELL:** Med *Npf-kokboken. Om mat och ätande för barn med autism och adhd*, Natur & Kultur, som hon har skrivit tillsammans med dietisten Sara Ask och psykologen Julia Esters. I höst är det sista avgången med *Psykologer åker båt*, som Helena Cloodt initierat.

Selektivt ätande är vanligt, liksom svårigheterna med att få i sig lagom mycket mat. Både undervikt och övervikt är vanligare hos barn med npf jämfört med barn utan diagnoser. Men genom att anpassa miljön och maten går det att främja matsituationen för barn med npf, menar Helena Cloodt. Att minska distraktioner och intryck vid måltiden, men också kraven på social samvaro, är miljöfaktorer som underlättar. Det kan också vara bra att förbereda barnet på vad som ska serveras. Förutsägbarhet är centralt för många barn med npf och det gäller inte minst runt matbordet.

**Men inget barn** med npf är det andra likt, påpekar Helena Cloodt. Därför gäller det att fråga sig: Vad fungerar för just det här barnet?

– När jag var nybliven förälder letade jag efter tips och information, men det enda jag hittade var amerikanska böcker om hur man kan bota npf genom att utesluta gluten och socker, men det var ju inte det jag sökte. Om man har ett barn som bara äter pannkakor och ▶







pasta så verkade ju det jättekrångligt. Dessutom saknade jag forskningskopplingen i den här typen av litteratur. Jag och Julia är båda psykologer och npf-föräldrar, och vi har mejlat recept och måltidsrelaterade råd till varandra. Vi tog kontakt med Sara, som är dietist, som också hade funderat på att skriva en bok. Vårt samarbete resulterade i *Npf-kokboken*.

**Men vad är** det egentligen som är problemet runt npf-barn och måltider? Jo, framför allt barnens känslighet för sinnesuttryck, men också för förändringar, förklarar Helena Cloudt.

– Det är mycket att tänka på runt en måltid. Man förväntas äta med bestick, prata med andra, gilla läget oavsett vad som serveras och så vidare. Vissa barn ställer inte upp på det här. Npf-barn vill gärna att det ska vara som det brukar vara, och har lärt sig vad som är tryggt och fungerar. Ofta har de specifika rätter på sin okej-lista. De är duktiga på att fånga upp smakvariationer, och registrerar skillnader som andra inte gör, och därför kan det här med förändringar vara känsligt. Bananer är kanske okej, men om det plötsligt serveras en banan med en brun fläck så kan bananernas rykte förstöras för lång tid framöver. Då vill barnet kanske aldrig mer äta en banan.

Många npf-barn föredrar mat i skålar, eller på en tallrik med fack, där varje råvara serveras för sig, jämfört med en blandad sallad eller röra där det är svårt att identifiera vad som är vad. Andra är fixerade vid förpackningarna.

– Om barnet har lärt sig att acceptera ketchup av ett märke, funkar det inte nödvändigtvis att ställa fram ketchup av ett annat märke. Det finns flera facebook-grupper med inriktning på barn med selektivt ätande, och där är just förpackningar, men också



### 5 LEDSTJÄRNOR FÖR ATT UNDERLÄTTA MATSITUATIONEN FÖR BARN MED NPF

1. Det viktigaste är att barnet växer som det ska – variationen får komma allteftersom.
2. Låt det alltid finnas en eller ett par livsmedel vid måltiden som barnet är bekant med och kan äta sig mätt på. Dessa säkra kort är det viktigt att inte mixra med, eftersom det kan leda till att barnet inte vill äta dem igen.
3. Försök att komponera maten så att olika saker inte behöver blandas ihop. Servera till exempel grönsakerna för sig och såsen vid sidan av.
4. Undvik att pressa barnet att smaka eller äta upp.
5. Bli inte stressad om maten på tallriken inte ser komplett ut – det viktiga är inte vad barnet äter vid enstaka måltider, utan att hen får i sig tillräckligt sett över längre tid.



recept som ändras, ett vanligt diskussionsämne. »Å nej, nu ska Marabou göra om sin vanliga mjölkchoklad, någon som vet var vi kan bunkra?« Så kan det låta. Ibland har jag lust att kontakta vissa matvaruföretag: »Snälla, ändra inte på receptet, och gör absolut inte om förpackningen, det kommer att ställa till det för så många människor.«

**Som förälder kan** det vara frestande att blanda in nya, nyttiga ingredienser i rätten, och kanske hoppas på att barnet inte märker det. Det avråder dock Helena Cloudt ifrån.

– Det är dumt att försöka lura ett matskeptiskt barn. Om du

plötsligt börjar smussla ner linser i köttfärssåsen finns risken att barnet tappat förtroendet för både dig och maten du serverar. Det är bättre att fråga: Går det bra om vi testar ett nytt recept i dag? Min mamma lagar ofta mat till min son, han älskar mormors pannkakor. Ibland gör hon spenatplättar eller morotsplättar, men då presenterar hon alltid två varianter pannkakor – de gamla vanliga och de lite mer färgglada, och så får sonen själv bestämma vilka han vill äta.

**Och det är** faktiskt ingen fara att äta pasta med ketchup varje dag i en vecka. Det är variationen över tid som är det viktiga, inte den enskilda måltiden, poängterar

#### NEOFABI

Betyder rädsla för det nya. Matneofobi handlar om en rädsla för nya och okända födoämnen.





Helena Cloodt. Rådet till föräldrar hon möter är att försöka att inte stressa upp sig över en lunch som bara består av ett knäckebröd och ett glas mjölk.

– Det är kanske inte optimalt för att orka en hel dag, men det gör ingen skillnad i tillväxt och näringsintag på lång sikt. Om man tänker efter så slinker det antagligen ner en köttbulle här och lite frukt där, och kanske också både yoghurt och pannkaka. Ingen jättespännande diet, men barnet kommer att överleva på det näringsintaget. Om man däremot har ett barn som bara äter vitt bröd, som aldrig ens är i närheten av en grönsak, och som dessutom går ned i vikt så ska man söka hjälp.

»Om du plötsligt börjar smussla ner linser i köttfärs-såsen finns risken att barnet tappar förtroendet för både dig och maten du serverar.«

Det här sättet att tänka kanske fungerar på alla barn, diagnos eller inte? Nja, här drar Helena Cloodt öronen åt sig.

– På tal om önskekost läste jag om en skola som hade beslutat att varje dag servera makaroner och köttbullar. »Vad bra«, tänkte jag först, sedan resonerade vi som

#### ARFID

År 2013 introducerades undvikande/restriktivt ätstörning som en ny diagnos i kapitlet om ätstörningar i DSM. ARFID är en förkortning av engelskans avoidant/restrictive food intake disorder.

skrivit boken om det. För ett barn med en normal ätutveckling så finns det en risk att bli hämmad och begränsad i sitt matintag om hen bara äter en rätt. En skolas uppgift är att servera olika rätter och uppmuntra till att testa nytt.

**ARFID-diagnosen har gjort** stor skillnad för matskeptiska barn och deras familjer, tycker Helena Cloodt. I spåren av den nya diagnosen följer ny forskning, dessutom är den en bekräftelse för föräldrar till barn med svårigheter. Trots den nya diagnosen har föräldrar till matskeptiska barn ofta en ifrågasättande omgivning att förhålla sig till. »Barn äter det föräldrarna äter« och »barnet får väl anpassa



## Möt Helena Cloudt

sig efter resten av familjen», är vanliga kommentarer. Råden från vänner och släktingar står som spön i backen, och Helenas tips är att försöka att inte ta åt sig.

– Folk som förordar den hårda skolan, som tycker att anpassad kost är att skämma bort barnen ... alltså jag tror inte att de förstår hur svårigheterna kan se ut. Som förälder får man hitta sätt att förhålla sig till kommentarena. Man kan ju vara tydlig med att man inte vill ha några råd, man kan också försöka tänka att de som uttalar sig inte menar något illa, men att de inte har så mycket kunskap.

**Helena Cloudt jobbar** med att göra neuropsykiatriska utredningar, och också där kommer matfrågan ofta upp på bordet.

– När jag gör utredningar är maten en viktig aspekt – framför allt vid autismutredningar. Föräldrarna brukar beskriva att det har varit mycket krångel med maten, och vuxna patienter säger ofta att de hade det svårt med maten som barn, men att de har hittat ett fungerande förhållningssätt som vuxna. Vid adhd handlar det ofta om att patienten försöker reglera både uppmärksamhet, känslor och trötthet med mat. Att hålla sig vaken med hjälp av energidrycker är en vanlig strategi, inte minst bland tonåringar med adhd.

Helena Cloudts egen favoritträtt är karelska piroger. Hennes föräldrar är arbetskraftsinvandrade från Finland, och här i Sverige slog familjen ned bopålar på Lidingö, där det fanns en stor, finsk community. Helena har dubbelt medborgarskap, pratade finska hemma och gick på finsk förskola.

– Jag var deprimerad i tonåren och träffade flera psykologer.



»Jag var så dålig att jag svimmade på tunnelbanan, men jag ville verkligen inte kapitulera inför sjukdomen.«

Vissa var bra, andra mindre bra, men psykologkontakterna väckte intresset för psykologi och för att själv en dag kunna jobba som psykolog. I dag har jag stor nytta av att ha varit den sårbara patienten. Jag är ju dessutom anhängig till ett barn med npf, och jag bär med

mig mina erfarenheter i jobbet som psykolog.

Med jämna mellanrum har Helena Cloudt synts i Psykologtidningen. Hon är en igångsättare som har skrivit åtskilliga debattartiklar, och tagit initiativ till Psykologer för Ukraina, Feministiska psykologer och, inte minst, Psykologer åker båt. Men i höst sätter Helena punkt för kryssningarna. Det blir sista gången som hon samlar föreläsare och yrkesverksamma på Östersjön.

– För mig är Psykologer åker båt som en stor fest med nya vän-



## 3 X MAT

DET HÄR BRUKAR FUNGERA ENLIGT HELENA CLOODT

### TACOFIERING

Dela upp maten och presentera var sak för sig i stället för att blanda ihop ingredienserna. Förebilden är ett tacobord där alla plockar ihop sin egen måltid. Utgå från en komponent som funkar för alla, lägg sedan till ingredienser för de som vill ha variation. På så sätt blir måltiden roligare också för de som inte är kräsna. Att det ibland finns nya saker på bordet är dessutom en del av träningen för den som äter selektivt. Barnet kanske inte kommer att röra morötterna på ett halvår, men plötsligt blir hen nyfiken och vill prova.



### LENT, KRÄMIGT OCH MIXAT

Klumpar i maten kan vara känsligt. Mixad mat – pastasåser, soppor och smoothies – brukar vara enklare att få i barnet. I mixad mat slipper man klumparna, dessutom fördelas smakerna jämnt.

### KRISPIG MAT

I boken ställer vi frågan: Om du skulle äta en insekt – föredrar du den friterad eller mjukstekt? De flesta brukar svara friterad. Det är något med krispigheten som tilltalar oss. Nuggets, våfflor och pommes är exempel på krispig mat, och den går ofta hem hos kräsna barn. Friterad mat ser dessutom oftast likadan ut. Nuggets är nuggets – också när man är på resande fot.

ner, gamla bekanta och intressanta föreläsare. Men jag vill inte göra saker på slentrian, det är viktigt att det känns peppigt och kul. Jag har lärt mig att jag ibland måste avsluta, knyta ihop säcken och sätta punkt, för att det ska kunna hända nya, roliga grejer.

**Men hur kommer** det sig egentligen att hon är så engagerad? Att hon hela tiden startar upp nya projekt, inte minst sådant som har koppling till psykologrollen? Svaret stavas faktiskt endometriosis.

– I tjuo år levde jag med den

här svåra smärtsjukdomen, och det skulle bli helt avgörande för mitt engagemang. Till en början var jag jättesjuk tre, fyra dagar i månaden. Men ju äldre jag blev, desto värre blev det. Till slut hade jag bara någon enstaka bra dag i månaden. I början gick jag hårt på acceptansspåret, det vet vi ju är bra mot smärta. Jag var så dålig att jag svimmade på tunnelbanan, men jag ville verkligen inte kapitulera inför sjukdomen. Men i samband med att jag födde mitt barn hände dock det som egentligen inte kan hända – en serie osan-

### TOPPLISTA ÖVER MATRÄTTER FÖR NPF-BARN

1. Pannkakor
2. Pizza
3. Tacos
4. Pasta
5. Köttbullar

*Källa: Helena Cloodt och hennes medförfattare har frågat föräldrar till barn med npf-diagnoser om deras favoriträtter.*

nolika omständigheter gjorde att jag blev smärtfri. Och då kände jag: Vad gör jag nu av all tid? Att jobba heltid räckte liksom inte, jag behövde fler utmaningar. Då drog jag igång Psykologer åker båt.

Helena Cloodt har alltid trivts med att spela andrafiolen, och varken gillat eller strävat efter att stå i centrum.

– Inför den här intervjun tänkte jag – varför vill Psykologtidningen prata med just mig? Jag inser ju att jag syns i många olika sammanhang, och människor tror kanske att jag är uppmärksamhetskåt, men det är jag verkligen inte. För mig finns inget egenvärde i att synas, vad är det jag ska hoppas på – en flashbacktråd? Jag har varit väldigt socialfobisk, men jag har övat mig på att stå i centrum. Att planera en kryssning med psykologer är inget problem. Att projektleda och styra upp är jag bra på. Men att behöva vara den som står och välkomnar alla... usch.

**Hon har alltid** avskytt att prata inför grupp. På redovisningarna under psykologutbildningen krävde hon att få sitta ned. Hon var öppen om sina problem, alla i klassen kände till hennes sociala fobi.

– Eftersom jag är psykolog har jag såklart försökt komma tillrätta med mina svårigheter. När jag jobbade på We Mind höll jag själv i social fobi-grupper. Det var perfekt exponering för mig. De andra socialfobikerna var så upptagna av sin egen ångest att de inte märkte hur nervös jag var. All exponering har givit resultat. Nu är tanken att jag ska börja föreläsa om boken. Jag tänker att det väl borde gå. Det är precis som de matskeptiska barnen – med tiden så brukar det ordna sig. ●

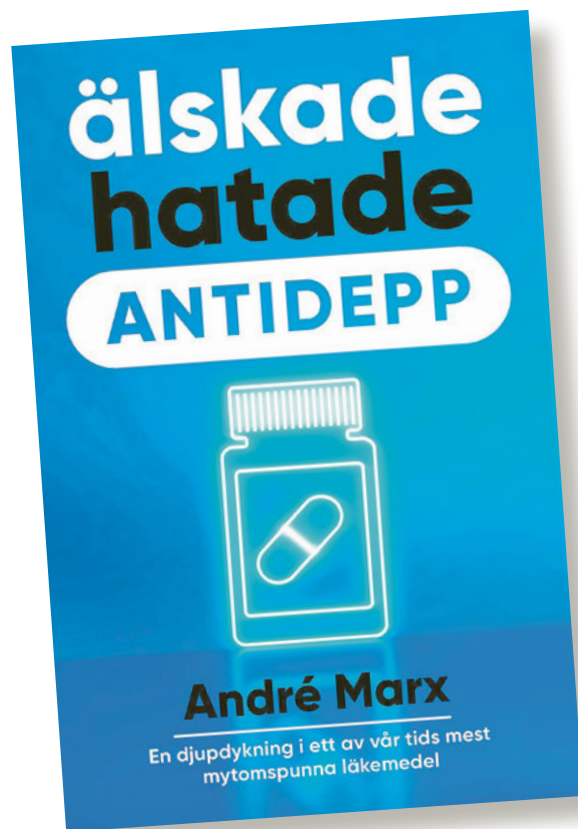


# Punkterar teorin om kemisk obalans

**V**ar tionde svensk står på antidepressiv medicinsk behandling. Söker man i dag vård för nedstämdhet är det stor sannolikhet att man 15 minuter senare lämnar sin vårdcentral med ett läkemedelsrecept och inget annat. Detsamma gäller vid en rad andra symtom såsom ångest, tvång och social fobi.

Förfarandet bygger på den biologiska modellen att depression och ångest beror på en kemisk obalans i hjärnan, som med hjälp av läkemedel går att rätta till. Men stämmer detta?

FÖRFATTAREN André Marx är specialist i allmänmedicin och tidigare ansvarig läkare på Nedtrappningsmottagningen i Stockholm. I sin bok går han metodiskt igenom den forskning som finns kring antidepressiva läkemedel av olika slag; tricykliska, SSRI och SNRI. Med säker hand leder Marx



ÄLSKADE HATADE ANTIDEPP – EN DJUPDYKNING I ETT AV VÅR TIDS MEST MYTOMSPUNNA LÄKEMEDEL  
ANDRÉ MARX, MONDIAL, 2024.

läsaren igenom olika typer av studiedesigner och visar på vad de egentligen får fram för resultat – och hur artikelförfattare och forskare kan runda, finta och lyfta fram olika data för att på så sätt belysa resultat som av läsaren tolkas i en så positiv

dager som möjligt. Det han visar är en avmaskerad bild av antidepressivas effekt. En bild som berättar att antidepressiva läkemedel har en knappt märkbart högre effekt än placebo. Samtidigt som de kommer med en lång rad biverkningar såsom sexuella störningar och ökade suicidförsök. Dessutom ger de efter en längre tids användning ofta abstinensreaktioner vid försök till nedtrappning.

Marx sticker även hål på den biologiska modellen om kemisk obalans. I stället handlar det om en känslomässig avtrubbningsseffekt.

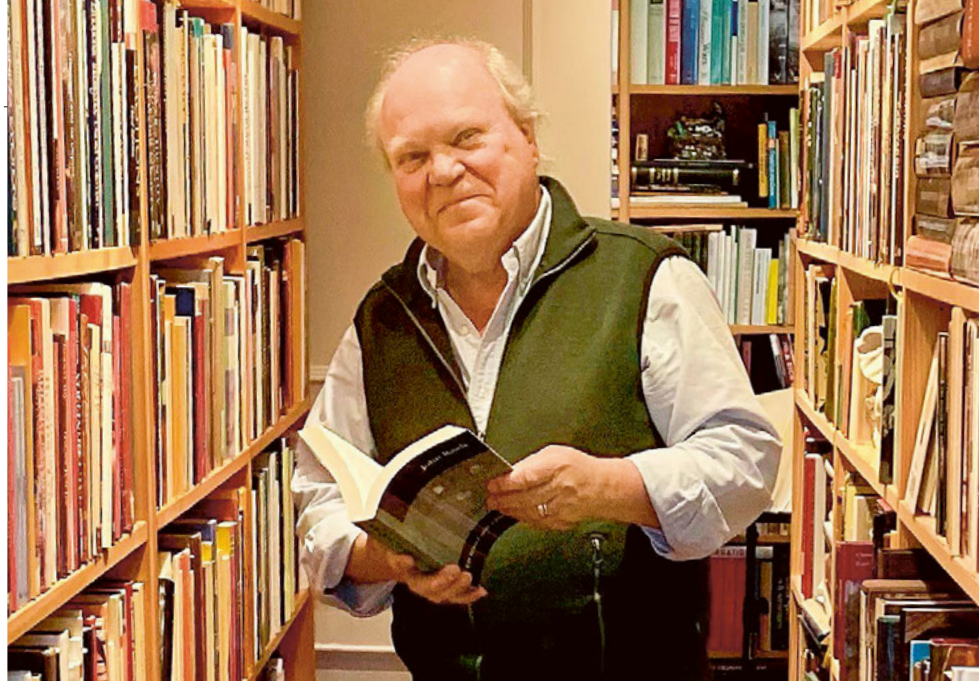
Läkemedlet får patienten att känna mindre av allt. Något som brukar upplevas positivt i början av behandlingen – i det akut dåliga måendet. Men som vid en längre behandlingstid också innebär en försämrad möjlighet att guidas av sina känslor. Och att med hjälp av dessa bli motiverad att ta sig ur dåliga sociala omständigheter eller destruktiva relationer – vilket med en psykosocial förklaringsmodell är den troliga anledningen till att patienten blev deprimerad.

SÅ HUR HAR då antidepressiva kunnat få ett så massivt genomslag på så medelmåttiga, eller rent av låga, effekter? Det här är inte en bok som informerar mig bara om antidepressiva – utan också om problematiken i att så mycket av vår vetenskap är finansierad av läkemedelsbolagen. Och om hur detta följaktligen gör att forskningsresultaten blir vridna i den riktning som gagnar det finansierande bolaget. Manipulerade data, avancerad pr och finansieringsbias går som ett djupt sår rakt genom vetenskapen.

Detta är en välskriven och högtintressant bok – omistlig för alla i »psyksvängen«.

● Celia Svedhem

»Antidepressiva läkemedel har en knappt märkbart högre effekt än placebo. Samtidigt som de kommer med en lång rad biverkningar.«



**Thomas Sewerin** / psykolog

## »Arbetslivets psykologi var ett frihetsprojekt«

**I** bland är det möjligt att hitta ett specifikt år när en tidsanda skiftar.

I Thomas Sewerins bok om ledarskapsindustrins historia ringas året 1982 in.

– Då stod inte längre revolutionen för dörren, utan det blev var och en för sig själva som gällde.

Psykologen Thomas Sewerin har levt hela sitt arbetsliv på kursgårdar. I hans bokhylla finns 150 pärmar med anteckningar från fem decennier.

– På 1970-talet var det fullständigt otänkbart att syssla med ledarskap, då var det gruppen som gällde. Plötsligt vände intresset. Kursgårdarna blomstrade och nu var det praktiskt taget bara chefer som åkte. Jag blev fascinerad av det, vad var det i tidsandan som hände?

Han läste till psykolog i början av 1970-talet. Då,

när en arbetslivspsykolog kom till utbildningen för att föreläsa, skälldes denna ut av studenterna.

– Vi var kritiska till att överhuvudtaget blanda in psykologi i arbetslivet, för det var lätt att manipulativt använda sig av våra kunskaper i kapitalets tjänst.

ÄNDÅ VAR DET inom arbetslivets psykologi som Thomas Sewerin hamnade. Först på Personaladministrativa rådet som ägdes av arbetsgivarna och fackförbunden tillsammans. Han hade studerat i Kalifornien och var övertygad om vikten av rak och insiktsfull kommunikation på arbetsplatser.

På kursgårdar anordnades veckointernat dit anställda kom för personlig utveckling. Idén var att de skulle ta med sig en högst personlig frågeställning som på något

sätt var kopplad till hur de fungerade på jobbet.

– För mig var det ett frihetsprojekt. Satsa på dig själv, få en större frihet i samtalen på jobbet och montera ned hierarkier.

THOMAS SEWERIN minns sedan en resa till Åre. De hade för första gången hållit en kurs för enbart chefer.

– Det kändes lite lyxigt och det hade en speciell aura att jobba med företagsledning. Jag tänkte att om jag ska in i branschen är det kanske här.

Marknadsliberalismen var på ingång med ett nytt sätt att strukturera företag och länder. I missmod över att inte lyckats förändra världen hade många vänt sig inåt för att förändra sig själva i stället. Thomas Sewerin beskriver hur en narcissistisk kultur växte fram och en föreställning om den betydelsefulla ledaren. SAS och Jan Carlzons charmkurser blev ett fenomen.

– HELA TIDEN HAR ett kritiskt tänkande också funnits med mig. Jag var skeptisk när jag såg att till och med kommuner börjat anlita SAS:s charmkurser. En kommun är inte ett företag, man kan inte tillämpa den sortens princip där. När jag hade ett uppdrag i Trollhättans kommun tog jag med mig reklam för SAS som jag analyserade och kopplade till den narcissistiska kulturen. »Det är inte säkert att det är den ni vill bygga i Trollhättan«, sa jag. »Var stolta över att ni är en helt annan verksamhet som ska bedrivas på ett annat sätt.«

Numera sker forskning om ledarskap på en metanivå. Forskarna tror inte längre att de kan hitta en sanning om vad ledarskap är eller den bästa modellen. På arbetsplatserna är personlig utveckling inte längre aktuellt.

– Det har blivit en fråga som är upp till var och en, säger Thomas Sewerin.

● Maria Jernberg



### Försynen tappade en vante

– OM LEDARSKAPSINDUSTRINS FRAMVÄXT OCH VARDAG  
THOMAS SEWERIN, VULKAN, 2024.

Psykologen Thomas Sewerin ser tillbaka på den tid och det fält han verkat inom. Genom intervjuer, teorier, kritiska röster och egna anteckningar utforskar han ledarskapsutvecklings framväxt och vilken roll han och de andra konsulterna hade som aktörer jämte andra.



# Smart om buffésex

**N**är jag hör ordet buffé tänker jag på att bli däst proppmätt, önska att jag avstått från sista lasset och att man aldrig sitter ned och äter tillsammans utan att alla ständigt är uppe och springer. Marika Smith å andra sidan associerar buffé med att våga prova nya smaker. Och möjligheten för var och en att äta just bara precis vad den är sugen på. Till skillnad från trerättersupplägget där alla förväntas äta samma sak till förrätt, varmrätt och efterrätt, i given ordning, oavsett egentliga preferenser. På det tänket bygger hon sin bok *Buffésex – det nya sättet att ligga som ändrar ALLT*.

Smith är etnolog och sexinspiratör och jobbar till vardags med individer, par och flersamma som vill utveckla sina sexliv. Återkommande är frågor om bristande lust, utebliven orgasm, erektionsproblem och längtan efter att sex borde kunna vara något mer. Lösningen på alla de här problemen, menar hon, är att kasta ut sex enligt det gamla trerättersmanuset och införa buffésex.

BOKEN BÖRJAR SÅ som ett besök på varenda restaurang med lite självrespekt börjar – med att kyparen/författaren kommer fram till bordet och presenterar konceptet. Sedan går Smith

vidare och berättar om en uppsjö av olika rätter såsom kukdyrkan, fittsafari, microsex och erotisk högläsning.

Så småningom kommer hon till kapitlen om att börja komponera sina egna menyer och experimentera fram alldeles nya rätter. Hon berättar också om möjligheten till att ha matlådor i

frysen och några snabba varmkorvar att plocka fram. Läsningen är smart, kul, och lättsam. Inte minst är det

»Ett boktips till psykologer som känner sig osäkra när det kommer till att prata sex.«

ta ett boktips till psykologer som känner sig svajiga och osäkra när det kommer till att prata sex i terapirummet. Men det är en sak som Smith har fått helt och hållet om bakfoten. Det går ju trots allt ut på att beställa in ett gäng smårätter och avsmaka tillsammans. Inte att var och en ska gå och överfylla sin tallrik med någon äcklig blandning man i slutändan inte orkar äta upp. Hela konceptet borde i stället så klart heta tapassex!

• Celia Svedhem, psykolog och litteraturkritiker



## Nya böcker

### Orosboken

– *Ta hand om din oro i fem steg*  
Erik Andersson och Tova Wahlund,  
Natur & Kultur, 2024.

Poängen med oro är att den hjälper oss att förutse faror, och blir det för mycket av den varan, då finns nu denna självhjälpsbok till hands, författad av de



forskande psykologerna Erik Andersson och Tova Wahlund. Att vissa oroar sig

mer än andra förklaras enligt författarna av både arv och miljö, som att vi kan arva våra föräldrars oroliga gener, vilka förstärks av att vi växer upp i deras oroliga närvaro. Fem steg ska leda till frihet och det första handlar om att skilja på hjälpsam och ohjälpsam oro, varpå ohjälpsamma kontroller, som att skanna av kroppen efter sjukdomssymtom, ska identifieras och begränsas. Varje steg uppges vila på ett koncentrat av den vetenskapliga forskningen. /LENNART KRIISA

### Hela människor

– *Patientmötet i behandling av psykisk hälsa från sent 1700-tal till 1924*  
Cecilia Riving, Makadam, 2024.

Under slutet av 1700-talet vallfärdade den parisiska överklassen till läkaren Mesmers magnetiska salong. Gruppterapi krävdes för att beta av kölistan. I salongen fick patienterna hålla fast i rep kopplade till ett stort vattenfyllt kar, då kunde de ta del av kraften i det



magnetiska vattnet. Men en strid skulle uppstå om vetenskapligheten och teorin

blev utdömd. Så där har det gått på genom historien, biologiska och psykologiska synsätt hamnar i clinch, med infikerade debatter som följd. Historikern Cecilia Riving har en osedvanlig berättarförmåga och den som kan sin historia har som bekant lättare att förstå sin samtid. /LENNART KRIISA

### Psykisk hälsa och flyktingar

Maria Sundvall,  
Studentlitteratur, 2024.

För SFI-läraren är det obegripligt varför den unge mannen som vill ut i yrkeslivet inte



klarar att lära sig ett enda ord svenska, förrän han berättar om tortyren i fängelset. Så presentere-

rar psykiatern Maria Sundvall sin bok, baserad på hennes mångåriga erfarenhet, bland annat inom psykosvården i mångkulturella områden. En av hennes förhoppningar är att vården blir bättre på att sätta patientens berättelse i centrum. Särskilt i journalerna framträder mest journalskrivarens röst, menar hon, på bekostnad av patientens röst och berättelse. /LENNART KRIISA



Fler böcker om psykologi – följ Psykologtidningen på Instagram.

# Vad gjorde jag för fel mot patienten?

**Fråga:** Jag undrar vad jag kan göra när jag har gjort misstag under en psykoterapi och en patient blivit missnöjd och valt att sluta. Något jag sade till patienten landade inte väl. Tonade liksom inte in rätt och patienten tog mycket illa vid sig. Kanske gick jag i gång på något som gjorde att jag sade för mycket på fel sätt. Det verkar som att det i efterhand inte var möjligt att reparera, tyvärr. Detta hänger över mig väldigt mycket sedan en längre tid.

**T**ack för att du frågar om det här. Särskilt då ämnet kan vara tabu och något skamfyllt att diskutera. Vi har valt det här yrket för att hjälpa människor. När det blir tvärtom och vi i stället kan komma att skada en medmänniska kan det vara svårt att tala om. Har vi över huvud taget ett språk för det?

Vad kan vi göra när det redan är försent att reparera en terapeutisk relation och alliansbrottet blir ett verkligt avbrott. På vår utbildning talar vi om just alliansbrott eller

överföring och motöverföring, beroende på teoretisk utgångspunkt, när vi ska försöka förstå vad som sker i den terapeutiska relationen. Låt säga ett uttryck för missnöje eller obehag hos patienten som vi lyckas notera och kan arbeta vidare med inom ramen för psykoterapi. Däremot vet jag inte om vi lär oss hur vi ska hantera misstag, missbedömningar eller rambrott som kan leda till definitiva avbrott. De tillfällen då patienten lämnar rummet innan den tänkta terapin är avslutad för att inte komma tillbaka.

»Tidsbrist och annan stress gör oss också mindre förmögna till yrkesetisk reflektion. Hur är situationen på din arbetsplats?«

Om du hinner och det finns tillfälle till det så är det första du kan göra att benämna det misstag som skett från din sida. Försök visa tydligt för patienten att ansvaret för det som skett ligger hos dig. Kanske kan det ge patienten en möjlighet att inte lägga ansvaret på sig själv för det som skett. Den som varit utsatt och/eller är deprimerad går ofta tyngd av självanklagelser vilket gör att misstag och fel andra gjort riskerar att stanna hos patienten som om det berott på denne själv. Jag tänker att detta är det allra viktigaste, att i möjligaste mån hitta sätt att avlasta patienten från det ansvar som inte hör till hen.

ANDRA SÄTT ATT göra det är att visa patienten på de formella vägarna att formulera sitt missnöje. Det här är information som patienten helst ska få i början av

behandlingskontakten och blir om det behövs ett stöd i att visa på att ansvaret ligger på vårdgivaren. Inspektionen för vård och omsorg (IVO) tar emot klagomål som rör vårdskador. Eftersom du är psykolog kan patienten också

formulera ett klagomål till Psykologförbundets etikråd. Om så sker har vi möjlighet att reflektera tillsammans om det som skett. Vad kan ha påverkat dig den där dagen misstaget skedde? Finns det förändringar du kan göra så det inte sker igen?

Hur det var just i ditt fall har du



PATRIK LIND  
ORDFÖRANDE I ETIKRÅDET

säkert redan reflekterat över. Det vi i Etikrådet har uppfattat som vanliga teman när vi talat med psykologer som blivit påklagade är ensamarbete i kombination med bristande kollegialt stöd och/eller handledning.

TIDSBRIST OCH annan stress gör oss också mindre förmögna till yrkesetisk reflektion. Hur är situationen på din arbetsplats? Finns utrymme att tala om förutsättningarna för att bedriva psykoterapi? Är chefen tillgänglig för det? Har du kollegor att diskutera med? Finns avsatt tid för det? Hur ser din livssituation ut? Kan temat som var aktuellt i terapin ha träffat något som var särskilt känsligt hos dig och som gjorde att du tappade professionaliteten för en stund?

Även om patienten inte väljer att klaga formellt till Etikrådet så har du som psykolog alltid möjlighet att ringa till någon av oss för rådfrågan. Så du vet att du inte behöver sitta helt själv med dina tankar om det som skett. Välkommen om du behöver reflektera tillsammans med en kollega! ●

## HAR DU EN ETIKFRÅGA?

Mejla: [patrik.lind@psykologforbundet.se](mailto:patrik.lind@psykologforbundet.se)

Eller skriv till:

Etikrådet, Sveriges Psykologförbund  
Box 3287, 103 65 Stockholm

Du får alltid svar på din fråga. Ofta lämpar sig etiska frågeställningar bättre att samtala om, och då får du förslag på en telefontid. Om din fråga berör ett särskilt aktuellt tema publiceras svaret på denna sida.



**Varje år insjuknar 60 000 svenskar i cancer. En tredjedel beräknas lida av psykisk problematik.**

Trots det finns bara 17 psykologer anställda inom cancerrehabilitering i landet. Ett specialistarbete av Linn Martini pekar på att psykologerna har en unik kunskap lämplig utifrån patientgruppen och att professionen håller på att formera sig inom onkologin.

# d

enna studie genomfördes utifrån att jag efter fyra verksamma år inom cancerrehabiliteringen alltmer kommit att fundera på hur psykologens kompetens tas till vara. Upplevelsen är att vårdpersonal har svårt att skilja på psykologens och kurators arbete. En remiss riktad till kurator kan ibland hamna hos mig om det inte rör sig om behov av hjälp med sociala myndigheter som ska tilldelas kurator. Information riktad till patienter som jag tagit del av har inte heller varit tydlig när det gäller psykologens roll inom den somatiska sjukvården. Oftast hänvisar man till kurator när det gäller stöd i samband med sjukdom eller skada. I vårdprogrammet för cancerrehabilitering kan man, i ett helt avsnitt, läsa om patientens rättighet att få kontakt med en kurator under sin rehabilitering. Vidare står det i punktform hur kuratorn kan hjälpa till genom sitt arbete. Psykologen nämns endast som en av många andra professioner som kan ingå i ett team utan vidare information kring när och hur psykologen kan användas.

## Cancer

Cancer är ett samlingsnamn för cirka 200 olika sjukdomar. År 2021 rapporterades i Sverige 68 810 individer med nydiagnostiserad cancer. Samtliga insjuknande cancerpatienter bedöms ha behov av cancerrehabilitering på grundläggande nivå<sup>(1)</sup>. Cancer påverkar både kroppen och det psykiska välbefinnandet. [Metaanalyser talar för att cirka en tredjedel av cancerpatienter under pågående cancerbehandling även lider av ett psykiatriskt tillstånd eller andra svårigheter med sitt psykiska mående och fungerande](#)<sup>(2,3)</sup>. Patienter med cancer löper vidare en större risk att begå självmord jämfört med normalpopulationen. En studie från England visade att suicidtankar förekom hos 71 procent av cancerpatienterna vilket ska jämföras med cirka 20 procent i normalpopulationen<sup>(8)</sup>.

De flesta patienter upplever även en kognitiv försämring (uppmärksamhet, koncentration, minne och multitasking) under aktiv behandling. Man har ännu inte kunnat hitta den neurobiologiska förklaringen till kognitiv försämring hos cancerpatienter, men troligen är det både behandlingsval samt dos som påverkar utfallet<sup>(1)</sup>. Från att de flesta psykiska besvär ansågs härstamma från kognitiv påverkan av kemoterapi har man nu förstått att ett flertal aspekter såsom behandling, sårbarhetsfaktorer hos individen, cancerbiologi samt åldrandets biologi

samverkar. Cancer behandlas ofta med flertalet modaliteter, vilket även försvårar forskningen om vad som orsakar försämringarna. Hos många patienter sker en förbättring i kognitiv funktion efter avslutad behandling även om det ibland tar tid (1-2 år), men cirka 20-30 procent av alla patienter lider av ihållande kognitiva förändringar upp till 20 år efter behandling<sup>(9)</sup>.

## Cancerrehabilitering utifrån psykiskt mående

I vårdprogrammets riktlinjer står det att vid behov ska en rehabiliteringsplan med mål, åtgärder och planerad uppföljning upprättas. Alla patienters behov ska bedömas och nödvändiga insatser ska erbjudas och följas upp. Cancerrehabilitering ska utgå från fyra områden som rör patientens och de närståendes fysiska, psykiska, sociala och existentiella behov. Psykolog kopplas in i de ärenden som kräver en fördjupad bedömning av rehabiliteringsbehovet utifrån den psykiska aspekten<sup>(1)</sup>. Huruvida psykolog finns tillgänglig beror på var man befinner sig i landet. Internationellt verkar det dock finnas psykologer att tillgå inom de flesta cancerrehabiliteringar<sup>(10)</sup>.

## Psykologisk behandling med cancerpatienter

Det psyko-onkologiska fältet är relativt nytt och litteraturen gällande psykologisk behandling riktade till cancerpatienter är därmed begränsad. Försvärande gällande forskning av terapeutiska och psykologiska interventioner hos dessa patienter är att gruppen är komplex och att psykologiska besvär kan ta sig många uttryck. Cancer inte är en sjukdom utan flera olika, var och en med flera etiologier och olika utfall. Det finns alltså inte någon prototypisk »cancerpatient»<sup>(11)</sup>.

En annan bidragande faktor till att det psykologiska behovet hos cancerpatienter först på senare tid fått ökad uppmärksamhet är att man tidigare inte levde lika länge med cancer.

Ny forskning finns främst att finna utifrån kognitiv beteendeterapi (kbt) och mindfulness<sup>(8)</sup>. Kbt har, enligt upprepade studier, visat sig hjälpsamt för cancerpatienter utifrån flertalet psykiska symtom. Bland annat har det visat sig hjälpsamt mot hjärntrötthet (fatigue), depression och smärtproblematik<sup>(12,13)</sup>. Detsamma gäller metakognitiv terapi som har visat sig fördelaktigt vid cancerrelaterad oro samt vid oro för recidiv<sup>(14)</sup>. Även acceptance and commitment therapy har visat stöd för positiva effekter hos cancerpatienter men mer forskning krävs<sup>(8)</sup>.

Mindfulness har, enligt flertalet randomiserade kontrollerade studier, visat sig effektivt vid många cancerrelaterade psykiska symtom såsom stress, depression, ångest, hjärntrötthet, återfallsoro,

» **Psykiatriska tillstånd hos cancerpatienter: anpassningsstörning 19,4 procent, djup depression 14 procent<sup>(4)</sup>, ångestproblematik 10 procent<sup>(5)</sup>, långdragen hjärntrötthet 30 procent<sup>(6)</sup>, sömnstörning 38 procent samt smärtproblematik 38 procent<sup>(7)</sup>.**

Källhänvisningar inom parentes.



# »Studien talar för att psykologer har en unik kunskap lämplig utifrån patientgruppen.«

sömnproblem samt smärtproblematik. Den främsta forskningen kommer dock från kvinnor med bröstcancer varför studier utifrån patienter med annan cancer efterfrågas<sup>(15)</sup>.

Utöver val av terapimetod har det framhållits att det är till stor fördel för patientens psykiska mående att det finns ett samarbete mellan vårdpersonal runt patienten<sup>(16)</sup>.

Ytterligare en faktor att ta hänsyn till när man behandlar psykiska svårigheter hos cancerpatienter är att det ställs krav på aktuell behandlare att kunna bedöma huruvida uppvisade symtom är normala reaktioner på en cancersjukdom, om det rör sig om en psykiatrisk problematik eller om symtomen direkt kan förklaras av sjukdomen eller behandlingen<sup>(5)</sup>. Arbetet med cancerpatienter ställer höga krav på terapeuten utifrån att sjukdomen väcker mycket även i terapeuten, vilket kan leda till interventioner som inte blir för patientens bästa<sup>(17)</sup>.

## Bedömning av kognitiv påverkan

Remiss till neuropsykolog eller till en arbetsterapeut rekommenderas när patienten uppvisar kognitiva svårigheter som påverkar vardagen<sup>(1)</sup>. I vårdprogrammet finns riktlinjer utifrån när psykologen ska kopplas in, men inte hur bedömningarna eller utredningarna ska utformas. Det ter sig därför som att det är upp till varje mottagning eller psykolog att utforma det psykologiska arbetet.

## Syfte och frågeställning

Syftet med studien var att utforska psykologers roll inom svensk cancerrehabilitering.

## Metod

Studien genomfördes som en anonym enkätstudie där samtliga psykologer (17 stycken) verksamma inom svensk offentligt finansierad cancerrehabilitering, bjöds in att delta. Enkäten var huvudsakligen kvantitativ där items som utvecklats specifikt för detta projekt besvarades med hjälp av förutbestämda skalsteg. Det fanns också i anslutning till varje item ett fritextfält där respondenten kunde utveckla sitt svar. Tolv av psykologerna deltog i studien.

De kvantitativa frågorna analyserades med hjälp av deskriptiv statistisk och fritextsvar analyserades med utgångspunkt i tematisk analys<sup>(18)</sup>. Studien har utgått från ett induktivt förhållningssätt<sup>(18)</sup>.

»Patienter vill framför allt tala om möjligheter och livet. En metaanalys av studier med lungcancerpatienter visade att de allra flesta vill försöka leva som tidigare, att tala om livet och fokusera på vardagen. Kanske för att »vardagens lunk« skapar en känsla av oändlighet«, säger psykologen Pär Salander i Psykologtidningen nr 7, 2017. »

En »convergent design« användes med syfte att beakta kombinationen av kvantitativa och kvalitativa data, där de båda formerna av resultat samspelar för att ge en bredare förståelse<sup>(19)</sup>.

## Resultat

Studien visar att deltagarna upplever sig ha en tillräcklig kompetens utifrån rådande förväntningar, men att mer utbildning och kunskap kring psyko-onkologisk problematik samt lämpliga terapimetoder efterfrågas. Arbetsuppgifterna upplevdes psykologspecifika och känslan var att man kunde påverka sina arbetsuppgifter. Brister sågs gällande organisatoriska förutsättningar, det tvärprofessionella arbetet, förståelse för psykologens arbete samt psykologresurser. Dessa brister kopplades till okunskap gällande psykologens kompetens och psykologens korta historia inom cancervård.

## Diskussion

Studien talar för att psykologens utbildning kan ses som gedigen utifrån psykologisk problematik hos cancerpatienter men att vidareutbildning eller erfarenhet inom onkologi möjligen hade stärkt professionen inom området.

Studien talar också för att psykologerna upplevde att det fanns förbättringsmöjligheter när det gällde nyttjandet av deras kompetens. Majoriteten förklarade detta med att det finns okunskap gällande psykologens kompetens och att psykologen har en kort historia inom cancervård. Det finns inte heller tydliga riktlinjer för cheferna att förhålla sig till när det gäller psykologens arbete, vilket sannolikt avspeglar sig i det dagliga arbetet och hur psykologers tjänster är utformade. De organisatoriska förutsättningarna utifrån psykologens arbete upplevde deltagarna var bra men inte optimala. I fritextsvaren nämner deltagarna att läkare och sjuksköterskor ofta har för lite tid för att fördjupa sig i patientens psykiska mående, vilket man befarar kan göra att det inte bedöms så länge det inte är helt uppenbart att patienten mår psykiskt dåligt. En risk skulle då kunna bli att många med behov av kontakt med psykolog missas. En annan farhåga som nämns är att man i stället för att remittera till psykolog sätter in SSRI eller ångestdämpande.

De flesta deltagarna upplevde att de arbetade med psykologspecifika uppgifter och att det fanns förutsättningar för att göra ett bra psykologiskt

arbete, vilket går i linje med att psykisk problematik är vanligt förekommande hos cancerpatienter<sup>(2)</sup>. Psykologer tränas i en medvetenhet gällande val av interventioner samt en medvetenhet kring egna känslor under sin utbildning, vilket är av vikt i arbetet med cancerdrabbade patienter<sup>(17)</sup>.

Med tanke på att cirka 60 000 personer insjuknar i cancer varje år i Sverige och att var tredje patient förväntas lida av psykisk problematik som är direkt kopplad till cancersjukdomen eller dess behandling låter det som att antalet psykologer inom cancerrehabilitering i Sverige är få (17 som gick att finna inom ramen för studien).

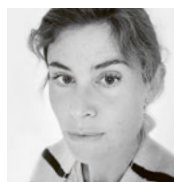
Många deltagare upplevde att det tvärprofessionella arbetet kunde förbättras. Vidare beskrevs en brist gällande förståelsen för psykologens arbete hos andra professioner. Avseende om deltagarna upplevde att det fanns tillräckligt med psykologresurser på deras mottagningar uttryckte de flesta att resurserna bara delvis täckte behoven eller att behoven inte täcktes. Detta talar för att psykologerna ser ett behov som är svårt för andra professioner att täcka eller uppmärksamma.

## Sammanfattning

Studien visar att psykologens roll inte är tydligt definierad på en organisatorisk nivå och att det lämnas till den enskilde psykologen att utforma samt definiera sin roll. Vad som saknas för att stärka professionen är att lyckas förmedla förtroende för psykologens utmärkande kunskapsområde. Att tydliggöra psykologens roll i riktlinjer skulle gynna professionen.

Deltagarnas upplevelser går att förstå utifrån ett historiskt perspektiv där psykologens kunskapsområde först på senare tid börjat efterfrågas inom onkologin. Litteraturgenomgång och deltagarnas upplevelser visar på behovet av psykologens kompetens, inte minst gällande bedömning och behandling av psykisk problematik inom onkologin. Att flertalet av deltagarna har ett visst ledningsansvar samt att de flesta upplever sig kunna påverka sin arbetssituation talar för att psykologens roll tydliggörs alltmer inom onkologin. Studien talar för att psykologer har en unik kunskap lämplig utifrån patientgruppen. Det ter sig som att psykologerna, just nu, befinner sig i ett arbete där professionen håller på att formas inom cancerrehabiliteringen. För att stärka professionen inom fältet behövs psykologens unika kunskap för psykologisk problematik hos onkologpatienter uppmärksammas. Vidare talar studien för att vissa organisatoriska förutsättningar bör anpassas för att tillämpa psykologens kunskap på bästa sätt. ●

*Linn Martini, STP-psykolog*



LINN MARTINI

## Referenser

1. Nationellt vårdprogram för cancerrehabilitering. Stockholm: Regionala cancercentrum i samverkan; 2023 Hämtad från: <https://cancercentrum.se/globalassets/vara-uppdrag/kunskapsstyrning/vardprogram/kommande-vardprogram/2023/230215/remissversion-vardprogram-cancerrehabilitering.pdf>
2. Singer S, Das-Munshi J, Brahler E. Prevalence of mental health conditions in cancer patients in acute care—a meta-analysis. *ScienceDirect*. 2010; 21(5):925–930.
3. Caruso R, Breitbart W. Mental health care in oncology. Contemporary perspective on the psychosocial burden of cancer and evidence-based interventions. *Epidemiology and Psychiatric Sciences*. 2020; 29:e86. doi:10.1017/S2045796019000866
4. Van Beek F E, Wijnhoven L M A, Custers J A E, Holtmaat K, De Rooij B H, Horevoorts N J E et al. Adjustment disorder in cancer patients after treatment: prevalence and acceptance of psychological treatment. *Support Care Cancer*. 2022; 30(2):1797–1806.
5. Rivest J, Levenson J. Clinical features and diagnosis of psychiatric disorders in patients with cancer: Overview. *UpToDate*. 2022; 27.0.
6. Escalante C. Cancer-related fatigue: Prevalence, screening, and clinical assessment. *UpToDate*. 2022; 32.0.
7. Van Den Beuken-Van Everdingen MH, Hochstenbach L. M, Joosten E. A, Tjan-Heijnen, V. C, & Janssen D. J. Update on prevalence of pain in patients with cancer: systematic review and meta-analysis: *Journal of pain and symptom management*. 2016; 51(6): 1070-1090.
8. Hulbert-Williams N, Beatty L, Dhillon H. Psychological support for patients with cancer: evidence review and suggestions for future directions. *National Library of Medicine*. 2018; 12(3): 276-292.
9. Ahles T A, Root J C. Cognitive effects of cancer and cancer treatments. *Annual review of clinical psychology*. 2018; 14: 425-451.
10. Travado L, Reis J, Watson M, Borrás J. Psychosocial oncology care resources in Europe: a study under the European Partnership for Action Against Cancer (EPAAC). *Psycho-Oncology*. 2015; 26 (4): 523-530.
11. Andersen, B. Psychological Interventions for Cancer Patients to Enhance the Quality of Life. *National Library of Medicine*. 1992; 60(4): 552-568.
12. Lee H, Lim Y, Yoo M & Kim Y. Effects of a nurse-led cognitive-behavior therapy on fatigue and quality of life of patients with breast cancer undergoing radiotherapy: an exploratory study. *National Library of medicine*. 2011; 34 (6): 22-30.
13. Tatrow K, Montgomery G. Cognitive behavioral therapy techniques for distress and pain in breast cancer patients: a meta-analysis. *National Library of medicine* 2006; 29 (1): 17-27.
14. Sharpe L, Curran L. Delivering Integrated Psychosocial Oncology Care: The Collaborative Care Model. I W Breitbart (Red.). *Psycho- Oncology*. 2021; (4): 385-392.
15. Carlson L. Mindfulness-Based Interventions. I W Breitbart (Red.), *Psycho- Oncology* 2021; (4): 429-437.
16. Fann J, Ruark J, Sharpe M. Delivering Integrated Psychosocial Oncology Care: The Collaborative Care Model. I W Breitbart (Red.), *Psycho- Oncology*. 2021; (4): 385-392.
17. Postone N. Psychotherapy with cancer patients. *American Journal of Psychotherapy*. 1998; 52(4): 412–424.
18. Aronson O. Introduktion till tematisk analys (video). 2023, 27 mars (citerad 12 december 2023). Hämtad från: <https://www.youtube.com/watch?v=XS4y9KpUshw>
19. Hong Q. N, Fàbregues S, Bartlett G, Boardman F, Cargo M, Dagenais P, et al. The Mixed Methods Appraisal Tool (MMAT) version 2018 for information professionals and researchers. *Education for information*. 2018; 34(4): 285-291.



## »Alla patienter ville ungefär samma sak«

I Jakob Clason van de Leurs forskning om utmattning riktas fokus bort från återhämtning och mot meningsfullhet.

– Patienten får sluta att vara nyttig, och börja göra vad den har lust med och visa sig sårbar.

**D**en nyligen dispute-  
rade Jakob Clason  
van de Leur beskriver  
stressforskningsfältet  
som ett fält där transparens och  
teoretisk koherens lyst med sin  
frånvaro.

– I brist på teori har man i  
behandlingarna skjutit med allt  
man har.

I sin avhandling presente-  
rar han en stringent teori och  
behandling. Att få fram essensen,  
vad som faktiskt är viktigt

för utmattade, var något  
han fick kämpa med. En  
fråga från en vän hjälpte.

– Min vän Brjänn  
frågade vad som är min  
öde-ö-intervention.

Jag svarade värderad  
riktning, och om jag får  
ta med mig något mer,  
exponering.

Men i behandlingen han arbe-  
tat fram används inte värderad  
riktning som term. I stället talas  
om att människan har psyko-  
sociala behov, som gemenskap,  
kärlek, värdighet, autonomi, och  
att bidra till något större än henne  
själv. Brist på kontakt med de  
psykosociala behoven leder över  
tid till stress och utmattning.

*Men är inte den värderade riktning-  
en något individuellt?*

– Efter att ha gjort den med  
typ 300 patienter, märkte jag att  
alla vill ungefär samma sak, och vi  
måste göra manualen enklare och  
mer pedagogisk.

I behandlingen får patienten  
göra vissa förändringar för att  
komma i kontakt med de psyko-  
sociala behoven.

– Vi vet hur det känns att  
vara mätt eller utsövd och vad vi

behöver göra för att bli  
det, men att sätta fingret  
på vilka omständigheter  
som får oss att känna  
gemenskap är svårare.  
Vi har nog alla varit med  
vänner men ändå känt  
oss ensamma. Så patien-  
terna får uppleva och  
inte tänka så mycket. De

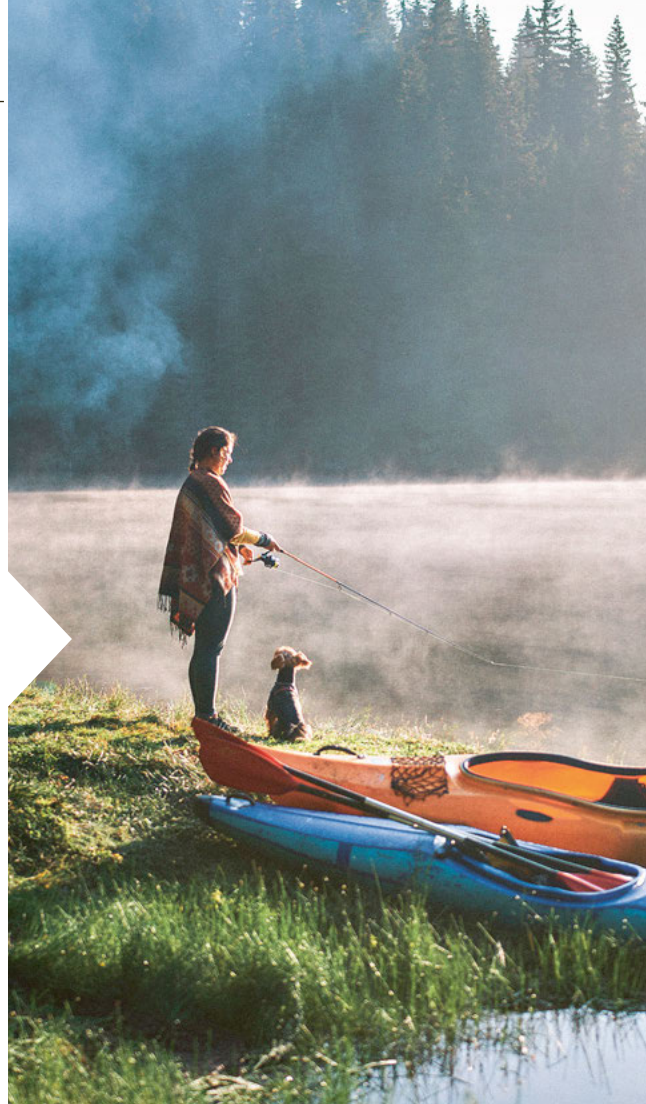
får träna på att sluta optimera allt,  
göra vad de har lust med, göra fel  
och visa sig sårbara.

● Maria Jernberg

*Fotnot: Jakob Clason van de Leur  
disputerade 13 juni på Uppsala univer-  
sitet med avhandlingen Psychological  
Treatment of Stress-Induced Exhaustion  
Disorder: Towards a Contextual  
Behavioral Approach.*



JACOB CLASON  
VAN DE LEUR



### SVENSK FORSKNING

## EFFEKTIV PTSD-BEHANDLING PÅ FEM DAGAR

Flyktingar som lider av ptsd kan få stor hjälp av intensiv traumabehandling som ges under fem dagar. Det visar en studie från Röda korset. Tio patienter på deras behandlingscenter för krigsskadade och torterade i Uppsala, har under en vecka fått behandling med prolonged exposure och emdr. Den psykologiska behandlingen har varvats med musikterapi och fysisk aktivitet. Under veckan har patienterna fått arbeta med olika psykologer och terapeuter.

Inspiration till upplägget har hämtats från Nederlän-



BILD ISTOCKPHOTO

## POTENTIALEN I UNGAS UTMILJÖ

Samtidigt som det finns ett växande allmänintresse för vad unga gör på nätet, är kunskapen om deras liv utomhus begränsad. När ungdomars nyttjande av offentliga platser kommer på tal, handlar det ofta om att det kan vara riskfyllt för dem att vistas där, eller att de själva utgör en risk. I samhällsplanering förbises ofta deras behov.

I en ny studie fick 320 personer mellan 12 och 15 år svara på frågor om hur mycket tid de tillbringar ute, vad de tycker om sin utomhusmiljö, samt om sin mentala hälsa.

Resultaten visar att de unga som hade en positiv bild av sin närmiljö och hur det är att vara där, hade högre livstillfredsställelse, självförtroende och mådde psykiskt bättre. Vidare visar resultaten att 34,4 procent tillbringade mer än en timme om dagen utomhus under vinterhalvåret medan siffran steg till 70,2 procent på sommarhalvåret.

Forskarna skriver att ungdomsåren utgör en kritisk period för att kunna börja röra sig i ett större område och att självständigt upptäcka vad omgivningen har att erbjuda. De påpekar också att det är i samspel mellan individen och hennes miljö som hon fyller på sina behov och utvecklas. Studie lyfter fram potentialen i att utveckla ungas utomhusmiljö för att främja deras psykiska hälsa.

*Wales M et al. Landscape and urban planning, 2024.*

derna där en liknande intensiv behandling prövats och utvärderats med god effekt.

Resultaten från Uppsala visar en signifikant förbättring gällande rädsla och ångest. Fem av de tio patienterna uppfyllde efter veckan inte längre kriterierna för ptsd. Behandlingen hade ingen signifikant effekt på depression och allmän funktionsnivå.

Psykologerna bakom studien skriver att det varit svårt att rekrytera patienter till intensivbehandlingen. Ett stort antal har tackat nej. Deras slutsats är att den är ett lovande alternativ men att den tycks passa ett urval av gruppen. Behandlingscentret fortsätter sitt arbete med att förfinas upplägget.

*Vågbratt L et al. Röda korsets kompetenscenter för tortyr- och krigsskaderehabilitering, Rapport 2024:1.*

## POLITIKEN FLYTTAR IN PÅ JOBBET

Ett alltmer polariserat politiskt landskap, där ideologi har blivit en identitetsmarkör, sätter opolitiska organisationer och arbetsplatser i en ny situation. Forskare från Lund ville därför ta reda på hur anställda påverkas av att känna sig ensamma om sina politiska åsikter på jobbet.

I en enkät fick 710 personer ta ställning till påståenden som placerade dem på en höger-vänsterskala. De fick även ange i vilken utsträckning de censurerade sina åsikter

»Personer som erfar en lägre matchning mellan sin politiska övertygelse och den som råder i organisationen i stort, har en större sannolikhet att censurera sig själv.«

på arbetsplatsen och svara på frågor om trivsel, stress och social kommunikation.

Resultaten visar ett tydligt samband mellan att uppleva sig politiskt avvikande och att vara mindre nöjd och tillfredsställd med sitt jobb. Personer som erfar en lägre matchning mellan sin politiska övertygelse och den som råder i organi-

sationen i stort, har en större sannolikhet att censurera sig själv, vilket negativt påverkar deras välmående och upplevelse av tillhörighet.

Självrensning hos dem som stod till vänster politiskt, kvinnor, unga och de med lägre utbildning. Forskarna pekar på vikten av att arbetsplatser arbetar förebyggande med att skapa ett tolerant klimat där olika åsikter kan uttryckas och respekteras.

*Sinclair S et al. Current psychology, 2024.*

## EN TIMME DAGSLJUS GAV EFFEKT

I och med klimatförändringarna förväntas Sverige och andra nordliga länder få ett svagare dagsljus under vintern. Skälet är en mindre mängd snö och ökad molnighet. I en longitudinell studie med 15 619 respondenter har forskare från Stockholms universitet undersökt hur dagsljus påverkar symtom på depression och sömnproblem.

Studien innefattade både ett subjektivt och ett objektivt mått. De svarande fick själva



BILD ISTOCKPHOTO

göra en uppskattning av hur mycket de vistades i dagsljus mellan november och januari. Forskarna mätte också den globala strålningen under samma tidsperiod. Svar samlades in under åren 2012, 2014 och 2016.

Resultaten visar att de som vistades minst en timme utomhus under vintern hade färre symtom på depression och att en högre global strålning gav en skyddande effekt mot sömnsvårigheter.

*Raza A et al. Environment International, 2024.*

# 7 av 10

spelberoende har även alkoholmissbruk.

*Källa: Psykologen Stefan Sandström i Dagens nyheter.*





BILD PRIVAT

### »VI KONFRONTERAR PERSONENS BERÄTTELSE«

I en ny avhandling ges alternativ till dagens symtombaserade psykologiska behandling.

– Vad människor som söker hjälp ofta tycks hålla på med, är frågan om vem de är för sig själva och andra, säger psykologen Daniel Wallsten.

**I** sina studier utvärderar Daniel Wallsten tre behandlingar för komorbida tillstånd. Alla med nya sätt att förstå och ta sig an psykiatrisk problematik. Den av de tre som ligger honom närmast hjärtat baseras på relational frame theory. På inläringsteoretiska grunder förklarar den språkets roll och funktion, och hur människan med hjälp av språket kan föreställa sig och levandegöra sådant som hon inte tidigare upplevt. I behandlingen är orden som handlar om jag, de centrala.

– Vi konfronterar personens grundläggande berättelser om sig själv. Vilka delar man undviker respektive närmar sig.

**Innan Daniel Wallsten** påbörjade sin doktorandutbildning i Karlstad jobbade han med behandling på en privat mottagning i Uppsala.

– Men jag blev snabbt desillusionerad och sittandes med en undran om det här var allt. I terapeutrollen hörde han sig själv låta motsägelsefull och undervisande. Hans tvivel ledde honom till

Avhandlingens titel: *Shifting the lens on heterogenous psychological suffering: Exploring and evaluating novel psychological treatment approaches to comorbid mental disorders.*

Daniel Wallsten gjorde tuffa lärdomar i början av yrket, som behovet att framstå som duktig i terapirummet, vilket bidrog till hans nuvarande forskning.

forskningen där han på ett teoretiskt plan har benat ut det rådande psykiatriska paradigmet och tagit tempen på tiden.

– Vi är på väg åt ett nytt håll, vi har börjat titta på hur saker blir för individen. Det avspeglar sig i att vi går ifrån RCT-studier till bland annat single case-designer. Från diagnosspecifikt till processbaserat, och med ett intresse för vad som driver förändring.

**Under det kliniska** arbetat med avhandlingen har han också fått syn på sig själv på ett annat sätt. I behandlingen som baseras på relational frame theory, är en rörelse från ett jämförande till ett samma-som-relaterande centralt.

– Jag märkte att det inte räckte att greppa det teoretiskt. Terapeuten behöver modellera samma-som-relaterandet i behandlingsrummet.

Daniel Wallsten beskriver att ett jämförande i längden blir destruktivt medan samma-som öppnar upp och skapar närhet.

– Ett exempel är när vi är nykära. Då ser vi hur lika vi är den andra personen, vi tänker att det är otroligt att vi som är så lika har träffats. Sedan går det några år, paret kanske får barn. Då kan tillvaron tillsammans handla om vem som tagit mest disk eller sovit minst, vem det är mest synd om. Jag tycker det är en bra illustration över vikten att orka vara nära i stället för att jämföra.

**Han säger att det** var en tuff lärdom när han märkte sitt eget behov av att framstå som duktig i terapirummet. Han var tvungen att bli mer autentisk, att gå in och möta en annan människa.

– En behandlare kanske säger »du behöver stå upp för dig själv« till sin patient. Det sägs i all välmening men initiativet som behandlaren tar är paradoxalt. Behandlaren blir den stora som berättar vad som ska göras, och patientens funktionella mönster riskerar att upprätthållas.

Han framhåller en annan utgångspunkt.

– När allt kommer omkring så befinner vi oss bara på olika platser i våra liv, men rollerna kunde lika gärna vara ombytta. Nu föll det sig så här, men vi är långt mycket mer samma än något annat.

● Maria Jernberg

**VAD** Nordisk mentaliseringskonferens  
**ARRANGÖR** Svenskt forum för mentalisering  
**VAR** Münchenbryggeriet i Stockholm  
**NÄR** 13-14 juni 2024  
**ANTAL DELTAGARE** 245 deltagare från Norge, Sverige och Danmark.

# »Straff gör dem värre«

Antisocial personlighetsstämning gavs stort utrymme när Nordisk mentaliseringskonferens hölls i Stockholm.

– Bakom listan på kriterier finns alltid trauma, sa Svenja Taubner, en av huvudtalarna.

**D**et finns en skala som mäter en persons mentaliseringsförmåga. Den spänner från minus ett till nio. Få har så god förmåga som krävs för en nia.

– Vanliga personer har en fyra, ni psykologer får en sexa, personer med borderline en trea, men de med antisocial personlighetsstämning har mellan ett och två, berättar Svenja Taubner för konferensdeltagarna.

Hon är psykolog och professor vid universitet i Heidelberg. I många år har hon ägnat sig åt ungdomar med antisocial problematik.

– Generna och miljön brukar lyftas fram som förklaring till uppförandestämning, men en psykologisk teori har saknats.

Hon påpekar att uppförandestämning inte är någon trevlig stämning utan en lista på rätt hemska symptom som våld, stöld och förstörelse.

– Men den säger inget om deras personlighetsproblem.

HENNES PSYKOLOGISKA modell börjar med impulsivitet, vilken kan ge diagnosen adhd. I en familj som inte klarar att hantera impulsiviteten kan barnet utveckla trotssyndrom och uppförandestämning.

– Alla vi träffar säger att deras föräldrar utsatt dem för våld.

Ungdomarna riskerar att fångas upp av gäng och kan börja använda



BILD: MARIA JERNBERG

**Svenja Taubner om att behandlaren behöver se den gängkriminella ungdomen som ett lamm, inte som en varg.**

droger för att reglera sig själva. Femtio procent av dem med uppförandestämning utvecklar antisocial personlighetsstämning.

– Om vi inte bryter kedjan är risken också stor att problematiken överförs till nästa generation.

Personer med antisocial problematik har svårt att läsa av andra. Egen och andras oro uppfattas som ilska. De känner inte att de har ansvar för sina handlingar, utan har bara gjort vad situationen krävt.

– De är lamm och alla andra är vargar, säger Svenja Taubner.

Hur personligheten fungerar korrelerar starkt med graden av mentaliseringsförmåga.

– Det hoppfulla är att vi vet att mentalisering kan förändras genom terapi.

SVENJA TAUBNER MENAR att vi hittills har erbjudit ungdomarna fel sorts behandling – deras beteende hanteras framför allt med straff.

– Vilket gör dem värre. Den här gruppen lär sig inte av sina misstag och de är inte rädda för straff.

I en pilotstudie har hon prövat en mentaliseringsbaserad terapi riktad till dem mellan 12 och 18 år. Målet är att öka mentaliseringen och minska aggressivt beteende.

Terapin inleds med motiverande samtal, för motivation brukar saknas från början. Det kan till exempel handla om fördelarna och nackdelarna med att sälja droger.

– På plussidan kan vara att han skulle bli en nobody om han slutade, och att försäljningen möjliggör för honom att vara generös. På minussidan, att tjejerna inte gillar langare.

Psykoedukationen görs kort, för tålmodet är ofta begränsat. Samma terapeut håller i samtliga moment.

– Ungdomarna behöver en person som bär dem igenom. Den terapeutiska relationen ska vara mycket belönande. Behandlaren behöver se dem som ett lamm, inte som en varg. Se att de har talanger, kanske inom musik, kanske som skickliga drogförsäljare. För de vill vara bra människor.

SVENJA TAUBNER understryker vikten av ett sådant förhållningssätt. Hon betonar att psykologen inte är polis, domare eller ens förälder, utan bara ska erbjuda en plats att tänka. Terapin utgår från ungdomens narrativ och försöker få hen att reflektera runt sina upplevelser. Metoden har även inslag av familjeterapi.

– Det är ett hårt arbete, för föräldrama har så svårt med mentalisering själva.

Resultaten från studien är lovande. De visar en minskad aggressivitet och en stor förbättring i empatisk förmåga hos de unga. Vid behandlingens slut uppfyller de inte längre kriterierna för uppförandestämning.

– Den här terapin tycks hjälpa ungdomarna, men vad som var förvånande var att vi inte kunde se att mentaliseringen ändrades, säger Svenja Taubner.

I augusti påbörjar hon utvärdering av terapin i en RCT-studie.

● Maria Jernberg



REPLIK SVERKER SIKSTRÖM:

# »Föräldraalienation är ett välstuderat empiriskt fenomen«

Ett starkt växande empiriskt fält visar att föräldraalienation är könsneutral och inte kopplad till fysiskt våld, skriver Sverker Sikström, professor i psykologi.

**D**en 4 juni 2024 publicerade Psykologtidningen ett debattinlägg som hävdar att föräldraalienation är en »pseudovetenskap«, eller en teori som tvingar barn till kontakt med våldsamma pappor. Inlägget har stora problem, då föräldraalienation varken handlar om våld, genus eller är en teori.

Till en början behöver vi definiera begreppet. Föräldraalienation är det empiriska fenomenet där ett barn (1) väljer att inte ha kontakt med en (2) tidigare älskad förälder (3) utan att det finns någon rimlig anledning till detta, samt att både (4) barnet och (5) föräldern påvisar relevanta beteenden. När ett barn väljer att inte ha kontakt med en förälder av en rimlig anledning, till exempelvis våld, handlar det i stället om estrangement. Debattinlägget berör alltså fenomenet estrangement, inte föräldraalienation (Bemet, 2020). Kvantitativa instrument (PARQ) finns tillgängliga för att diskriminera mellan föräldraalienation och estrangement (Bemet et al., 2020), och är normerade till svenska förhållanden (Sikström et al., 2024).

Föräldraalienation är ett vetenskapligt välstuderat empiriskt fenomen, baserat på ett stort antal vetenskapliga studier publicerat i topprankade psykologiska tidskrifter. Att som artikelförfattarna påstå att föräldraalienation är en teori som saknar empiriskt stöd är alltså felaktigt. För en översikt av



SVERKER SIKSTRÖM

empiriska data på föräldrarelationer rekommenderar jag Harman, Kruk & Hines (2018), publicerat i APA:s högst rankade vetenskapliga tidskrift Psychological Bulletin. En litteraturöversikt visar på 213 studier med empiriska data på föräldraalienation, varav flertalet publicerats under de senaste åren (Harman et al., 2022). Debattinlägget citerar ett antal artiklar som ifrågasätter föräldraalienationens vetenskapliga värde och reliabilitet. En närmare granskning av den litteraturen har dock visat att den i flera fall har metodologiska problem och leder till konklusioner som inte är replikerbara (se till exempel Harman et al. 2023; Harman & Lorandos, 2021).

FÖRÄLDRAALIENATION ÄR inte heller en genusfråga. Det är vanligt att pappor alienar mammor och därmed förhindrar kontakt med deras gemensamma barn, men också det motsatta förhållandet råder. Om man dessutom korrigerar för det faktum att mammor oftare har den primära kontakten med barnet vid en separation, försvinner könsskillnaderna (Harman et al., 2016). Debattinläggets påstående att det främst är pappor som utsätter

mammor för föräldraalienation stämmer alltså inte med data på området. Att inlägget exemplifierar filicid (en förälder som dödar sitt barn) med en pappa, och inte en mamma, överensstämmer inte med det faktum att filicid är könsneutralt (Liem & Koenraadt, 2008). Kanske beror det selektiva genusperspektivet på att, givet samma information, män döms hårdare för både fysiskt och psykiskt våld i välkontrollerade experiment (Sikström et al., 2021). Män är en svag grupp i vårdnadstvister, som saknar starka intressegrupper och är underrepresenterade i professioner som reglerar tvister.

Socialtjänsten och domstolen har den utomordentligt svåra uppgiften att väga allvarighet av olika typer av våld, såsom fysiskt och psykiskt våld, mot varandra, där det senare ofta handlar om att förhindra ett barns kontakt med en av sina föräldrar. Vår forskargrupp har i ett flertal studier empiriskt visat att systematiska fel görs i sådana bedömningar (Sikström et al., 2021; Sikström et al., 2023). Vi finner att allvarigheten av psykologiskt våld förminkas när det kommuniceras, medan allvarigheten av fysiskt våld överdrivs. Baserat på dessa empiriska data finns det alltså en risk för att bedömningar i vårdnadstvister underskattar allvarigheten i att barn tappar kontakten med en förälder, samtidigt som allvarigheten av fysiskt våld överdrivs. Det är möjligt att de värderingar som återfinns i tidigare debattinlägg är relaterade till dessa empiriska fynd. ●

**Sverker Sikström**, professor i psykologi vid Lunds universitet

För referenser, se psykologtidningen.se/debatt

SLUTREPLIK 105 EXPERTER:

# Därför fördömer vi användandet av så kallad föräldraalienation

En grupp bestående av 105 forskare, hälso- och rättsexperten från 18 länder bemöter de repliker som följt på debattartikeln »Föräldraalienation är pseudovetenskap«.

**E**n omfattande vetenskaplig litteratur förklarar tydligt varför så kallad »föräldraalienation« (PA) fortsatt ska definieras som pseudovetenskap. Vi menar att publikationer där detta påstås vara vetenskap inte betyder att de har vetenskaplig evidens. Pseudovetenskap imiterar ofta vetenskap men brister vad det gäller forskningsmetoder och resultat (Ayebe-Karlsson et al., 2024; Meier, 2021; Mercer, 2021; Milchman 2019; Saini et al., 2012, 2016).

Trots årtionden av forskning saknar PA fortfarande en universell, klinisk och vetenskaplig definition, vilket också bekräftas i replikerna på vår artikel. De flesta PA-förespråkare är överens om att man måste skilja mellan »oberättigat« och »legitimt« avståndstagande, där endast det förstnämnda bör kallas PA. Det uppstår dock problem då PA-förespråkarna inte har förmågan att skilja mellan faktiska övergrepp och så kallad »alienation«. De diagnostiska tester (inklusive PARQ och PAD) som påstår sig kunna identifiera så kallad PA utvärderar bevisligen inte mer än barns subjektiva uppfattning om att deras föräldrar avvisar dem eller betenden som lika gärna skulle kunna vara reaktioner på våldsutsatthet och andra omsorgsbrister (Ayebe-Karlsson et al., 2024; Milchman, 2019, 2024).

Vi bör fördöma användandet av PA på grund av dess misogynna ursprung. PA har utvecklats till

ett trossystem som missbrukas mot mammor som är de som oftast anklagas för att »alienera« barnet (upp till 90 procent). Gardners ursprungliga idéer har färgat efterföljande PA-forskning och relaterar tillbaka till hans åtta symtom på PA(S), sammanfattat inom »femfaktormodellen«. Faktum är att inte mycket har förändrats internationellt i domstolarna utom att terminologin ändrats från PAS till PA. Vissa nutida PA-förespråkare skiljer inte ens PA från PAS, då de använder likartade kriterier och/eller fortsätter att förespråka PAS.

GENUSLADDAD E förklaringsmodeller, såsom att både mammor och pappor kan »alienera« men att mammas »alienation« är värre och mer skadlig för barn, talar emot påståendet att PA är könsneutralt (se bland annat Harman et al., 2020 samt Ayebe-Karlsson et al., 2024). Den grundlösa kritik som det refereras till i repliken (Harman och Lorandos, 2021; Harman et al., 2023) återger felaktigt resultaten av en enskild studie som har motbevisats i detalj (Meier et al., 2022). De tio artiklar som citerats i en av replikerna, och som används som argument för att PA har vetenskaplig grund och är könsneutralt, är begränsade till tre huvudförfattare eller författargrupper (två om man utesluter självciteringar). Så kallad »alienation« ska inte förväxlas med systematiska våldsstrategier, såsom utövande av makt och kontroll, där barn självklart ibland används som vapen men vi måste analysera sådana tendenser genom vetenskapliga forsknings-



SONJA  
AYEB-  
KARLSSON

modeller, vilket forskare gjort i flera decennier (se Ayebe-Karlsson et al., 2024).

Det är empiriskt bevisat att mestadels mammor anklagas för PA globalt sett (se Ayebe-Karlsson et al., 2024 och forskning från bland annat Kanada, USA, England, Italien, Spanien, Frankrike, Australien, Nya Zeeland och Brasilien). Det könsstereotypa mönstret som utmärker PA-stämpeln och vårdnadstvister generellt, har bekräftats inom dessa studier. Det är i första hand beskyddande mammor som, trots uppgifter om våld, förlorar vårdnad, boende och/eller kontakt med barnet, när motanklagelser om PA förs fram, särskilt då det rör sexuella övergrepp.

VI SKA INTE behöva förklara den historiska kontext eller de samhällsstrukturer som bidrar till en ökad risk för våld bland marginaliserade grupper, inklusive kvinnor och barn. Det finns goda skäl till att FN arbetar för att eliminera genusrelaterat våld. Försök att hävda könsneutralitet när det kommer till våld i nära relationer kräver att man åsidosätter samhällets maktstrukturer och förnekar empiriska och statistiska data från ett brett geografiskt spektrum. Grundlösa angrepp på de internationella organ som arbetar för att stoppa våld mot kvinnor och barn, till exempel FN:s särskilda rapportörer och rapporter, är olämpliga, kontraproduktiva och bör lämnas därefter. ●

*Dr Sonja Ayebe-Karlsson et al. (2024), inkluderat de 13 originalförfattarna samt de som författat och undertecknat det internationella svar som denna slutreplik bygger på.*

*För engelsk originalversion (och mer utvecklade resonemang och referenser se Ayebe-Karlsson et al., 2024), publicerat via »National Family Violence Law Center«, »Survivor Family Network« och »SHERA«.*



## Stort intresse för vårt förslag

**P**å en av sommarens många mingel- och politikarenor träffade jag partiledaren Magdalena Andersson som undrade vad jag skulle göra för att korta köerna till Bup – om jag var statsminister. Mitt svar: »Säkra att psykologisk och medicinsk kompetens jämställs och ges möjlighet att samverka mer jämlikt för patienternas och familjernas bästa, bland annat genom teamarbete som utgår från patienternas behov. Samt genomföra en nationellt reglerad specialistutbildning för psykologer.«

Ungefär samma budskap spreds sedan av Psykologförbundet i olika paneler, rundabordssamtal och spontana möten under Almedalsveckan. Förbunden som utgör nätverket Saco Hälso-

och sjukvård arrangerade ett gemensamt panelsamtal om behovet av fler reglerade specialistutbildningar för att säkra patient-säkerhet, kvalitet, effektivare vård, samt bättre förutsättningar för en god arbetsmiljö för vårdens medarbetare. Regeringens särskilda utredare för den aktuella behörighetsutredningen, Harriet Wallberg, var vår inbjudna gäst och det blev ett konstruktivt samtal där flera olika förbund kunde ge exempel på hur specialistkompetens gör skillnad.



»Psykologer bör få ett större ansvar för patienter med primär psykisk ohälsa.«

ANNARS VILLE MÅNGA i Almedalen i år prata om primärvårdens utmaningar, och det fanns ett stort intresse för Psykologförbundets förslag att psykologer bör få ett större ansvar för patienter med primär psykisk ohälsa, samt att funktionen psykologiskt ledningsansvarig, PLA, borde vara självklar,

precis som MLA-funktionen. Psykologförbundet menar att den beslutade åtgärden om fast läkarkontakt och 1 100 listade patienter per allmänläkare är otillräcklig för att primärvården ska klara av omställningen till en »god och nära vård« och utgöra navet i hälso- och sjukvården. Dessutom är det en kostsam åtgärd som vi menar riskerar att försvåra istället för att möjliggöra omställningen – som är en breddreform som vi menar inte kan delas upp i olika spår, utan måste genomföras som en helhet.

NU LÅNGTAR JAG efter att fortsätta dessa, och andra, samtal under hösten. Vill du vara med, och påverka förbundets och professionens position? Kontakta oss så kör vi!

  
Kristina Taylor, ordförande



Harriet Wallberg, utredare för »Behörighetsutredningen«, tillsammans med Kristina Taylor efter Sacos panelsamtal om specialisttitlar.

## Förbundsnytt

### Taylor på »Maktlistan«

**POLITIK.** Stärkt maktposition för Psykologförbundets ordförande Kristina Taylor, som hamnar på plats 49 på *Dagens Medicin*s lista över 100 personer med mest makt och inflytande i vården. »Stark debattör som tar strid för ett helhetsperspektiv på primärvården. Hennes förbund ifrågasätter hierarkier«, lyder motiveringen. »Det är ett kvitto att förbundet har ökat vår synlighet, att vi når ut med våra prioriterade frågor och är aktiva i sammanhang och kontakter som *Dagens Medicin* bedömer som angelägna för svensk hälso- och sjukvård«, säger Kristina Taylor. Det är första gången en ordförande för Psykologförbundet rankas så högt.

### Verksamhetsnyttan med specialistpsykologer

**NYA RAPPORTER.** Antalet specialistpsykologtjänster och PLA, Psykolog med ledningsansvar, ökar stadigt, visar Psykologförbundets kartläggning »Specialisttjänster och PLA i regionerna – en kartläggning«. Båda befattningarna, som främst finns inom psykiatri, bidrar till stärkt vårdkvalitet och ökad patientsäkerhet. Det

uppges företrädare för verksamheter i landets regioner som medverkar i förbundets kartläggningar »Verksamhetsnyttan med specialistpsykologer – kartläggning 2023-2024« och »Verksamhetsnyttan med PLA – kartläggning 2023-2024«. Flertalet av företrädarna är också positiva till en nationell reglering av specialistutbildningen för psykologer. Samtliga rapporter finns på förbundets hemsida.

### Taylor talar på ICP

**KONFERENS.** »Psychology for Future: Together in Hope« var temat på ICP, den internationella kongressen för psykologi, som i år arrangerades 21-26 juli i Prag. Syftet med ICP är att samla företrädare inom den psykologiska vetenskapen, forskare, psykologer och studenter från hela världen för att ta del av och utbyta kunskap och erfarenheter med varandra. På plats från Psykologförbundet var Ulrika Edwinston, förbundsdirektör och Kristina Taylor, ordförande, som också talade/höll i programpunkten: »Learning from mistakes – how do we best facilitate it?« Psykologförbundet är medlem i International Union of Psychological Science, IUPsyS, som är en av ICP:s arrangörer.

# Vad är skillnaden mellan specialistpsykolog och PLA?

**Fråga:** Har specialistpsykologen och en PLA olika arbetsuppgifter?

**E**n psykolog med specialistkompetens har fördjupad expertis inom ett avgränsat fält av de tillämpade inslagen i psykologprogrammet. Expertisen bygger på senioritet och på fortsatta studier på avancerad nivå. En blivande specialist arbetar flera år i en verksamhet där

specialiteten är tillämplig och får fortsatt utbildning genom olika typer av specialistkurser.

Ett exempel är specialiteten klinisk barn- och ungdomspsykologi, som finns både i Sverige, Norge, Finland och Danmark. Den är relevant bland annat inom Bup.

I DAGSLÄGET FINNS i Sverige 10 olika specialiteter för psykologer. Din specialistkompetens inordnas i organisationen när en specialisttjänst inrättas. I sådana fall görs en överenskommelse mellan dig och arbetsgivaren att du tar på dig nya ansvarsområden, utöver de som en legitimerad psykolog har.

Att arbetsgivaren på det sättet får en ny verksamhetsnytta ska självklart innebära en ny lönenivå. Vanligt i sådana avtal är att specialistpsykologen ansvarar för svåra och komplexa ärenden inklusive second opinion, metodutveckling, och handledning och utbildning av yngre kolleger och andra yrkesgrupper.

Psykologiskt ledningsansvar,

PLA, är en ledningsfunktion. Tänk dig PLA som en chef utan ansvar för personal och ekonomi. En PLA leder det psykologiska arbetet. Verksamhetschefen, som har gett PLA i uppdrag att »fullgöra enskilda ledningsuppgifter«, är ändå ytterst ansvarig.

En PLA KAN leda utvecklingsfrågor, kvalitetssäkringsarbete och patientsäkerhetsarbete för verksamhetens psyko-

logiska insatser. Ett exempel är att utveckla rutiner för hur negativa och uteblivna effekter av psykologiska insatser följs upp och åtgärdas. Du utses till PLA därför att

du har rätt form av kompetens och ledaregenskaper.

En PLA i vården kan sitta i en ledningsgrupp med andra ledningsansvariga och skapa goda villkor för synergi mellan exempelvis psykologi, medicin och omvårdnad. Förbundet har nyligen undersökt hur chefer i regionerna ser på verksamhetsnyttan med specialisttjänster och med PLA. Dessa rapporter, samt en rapport som visar hur specialisttjänster och PLA har ökat i regionerna, finns under fliken »Rapporter« på förbundets hemsida. Där ser du fler exempel på ansvarsområden.

/ Martin Björklind, professionsstrateg



MARTIN BJÖRKLIND



MALIN SEMB HENNINGS

**Fråga:** Jag arbetar som skolpsykolog och har nyligen fått veta att vår organisation ska ändras, från en central elevhälsoenhet med egen chef till placering i olika skolor med rektorer som chefer. Hur kan jag påverka förändringen?

**O**rganisationsförändringen som du beskriver är förstas en viktig fråga där du och dina arbetskamrater ska ha möjlighet att påverka i ett tidigt skede. Du behöver informera dig om bakgrunden till förändringen och tidplanen för densamma. Arbetsgivaren har skyldigheter enligt medbestämmandelagen (MBL) och arbetsmiljölagen (AML) att före beslut informera om förändringen, genomföra risk och konsekvensbedömning samt förhandla med facklig organisation innan beslut fattas. En kommun har vanligtvis ett samverkansavtal för att hantera detta på olika beslutsnivåer och möjlighet till påverkan förutsätter facklig representation. Undersök om det finns någon lokalt facklig förtroendevald för Psykologförbundet som kan delta i samverkan när arbetsgivaren informerar om förändringen för att i ett senare skede fatta beslut. Du kan också ha dialog med din chef och efterfråga information om förändringen samt tidplan i samband med en arbetsplatsträff (APT). Bästa förutsättningar för att påverka situationen är att själv ta på sig ett spännande, utvecklande och ibland utmanande uppdrag som lokal facklig förtroendevald om det saknas.

/ Malin Semb Hennings, rådgivare/förhandlare

## HAR DU EN FRÅGA?

Mejla! [redaktionen@psykologtidningen.se](mailto:redaktionen@psykologtidningen.se)

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



# Psykolog

TIDNINGEN

Ges ut av Sveriges Psykologförbund.

## REDAKTIONEN



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



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

## Medverkande i detta nummer:

Ida Brogren, Peter Holgersson, Adrianna Pavlica, Amanda Lindgren, Celia Svedhem (celia.svedhem@gmail.com), Anna Wahlgren (anna@scribenda.se)

## Redaktionsrådet:

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

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

**Postadress:** Nytorosg 17A,  
116 22 Stockholm  
e-post: redaktionen@  
psykologtidningen.se  
[www.psykologtidningen.se](http://www.psykologtidningen.se)  
ISSN 0280-9702.

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

**Korrektur:**  
Mats Wirström



**Omslag:**  
Helena Cloodt  
fotograferad av  
Amanda Lindgren

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

## Prenumerationer och adressändringar:

Vasabyrån  
Tel 08-567 064 30  
medlemsregistret@  
psykologforbundet.se  
Pris: 815 kr inkl moms helår,  
8 nr 2024.  
Utrikes 930 kr.  
Plusgiro: 29 77 01-5  
Bankgiro: 5675-9202

## Psykologtidningen på nätet:

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

TS-kontrollerad upplaga  
12 000 ex 2018.

Medlem av Sveriges Tidskrifter.

**Tryck:**  
Norra Skåne Offset



3041 0116  
TRYCKERI

## PRESSTOPP FÖR NOTISER

Nummer	6/2024
Utgivning	Vecka 40*
Manusstopp	2 sept

\*Utdelningen startar onsdag  
2 oktober och majoriteten får  
tidningen senast tisdag 8 oktober.  
Pdf på tidningen finns på sajten  
från onsdag 2 oktober.

# Kontaktuppgifter till Psykologförbundet

## Kontakt

### ■ Rådgivning

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

### ■ Specialistutbildningen

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

### ■ Medlemservice

08-567 064 30  
medlemsregistret@psykologforbundet.se

## Kansli

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

## Förbundsstyrelsen

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

PSYKOLOGFÖRBUNDET



ANNONSERA I

# Psykolog

TIDNINGEN

**Annonskontakt: Newsfactory**

**Madeleine Nordberg**

**Tel: 08-505 738 15**

## MARKNADSANNONSER

### ■ TERAPIRUM UTHYRES MÅNDAGAR OCH FREDAGAR, STOCKHOLM

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

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

### ■ TERAPIRUM UTHYRES TORSDAGAR OCH FREDAGAR, STOCKHOLM

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

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

### Marknadsannonser

**MARKNADSANNONS + E-TIDNING:** 950 kr.

Rubrik samt fyra rader text.

## KURSANNONSER & PLATSANNONSER

## Bruce E. Wampold med gäster

### En internationell psykoterafikonferens på temat terapeutfaktorer i psykoterafi

Huvudtalare är amerikanske Bruce E. Wampold, världskänd kliniker och psykoterafikonferens, som presenterar sitt arbete och forskningsresultat på temat. Talare är även Helene A. Nissen-Lie från Norge samt Gerhard Andersson, Sverige, båda välrenommerade skandinaviska forskare.

**Göteborg 8 november 2024, varmt välkommen!**



Anmäl dig via QR-kod  
eller på [www.sapu.se](http://www.sapu.se)



HÖGSKOLAN  
**sapu**



HÖGSKOLAN  
**sapu**

Stockholm & Göteborg

Psykiaterprogrammet 90 hp

Handledar- och lärarutbildning i psykoterapi

Grundläggande psykoterapiutbildning (steg 1)

Alla utbildningar på [sapu.se](http://sapu.se)



## Dags att söka specialistkurs?

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

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

-Tidigare specialistkursdeltagare



Skanna QR-koden för att  
upptäcka hela vårt utbud.  
Ange "PP10" vid din  
bokning för 10% rabatt på  
kurserna du vill gå.  
Erbjudandet gäller till den  
siste september.

Välkommen till oss!



 psykologpartners



## Utbildningar för skolpsykologer

- **Skolpsykologen som handledare**,  
16-17 okt 2024, i Göteborg och  
digitalt via Zoom
- **Ny som skolpsykolog**, 18 nov  
2024, digitalt via Zoom
- **Skolpsykologen som utredare A**,  
27-28 feb 2025, digitalt via Zoom
- **Skolpsykologen som utredare B**,  
8-9 maj 2025, digitalt via Zoom

Läs mer och anmäl dig på  
[rovasjogren.se/kurser](http://rovasjogren.se/kurser)



## Specialistkurs i handledning

Start 9/10

Fokus på praktiska färdigheter med  
bred tillämpning

Distans med två träffar på plats i Malmö

Anmäl dig på:

[nervimalmo.se/specialistkurs-i-handledning](http://nervimalmo.se/specialistkurs-i-handledning)



MCT-Stockholm och Parment Psykologi AB anordnar

**SPECIALISTKURS  
METAKOGNITIV TERAPI,  
MCT I STOCKHOLM**

**30/9-1/10 SAMT 11-12 NOVEMBER 2024**

För mer info, kontakta Peter Myhr,  
[www.mct-stockholm.se](http://www.mct-stockholm.se), [petermyhr@icloud.com](mailto:petermyhr@icloud.com) eller  
Göran Parment, [www.parmen.nu](http://www.parmen.nu), [goran@parment.nu](mailto:goran@parment.nu)  
Fullständig kursbeskrivning finns i psykolog-  
förbundets katalog över specialistkurser:  
[www.psykologforbundet.se](http://www.psykologforbundet.se)

# Interpersonell psykoterapi, nivå A och B



Bli certifierad IPT-terapeut.  
Utbildningen omfattar 15 hp  
och är ackrediterad av  
Psykologförbundet som två  
specialistkurser.

→ Kursstart januari 2025

All information hittar du  
på [Lnu.se/ipt](http://Lnu.se/ipt)

Linnéuniversitetet 

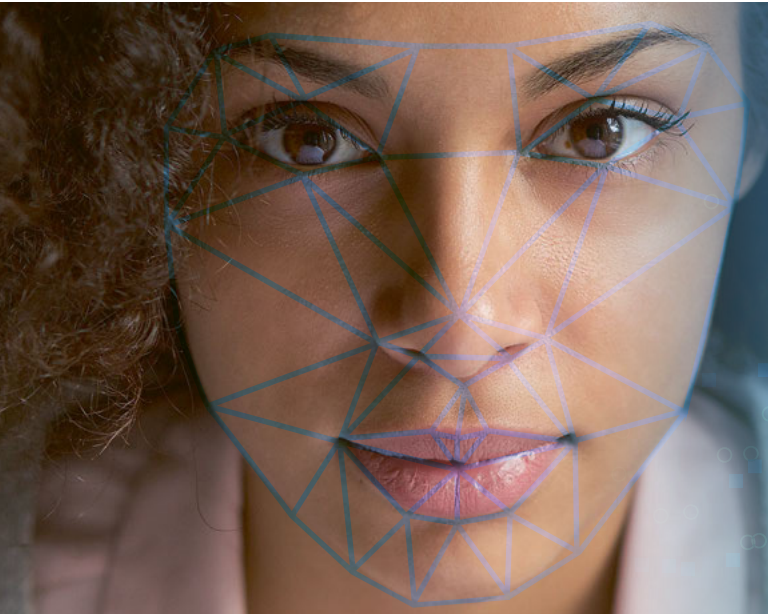
## Utbildningar i arbetspsykologi

# OBM i praktiken

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

Information finns på [www.baou.se](http://www.baou.se) eller  
e-post [rolf@olofsson-ou.se](mailto:rolf@olofsson-ou.se). Ansvarig för  
kurserna är Rolf Olofsson BAOU AB. Nästa  
kursstart är 24-25 september 2024.  
Anmäl dig via [www.baou.se](http://www.baou.se)





**Qbtech** 

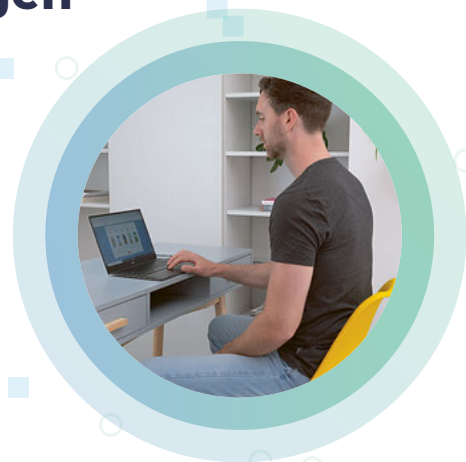
# Objektiv testning för adhd när du behöver det med QbCheck

## QbCheck är den flexibla lösningen för testning vid adhd.

Vårt FDA-godkända objektiva test är:

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

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



**FDA**  
Cleared

[qbtech.com](http://qbtech.com)