

# Psykolog TIDNINGEN

nr 9/2007 ♦ PSYKOLOGERNAS TIDNING

**Personalen  
tog över  
på BUP  
i Motala**

**Kerstin Andersson Løvoll:  
Svensk psykolog  
i norsk tjänst**

TEMA: BYTA JOBB



# innehåll nr 9/2007

## ledare: 3

Eva Brita Järnefors

## tema: BYTA JOBB 4

I Norge har psykologer hög status

”Vi utbildar för få psykologer i Norge” 7

Hedda Larsson har arbetat fem år i Oslo 8

Tänk på detta när du startar eget företag 10

Personalen driver Motala BUP 11

Tre psykologer om byte av jobb 14

## konferensrapport: 16

Beteendeaktivering – ett steg i taget

Anders Hallborg lämnar VD-stolen 18

## psykologisk forskning: 19

Gudmund Smith: MCT – vad är det?

Bokrecension 23

## insändare: 24

Håll nätverket för gymnasiepsykologer aktuellt

Ulla Holmqvist

Förbundsnytt 25

Ny avhandling 27



Kerstin Andersson Løvoll



Hedda Larsson



Motala BUP



Anders Hallborg

FOTO: MAGNUS GOTANDER

FOTO: MAGNUS GOTANDER

FOTO: CARIN WALDENSTRÖM

FOTO: TOMAS SÖDERBERG

## Psykologtidningen



9/07 ♦ 25/6–19/8 ♦ Årgång 53  
Utgiven av Sveriges Psykologförbund

### chefredaktör och ansvarig utgivare:

Eva Brita Järnefors, 08-567 06 451  
evabrita.jarnefors@psykologforbundet.se

### redaktionssekreterare och stf ansvarig utgivare:

Carin Waldenström, 08-567 06 453  
carin.waldenstrom@psykologforbundet.se

redaktör: Maja Ahlroos, 08-567 06 452  
maja.ahlroos@psykologforbundet.se

Box 3287, 103 65 Stockholm  
Fax 08-567 06 490.  
postgiro: 373267-4 bankgiro: 767-2066  
e-post: tidningen@psykologforbundet.se  
www.psykologforbundet.se  
ISSN 0280-9702.

annonser: Newsfactory,  
Säljare: Deborah Ssemepasa 08-587 86 532  
deborah@newsfactory.se  
Annonsmaterial: Johan Kjellström 08-545 03 994  
johan.kjellstrom@newsfactory.se

### prenumerationer och adressändringar:

Lagern Akademikerservice  
Tel 08-567 06 430 • Fax 08-567 06 090  
msc@akademikerservice.se  
Pris: 525 kr inkl moms helår, 15 nr, 2007.  
Lösnummer 35 kr, 2007.

Telefonnummer/e-post till serviceområden,  
kanslipersonal, förbundsstyrelse m fl hittar du  
på näst sista sidan.

### psykologtidningen på nätet:

Som medlem har du också tillgång till de  
senaste numren av tidningen som PDF-fil.

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

SVERIGES  
TIDSKRIFTER



Medlem Förening  
Sveriges Tidskrifter

Fackpressupplaga  
9500 ex 2005



Tryck:  
Wallin & Dalholm Boktryckeri AB,  
Lund 2007.

Grafisk form: Marianne Tan.  
marianne@tanproduktion.se

Nummer	10/07	11/07	12/07
Distributionsdag	20/8	10/9	1/10
Manusstopp för plats- och kursannonser	1/8	22/8	12/9
Manusstopp för psykolog- och yrkesföreningar	1/8	22/8	12/9

Omslag: Kerstin Andersson Løvoll

Foto: Magnus Gotander



# Vad gör en psykolog?

**M**ed sina breda kunskaper i psykologi på individ-, grupp och organisationsnivå kan psykologer vara attraktiva chefskandidater. Landstingets politiska ledning i Västernorrland har insett det och vill nu omvandla psykiatrikertjänster till psykologtjänster. De föreslår att kliniska psykologer med specialistkompetens i tillämplade delar ska ersätta de psykiatrer som saknas. Drygt hälften av psykiatrikertjänsterna i Västernorrland är obesatta.

Förslaget är rimligt med tanke på att psykiatern och psykologen i psykiatri har flera gemensamma arbetsuppgifter. Båda utreder, bedömer och ställer diagnos. Psykiatern är vanligen inriktad på behandling med hjälp av läkemedel, medan psykologens behandling består av samtal och psykoterapi. Psykiatrer är emellertid inte en enhetlig grupp utan en del är utbildade psykoterapeuter med olika inriktning. Psykiatri kan ses en medicinsk del av psykologin.

Vad omfattar psykologin och vad gör en psykolog?

**PSYKOLOGI ÄR EN VETENSKAP** inom vilken man studerar mänskligt beteende och mentala processer. Forskare vid de psykologiska institutionerna i en rad länder utvecklar teorier, testar dem och bidrar till förnyad kunskap inom en rad olika områden.

Psykologin är också en profession där den samlade kunskapen om människan tillämpas genom att psykologer bedömer, utreder, ställer diagnos, förebygger och behandlar problem. Psykologer arbetar därför med både individer, grupper och organisationer eller med samhällsproblem och de har ett gemensamt mål: Att förklara hur människor känner, tänker och handlar.

Specifikt för psykologen är att han eller hon är specialiserad på och arbetar

med det som är normalt mänskligt beteende. Det kan gälla inlärning, minne, barnets utveckling eller hur människan känner och reagerar i olika situationer.

– Det som skiljer oss psykologer från andra yrkesgrupper är att vi har en mycket bred grundutbildning, som omfattar normalpsykologi och psykopatologiska aspekter av personlighet, kognition, emotioner, utvecklingspsykologi, socialpsykologi, neuropsykologi med mera, säger psykologen, fil dr *Björn Philips*, som forskar på Beroendecentrum i Stockholm och tillägger:

– Denna breda kunskapsbas har vi med oss när vi gör utredningar, bedömningar, behandlingar och forskning.

## ”Psykologer har ett gemensamt mål: Att förklara hur människor känner, tänker och handlar”

Psykologen *Jan Wessman* är privatföretagare på Absolvo Psykologkonsult AB i Stockholm. Han säger också att det viktigaste som skiljer psykologen från andra yrkesgrupper är den djupa och breda kunskapen om människans psyke som psykologen tillägnar sig genom fem års utbildning och ett års handledt praktik:

– Jag brukar jämföra detta med läkares kunskap om kroppen, säger han. Det skulle naturligtvis gå att utbilda sjuksköterskor i tekniken för komplicerade kirurgiska ingrepp. Samtidigt är det lätt att inse fördelen med en läkares breda kunskap – inte minst när det gäller att förutse och hantera bakomliggande eller uppkommande komplikationer. Samma fördelar finns alltså med att anlita en psykolog när det gäller frågor,

där förståelsen för det mänskliga psyket har stor betydelse.

**ATT FÖRSTÅ OCH VÄGLEDA** en person är en komplicerad uppgift som kräver flera teoretiska ingångar för att psykologen ska kunna skapa en sammansatt bild av hur en människa fungerar.

*Malena Åsard*, som är adjungerad adjunkt vid Lunds universitet och psykolog på BVC i Kirseberg, ger sin syn på psykologarbetet:

– Psykologen har kunskap om människans känslor, tankar och beteenden. I den kreativa och ömsesidiga process, som det innebär att analysera, formulera hypoteser och förmedla kunskapen till andra, kan psykologens arbete bidra till att minska lidande, ge insikt, väcka hopp och tillit och få individer, familjer, grupper och organisationer att utvecklas.

**TILL DEN KOMPLETTA** bilden av psykologens arbete hör de olika inriktningarna inom psykologin. Majoriteten av de svenska psykologerna har en psykodynamisk inriktning medan allt fler väljer att utbilda sig i kognitiv psykologi.

Inom utvecklingspsykologin lägger de olika psykologiska teorierna tyngdpunkten olika när det gäller känslor, tankar och beteenden. De psykologer som praktiserar den kognitiva inriktningen lägger till exempel större tyngdpunkt vid personligheten i nuet medan de med psykodynamisk inriktning fokuserar mer på bakomliggande faktorer. Psykologens teoretiska bakgrund får därför betydelse för hur det kliniska arbetet ser ut.

EVA BRITA JÄRNEFORS  
Chefredaktör



FOTO: MAGNUS GOTÅNDER

Psykologtidningen speglar olika sätt att byta jobb. I Motala har personalen tagit över verksamheten vid BUP. Till Norge flyttar svenska psykologer där de ofta får bättre villkor. Vi har också intervjuat några psykologer som sökt ny anställning.

Mitt i hjärtat av Oslo har Kerstin Andersson Løvoll sin arbetsplats. Här lunchrast på Karl Johann.

# ”I Norge har psykologer hög status”

–Det var kärleken, inte behovet att byta arbete, som fick psykologen Kerstin Andersson Løvoll att flytta till Norge. Efter 12 år som organisationspsykolog i landet tycker hon att det finns många fördelar med att arbeta som psykolog i Norge.

**P**å Akersgate mitt i centrum av Oslo arbetar svenska psykologen *Kerstin Andersson Løvoll* som organisationspsykolog inom företagshälsovården. ”Bedriftshelse Norge” är ett av de största företagen i branschen och här på Akersgate arbetar ett 50-tal läkare, sjuksköterskor, sjukgymnaster, yrkeshygieniker samt tre psykologer.

Hit vänder sig företag då de vill ha hjälp med arbetsorganisation och ledarutveckling, med kartläggningar av arbetsmiljön, men också vid akuta kriser till exempel i samband med stora omorganisationer.

– Vi arbetar över huvud taget inte på individnivå, däremot en del med coaching och arbetsrelaterade samtal, berättar Kerstin Andersson Løvoll. Bedömer vi att en anställd behöver

behandling för psykiska problem hänvisar vi honom/henne till den psykolog eller psykiater vi har samarbetsavtal med.

Efter psykologutbildningen i Lund arbetade Kerstin många år i Sverige med habilitering, inom AMI och med företagshälsovård på Bohusläns hälsan. Hon var också fackligt engagerad och satt i mitten av 1980-talet som studeranderepresentant i förbundsstyrelsen. Senare var hon i flera år kretsordförande i Bohuslän och under en tid även i Dalarna.

– Jag planerade aldrig att börja arbeta i Norge, även om jag hade många norska vänner som försökte övertala mig att flytta, berättar hon.

Men så träffade hon den norske läkare hon i dag är gift med och flyttade – för gott. I tolv år har hon nu bott och arbetat i Norge.

Omkring 240 av de psykologer som arbetar i Norge är utbildade i Sverige. Hälften av dem är svenskar.



# ”Vi utbildar för få psykologer”

– Vi är bekymrade över att det inte utbildas tillräckligt många psykologer i Norge, säger Anders Skuterud, professionsansvarig på Norsk Psykologforening.

**I** Psykologtidningen kan man då och då se omfattande annonser där man söker ett stort antal svenska psykologer till psykiatri eller ”Psykisk helsevern” i Norge. Anders Skuterud bekräftar att det under de senaste tio åren hela tiden funnits lediga och obesatta psykologtjänster i landet.

Enligt den ”upptrappingsplan” som Stortinget antog i slutet av 1990-talet skulle den psykiska hälsovården under sex år tillföras drygt 900 nya psykologtjänster. Samtidigt står man, liksom i Sverige, inför stora pensionsavgångar i medlemskåren.

– Vi klarar naturligtvis inte på utbyggnaden av antalet psykologtjänster, men 236 nya psykologstuderande per år är inte tillräckligt för att fylla de växande behoven, säger Anders Skuterud.

**NORSK PSYKOLOGFORENING** har under många år arbetat för att få till stånd fler utbildningsplatser. Ännu 1990 tog de norska universiteten in endast 112 psykologstuderande om året, men trots att antalet utbildningsplatser mer än fördubblats råder det fortfarande brist på psykologer i landet.

Liksom bland svenska studenter är det populärt även bland norska studenter att studera psykologi. Antalet sökande till psykologutbildningen, särskilt i Oslo, är långt fler än studieplatserna. Många norska studenter söker sig därför utomlands för att utbilda sig till psykologer – i första hand till Sverige och Danmark på grund av det ömsesidiga nordiska godkännandet av psykologexamen.

**EXAKT HUR MÅNGA** svenska psykologer som i dag arbetar i Norge har Psykologforeningen inte uppgifter om. Men man vet att 240 av medlemmarna är utbildade i Sverige.

– En del av dem är norrmän som utbildat sig i Sverige, men en genomgång av namnlistorna

antyder att ungefär hälften, det vill säga omkring 120, är svenskar, berättar Anders Skuterud.

Den genomsnittliga årslönen för en psykolog i Norge är 400 000 norska kronor, vilket motsvarar en lön på cirka 38 800 svenska kronor i månaden. En specialistpsykolog tjänar i genomsnitt 500 000 NOK om året, det vill säga omkring 48 500 kronor i månaden.

**I DE NORSKA** platsannonser som publicerats i Psykologtidningen är det också huvudsakligen psykologspecialister sjukhusen i det norska inlandet söker.

Efter godkänd specialistutbildning (fem år på deltid) får anställda psykologer inom specialisthälsovården (den landstingsfinansierade psykiatri) enligt avtal en automatisk löneförhöjning på närmare 10 000 svenska kronor i månaden.

– På andra områden, till exempel inom skolan, kan det däremot vara svårare att få lönekomensation för specialiseringen, påpekar Anders Skuterud. Däremot kan en enskild psykolog i många fall förhandla fram möjligheter till specialistutbildning inom ramen för arbetsförhållandet även utanför hälso- och sjukvårdens område.

Än finns inget beslut om att utöka antalet utbildningsplatser i Norge så svenska psykologer kommer sannolikt att vara efterfrågade på den norska arbetsmarknaden ännu ett bra tag framöver. Men också i Sverige kommer pensionsavgångarna de närmaste åren att påverka tillgången på psykologer.



– Drygt 230 nya psykologstuderande per år fyller inte behovet, säger Anders Skuterud.

MAJA AHLROOS

# ”Vi tas väl emot av norska kolleger”

– Här kan svenska psykologer få jobb med goda villkor, säger svenska psykologen Hedda Larsson, som nu arbetat fem år i Oslo och gärna rekommenderar svenska kolleger att pröva på detsamma.

**L**ett typiskt förortscentrum invid tunnelbanestationen ligger barn- och ungdomspsykiatriska mottagningen i Furuset – en invandrartät förort till Oslo. Mottagningen, som sorterar under Akers sjukhus, har ett 20-tal anställda, bland dem 7-8 psykologer.

En av psykologerna där är svenska *Hedda Larsson*, som arbetat sammanlagt fem år i Norge, de tre första åren som skolpsykolog och nu i två år på BUP i Furuset.

– Jag trivs jättebra, säger hon. Med jobbet, med kollegerna och landet.

Hedda Larsson har vuxit upp i Karlstad, studerade till psykolog i Göteborg och gjorde sin PTP-tjänstgöring på BUP i Alingsås.

– Men jag har hela tiden haft ögonen på Norge, säger hon. Hennes mamma är norska och på psykologprogrammet i Göteborg fanns många studenter från Bergen, så att arbeta i Norge kändes som ett ganska naturligt val.

Svenska psykologer tas väl emot av de norska

kollegerna, berättar Hedda Larsson och språket har inte varit något problem:

– **I EN STADSDEL** där det talas många olika språk kan det rentav vara en tillgång i kontakten med klienterna att inte heller jag är uppväxt i Norge eller talar norska utan brytning.

Till BUP i Furuset kommer många traumatiserade barn och ungdomar med depressioner eller andra problem som följd av det föräldrarna eller barnen själva varit utsatta för i sina hemländer. Men ofta också för ADHD-utredningar och liknande.

Då mottagningen fått en remiss har BUP-personalen inom två veckor ett samtal med den berörda familjen för att värdera hur brådskande ärendet verkar vara. Därefter får familjen ett brev om att de har rätt till ”helsehjelp” inom ett visst datum.

– Det här systemet fungerar rätt bra, tycker Hedda Larsson. Vi är måna om att inte bryta det





Svenska Hedda Larsson trivs med jobbet, kollegerna och landet. Här på väg över Vigelandbron.

utlovade datumet, det skulle minska förtroendet för oss. Som längst blir väntetiden tre månader.

Och de mångomtalade norska lönerna? Visst är norska psykologlöner högre än de svenska.

Hedda har en årslön – i Norge uppger man sin lön i årslön – på 370 000 NOK. Det motsvarar drygt 431 000 svenska kronor och en månadslön på närmare 36 000 kronor. Till det kommer under de två första åren, då man ännu inte är permanent registrerad som norsk invånare, en skattereduktion på 10 procent.

**ÄNDÅ VAR DET INTE** lönen som i första hand lockade Hedda Larsson till Norge. Hon påminner om att Norge ju också är ett dyrare land än Sverige att leva i. Däremot upplever hon att psykologernas status är högre i Norge och fortbildningsmöjligheterna större.

Inom hälso- och sjukvården har psykologerna ofta avtalsenlig rätt till fortbildning, arbetsgivarna har förbundit sig att jämna vägen för

specialistutbildning genom att erbjuda adekvat praktik och betala för handledning och nödvändiga kurser. I kommunal tjänst är möjligheterna oftast sämre.

Av norska psykologförbundets drygt 4 000 yrkesverksamma psykologer är i dag omkring 2 000 specialistutbildade. Också Hedda har påbörjat sin specialistutbildning och räknar med att vara klar om ett och ett halvt till två år.

Specialistbehörighet innebär också automatiskt en lönehöjning – också den avtalsreglerad – för dem som jobbar inom specialistvården. En psykologspecialist tjänar i genomsnitt 100 000 NOK mer om året än en psykolog utan specialistbehörighet.

Hedda Larsson bekräftar att det är brist på psykologer i Norge.

**–SÄRSKILT UTANFÖR** storstadsområdena är det svårt att få erfarna psykologer till lediga tjänster. Här finns det utan tvivel goda möjligheter för

**”Förebyggande insatser och brukarinflytande betonas mer här än i Sverige”**

# Tänk på detta när du startar eget företag

– Min erfarenhet är att en duktig psykolog som är egenföretagare har fullt upp efter några år, säger Psykologföretagarnas vd Mahlin Olsson.

Vad ska man tänka på när man startar eget? Först och främst krävs en F-skattsedel för att få starta egen firma och en sådan utfärdar Skatteverket inte hur som helst. Den sökande måste genom beräkningar göra troligt att han eller hon verkligen kommer att kunna försörja sig som egenföretagare.

– Det är till exempel viktigt att kunna visa upp flera uppdragsgivare. Att vara beroende av bara en, kan betraktas som alltför osäkert, säger *Mahlin Olsson*, Psykologföretagarna.

**HENNES TIPS ÄR** att börja försiktigt. Kanske börjar man i liten skala vid sidan av sin anställning, går successivt ner i anställningstid och så småningom kanske har en anställning på halvtid och egen verksam-

het på resten av tiden. Så länge man är anställd ska bisysslan anmälas till arbetsgivaren. Det brukar sällan bli några problem, enligt *Mahlin Olsson*.

– Går det bra och uppdragsgivarna blir fler, kanske man väljer att bli sin egen på heltid. Min erfarenhet är att en duktig psykolog har fullt upp efter några år, säger *Mahlin Olsson*.

Hon betonar vikten av att inte vara alltför beroende av en enda uppdragsgivare. Många psykologföretagare får sina uppdrag genom offentliga upphandlingar och vid varje upphandling finns en risk att uppdraget går till någon annan.



Mahlin Olsson

Samma sak vid avknoppningar från landstinget, något som kommit i ropet igene – särskilt i Stockholmstrakten – efter några års stiltje. Ta reda på hur länge avtalet med landstinget löper, uppmanar *Mahlin Olsson*. Det kan vara skönt att ha några års frist medan man söker kontakt med nya potentiella beställare.

**PSYKOLOGER SOM VILL** försöka sig på egen verksamhet har rätt till tjänstledighet i sex månader, enligt lagen om ledighet för näringsverksamhet. Det kan kännas litet kort för att hinna få igång en lönsam verksamhet men är ändå en viss hjälp för många, anser *Mahlin Olsson*.

Hon påminner också om att det krävs en anmälan till Socialstyrelsen för att få bedriva hälso- och sjukvård samt en patientförsäkring.

Blankett för anmälan finns att hämta från Socialstyrelsens hemsida. En patientförsäkring kan den enskilde teckna själv hos valfritt försäkringsbolag. Medlemmar i Psykologföretagarna får en patientförsäkring automatiskt.

**GUNILLA STARK**  
frilansjournalist

► svenska psykologer att få jobb med goda lönevillkor och möjlighet till vidareutbildning, men ofta också hjälp med lägenhet och daghemsp plats.

Hedda Larsson har också varit fackligt aktiv inom Norsk Psykologforening nästan ända sedan hon flyttade till Norge. I dag är hon sekreterare i styrelsen för den lokala psykologföreningen i Oslo.

– Efter en tid i Norge började jag sakna umgänget med andra psykologer. Jag arbetade då som skolpsykolog och en kollega bad mig följa med på ett fackligt möte och sedan har det fackliga engagemanget bara ökat, berättar Hedda.

Hon är också så kallad vilande medlem i det svenska Psykologförbundet och läser regelbundet *Psykologtidningen*.

– De aktuella diskussionerna bland psykologerna verkar vara ungefär de samma där som här. Just nu handlar det mycket om evidenskravet i psykoterapi. Men också om kognitivt kontra psykodynamiskt, bokstavsdiagnoserna och

om huruvida det är rimligt att använda kvantitativa mått för att mäta effektiviteten i psykvården.

Jag undrar vad ansträngningarna i Norge att byta termen psykiatri till ”psykisk hälsovård” har inneburit.

– **DET ÄR EN MEDVETEN** hållning vi har, säger Hedda Larsson. Jag tror att det bidragit till att betoningen av förebyggande insatser och brukarinflytande är större här än i Sverige. Däremot verkar ni ha kommit längre när det gäller försöken att få in fler psykologer i primärvården. I Oslo arbetar i dag kanske fem, sex psykologer på olika hälsostationer.

Hon berättar också att det är ett prioriterat mål för det norska psykologförbundet att få fler psykologer att påta sig ledaruppgifter. Förbundet uppmanar medlemmarna att aktivt ta kontakt med sina arbetsgivare för att få delta i redan etablerade chefsutvecklingsprogram och har även utlyst två årliga stipendier för psykologer som önskar

ledarutbildning. I en nyligen genomförd enkät bland medlemmarna ville många av de svarande att Psykologforeningen även skulle arrangera ledarskapskurser i egen regi.

När de nya hälsovårdslagarna trädde i kraft 2001 fick specialistbehöriga psykologer – efter intensivt påverkansarbete av Psykologforeninge – såväl rätt att fatta beslut om tvångsvård som möjlighet att axla det professionella ledningsansvaret inom specialistvården. Specialister i klinisk psykologi är nu likställda med psykiatrer bortsett från rent medicinska åtgärder.

– Nu gäller det för oss psykologer att ta vara på den möjligheten och också våga ta steget att axla ledningsansvaret, säger Hedda Larsson, väl medveten om att många psykologer fortfarande känner stor osäkerhet inför att påta sig en roll som medför reell makt och inflytande.

**MAJA AHLROOS**

# Det är vi som driver Motala BUP!

Bättre trivsel, ingen vårdkö för patienterna och större inflytande över arbetet. Det ser medarbetarna på Motala BUP som de stora fördelarna med att vara ett eget bolag.

**D**et är en kylig vårdag i maj då jag besöker Motala BUP. Kliniken ligger i ett eget hus mitt i centrum, alldeles vid Vättern. Här arbetar elva personer – psykologer, kuratorer, läkare, sekreterare och vd.

Det var i september 2001 som Motala BUP på uppdrag av landstinget i Östergötland fick ansvaret att bedriva den barn- och ungdomspsykiatriska verksamheten i Motala och Vadstena. Området har 40 000 invånare i åldern 0-18 år. I dag, sex år senare, är Motala BUP ett aktiebolag som ägs och drivs av sin personal. Deras största kund är fortfarande landstinget, annars har mycket förändrats. Nästan enbart till det bättre, om man får tro de anställda.

Det bjuds på kaffe och knäckemacka med ost nere i fikarummet, och så småningom tar vi oss till konferensrummet en trappa upp – de fem psykologerna *Susanne Björklund, Kristina Rosenqvist, Inga Ericson, Urban Pettersson* och *Annika Sjöo Pettersson*, samt vd och verksamhetschef *Conny Jansson*, från början mental-skötare.

Vi börjar prata om hur det hela började. Varför privatisera BUP? Det är inte någon vanlig lösning inom barnpsykiatri precis, även om det under senare år blivit alltmer tal om att prova olika ägarformer även inom vården.

Tanken på att frigöra sig från landstinget hade funnits där en tid, berättar de. Som på andra håll ansåg man



FOTO: CARIN WALDENSTRÖM

Personalen på BUP samlade på trappan till sin mottagning i centrala Motala. Sedan 2001 har de drivit mottagningen i egen regi.

landstinget vara en smula tungrott och byråkratiskt, även om det inte fanns några stora problem. Detta sammanföll med att man inom landstinget centralt var öppen för att olika enheter skulle kunna knoppas av.

Vid den tiden planerades en omorganisation av den verksamhet inom landstinget i Östergötland som gällde

vården av barn. Det skulle bli ett nytt centrum för barnhälsovården i vilket BUP skulle kunna ingå. Men inom BUP var tveksamheten stor.

– En av nackdelarna för vår del var att vi då skulle få flytta till lasarettet och lämna våra lokaler, berättar Susanne Björklund. Vi ville behålla närheten till befolkningen genom att hålla till i



Motala BUP avsätter mycket pengar till kompetensutveckling. Här är gruppen på studieresa i Kina.

centrum. Vår mottagning är lätt att nå även från andra orter då länsbussarna stannar i närheten. Vi tyckte att vi kom närmare befolkningen här.

– Det fanns också flera andra skäl. Vi var en fungerande enhet, vi hade jobbat länge tillsammans och ville vara kvar här, fortsätter hon och får medhåll av kollegan Urban Pettersson:

– Ja, vi hade en välfungerande arbetsgemenskap, kände att vi gjorde ett bra jobb. Vi var vana vid att sköta oss själva när det gäller sådant som till exempel policyinriktning, utbildning och rekrytering. Vi hade skött verksamheten inom vissa ekonomiska ramar.

En annan aspekt var att de ville behålla personalgruppen intakt. De var inte säkra på att alla skulle stanna i organisationen om de flyttade med till lasarettet.

**2001 STARTADE** man så efter moget övervägande ett aktiebolag med personalen som ägare.

– Vi fick stor hjälp av landstinget. Jag minns att den biträdande landstingsdirektören kom hit för att berätta hur vi skulle göra, berättar vd Conny Jansson. Vi fick ett avtal med landstinget för att driva BUP i Motala och Vadstena som löpte över fyra år. Det var positivt för oss och innebar en stor trygghet.

– Vi blev en förhandlingspart gentemot landstinget och arbetet resulterade i ett skriftligt avtal som båda har förpliktelser i, säger Urban Pettersson.

De har ansvar för sina beställningar gentemot oss och vi ska leverera de tjänster som beställts. Så enkelt är det. Det handlar om en viss mängd arbete som ska utföras som får kosta ett visst antal kronor.

Motala BUP erbjuder samtalsterapi med såväl KBT-inriktning som dynamiskt inriktad terapi. Grundsynen är att arbeta med ett familjeperspektiv. De har nöjda klienter och får genomgående höga betyg vid utvärderingarna.

Den förändrade organisationsformen har inte påverkat vare sig inriktning eller behandling. Men personalen upplever större trivsel och arbetsglädje i dag. En fördel med det nya systemet är en ökad tydlighet, det är de överens om.

– Den stora skillnaden är att vi fått större inflytande som personal. Jag upplevde att det var tungrovt och långt till besluten i landstinget. Det var mer otydligt inom landstinget vad man förväntas utföra, säger Kristina F Rosenqvist. Därför blev det en väldig skillnad för oss då vi bildade ett eget bolag. Nu måste vi ta alla beslut själva.

*Var det ett stort steg att ta?*

– Kanske inte så stort som man skulle kunna tro. Det finns många småföretag i Östergötland och många av oss har själva småföretagarbakgrund, så steget var inte så stort till att driva ett bolag, säger Susanne Björklund.

– Nu är vi ett företag, vi strävar åt samma håll, säger Inga Ericson. Nu bestämmer vi över allt, även över



Motala BUP har tagit fram profilprodukter som muggar och kepsar för att göra reklam för sin verksamhet.

lokaler och utbildning. Vi diskuterar till exempel vart vi ska åka på konferens, om vi ska ha leasingbil. Sådana beslut blir lättare och mindre byråkratiska i ett eget bolag.

– Samtidigt måste vi vara noga med ekonomin så att allt går ihop. Vi måste jobba för att få ett nytt avtal, det är inte heller självklart, säger Inga Ericson. Tidigare hade vi inte samma diskussioner om kvalitet eller kvantitet.

– Nej, gjorde man mycket inom landstinget fick man ingen belöning för det, och arbetade man för lite hände ingenting då heller, säger Urban Pettersson.

– Man kan ju fråga sig varför det är köer på vårdcentralerna? frågar Conny Jansson retoriskt.

Det blir inga konsekvenser inom landstinget om man inte gör det man ska. Landstinget sparkar aldrig folk för att de inte gör sitt jobb. Men om vi inte skulle följa det vi tecknat i avtalet får vi inget nytt avtal, så enkelt är det.

De är dock noga med att inte ge en för svartvit bild av landstinget.

– Jag tror att man inom landstinget har lärt sig av oss, för vi ska komma ihåg att det finns många kompetenta personer i deras verksamhet, säger Conny Jansson. Det är inte heller första gången som man har ändrat organisationen genom olika system som köp-säljsystemet för labb, städ, transporter och telefonväxel. Men privatiseringen har bidragit till att förtydliga den tidigare organisationen.

Inom landstinget vill man ha mycket samarbete med Motala BUP, och ser till exempel gärna att personalen på BUP deltar i olika sammanhang.

– Det kan vara att de vill ha in oss i sina egna grupper och det kan vi känna oss pressade av, säger Conny Jansson. Men vi vill självklart ha ett samarbete. Det svåra är att få tiden att räcka till.

Motala BUP har uppföljningstillfällen ett par gånger per år med dem de har avtal med, till exempel landstinget i Östergötland.

– Det händer mycket under ett år och vi vill ha en fortlöpande resultatdialog. Vi lägger in den som en säkerhetsåtgärd både för dem och för oss, säger Conny Jansson.

**REAKTIONERNA FRÅN** omgivningen på privatiseringen var i stort sett positiva.

– Klienterna märkte nog ingen större skillnad. Vi trodde att det skulle märkas mer än det gjorde, säger Inga Ericson.

– Men det fanns en viss undran bland våra vårdgrannar, säger Conny Jansson. Jag minns att de frågade om de fortfarande skulle kunna skicka patienter till oss när vi blev ett bolag. De frågade om det skulle innebära kostnader för patienterna, men det är ingen skillnad. Behandlingen är fortfarande gratis.

– Det måste vara en fördel för patienterna att vi i personalgruppen trivs, att vi har ett mål, och vet vad vi jobbar för, säger Susanne Björkman.

Motala BUP drivs av en styrelse med representanter för aktieägare och anställda. Urban Pettersson är styrelseordförande. Tidigare var alla aktieägare med i styrelsen, men nu har företaget övergått till att ha en mindre styrelse bestående av fem personer.

Conny Jansson:

– Styrelsen tillämpar majoritetsbeslut. Många frågor ligger också på mig som vd att besluta om. Det kan vara lite speciellt i en sådan här organisation, eftersom det är samma personer som dels är anställda, dels aktieägare.

– Vi brukar säga att vi har olika hattar att ta på oss. Det är viktigt att veta vilken funktion man har i den aktuella situationen, säger Inga Ericson. Men vi diskuterar inte frågorna i all evighet.

Det kostar att älta frågor för länge, så vi har blivit mer kostnadseffektiva med tiden.

**DEN ENDE ANSTÄLLDE** är Annika Sjöo Pettersson. Meningen är att anställda ska erbjudas att bli aktieägare på sikt.

– Jag är nyanställd, kom från ett jobb i kommunen i december, berättar hon. Jag kände ingen oro över att börja arbeta i den här organisationsformen. Jag håller med om att här är det mycket snabbare beslutsvägar och större möjlighet att göra sin röst hörd än i offentlig sektor.

Lönerna är i stort sett desamma som på andra liknande arbetsplatser, lönenivån ligger på medelnivå om man tittar

## ”Den stora skillnaden är att vi fått större inflytande som personal”

på privatanställda psykologers löner. Här finns dock samma lönediskussioner som på andra håll.

– Vi har haft som policy att inte ligga lägre lönemässigt än andra, säger Conny Jansson. Vi vet inte hur vår ekonomi ser ut om ett år eller två. Därför har vi delat ut en bonus när bokslutet så tillåter.

Vilka risker finns då med att bli ett eget bolag?

– Det finns alltid en risk vid offentlig upphandling att man inte får anbudet. Då måste vi rusta oss för att vara konkurrenskraftiga, säger Urban Pettersson. Men om man har en bra verksamhet har man goda chanser att kunna fortsätta.

Personalomsättningen har varit låg, enda skälet att personal har slutat har varit att de gått i pension.

– Många tror att man måste byta arbetsplats för att utvecklas, men eftersom man utvecklas här finns inte det behovet, säger Urban Pettersson. Det har visat sig att vi har lätt att rekrytera personal, det hör väl ihop med trivselen.

– Vi avsätter mycket pengar till kompetensutveckling, berättar Conny Jansson. Vi har kunnat låta en medarbetare genomgå en lång utbildning nyligen och en annan ska få utbilda sig till leg psykoterapeut. Vi håller oss à jour med alla utbildningar och konferenser som kan vara av intresse för oss. En konferensresa har gjorts till Kina då hela personalgruppen deltog.

De tycker att det är roligt att vara företagare och vill gärna rekommendera det till andra.

– Vi fick tag i 75 procent av energin som tidigare gått åt till att klaga på organisationen. Omformulera det till en kraft i stället och använd den mer konstruktivt! Det har vi gjort. Nu har vi ingen att klaga på, säger Urban Pettersson.

– Egentligen är det konstigt att inte fler knoppar av säger Inga Ericson. Det är få BUP-mottagningar i landet som har bytt driftsform. En grannmottagning i Mjölby har dock bildat ett bolag på liknande sätt och vi undersöker möjligheten till ett samarbete med dem.

**I PSYKOLOGUTBILDNINGEN** saknas moment om hur man bildar företag. Många psykologstudenter har dock uttryckt att de vill bli egna företagare efter utbildningen.

– Det saknas kunskap om detta, vilket kanske hindrar andra från att försöka, säger Inga Ericson.

Motala BUP vill därför hjälpa andra mottagningar som är intresserade av att övergå till annan verksamhetsform.

– Bakgrunden är att många säger att de är intresserade men inte vet hur man tar steget. Därför är vi beredda. Vi kan hjälpa till från tankevision till nyckelfärdigt företag, säger Conny Jansson.

Till hösten ska de medverka vid Psykologidagarna för att berätta om sina erfarenheter av att driva en privatiserad verksamhet. Men redan nu är alla som vill välkomna att mejla till dem för att ställa frågor.

CARIN WALDENSTRÖM

Läs mer på [www.motalabup.se](http://www.motalabup.se)  
E-post: [bup\\_motala@lio.se](mailto:bup_motala@lio.se)



Kaisa Hope har gått från en kommunal tjänst för att börja arbeta inom den privata sektorn. Samtidigt flyttade hon till Stockholm och jobbet på Kungsholmen där hon tar en paus vid Karlbergssjön.

## Storstaden lockade Kaisa

Det var arbetsuppgifterna och storstadens möjligheter som avgjorde när Kaisa Hope nyligen bytte Varberg mot Stockholm. Arbetet som skolpsykolog fick vika för arbetet med testutveckling.

Sedan bara någon månad sitter *Kaisa Hope* och tittar ut genom kontorsfönstret på Kungsholmen i Stockholm. Hennes nya arbetsgivare heter Harcourt Assessment och arbetar med utveckling och publicering av svenska och

norska versioner av internationellt använda psykologiska test.

– Jag såg annonsen i Psykologtidningen och bestämde mig för att söka, berättar Kaisa Hope med en svenska lätt färgad av hennes norska

ursprung.

– Jag är född i Oslo och bodde mina första tio år där.

**SEDAN BODDE HON** i knappt tio år i Värmland innan hon for till London för att studera. Hon är alltså utbildad i

en miljonstad, men gjorde sin PTP-tjänstgöring i småländska Tingsryd.

I fem år har hon hunnit arbeta som psykolog i förskola/skola, nu senast i Varberg.

– Jag tycker om att jobba i skolan. Det är ett varierande arbete där ingen dag är den andra lik.

**KAISAS INTRESSE** för test och testutveckling väcktes under utbildningen och förstärktes i jobbet som psykolog inom förskola och skola.

– Jag har använt mig av test som en del i arbetet som skolpsykolog, säger Kaisa Hope, som har flera testcertifikat utfärdade av det brittiska Psykologförbundet.

För sitt testintresses skull har hon nu lämnat skolan för Harcourt Assessment och arbetet som projektledare för företagets norska del.

Att gå från en kommunal tjänst till det privata området är en stor omställning, från småstad till huvudstad en annan.

**KAISA HOPE** konstaterar att flytten har sina för- och nackdelar. Till nackdelarna hör det högre tempot och avsaknaden av det familjära klimat som uppstår i en mindre stad. Trots det har Stockholm avgått med segern åtminstone för ögonblicket.

– Stockholm är inte så jättestor jämfört med London. Ändå är det här möjligheterna finns – jobben, affärerna, och utelivet.

Här fanns också ett lönelöft på några tusenlappar för Kaisa Hope att hämta hem.

– Men i Stockholm kostar det att bo. Så det jämnar nog ut sig, säger hon.

**HELENE LUMHOLDT**  
frilansjournalist

## Hemma igen

Martin flyttade från hemstaden Lund för att han behövde se något annat. Tolv år senare är han nästan hemma igen. I Helsingborg ska han just börja sitt nya jobb inom den psykiatriska öppenvården.



Martin Stenson höjde sin lön med tre tusen kronor i månaden då han bytte jobb.

Den andra juli börjar *Martin Stenson* sitt nya arbete som psykolog på en psykiatrisk öppenvårdsmottagning i Helsingborg. Efter en tolv år lång utflykt är han hemma i Skåne igen.

Martin Stenson som är född och uppvuxen i Lund tyckte han behövde lite luftombyte. Därför blev det psykologprogrammet i Gö-

teborg. Men när det var dags för PTP – tjänstgöring blev det Småland.

– Jag var på väg hemåt igen och tyckte att Värnamo var ett steg i rätt riktning.

På Värnamo lasarets vuxenpsykiatriska mot-

tagning blev han kvar i sex och ett halvt år. Där har han också hunnit vidareutbilda sig till psykoterapeut.

**FÖR NÅGRA ÅR SEDAN** träffade han sin blivande fru, också hon psykolog och skåning boende i Värnamo. Deras gemensamma plan blev att återvända. Och nu är det alltså dags. Som Martin uppfattat det kommer det nya arbetet i Helsingborg att innebära sedvanligt psykologarbete inom psykiatri, alltså psykoterapier och utredningar. På det planet kommer kanske inte förändringarna att bli så stora.

– Den stora skillnaden blir i boendet. Nu bor jag väldigt naturskönt i ett hus vid en sjö. Såsom jag bor här kan jag inte bo i Skåne, säger Martin Stenson.

Mest är det en kostnadsfråga.

– Den som ska bo vid vattnet i Helsingborg får betala åtminstone det tredubbla.

Kanske skulle det inte behöva hindra Martin. Flytten innebär ett rejält löneyft.

– Jag har höjt min lön med tre tusen kronor i månaden. Jag fick det som lönepolicyn säger att jag ska ha utifrån mina kvalifikationer, berättar han.

Under sin tid i Värnamo hann Martin Stenson också vara fackligt aktiv men det engagemanget får vila ett tag.

– Först vill jag insupa den nya kulturen och lära känna det nya arbetet. Sen är jag inte alls främmande inför ett nytt fackligt engagemang.

HELENE LUMHOLDT

## Älskar de omöjliga

Martina Holmbom har visserligen bytt arbetsgivare från landstinget till kommunen, men Örnsköldsvik har hon förblivit trogen. Sin entusiasm, sin energi och sin obotliga optimism har hon också behållit.

De där omöjliga människorna, de som är less, bittra, besvikna och arga, dem tycker *Martina Holmbom* i Örnsköldsvik, allra bäst om att jobba med. Inte undra på att hon blev uppdragad! För det var just vad hon blev. Efter fem år på landstingets habilitering där hon arbetat med barn och ungdomar



Martina Holmbom arbetar numera inom skolan. "Tiden var mogen för något nytt", säger hon.

med funktionshinder, har hon nu inträtt i skolans värld.

– Jag fick ett trevligt erbjudande och ett bra löneyft, berättar Martina Holmbom. Dessutom var tiden mogen för något nytt.

– Jag har förutom mitt vanliga arbete, varit så drivande,

ägnat så oerhört mycket kraft dels åt fackliga frågor både på lokal och central nivå, dels åt organisations- och utvecklingsfrågor inom habiliteringen.

Längtan efter att få koncentrera sig på arbetet som psykolog hade vuxit.

Innan Martina Holmbom kom till habiliteringen arbetade hon nästan åtta år i skolan.

– Jag har alltid trivts i skolan. Nackdelen var att vi psykologer var så osynliga i organisationen. Men det har ändrats under de senaste åren.

**NU HAR PSYKOLOGERNA** större mandat. Man blir medräknad på ett annat sätt. Helt klart finns det många som vill bolla sina frågor med oss psykologer, konstaterar Martina

Holmbom, som förutom sin faiblesse för omöjliga människor också brinner för neuropsykiatriska diagnoser och pedagogiska strategier.

– Det är mitt stora intresse, säger hon entusiastiskt.

En enda nackdel kan Martina Holmbom hitta med att byta arbetsplats.

– Det är så stor psykologbrist i Ö-vik och antalet vakanser är många.

På det nya jobbet låg sålunda högar med ärenden på skrivbordet och väntade när hon kom. Men det verkar ändå inte bekymra Martina Holmbom nämnvärt. Hon tycks mest sugen på att ta reda på vad högen innehåller

– Jag är fruktansvärt nyfiken av mig. Dessutom är jag en obotlig optimist, säger hon.

HELENE LUMHOLDT

# Ett steg i taget

Beteendeaktivering – BA är *inte* det samma som att säga åt någon som är deprimerad att ta sig i kragen, skärpa sig eller rycka upp sig. BA är en strukturerad terapi med enkla principer, där huvudpoängen är att aktivera sig i stället för att ge efter för den apati som är ett symptom på depressionen.

Sona Dimidijan och Christopher R Martell, båda amerikanska doktorer i psykologi, presenterade tankar, metoder och forskningsresultatet under rubriken ”Beteendeaktivering vid depression” vid ett föredrag och på en heldagsworkshops vid Beteendeterapeutiska föreningens årsmöte i Stockholm tidigt i våras.

I salen satt psykologer, de allra flesta med kognitiv inriktning och Sona Dimidijan och Christopher Martell riktade uppmaningen till dem:

– Glöm inte b-et i kbt!

Och berättade sedan att ett av skälen till att BA har utvecklats som en egen behandlingsform var forskningsresultat som visade att den största förändringen som deprimerade personer upplever i kognitiv terapi, inträffar under de första terapitimmarna.

– Och det är under de första terapitimmarna som aktiverande tekniker spelar en mer framträdande roll, förklarar Christopher Martell.

Deltagarna hade säkerligen lockats av det hoppfulla budskap som Christopher Martell och hans kollega Sona Dimidijan hade kommit för att förmedla.

Nämligen att BA i flera studier har visat sig lika bra och i vissa fall bättre och mer effektivt för patienter med medelsvår till svår depression, än såväl kognitiv terapi som mediciner. Även i de fall där BA och mediciner gett lika

Genom Beteendeaktivering – BA kan man häva depression utan att veta vad depressionen beror på. Beteendeanalys och små tydliga steg mot positiv förändring banar väg upp ur apatin och mörkret.

god effekt visade det sig att medan de som använt mediciner och sedan slutade, ofta återföll i depression, höll sig de positiva resultaten för personerna som fått BA. De fick inte några återfall.

**DE POSITIVA** resultaten ger behandlare och framför allt de deprimerade en förtröstan om en ljusare framtid, utan medicineringens bieffekter. Och kanske också utan dyrbar och tidskrävande terapeutisk hjälp.

För BA lanseras också som en självhjälpsmetod. I sin nyligen på svenska

## ”Det handlar om att agera och aktivera sig”

utgivna bok ”Ta makten över depressionen steg för steg” förklarar Christopher och kollegan *Michael E Addis* att beteendeaktivering är en fackterm som helt enkelt innebär att personen ska engagera sig i sitt eget liv.

Och det kan man göra på egen hand med hjälp av en självhjälpsmanual eller med hjälp av en terapeut, en guide eller en coach. BA ger utrymme för båda vägarna. Den utmanar också idén att medicin skulle vara nödvändig för att

häva en depression liksom idén om att man måste ändra sitt tänkande för att förändras och bryta depressionen.

Grundtanken är att bryta negativa trender, vända på de negativa spiralerna som gör att den deprimerade stannar hemma i sängen, med täcket över huvudet, ångestfyllt åltande över hur misslyckad hon eller han är och hur fel allt blivit. Allt medan det dåliga samvetet för allt som borde ha blivit gjort växer sig till täta törnroshäckar som hindrar både solens strålar och omvärlden från att tränga in.

**DET HANDLAR OM** att bryta depressionen genom att ta små, små strukturerade, konkreta och specifika steg mot en positiv förändring. Att agera och aktivera sig trots att man inte mår bra, trots att man känner sig ledsen och värdelös. Men för att förändra måste man veta, inte vad som orsakat depressionen, men hur man hanterat den så här långt. I BA ingår att noggrant lära känna sina beteendemönster, att göra checklistor över när man gör vad och hur det känns, att definiera fällor som undvikande- och eller flyktbeteenden, hitta alternativa beteenden. Och sedan börja sätta upp mål för sin förändring.

Ett krux är att den som är deprimerad ofta inte har några mål att sätta upp, känner att det saknar betydelse, inte bryr sig. Då får man låtsas. Le fast du

inte är glad. Tänk på vad du skulle ha för mål om du inte var deprimerad och arbeta med dem.

– En del upplever det som hyckleri, som att de låtsas vara något de inte är. Det är fullt förståeligt, men att agera så här innebär inte att man hycklar eller inte är sann mot sig själv utan att man strävar mot ett mål, förklarar Christopher Martell.

Känslorna kan man bortse ifrån och inte är det heller nödvändigt att känna till de komplexa orsakerna till en depression för att häva den. Att fördjupa sig i vem man är och varför är inte alltid till någon hjälp. Inte heller att slå fast att ens depression beror på en kemisk obalans. Nej, att uppgivet acceptera sitt öde är inget som ligger för beteendek- tiveringens förespråkare.

Visst kan man finna möjliga delförklaringar till depression såväl i genetiken som i uppväxtvillkoren, men Christopher Martell och Sona Dimidijan ser det från den ljusa sidan och konstaterar att det inte finns något i vår härkomst som entydigt bestämmer hur vi kommer att tänka, känna eller handla. Det finns en osäkerhetsfaktor inbyggd i livet och den innebär att vi har valmöjligheter.

”Det snabbaste sättet att övervinna det förflutna är att närma sig livet på ett annorlunda sätt i dag”, skriver Christopher Martell i sin bok.

BA-förespråkare är inga dogmatiker utan säger gärna ja också till andra behandlingsformer. De ser inte någon anledning att bara välja ett perspektiv. Kognitiva tekniker kan hjälpa och det finns vissa belägg för att insiktsorienterade korttidsterapier är en effektiv behandlingsform vid depressioner, konstaterar de. Att medicin också kan vara verksamt vid depression motsätter de sig inte heller, men påpekar att det inte finns något vetenskapligt stöd för idén att depressioner *måste* behandlas med läkemedel.

**TROTS DEN POSITIVA** framtoningen betonar Sona Dimidijan och Christopher Martell att de aldrig garanterar framgång. Det finns många fallgropar på vägen. Undvikande och flyktbeteenden, som att stanna hemma från festen för

att slippa visa upp sitt misslyckande inför omvärlden, kan kanske kännas bra på kort sikt, men riskerar samtidigt att förvärra depressionen och förhindra en långsiktig lösning av viktiga problem.

– Att tala om hur dåligt man mår eller att hela tiden fundera över varför, kan också fungera som ett flykt- eller undvikande beteende. Liksom ältandet, idisslandet av tankar som aldrig för framåt, utan bara förhindrar att man tar tag i saker, beskriver Sona Dimidijan.

Därför lägger BA mycket kraft på att utforma olika former av hjälp och stöd på vägen. Som offentliga åtaganden, att skriva kontrakt med andra eller sig själv om vad man ska göra. Det har visat sig vara effektivt. Liksom att upptäcka triggers och utarbeta alternativa system. Och se till att ta så små steg ut ur passiviteten så att riskerna för att misslyckas minimeras. Att noga analysera sina egna beteenden och flyktmönster är viktigt. De är ju alla högst individuella. Det gäller för alla som ger sig i kast med BA att inta en experimentell attityd. Vad händer när jag gör så och hur känner jag mig efter att ha gjort så?

– Och så räcker det inte att försöka en gång, konstaterar både Sona Dimidijan och Christopher Martell, som uppmanar alla som arbetar med att häva sin depression: Försök igen. Ge aldrig upp!

HELENE LUMHOLDT



## ”Psykologförbundet vill besätta vakanta psykiater-tjänster med psykologer”

– Psykologer kan ta över en del av det som psykiatrer i dag ägnar sig åt. Det säger Psykologförbundets ordförande Lars Ahlin i en intervju i Sjukhusläkaren 2/2007.

Tidskriften Sjukhusläkaren tar i ett temanummer om psykiatri upp frågan om bristen på psykiatrer. Ett förslag från Sveriges Psykologförbund sägs ha väckt heta diskussioner om psykiatrers och psykologers yrkesroller. Förslaget kommer ursprungligen från en debattartikel: ”Så kan bristen på psykiatrer avhjälpas” i Dagens Samhälle nr 8/2007. Där skriver Psykologförbundets ordförande *Lars Ahlin* och *Stefan Jern*, psykolog och docent vid Lunds universitet:

– Anställ psykologer på minst hälften av de vakanta psykiatrikertjänsterna!

– Ta in anspråk det växande utbudet av privatpraktiserande psykologer! Låt via upphandling landstingen sluta avtal med dessa i lämplig omfattning.

**LARS AHLIN TILLBAKAVISAR** i Sjukhusläkaren de som kritiserar förslaget:

– Vi är väldigt tydliga med att psykologer kan ta över en del av det som psykiatrer i dag ägnar sig åt, nämligen den typ av uppgifter som psykologer är utbildade och kompetenta att ta ansvar för. I de fall där det behövs psykiatrisk kompetens, till exempel vid farmakologiska och medicinska bedömningar och vid tvångsvård, ska den utövas av de psykiatrer som i dag finns tillgängliga i vården.

Lars Ahlin säger också i intervjun att landstinget bör ge dessa psykologer med lång erfarenhet, som tämligen omgående kan anställas på dessa tjänster, viss fortbildning.

# Anders Hallborg lämnar VD-stolen

– Det är inte så många utbildningsföretag som överlevt i 20 år även om det varit kärvt ibland, säger Anders Hallborg, som nu lämnat posten som VD för IHPU-Psykologutbildarna AB för att gå i pension.

Anders Hallborg har varit engagerad i Psykologförbundets verksamhet ända sedan studenttiden på 1960-talet, då han också deltog i sin första kongress. Senare var han kretsordförande i Södra kretsen och under 70-talet satt han i förbundets fasta utskott för utbildningsfrågor.

Det var i samband med att man började diskutera en specialistutbildning för psykologer – frågan manglades som bekant på en lång rad kongresser – som tanken på ett gemensamt utbildningsorgan för Psykologförbundet och Psykologiförlaget föddes.

På kongressen 1985 föreslog förbundsstyrelsen att man skulle inrätta en stiftelse med uppgift att svara för den kommande specialistutbildningen, för arrangemang av studiedagar och en eventuell återkommande Psykologstämman. Ytterligare en uppgift för det planerade institutet var utbildning i de testmetoder som Psykologiförlaget sålde. Arbetsnamnet var Institutet för högre psykologutbildning, IHPU.

Stiftelsetanken övergavs snart, de båda parterna bildade ett handelsbolag och i juli 1986 anställdes Anders Hallborg på halvtid för att leda verksamheten. Han var då lektor vid Institutionen för tillämpad psykologi i Lund och arbetade också halvtid på psykiatriska kliniken i Helsingborg.

**VID DET LAGET** hade också institutets namn tillförts ett viktigt i – ”högre psykologutbildning” ersattes med ”högre psykologutbildning”.

– Det innebar att vi kunde arrangera kurser inte bara för psykologer utan

också för andra närliggande yrkesgrupper med behov av vissa kunskaper i psykologi, säger Anders Hallborg.

Till en början handlade verksamheten mest om kortare kurser och seminarier, i första hand fortutbildning för yrkes-

verksamma psykologer. 1986 hölls också den första Psykologstämman på Foresta i Stockholm. Specialistordningen skulle däremot låta vänta på sig ytterligare sju, åtta år.

I början av 1990-talet såldes så Psykologiförlaget och IHPU omvandlades småningom till ett aktiebolag med förbundet som ägare.

IHPU hade nu hand om de obligatoriska kurserna i specialistutbildningen och av det övriga kursutbudet var en del accepterade inom specialistutbildningen. Bland övriga kurser hörde utbildningen kring nya test till de populäraste.

– Under de senaste åren har intresset för kurser i neuropsykologi varit stort, även om det nu mattats något, berättar Anders Hallborg. För tio år sedan var det kurser i diagnostik med psykodynamisk inriktning som drog.

**I SAMBAND MED** ombildningen till aktiebolag fördes långa diskussioner om behovet att vända sig till målgrupper utanför medlemskåren. Men namnet

var fortfarande en stöttesten när det gällde nya målgrupper.

– Vi funderade till och med på att ha ett delföretag med ett annat namn som skulle erbjuda kurser i psykologi till andra yrkesgrupper. Frågan löstes delvis genom den nya grafiska profilen med nytt namn ”IHPU-Psykologutbildarna AB” och där likheten mellan vår nya logotype och förbundets markerade vår tillhörighet, samtidigt som vi kunde vända oss utåt.

Intressanta målgrupper är bland andra psykologilärare och socionomer, men även anställda inom primärvården, i socialtjänsten och försäkringskassan.

– Men konkurrensen i utbildningsbranschen är hård, konstaterar Anders Hallborg. Vi hade ett skede i slutet av 90-talet då vi stampade på stället när det gällde antalet kursdeltagare.

**I EN UTREDNING** som var klar 2001 löd slutsatsen ”satsa rejält eller lägg ned”. Och förbundet beslöt sig för att satsa.

– Samtidigt gick luften ur marknaden med stora nedskärningar och nedskurna utbildningsanslag inom den offentliga sektorn, suckar Anders Hallborg. I dag har vi tagit igen förlusterna och även gjort inbrytningar bland nya yrkesgrupper, men inte i den omfattning vi skulle önska.

Omkring 2 500 kursdagar per år har det blivit och numera utbildar man 600-700 personer årligen, Psykologidagarna oräknade.

Anders Hallborg ser ljusst på IHPUs framtid:

– Vi är i dag väletablerade inom medlemskåren, den nya specialistordningen kommer sannolikt att utöka den delen av verksamheten och med ett modernare ansikte utåt hoppas vi kunna expandera.

Och helt tar Anders Hallborg inte sin hand från IHPU, han fortsätter att jobba deltid vid sidan av nye VD:n *Bengt Brattgård* och assistenten *Berit Emilsson*.

FOTO: TOMAS SÖDERGREN



Anders Hallborg ser hoppfullt på IHPUs framtid.



Kwakiutl mask, British Columbia

## MCT – vad är det?

MTC är ett test med stort användningsområde, skriver professor emeritus Gudmund Smith i denna genomgång: –I och med att MCT berättar om såväl starka som svaga sidor i anpassningen till en besvärlig och hotfull situation kan resultaten underlätta planeringen av lämpliga terapeutiska insatser.

**M**CT är en akronym för Meta-Contrast Technique. Metakontrast kallas också baklänges maskering. Om två visuella stimuli, A och B, presenteras i tät följd händer det att man bara ser B. A har alltså maskerats av B. Men A-processen kan fortfarande påverka betraktaren, vilket framgår av följande.

### Förhistoria

Författaren till dessa rader vistades vid Harvard University under de år då man

började inse att varseblivning inte var en från personligheten strängt åtskild verksamhet utan ofta i hög grad präglad av individuella särdrag. Detta betydde att man skulle kunna beskriva personligheten utifrån individens perceptuella stil. Det kom i ropet att med hjälp av varseblivningsexperiment bland annat undersöka graden av tolerans för dubbeltydighet. Denna tolerans respektive intolerans ansågs utgöra ett av personlighetens nyckeldrag.

Vid Harvard hade en tekniker med

namnet *Gerbrandt* konstruerat ett så kallat dubbeltakistoskop där man kunde exponera två bilder i snabb följd. Här fanns alltså ett instrument som möjliggjorde presentation av motsägande temata tidsmässigt sida vid sida. Vi började bums teckna lämpliga bilder, till exempel ett ansikte med glad mun och ett annat med sur eller ledsen mun.

Men vi gäckades av baklängesmaskeringen. När ett surt ansikte visades efter ett glatt rapporterade deltagarna oftast bara det sura. Men närmare utfrågning

avslöjade någonting mer, någonting som avgjorde inriktningen på min egen forskning. En del personer rapporterade inte bara det sura ansiktet utan tyckte sig också skönja tilläggsqualiteter, till exempel en road glimt i ögonen (vilka var exakt likadant tecknade i båda bilderna). Vi hade (åter)upptäckt effekten av subliminal stimulering och fått ritningen till ett nytt perceptgenetiskt personlighetstest.

Det fortsatta experimenterandet, först vid Harvard, senare vid New York University, gällde effekterna av subliminal stimulering, bland annat hur orden HAPPY och ANGRY kunde påverka intrycket av ett i omedelbar följd presenterat neutralt ansikte. Experimentet blev lyckosamt. Men det var på hemmaplan vi utvecklade MCT.

### Testkonstruktion

Grundritningen till ett test var snart klar. Vi ville arbeta med flera stimuluspar. Beträktaren skulle först lära känna ett ramstimulus (B i paret), exponerat så länge att intrycket förblev någorlunda stabilt. Detta B-stimulus förväntades släcka ut ett föregående A-stimulus. Med ledning av preliminära försök valde vi A-bilder som på ett eller annat sätt kunde störa eller hota ramtemat. Grundfrågan blev alltså hur ett sådant störande eller hotande tema kom att växa fram inom en på förhand skapad bild av verkligheten, om det accepterades rakt av eller på olika sätt förnekades eller förvanskades, och hur B eventuellt påverkades, kanske redan på ett subliminalt stadium. Medan B låstes på en stabil nivå introducerades A stegvis, med början under tröskeln för upptäckt. Slutpunkten för försöket var i bästa fall korrekt beskrivning av såväl A som B.

Valet av temata blev tidskrävande. Men redan från början ville vi skapa två bildpar av lite olika typ. I det första paret skulle A på något vis vara inkompatibelt med B, i det andra paret utgöra ett hot mot en i B avbildad person. Många bildvarianter prövades och förkastades, särskilt när det gällde att finna ett effektivt hot. Människostora råttor (som i en illustrerad Gullivers resor), kobror i anfallsposition eller krokodiler

med öppet gap fungerade inte. Vi lärde oss snart att människan är sin egen värsta fiende och att ett hotfullt ansikte var det mest effektiva. Men vi lärde oss också att prominenta ögon var envist resistenta mot utsläckning. Vad vi än valde som B-tema, till exempel täta buskage, upptäckte flertalet betraktare nästan från början att ett par obehagliga ögon tittade fram genom grenverket. Detta gjorde oss också uppmärksamma på andra problem med bildkonstruktionen. Antalet objekt måste till exempel begränsas till tre och inga strukturer tillåtas dominera de andra och därmed snedvrida slutrapporteringen.

### Validering

Redan tidigt lärde mig psykiaterkollegan *Eberhard Nyman* att sky diagnostiska etiketter i valideringsarbetet och i stället satsa på symtombilder förmedlade av kompetenta observatörer. Vi började med patienter på mentalsjukhus. Individer med paranoidea symtom levererade särskilt blommande protokoll. Även när vi visade människotomma rum eller gator i de första bildparen befolkade de utrymmena med "släktingar på födelse-dagskalas", "bilar fyllda med passagerare" eller dylikt. De faror som lurar i paranoikerns värld är kopplade till människor, inte till operonliga krafter.

Men även protokoll från personer med andra typer av grava störningar kunde bjuda på drastiska inslag. Den kontinuerliga framväxten av ett stabilt tema bröts kanske tvärt av rapporter om meningslöst kaos. I vissa fall när betraktaren trots allt lyckades förvandla det hotfulla till en neutral vägg brast kanske det täckande skyddet och mörker skymtade i sprickorna.

Arbetet med MCT började innan Defence Mechanism Test (DMT) introducerades vid testningen av aspiranter till flygvapnet. Men det fanns gemensamma intressen kring försvarsmekanismer och möjligheterna att bedriva perceptgenetisk forskning på området. MCT lånade dessutom delar av sitt bildmaterial, dels från TAT, dels från en tidig version av DMT. Men vi övergav efterhand den exklusiva fokuseringen på försvarsmekanismer och lade stor

vikt vid en formell beskrivning av genesen inom sådana dikotomier som långsam/snabb, jämn/ryckig, rik/fattig på tolkningar etc.

Tidiga försök till terapiforskning skapade dessutom behov av parallella stimulusvarianter. Det blev ett mödosamt och ofta tradigt utvecklingsarbete. Under denna period drabbades vi av påstridiga journalister som krävde att vi självklart skulle offentliggöra vårt bildmaterial – och sedan skapa nytt. Vår vägran att lämna ut bilderna till allmän beskådan har ytterligare förstärkts i nusetituationen då forntidens diapositiv ersatts av (relativt kostsamma) datorprogram.

I den senaste manualens bibliografi (*Smith, Johnson, Almgren, & Johanson, 2002*) listas omkring 50 arbeten som bidragit till valideringen av MCT. Bland testade grupper märks patienter på psykiatriska kliniker, inklusive barn- och ungdomsavdelningar, neuroser såväl som psykoser; patienter med så kallade psykosomatiska störningar, bland andra anorektiker och bulimiker, samt patienter med tarmsjukdomarna Morbus Crohn och Ulcerös colit. Två långtidsprojekt har inkluderat dels patienter med hjärntumör, före och efter operation, dels kvinnor med olika typer av bröstcancer. Andra studier har inriktats på betydelsen av åldersförändringar, inklusive olika sorters demens. Grupper med flygrädsla och spindelfobi ingår också i materialet. Även undersökningar av sambandet mellan kreativitet och defensiv strategi i MCT, med koppling till kortikal hemisfäritet, hör hemma i den växande materialsamlingen. Slutligen bör nämnas en pågående seminarieverksamhet med färska protokoll från klinisk verksamhet.

### Några typiska tecken i MCT-protokollen

Ångest utgör ett självklart baskaraktistikum i flertalet mentala störningar. Öppen ångest motsvaras av rapporter om (ökad) svärta, i serien med hotfullt A. Men ångesten kan också ta sig starkare uttryck, till exempel när hela ramperceptet faller sönder, i kaos eller tomhet. Enligt psykodynamisk

teori ska försvaret skydda betraktaren från ångestupplevelsen genom att på olika sätt förvanska eller täcka över det framväxande hotet. Men det händer att försvarsstrategin visar sig vara otillräcklig och byts till en mera effektiv variant, kanske till och med en primitiv form av beteendeförsvaret – testpersonen förnekar världen genom att blunda. Tecken på lätt ångest ingår i normalbilderna. Ett protokoll helt fritt från ångestmarkeringar kan signalera känslökyla.

Försvaret kan vara adaptivt, det vill säga kortfristigt, avsett att skapa ett andrum före konfrontationen. Sådana försvar utmärker ofta personer som förr kallades hysteroida, eller subsolida för att använda *Sjöbrings* (1958) klassiska typologi. När en defensiv strategi dominerar perceptgenesen, särskilt om det gäller de sena faserna, rör det sig vanligen om en allvarlig mental störning. Den försöksperson som i den ena rapporten efter den andra täcker över det fönster i B, där ett hotande ansikte blir alltmer påträngande, särskilt om täckelsen är en skinande vit yta, är vanligen en utvecklad tvångsneurotiker. Och den som envisas med att se sin psykiater i stället för hotet kan utan risk för feldiagnos kallas paranoiker.

Geneserna hos deprimerade människor kännetecknas gärna av ett hämmande stillestånd där betraktaren inte orkar komma vidare. En rapport om någonting nytt i bildfältet upprepas gång på gång utan att det nya får mening. Detta kan man kanske också tolka som försvar, det vill säga fördröjning in absurdum av insikten om bildens hotande karaktär. Så som visningen är arrangerad, med hot före rambild, kan många klara sig undan en obehaglig konfrontation när de upptäcker att A och B inte hör ihop.

Pågående utvecklingsarbete kan exemplifieras med en färsk undersökning, ännu opublicerad (med A Johanson som seniorförfattare). Försökspersonerna led av en närmast invalidiserande fobi mot spindlar. MCT-protokollen var genomgående ordfattiga. Men testaren noterade osedvanligt långa latenser innan testpersonen svarade, särskilt när A borde vara på väg att penetrera B.

Denna tvekan att svara var särskilt uttalad hos dem som skorade högt på state anxiety. Men det fanns undantag: Individer med tecken på sensitivitet, det vill säga subliminal påverkan på B-perceptet från A-perceptet. Om man sålunda via subliminala kanaler blev underrättad om vad som komma skulle, behövde man inte i panik tappa förmågan att rapportera.

#### Testets framtid

MCT lanserades under en period då motståndet mot diagnostisk testning, eller objektivering av individen, började bli kärt. Till detta kom ett kvardröjande motstånd hos många konservativa akademiker mot föreställningen om omedveten perception, för att inte tala om aversionen, främst bland svenska psykiatriker, mot allting med smak av psykoanalys. Användningen av MCT

**“Vi lärde oss snart att människan är sin egen värsta fiende och att ett hotfullt ansikte var det mest effektiva”**

fordrade visserligen inte nödvändigt en psykoanalytisk orientering, men likafullt omfattande träning i dynamiskt tänkande, helst under ledning av en i metod och teori väl förfaren lärare. Ad-dera till detta många psykologers tvekan inför all testning som fordrade tekniska hjälpmedel, i varje fall hjälpmedel med en komplikationsgrad högre än en test-blankett med förtryckta svarsrutur.

Tekniken var komplicerad i början, det medges. För visning av bilderna behövdes två projektorer och för projektorljuset specialgjorda lampor med kort tändnings- och släckningstid (och en benägenhet att krackelera om någon mindre tekniskt begåvad fick för sig att koppla dem direkt till nätet). När produktionen av lampor upphörde tvingades vi välja ett datoriserat alternativ (konstruerat av *Rolf Öhman*) som möjliggjordes när snabba TV-skärmar kom

på marknaden. Ivriga teknikers förslag till ytterligare automatisering avvisades emellertid. Försöksledarens möjlighet till observation av testpersonen tillförde så mycket värdefull information att protokollering för hand ansågs vara värt besväret många gånger om.

Testets användbarhet har omvittnats av många psykologer, främst kliniker inom ett flertal discipliner. I och med att MCT berättar om såväl starka som svaga sidor i anpassningen till en besvärlig och hotfull situation, kan resultaten underlätta planeringen av lämpliga terapeutiska insatser. Testet har till exempel visat sig kunna avslöja suicidrisk och har varit behjälpligt med att hålla isär depression och demens. Den bild av tp:s adaptiva stil som framträder i ett MCT protokoll bör kanske inte, lika lite som andra testdata, diktera slutdiagnos och prognos, men kan likafullt utnyttjas som en stark hypotes i det kliniska arbetet.

Ett protokoll ur arkivet får illustrera vad MCT kan avslöja om testpersonen, den här gången en yngling på 14 år. Det finns många tecken på ångest, redan i början av serierna. Ett försök av besvärja den hotande svärtan genom fokusering på ljusintyck omintetgörs när svärta börjar sippra in i bilden. I hotserien upptäcker tp närvaron av A (hotet) redan vid första exponeringen men förvandlar detta tidiga intryck till ett duplikat av pojken i B (ett typiskt barnsligt knep att göra A ofarligt). Men fortsättningen fram mot korrekt igenkänning hindras av en massiv regressiv reaktion - tp blundar när bilden av B framträder på skärmen, över en sträcka av 16 faser. När tp sedan inte längre kan decelerera perceptgenesen tillgriper han en annan defensiv strategi och gör hotbilden gammal, det vill säga sjuk och harmlös.

Huvudsymtomet hos O är vägran att gå till skolan. När tiden är inne att lämna hemmet klänger han sig gråtande på modern, den enda ansvariga föräldern. De mycket tidiga tecknen på ångest (panik) och sårbarhet, kopplade till en oproportionerligt utdragen sektion av infantila försök till avvärjning av verklighetskontakten, ger starka skäl till

antagandet att det inte gäller ytlig skolfobi. I protokollet speglas en ångest (panik) som tp saknar mogna verktyg att bemästra. Risken för totalhaveri är överhängande.

**Sammanfattning av design**

Nuvarande MCT består av två stimuluspar med parallellversioner. I den första serien är A inkompatibel med B; i den andra serien utgör A ett hot mot den unga personen i B.

Stimulusbilderna visas enligt schemat i Fig. 1. Först får tp skapa sin uppfattningen av bild B i en perceptgenetisk serie. Efter en korrekt beskrivning av B reduceras exponeringstiden till ett värde som bör tillåta fortsatt korrekt rapportering. Därefter smygs A-bilden in omedelbart före B, med början på korta tider. Exponeringstiden förlängs sedan successivt. Försöket avslutas efter korrekt rapport av såväl A som B. Fig. 1

Serie 1 har visat sig vara användbar för skoring av sensitivitet, det vill säga känslighet för subliminal påverkan på uppfattningen av B från A-processen. Störningar av paranoid natur brukar också framträda i denna serie. Men serien tjänar inte minst som kontrollinstans när det gäller

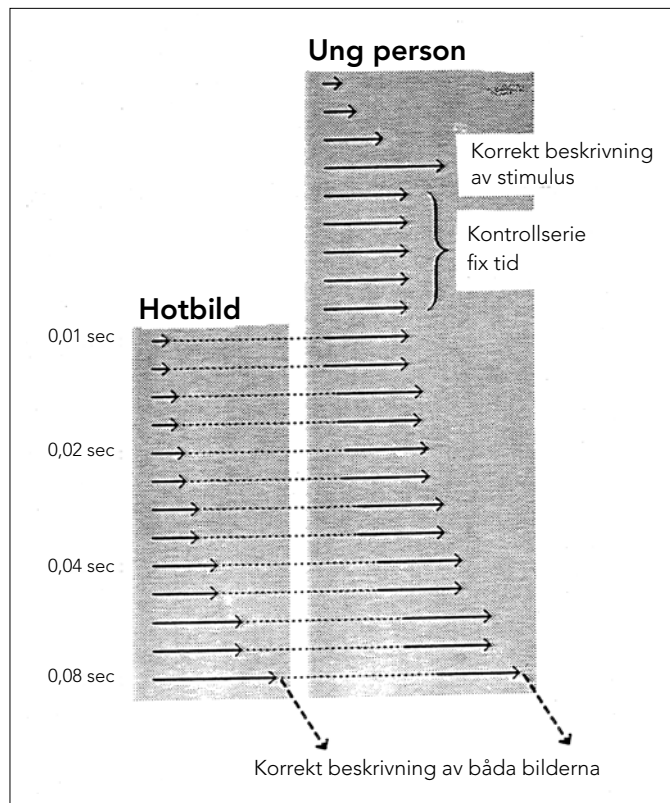


Fig. 1 Metakontrasttekniken (MCT) schematiserad

grundläggande perceptuella reaktioner, till exempel visuella tröskelvärden.

Serie 2 var från början avsedd att kartlägga neurotiska och psykotiska avvikelser. Försvarsstrategier var här av fundamental betydelse men också möjligheter till mera generell beskrivning av perceptgenesen. Det finns en viss oömhjet i serien som hin-

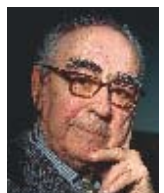
drar övertolkning av i stort sett normala protokoll.

Grunddesignet kan användas till annat än MCT. Ett exempel är Identitetstestet (ID) i dess olika versioner. I en av dessa avbildas i B en aggressor och aggressorns offer, olikheterna dem emellan tydligt avläsbara i gestiken. A kan vara ordet JAG som i ett balanserat schema pro-

duceras på än den ena än den andra figuren. Testpersonens rapporter speglar acceptans av eller motstånd mot den påtvingade identifikationen. Supraliminal presentation av A har föga eller ingen effekt; bilden och JAG låter sig då enkelt separeras från varandra. Testet har med framgång använts i studier av kreativitet och aggression och av olika slags psykosomatiskt präglade sjukdomar.

Samtidigt med framtagandet av nya testtyper med MCT-design fortsätter valideringen. Med ett manualsupplement i sikte och en helt ny manual planerad.

**GUDMUND SMITH**  
Professor emeritus  
Lund



Referenser  
Sjöbring, H. (1958). *Struktur och utveckling*. Lund: Gleerup.  
Smith, G.J.W, Johnson, G., Almgren, P.E., & Johanson, A. (2002). *MCT – the Meta-Contrast Technique. Manual*. Lund: Department of Psychology, Lund university.

ANNONS



**Skräddarsytt dataprogram för Dig!**  
**Win Eazy** är marknadens **modernaste, mest lättinstallerade, lättlärd, lättanvända, lättanpassade och kompletta dataprogram.**  
**GRATIS demo NU. Mer än 2.000 användare sedan 1985.**

info@rixdata.se • www.rixdata.se • tfn: 054-56 66 61 • fax: 054-56 91 95

# Den komplexa människan

◆ Vad är en människa? Svaret på den frågan finns i *Alf Nilssons bok*; Om Homo psychicus uppkomst. En biopsykologisk fantasi. Det är en anspråksfull uppgift författaren har tagit sig an och han är ingalunda den första. Storheter som *Aristoteles*, *Platon*, *Spinoza*, *Kant*, *Darwin* med flera har försökt sig på uppgiften tidigare. Men jag är böjd att tro att Alf Nilsson har lyckats bäst, åtminstone vad gäller med att vända sig till psykologer och psykologiskt intresserade läsare med denna fråga.

Det första som slår mig när jag läst hela boken är att läsaren får något så värdefullt som en helhetsbild, ett makroperspektiv över varifrån psykologin kommer, var den står i dag och vart den är på väg. I vår tid är även psykologin så nischad, för att använda ett populärt uttryck, författarens ansats i psykologins olika systemnivåer, parallellt med interaktion och dynamik dem emellan, i högsta grad känns som en fruktbar och spännande läsning.

Författaren har vetenskapliga ambitioner och teoretiska anspråk med boken och språket är dess redskap, ett av de sex mentala system som ska svara på frågan; Vem är Homo psychicus och hur uppstod hon? Språket har en speciell status i dessa system - "det har gränssnittsnivåer till de andra sex systemen", klargör författaren. Till sin hjälp tar författaren *Freud*, *Piaget*, *Stern*, *Tomkins* med flera och inom neurobiologin bland andra *Damasio* och *LeDoux*.

Författaren urskiljer alltså sex hierarkiskt organiserade systemnivåer: Drifterna eller behoven, affekterna, hand-



## HOMO PSYCHICUS UPPKOMST

En biopsykologisk fantasi.  
Av Alf Nilsson  
A L N Förlag (2005)

lingen eller sensomotoriken, varseblivningen, kognitionen och språket. De två första systemen kallar författaren för motivationssystem och de fyra övriga för instrumentella system. Det mänskliga evolutionsperspektivet är övergripande och öppnar därmed för en "psykologisk fantasi". Ett kapitel ägnas åt personlighetsforskningen inom psykologin och till sist ett kapitel där författaren knyter samman motivationssystemet med det instrumentella i en slags fusion. Därmed kan författaren "fantisera" på ett spännande och fruktbart sätt om subjektivationsprocessen hos Homo psychicus.

Det skojiga med boken är att den kan läsas utifrån olika utgångspunkter. En är, som boktiteln anger, ett evolutionsperspektiv. Författaren botaniserar i de första livsformerna och följer det naturliga urvalet som princip för utvecklingen. Boken går vidare att läsa som en kunskapsbok om den vetenskapliga verksamhet som vi är arvtagare till. Härmed står

det klart att läsaren får ta del av en faktsäckad bok. Med noggrannhet i citat från olika forskare redovisar författaren hur han kommer fram till nya kunskapspositioner, via ett "top-down" strategiskt resonemang, från de högsta nivåerna av psykologisk organisation, ner till mer detaljerade mindre system, tills man når element som är kända inom biologin. Det känns som om författaren är ute efter att få presentera det "nyaste" inom psykologin eller rättare sagt psykobiologin, nämligen affektpsykologin, inklusive en inblick i affektiv neurovetenskap.

Människans hantering av den "inre världen" torde vara en konsekvens av hennes evolutionära adaptation till den yttre världen", säger Nilsson. Beviset för det ligger i att det föreligger en systematisk eftersläpning i den instrumentella förmågan att hantera människans inre värld i förhållande till den yttre. Med andra ord, vi har alltid en viss svårighet med att förstå oss själva!

Driftsimpulsen antar olika kvaliteter under vår utveckling. Vid exempelvis genital driftsorganisation hos det lilla barnet antar impulsen kvaliteten önskan, önskan efter det specifika objektet av motsatt kön. Vi har fått en överspilling till det instrumentella systemet, det vill säga en föreställningskvalitet hos det lilla barnet.

Författaren föreslår att man skiljer mellan drift och behov. I det första betonas de inre behoven av syre, vätska, föda för en direkt överlevnad. I det senare betonas indirekt överlevnad, objektbehovet. I ett evolutionistiskt perspektiv måste människobarnet likt andra däggdjur omedelbart

präglas av den vuxne för att inte utveckla deprivation. Behovet av anknytning utgör en lång tidsperiod hos människan, ja hela livet!?

### Biologiskt givna affekter

Människans affekter är biologiskt givna, universella till sin karaktär och obundna till tid och rum. Affekterna är kroppens egen handlingskraft och således viktiga både evolutionärt, som affekten fruktan/skräck styrde primaternas handlande, och som känslan är förmågan att känna igen viktiga beståndsdelar i en komplex situation. Här belyser författaren bokens centrala budskap: Kognitionen måste, om den ska informeras på rätt sätt, ta till sig det arbete som affekterna utför. Detta avspeglas i hjärnan där ett amygdalt-affektivt och omedvetet beslut tas före det mera långväga beslutet, via cortex, kognitivt medvetna.

I den affektiva kommunikationen är blickkontakten det mest centrala. Själva urscenen för blickkontakt och affektiv kommunikation är spädbarnets anknytning till modern, det har anknytningsforskare visat.

Genom handlings- eller reflex-sensomotoriska systemet tar det lilla barnet instrumentella kliv, med en hjärna som endast utgör tjugo procent av den vuxnes. De olika sinnesmodaliteterna utvecklas till integrering av information samt skapar representationer, ett minne av situationen blir till. Till det kommer ett språk, affektspråket, för att kunna förmedla sig med omvärlden. Även i vuxenlivet jobbar vi med koordinationen av sinnesmodaliteterna klargör författaren; musicerande, sportutövande, dansinläring med mera.

Om varseblivningen gäller

## Håll nätverket för gymnasiepsykologer aktuellt!

Syftet med att kartlägga en elevs inlärningsituation är att eleven själv och lärarna ska få större insikt i hur den eleven lär sig på bästa sätt, skriver Ulla Holmquist, som hoppas på kontakt med fler psykologer som arbetar i gymnasieskolan.

**K**ul att ni uppmärksam-  
made bristen på psy-  
kologer i gymnasieskolan  
(Psykologtidningen 3/07).  
Jag är med i det nätverk som  
nämndes i artikeln och vi  
hade ett regionalt möte här i  
Göteborg i början av termi-  
nen. Jag tror att ett regionalt  
möte också förekommit i  
Skåne.

Själv jobbar jag sedan 2003  
halvtid på Nösna gymnasiet  
i Stenungsund, en skola med  
1400 elever. När jag anställ-  
des, anställde man också  
skolans första specialpeda-  
gog och vårt uppdrag är att  
utreda elevers inlärnings-  
situationer och arbeta med att

utveckla skolans stödverk-  
samhet. Många elever har  
naturligtvis utredningar med  
sig från grundskolan och i  
de fallen försöker vi använda  
den information som finns.

Syftet med att kartlägga en  
elevs inlärningsituation är  
att eleven själv samt peda-  
gogerna ska få större insikt  
i hur den eleven lär sig på  
bästa sätt.

**ATT ARBETA** på gymnasiet skil-  
jer sig från grundskolan på  
några olika sätt. Ungdo-  
marna går där ”frivilligt”,  
de ber till exempel själva om  
att få en utredning. Har jag  
dyslexi? eller har jag DAMP/

ADHD är frågor jag får.

Det kan också vara så att  
specialpedagogen träffat  
eleven först och sett genom  
sina metoder att eleven har  
kognitiva svårigheter av olika  
slag och föreslår att eleven  
också träffar mig. Mitt mål är  
att stärka elevens förståelse  
för sig själv, och få honom/  
henne att förstå varför det  
kör ihop sig med skolarbetet,  
vad de kan göra och däri-  
genom få ett bättre självför-  
troende.

Det är helt klart så att  
ungdomar, som upplevt  
upprepade misslyckanden i  
skolan, mår sämre psykiskt  
av det och har dålig tilltro till  
sin egen förmåga att lyckas i  
livet och hantera sin vardag.

**I MITT UPPDRAG** ingår inte att  
ge psykologisk behandling  
för primärt emotionella  
problem, då går de till skol-  
sköterska, kurator eller BUP.  
Det har tagit lång tid för  
lärarna (och eleverna) att för-  
stå min funktion på skolan,  
men nu kan jag bli inbjuden  
av en lärare att komma och  
samtala med eleverna om

inläring, olika diagnoser och  
så vidare. Stor hjälp har jag då  
av ett utvecklingshjul som jag  
gjort utifrån dr *Melvin Levine*  
och *All Kinds of Minds* teori  
och material. Deras material  
är mer riktat till pedagoger,  
men passar bra för mitt upp-  
drag.

Den som är intresserad av  
de här frågorna och mate-  
rialet får gärna höra av sig  
till mig direkt. För några år  
sedan skrev jag en artikel i  
Psykologtidningen (7-8/02)  
om en konferens jag varit på  
i USA som anordnats av *All  
Kinds of Minds*.

Jag hoppas fler gymnasie-  
psykologer nappar på er ar-  
tikel och skriver och berättar  
om sitt arbete! Vi vill gärna  
hålla gymnasiepsykolognät-  
verket aktuellt och levande  
och det skulle också vara  
roligt att få kontakt med psy-  
kologer även på andra stadier,  
som använder Levinematerial.

ULLA HOLMQUIST  
Psykolog

ulla.holmquist@stenungsund.se

▶ att igenkänningsföreställningar  
alltid är länkade till triggandet  
av evokativa föreställningar.  
För åtta-artonmånadersbarnet  
gäller närvaro i synfältet för  
att trigga igenkänningsföre-  
ställningen. Affekterna har  
ingen referens till en början  
och barnet kan inte känna vad  
som är av ondo eller godo i  
omvärlden. Som vuxna erfar  
vi, icke minst om oss själva,  
ackumuleringen av nya erfa-  
renheter, till exempel för den  
som går i psykoterapi och erfar  
sin egen emotionella process.  
I ett evolutionärt perspektiv på  
varseblivningen, är människan  
en flockvarelse som varit (och

är än i dag) tvungen att kunna  
urskilja medlemmar ur sin egen  
grupp, ifrån den främmande  
flocken.

Alla delar av hjärnan står i  
förbindelse med varandra. En  
slutsats av detta är att innebör-  
den av en kognitiv iakttagelse  
kan få större genomslagskraft  
än en annan. Varför? Jo, den  
affektiva avfyringströskeln var  
för just den iakttagelsen störst.  
Kognitionen som system ut-  
vecklades evolutionärt när livet  
krävde födoanskaffningsteknik.  
Det räckte inte längre med en  
förprogrammerad instinktuell  
styrning. Hjärnvolymen ökade,  
främst neocortex.

Till sist en affektiv förklaring  
till varför vi människor kan  
mobilisera intresse för något  
som vi i själva verket är helt  
ointresserade av. Författaren  
talar om pseudoaffekt! Hur  
den uppstår i oss alla, berättar  
Alf Nilsson på sid 292.

### Bör översättas

Den här boken är unik i sitt  
slag. Det är få författare/fors-  
kare som lägger ner så mycket  
arbete på sin vetenskap i den  
viktiga uppgiften att konsoli-  
dera var den står i dag. Detta  
gäller inte bara i Sverige.  
Boken måste helt enkelt bli  
översatt för att nå en större

läsekrets. Boken har en självklar  
plats på psykologutbildningen.  
Några svagheter? Boken kräver  
mycket av sin läsare, lite fler  
exempel hade inte skadat.

Vad är då en människa? Alf  
Nilsson flätar ihop trådarna från  
människans alla system och får  
fram en komplex biopsykolo-  
gisk varelse. Denna varelses liv  
startar med det nödvändiga  
skyddsnätet; affekter och ob-  
jektrelationer. Därefter tar hon  
sig fram via puberteten i den  
reflekterande abstraheringens  
kognitiva banor.

STAFFAN STÅHLFORS  
Psykolog

## Mindre förändringar än väntat

Vad har de förändrade a-kassereglerna betytt för medlemsantalet i förbundet? Regeringsskiftet i höstas innebar bland annat beslut om förändrade a-kasseregler i december. Det var svårt att förutspå hur detta skulle påverka medlemsantalet. De flesta fackförbund räknade med att fler medlemmar än brukligt skulle lämna sitt förbund.

Nu kan vi i Psykologförbundet preliminärt se hur inträdes- och utträdesströmmarna varit. Under några månader strax före och runt årsskiftet har vi kunnat se att ett ökat antal medlemmar lämnat förbundet. De senaste månaderna har antalet utträden återgått till normal omfattning. Jämfört med ett normalt år har cirka 130 medlemmar fler än vanligt lämnat förbundet under månaderna runt årsskiftet.

Samtidigt har ändå antalet medlemmar varit i stort sett oförändrat, då vi under dessa månader också haft ett större inflöde av medlemmar till förbundet jämfört med samma period tidigare år.

## Fackliga utbildningar för förtroendevalda

Nu kan du som är facklig förtroendevald anmäla dig till förbundets fackliga utbildningar hösten 2007. Som en nyhet introducerar vi en webbaserad facklig grundutbildning, som du kan genomföra vid din dator. Denna utbildning ersätter tidigare fackliga grundutbild-

ningar. För att genomföra utbildningen behöver du ett personligt lösenord.

En facklig fortsättningskurs för kommunal sektor (kommuner och landsting) kommer att hållas i Stockholm den 6 - 8 november 2007. Kursen vänder sig till dig som aktivt arbetar med förhandlingar och har grundläggande erfarenhet. För att med kompetent stöd kunna utvärdera den webbaserade grundutbildningen är det ett krav att alla som antas till fortsättningskursen har genomfört den webbaserade utbildningen. Antalet platser till fortsättningskursen är begränsat.

Facklig kurs för förtroendevalda inom statlig sektor hålls i Stockholm den 27-29 november 2007.

Kontakta *Linda Solberg* för information och anmälan: [linda.solberg@psykologforbundet.se](mailto:linda.solberg@psykologforbundet.se)  
tel: 08-567 06 477.

## Psykologförbundet i Almedalen

Här finns Psykologförbundet under politikerveckan i Almedalen i Visby i sommar.

10 juli kl 13.15 – 14.45

Kårhuset Rindi

En friskare primärvård – debatt om hur vi bäst möter patienternas behov.

Exempel från Vårdval Halland och Saco Vård.

Medverkande:

*Dan Skantz* (s), Landstingsråd Halland

*Henrik Hammar* (m) Regionråd Skåne

*Kenneth Johansson* (c), ord-

förande i Socialutskottet i Riksdagen

*Örjan Salling*, förbundsdirigör Sveriges Psykologförbund  
*Anna Hertting*, ordförande Sjukgymnastförbundet  
*Benny Ståhlberg*, andre vice ordförande i Läkarförbundet och *Anna-Karin Eklund*, Vårdförbundets ordförande.  
Moderator: *Mattias Lundberg*  
arrangörer: Saco Vård (där bland annat Psykologförbundet ingår)

11 juli kl 12.45 Kårhuset Rindi

Integriteten i arbetslivet hotas när testresultat blir offentliga – akademisk kvart med *Mattias Lundberg* leg psykolog och verksamhetsansvarig för STP (Stiftelsen för tillämpad psykologi).

Förutom medverkan i ovanstående aktiviteter kommer presidiet, det vill säga *Lars Ahlin*, *Helén Antonson* och *Julia Stenberg* att finnas i Visby och delta i diskussioner, seminarier och annat för att föra fram förbundets frågor.

## Sommaröppet på kansliet

Psykologförbundets kansli är öppet hela sommaren. Men från midsommar och till mitten av augusti är bemaningen reducerad. Vi önskar alla våra medlemmar en skön sommar!

För förbundssidan svarar press- och informationsansvariga *Susanne Bertman*,  
e-post: [susanne.bertman@psykologforbundet.se](mailto:susanne.bertman@psykologforbundet.se)

## KALENDARIUM

<b>Juni</b>		
Specialistrådet, möte		11
<b>Augusti</b>		
Nionde Nordiska Mötet i Neuropsykologi i Göteborg		19-22
<b>September</b>		
Specialistrådet, möte		28
Psykologer i skola och förskola, årsmöte		12
Psykologer i skola och förskola, Kompetensdagar		12-14
Psykologer för döva och hörselskadade, studiedagar		19-20
Transkulturella psykologer, studieresa		20-21
<b>Oktober</b>		
Forensiska psykologer, studiedag		11-12
Psykologidagarna		25-26
<b>November</b>		
Transkulturell psykologiförening, studiedag och årsmöte		9
Specialistrådet, möte		29



## Transkulturell psykologförening

Inbjudan till studiedag i Stockholm

”Anknytning och Etnicitet”

Fredag 9 november

Tid: 10.00-17.00.

Plats: Karolinska Institutet, (Solnav. 1) Sal: Andreas Versalius (Berzeliusväg 3, 9)

(Blåbuss 3 och buss 507 från S:t Eriksplan samt buss 70 från Odenplan)

10.00-10.30 Årsmöte för medlemmar och nya medlemmar  
10.30-11.00 Registrering  
11.00-11.10 Psykologförbundets ordförande *Lars Ahlin* inleder studiedagen

11.10-13.00 ”Anknytning och kultur”.

I dag diskuteras anknytning och emotionell reglering som ett grundläggande behov relaterat till livslång utveckling. Barnets anknytningsbeteende korresponderar med den vuxnes förmåga till omvårdande. Föreläsningen kommer att belysa etniska och kulturella faktorer som inflyttande på relationen mellan anknytning och omvårdande och diskutera vad vi vet om anknytningsmönster i olika samhällen.

*Pia Risholm Mothander*, fil dr, psykolog, Stockholms universitet.

14.30-16.30 ”Anknytnings- och identitetskris i samband med kulturella förändringar”.

Hur vi möter de kriser och förändringar i livet avgörs av vår anknytningsstil och identitetsutveckling som modifieras under livets olika skeden. Neurologisk- och socialantropologisk forskning visar att vår hjärna påverkas och formas av våra relationer. Hur detta sker och verktyg för anknytnings- och identitetsmodifiering kommer att ligga som grund för föreläsningen.

*Hannah Engel*, psykolog, psykoterapeut, handledare, Uppsala universitet.

16.45-17.00 Avslutning

Kostnad: Medlem: 450:-, icke medlem: 550:-, student:300:-  
Anmälan: Anmälan, som är bindande, görs genom insättning av beloppet till TPFs pg-konto 71 83 60-1. Glöm ej att ange namn, adress och e-postadress.

Vill du bli medlem i TPF anmäl dig till *Munhi Westin* info@adoptiva.se

Med reservation för förändringar.

Mer information på hemsidan [www.transkulturellpsykolog.se](http://www.transkulturellpsykolog.se)

## Yrkesföreningen psykologer för döva och hörselskadade

Inbjudan till studiedagar  
19-20 september i Uppsala

Program

Dag 1

08.30-09.00 Registrering med kaffe

09.00-12.00 *Gunnel Backenroth*, professor FD, psykolog, psykoterapeut, specialist i klinisk psykologi: ”Att bli hörselskadad mitt i arbetslivet. Hur påverkas kvinnor och män?”

13.00-14.30 *Helge Raske Andersson*, prof. i experimentell otologi, inst för kirurgiska vetenskaper, öron, näs- och halssjukdomar, Uppsala: ”Från fakta om vårt hörselsinne till diagnostik och behandling kring hörselnedsättning, tinnitus och balansrubning. Om forskning och framtiden”

15.00-16.30 *Johan Gunnarsson*, doktorand i handikappvetenskap med inriktning mot kognitiv neurovetenskap: ”Tecken- språket och hjärnan”

17.00 Årsmöte

19.00 Middag

Dag 2

08.15-09.30 *Gunilla Hellberg Edström*, neuropsykolog, Arbetsmarknadsverket: ”Neuropsykologiska funktionshinder – problem i vardag och arbetsliv. Hur kan det yttra sig i kombination med hörselskada eller dövhet?”

10.00-12.00 *Gunilla Preisler*, professor, psykologiska inst i Stockholm, studierektor för forskarutbildningen: ”Från handen till munnen. Nya rön om tidig språkutveckling hos barn”.

13.00-15.30 *Gerhard Andersson*, professor i klinisk psykologi, psykoterapeut, Linköpings univ: ”KBT och audiologi. Hur går det till och vad är effekterna?”

Lokal: konferensrum siluetten vid Arbetsförmedlingen för döva och hörselskadade, Storgatan 32, Uppsala.

Observera att föreningen ej tar ansvar för beställning av tolk.

Anmälan senast 30 juni: [gamileh.nilsson@lanc.amv.se](mailto:gamileh.nilsson@lanc.amv.se) eller

*Gamileh Nilsson*, AF, Länsrehabilitering Uppsala, Dragarbrunnsgatan 40, 751 48 UPPSALA.

## Kallelse till årsmöte

Yrkesföreningen Psykologer i förskola och skola kallar till årsmöte.

Tid: 12 september kl 16.30.

Plats: Piperska murens konferenslokaler, Stockholm.

Ärenden ska vara styrelsen tillhanda senast 30 dagar innan årsmötet.

Årsmöteshandlingar e-postas till medlemmar 28 augusti.

**Författare:** Rolf Federmann  
**Avhandling:** The Stress Strategy Test  
**Institution:** Institutionen för psykologi, Lunds universitet  
rolf.federmann@comhem.se



## Utvecklingen av ett stress och personlighetstest, Stress Strategy Test (SST)

Avhandlingen handlar om utvecklingsarbetet av SST, en vidareutveckling av det i Lund utvecklade seriella färgordstestet (S-CWT). Testprincipen bygger på ett av J R Stroop beskrivet interferensfenomen (1935) som innebär följande: då ett färgord har skrivits med en inkongruent färg, t ex ordet

”röd” har skrivits med blått bläck, så tar det längre tid att benämna färgen än färgordet. Förmågan att under ett stort antal trials kunna benämna färgen orden skrivits med och inte orden, handlar i hög grad om att vara flexibel och bryta mot inlärda mönster vilket även kan överföras till förmågan att vara flexibel och anpassningsbar under tidspress och stress i andra sammanhang.

SST är datoriserat och bygger på tre olika serier med stigande svårighetsgrad där försökspersonerna, i stället för att säga orden högt, som man gör i S-CWT, ska peka på olika färgalternativ med datormusen. Tolv olika mått används: Hastigheten, noggrannheten (antal fel), regressionslinjens lutning (hur man klarar sig över tid) och variansen (stabiliteten i svarstiderna).

Den strategi de olika försökspersonerna använder, som alla definierats baserat på dessa mått, relateras till unika personlighetsdrag och förmågan att hantera stress.

I studierna jämfördes prestationerna för stridsflygare i flygvapnet, fallskärms- och kustjägare, officersaspiranter, stridsbåt 90-förare, pansarvagnsförare, stridsvagnsskyttar samt grupper av våldsbegångna kriminella, en grupp personer med ofta förekommande impulsgenombrott. I en av studierna användes diskriminantanalys för att undersöka om försökspersonerna kunde placeras till sina respektive ursprungsgrupper baserat enbart på SST. Analysen lyckades placera 65 procent rätt vilket är betydligt fler än vad som förväntades av ren slump.