

Framtidens Karriär Psykolog



Psykologers och specialist- psykologers löner måste höjas

4 Erfarna psykologer utan specialistutbildning bör ha en månadslön på 49 900 kronor och erfarna specialistpsykologer bör ha en månadslön på 58 400 kronor. Idag ligger genomsnittslönen för en psykolog på 41 000 kr.

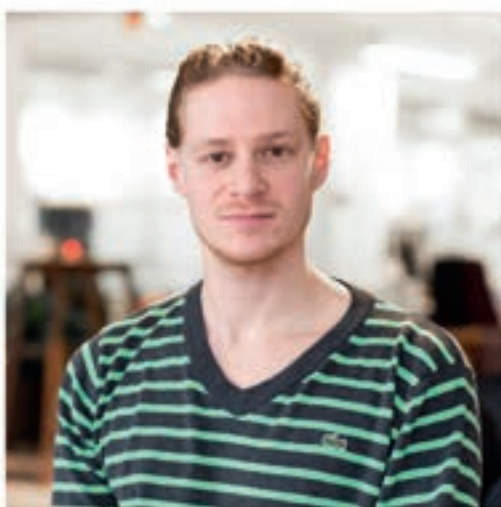
Digital psykologi breddar psykologens yrkesutövning

6 Tre av fyra psykologer är positiva till digital psykologi. Digital psykologi på distans innebär stora möjligheter för psykologers professionsutveckling. Med hjälp av digitala verktyg kan psykologer exempelvis bli mer införlivade i klientens vardag.

Psykologernas råd till social- ministern om psykisk ohälsa

9 Förebygg och minska psykisk ohälsa genom satsningar på förebyggande arbete i skolan, föräldrautbildning och satsningar på primärvården. Även psykisk hälsa på schemat och meningsfulla aktiviteter så man tillhör ett sammanhang.

MINDLER SÖKER FLER PSYKOLOGER



VI ERBJUDER ARBETE PÅ DINA VILLKOR.
ARBETA VAR DU VILL, NÄR DU VILL OCH I DEN OMFATTNING DU SJÄLV VÄLJER.

SVERIGES STÖRSTA DIGITALA PSYKOLOGMOTTAGNING
Lär mer på www.mindler.se eller kontakta johannes.hatem@mindler.se



Förebyggande åtgärder viktigast för att minska psykisk ohälsa

För att förebygga och minska psykisk ohälsa föreslår psykologerna bland annat satsningar på skolan, föräldrautbildning och på primärvården. Socialminister Lena Hallengren håller med och anser att de två viktigaste sakerna är att förebygga och hitta tidiga insatser.

3 av 4 psykologer anser att digital psykologi på distans ska vara en naturlig kontaktväg till en psykolog, och 2 av 3 kan själva tänka sig att arbeta digitalt som psykolog. Många anser att digital psykologi breddar och innebär stora möjligheter för psykologers yrkesutövning.

Bra lön och löneutveckling är den viktigaste faktorn för att psykologer ska stanna långsiktigt hos sin arbetsgivare. Andra faktorer som psykologerna rankar högt är att erbjudas kompetensveckling, ett bra ledarskap, rimlig arbetsbelastning och ett bra team.

I samma undersökning svarar psykologerna att erfarna psykologer utan specialistutbildning bör ha en månadslön på 49 900 kronor och erfarna specialistpsykologer bör ha en månadslön på 58 400 kronor. Genomsnittslönen ligger på 41 000 kr.

Våra undersökningar visar också att det finns stort intresse för psykologer att arbeta inom primärvården, vuxenpsykiatri och skolan. Kunskapen om psykologi och en psykologs yrkeskunskaper i samhället är begränsad. En ökad kännedom bland allmänheten skulle stärka psykologprofessionen.

Fortsätt höra av er till oss med förslag på artiklar och psykologer att intervjua i kommande tidningar!

Trevlig läsning!

Framtidens Karriär – Psykolog

Om detta kan du läsa i Framtidens Karriär – Psykolog

- 4 **Psykologers och specialistpsykologers löner måste höjas**
- 5 **Primärvårdspsykologer möter människor i alla livsfaser**
- 5 **Bra lön viktigast för att psykologer ska stanna långsiktigt**
- 6 **Digital psykologi breddar psykologens yrkesutövning**
3 av 4 psykologer är positiva till digital psykologi som naturlig kontaktväg till en psykolog.
- 7 **Ledarskapet berikas när psykologer tar steget**
- 8 **Klinisk vuxenpsykiatri populäraste specialinriktningen**
Psykologer anser att specialistutbildning och specialistbehov bör regleras statligt.
- 9 **Psykologernas förslag för att minska psykisk ohälsa**
Psykologerna föreslår satsningar i skolan, på föräldrautbildning och på primärvården.
- 9 **Psykisk ohälsa vår tids stora folkhälsoutmaning**
Intervju med Lena Hallengren, socialminister.
- 10 **Skolpsykologer växlar ständigt mellan olika perspektiv**
- 11 **Skolpsykologer arbetar förebyggande och hälsofrämjande**
- 11 **Hela Sverige kunde se hennes terapisesioner**
- 12 **Låg kännedom om psykologi hos allmänheten**
- 12 **Vuxenpsykiatri intressantast för psykologer**
6 av 10 psykologer kan tänka sig att arbeta inom psykiatri.
- 12 **Reflektion och återhämtning på ordinarie arbetstid**
- 12 **Behöver mer tid till nya forskningsrön och ny kunskap**
- 13 **Möte mellan farmakologi och psykologi**
- 13 **Språk och kunskap viktigt för HBTQ-patienter**
- 14 **Bemanningspsykologer gör nytta direkt**
- 14 **Psykologer från bemanningsföretag behövs för utredningar**
- 15 **Så möter psykologen Sophie barn på flykt**
- 15 **Ny psykologbana efter utbrändheten**
- 16 **Hög efterfrågan på specialister i neuropsykologi**

Presenterade verksamheter och företag

16	BUP Norrtälje, Tiohundra	24	Pearson Assessment
17	Region Kronobergs psykiatri	25	Kognitiva Teamet Rehab
17	Capio Psykiatri	25	Jönköpings skolor
18	PBM	26	Elevhälsan Skellefteå kommun
19	Elevhälsan Stockholms stad	26	Region Sörmland
20	Elevhälsan Borås Stad	27	Region Kalmar län
21	Vuxenpsykiatri Region Gävleborg		
22-23	Västra Götalandsregionen		

Framtidens Karriär – Psykolog

är producerad av NextMedia.

nextmedia

Tidningen finns även på:
www.karriarpsykolog.se

SKRIBENTER Sandra Ahlqvist, Anette Bodinger Larsson, Carin Brink, Cristina Leifland, Adrianna Pavlica, Marianne Sjöberg, Ylva Sjönell, Annika Wihlborg

FOTOGRAFER Patrik Bergenstam, Ulf Ekström, Thomas Henriksson, Conny Holm, Markus Holm, Tommy Hvitfeldt, Gonzalo Irigoyen, Magnus Johansson, Johan Marklund, Pernilla Wahlman, Martina Wärenfeldt

GRAFISK FORM Stellan Stål **OMSLAGSFOTO** Johan Marklund

TRYCK BOLD Printing/DNEX Tryckeriet

ANNONSFÖRSÄLJNING NextMedia

Frågor om innehållet besvaras av NextMedia
Tel: 08-661 07 90, E-post: info@nextmedia.se

FÖR MER INFORMATION OM FRAMTIDENS KARRIÄR – PSYKOLOG, VAR VÄNLIG KONTAKTA:

Niklas Engman, E-post: niklas.engman@nextmedia.se,
Tel: 08-661 07 90, Mobil: 070-774 84 90

LÄS MER PÅ WWW.KARRIARPSYKOLOG.SE

Jobba i Lund, Göteborg, Stockholm eller Sundsvall!

Erfarenhet av utredning och behandling inom NPF?

Modigo är specialiserade på utredning och behandling inom psykiatri. Vi har ljusa och trivsamma mottagningar i Göteborg, Lund, Stockholm och Sundsvall där vi tar emot barn, ungdomar och vuxna från hela landet.

Vi söker professionella och engagerade psykologer med erfarenhet av utredning och behandling av neuropsykiatriska funktionsnedsättningar.

Låter det som du? Varmt välkommen att kontakta vår verksamhetschef Caroline.

caroline.bystrom@modigo.se
Vxl: 08-578 173 00 www.modigo.se

MODIGO

Psykologers och specialistpsykologers löner måste höjas

Erfarna psykologer utan specialistutbildning bör ha en månadslön på 49 900 kronor och erfarna specialistpsykologer bör ha en månadslön på 58 400 kronor. Det anser psykologerna i en ny undersökning.

PSYKOLOGERS LÖNENIVÅER

TEXT ANNIKA WILHBORG

– Undersökningsresultatet tyder på att många psykologer är bra på att värdesätta sitt arbete på ett korrekt sätt. Ett grundproblem för hela professionen är att lönenivåerna generellt sett är för låga och inte är proportionella till yrkets komplexitet och svårighetsgrad. Många psykologer har dessvärre för låga ingångslöner och en alltför dålig löneutveckling, säger Jaime Aleite, förhandlingschef på Psykologförbundet.

MÅNGA PSYKOLOGER HAR dessvärre för låga ingångslöner och en alltför dålig löneutveckling

Psykologförbundets medlemmar omfattas av så kallade sifferlösa avtal, vilket innebär att det inte finns ett specificerat löneutrymme för psykologer. Medellönen ligger i dagsläget på 41 000 kronor, vilket Jaime Aleite anser är för lågt.

– Det vore önskvärt att psykologers medellön istället hamnar på 50 000 kronor. Många andra akademikergrupper med tuffa och krävande arbeten ligger på den lönenivån, och har därmed fått ett erkännande från sin arbetsgivare som även syns i plånboken. Det erkännandet har många psykologer ännu inte fått, säger han.

betsgivare som även syns i plånboken. Det erkännandet har många psykologer ännu inte fått, säger han.

Specialistpsykolog bör ha 60 000

Psykologerna anser att månadslönen för en specialistpsykolog med drygt femton års yrkeserfarenhet som specialist bör ligga på 58 400 kronor. Psykologförbundet anser att drygt 60 000 kronor är en rimlig månadslön för en specialistpsykolog.

– Medellönen för specialistpsykologer ligger idag på cirka 46 000 kronor. Det är alltför lågt, i synnerhet med tanke på att specialistpsykologer har en högre specialisering än andra psykologer samt att de har ett ännu större ansvar i sin yrkesroll. Specialistpsykologer ska bland annat stötta kollegor, fungera som ett verksamhetsstöd, hantera särskilt komplexa patienter och säkerställa att den psykologiska behandlingen genomförs på ett patientsäkert och rättsäkert sätt. Dagens låga medellöner för specialistpsykologer riskerar att leda till att färre psykologer känner sig motiverade att skaffa sig en specialistkompetens, säger Jaime Aleite.

Rätt till rimlig ingångslön

Enligt färsk statistik från Psykologförbundet har lönenivåerna och löneutvecklingen haft en positiv utveckling i vissa län, i synnerhet där man haft svårt att rekrytera psykologer. I andra delar av landet, främst i storstadsregionerna,



Jaime Aleite, förhandlingschef på Psykologförbundet.
Foto: Johan Paulin

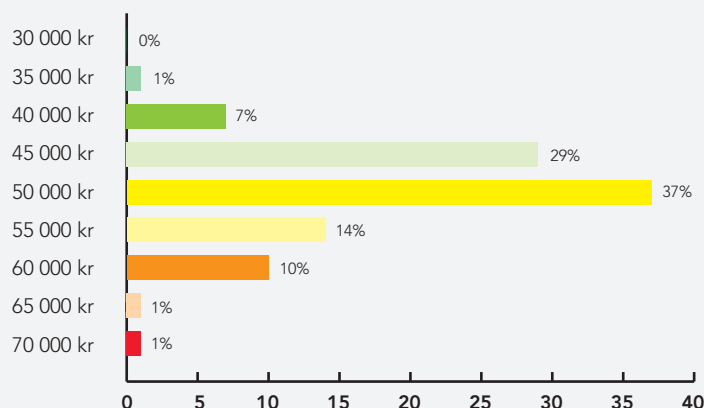
är medellönerna fortfarande alltför låga i förhållande till arbetets komplexitet. Utöver lönefrågan är karriärmöjligheter, tillgång till fortbildning, en god arbetsmiljö och att ha inflytande på arbetet exempel på frågor som många gånger är avgörande för att psykologer ska vilja stanna kvar hos en arbetsgivare.

– En viktig fråga som vi driver är att alla psykologer har rätt till en

rimlig ingångslön. Dessvärre missköts lönesättningen för PTP-psykologer på flera håll i landet. De tillåts ibland inte ens löneförhandla, lönenivåerna bestäms istället utifrån fasta tariffer. En låg ingångslön innebär ofta att det tar tid innan man kommer upp i en rimlig lönenivå, även som legitimerad psykolog, säger Jaime Aleite.

VILKEN LÖN BÖR EN ERFAREN PSYKOLOG HA EFTER 15 ÅR?

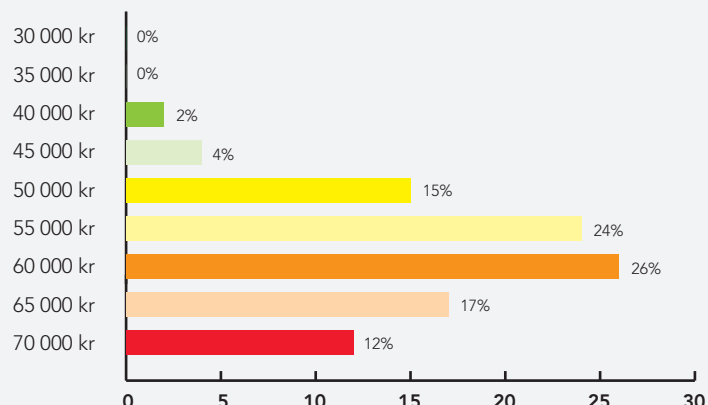
Vilken månadslön anser du att en psykolog (utan specialistutbildning) med cirka 15 års yrkeserfarenhet som psykolog bör ha?



I genomsnitt anser psykologerna att en psykolog utan specialistutbildning med cirka 15 års yrkeserfarenhet som psykolog bör ha **49 900 kr** i månadslön.

VILKEN LÖN BÖR EN SPECIALISTPSYKOLOG HA EFTER 15 ÅR?

Vilken månadslön anser du att en specialistpsykolog med cirka 15 års yrkeserfarenhet som specialist bör ha?



I genomsnitt anser psykologerna att en specialistpsykolog med cirka 15 års yrkeserfarenhet som specialist bör ha **58 400 kr** i månadslön.

Undersökningen genomfördes mot ett slumpmässigt urval av psykologer 21–26 mars 2019. Över 600 psykologer har svarat på undersökningen. Statistisk felmarginal 2,5–4 procentenheter.

Primärvårdpsykologer möter människor i alla livsfaser

Som psykolog i primärvården möter man människor i alla åldrar och olika typer av livssituationer. Här finns ofta utrymme för förebyggande arbete och nära samverkan med andra professioner. Arbete i primärvården ger psykologer en bred och mycket användbar erfarenhetsbas som de många gånger har stor nytta av i sin yrkesutövning.

PRIMÄRVÅRDEN

TEXT ANNIKA WIHLBORG

Tre av fyra psykologer kan tänka sig att arbeta i primärvården.

– Det är roligt att så många psykologer kan tänka sig att arbeta i primärvården. Det är samtidigt inte särskilt förvånande eftersom primärvården är ett spännande arbetsområde som ständigt växer och utvecklas. Primärvården erbjuder dessutom varierade arbetsuppgifter för psykologer, säger Ulrika Janzon, psykolog på Herrestad vårdcentral i Uddevalla och styrgruppsledamot i Nätverket för primärvårdspsykologer. Hon tog psykologexamen

2001 och arbetade i tretton år på BUP innan hon för fyra år sedan sökte sig till primärvården.

Ökat behov

Behovet av psykologer i primärvården är mycket stort i princip hela landet.

– Den psykologiska kompetensen utgör ett viktigt komplement till

DEN PSYKOLOGISKA

KOMPETENSEN utgör ett viktigt komplement till primärvårdens medicinska paradigm

primärvårdens medicinska paradigm. En viktig uppgift för psykologer i primärvården är att bidra till ett ökat helhetstänkande kring patienten. Primärvården i hela Sverige kommer att byggas ut de kommande åren i takt med att man satsar allt mer på nära vård. Det innebär att behovet av psykologkompetens i primärvården kommer att öka, säger Ulrika Janzon.

Ulrika Janzon valde att börja arbeta i primärvården för att bland annat kunna arbeta mer med förebyggande arbete samt att få möta patienter i alla åldrar och därmed kunna betrakta människan i ett livsperspektiv.

Samverkan med andra

– En primärvårdpsykolog gör dels bedömningar av enskilda patienter, remitterar för vidare bedömning och jobbar med gruppverksamhet och behand-

lingsarbete kopplat till lindrig psykisk ohälsa. Många psykologer i primärvården erbjuder anhängstöd och träffar därigenom anhöriga, barn och syskon till patienter med psykisk ohälsa, säger Ulrika Janzon.

Även om psykologen har en självständig roll och en unik kompetens i primärvården så förekommer mycket samverkan över professionsgränserna. Ulrika Janzon ingår exempelvis i ett psykosocialt team på vårdcentralen

där de som arbetar specifikt med psykisk ohälsa samråder och där psykisk samordnarsjuksköterska, kurator och rehabkoordinator ingår. Psykologen har även en nära dialog med läkare, fysioterapeuter och sjuksköterskor kring patienten.

– Att arbeta som psykolog i primärvården är omväxlande. Jag kan definitivt rekommendera fler psykologer att söka sig till primärvården, säger Ulrika Janzon.

KAN DU TÄNKA DIG ATT ARBETA INOM PRIMÄRVÅRDEN?

Kan du tänka dig att arbeta som psykolog inom primärvården?

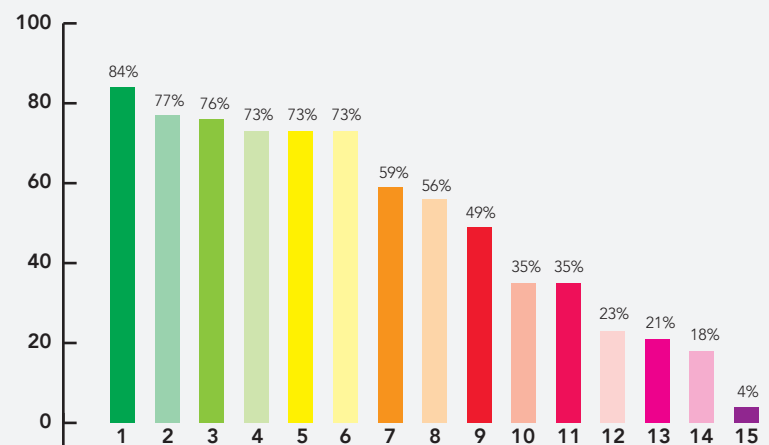


Bra lön viktigast för att psykologer ska stanna

Bra lön, kompetensveckling och bra ledarskap är de viktigaste faktorerna för att psykologer ska stanna långsiktigt hos sin arbetsgivare.

VAD ÄR VIKTIGAST FÖR ATT DU SKA STANNA LÅNGSIKTIGT?

Vilka av följande faktorer anser du är viktigast för att en psykolog ska stanna långsiktigt hos sin arbetsgivare? Ange gärna flera.



- 1 Bra lön/löneutveckling
- 2 Erbjudas kompetensveckling och fortbildning
- 3 Bra ledarskap/arbetsledning
- 4 Rimlig arbetsbelastning
- 5 Bra team/arbetskamrater
- 6 Möjlighet att påverka din arbetssituation
- 7 Bra utvecklingsmöjligheter
- 8 Tid till återhämtning och reflektion
- 9 Bra/trygg arbetsmiljö
- 10 Mer tid för patienterna/klienterna
- 11 Administrativ avlastning
- 12 Låg personalomsättning
- 13 Möjlighet att arbeta med forskning
- 14 Bra introduktion för nyanställda
- 15 Övrigt



Ulrika Janzon, psykolog och styrgruppsledamot i Nätverket för primärvårdspsykologer.

Digital psykologi breddar psykologens yrkesutövning

Digital psykologi på distans innebär stora möjligheter för psykologers professionsutveckling. Med hjälp av digitala verktyg kan psykologer exempelvis bli mer införlivade i klientens vardag eftersom man inte längre är beroende av regelbundna fysiska möten.

DIGITAL PSYKOLOGI

TEXT ANNIKA WIHLBORG

3 av 4 psykologer anser att digital psykologi på distans ska vara en naturlig kontaktväg till en psykolog; 2 av 3 kan själva tänka sig att arbeta digitalt som psykolog på distans.

– Det är verkligen glädjande att så många psykologer har en positiv attityd till digital psykologi på distans. Det visar att utvecklingen är på väg åt rätt håll. Allt fler psykologer verkar ha insett att man kan nå ut till fler och även få en mer varierad arbetsvardag genom att arbeta på distans, säger Kristofer Vernmark, som arbetat med digital psykologi sedan 2004. Han är ansvarig för området Klinisk och digital psykologi på Psykologpartners, författare till ”Internetbehandling med KBT” och initiativtagare till nätverket Digitala psykologer.

Acceptansen har ökat

– När jag började arbeta med psykologi på distans var många tveksamma till det här fenomenet. Nu upplever

jag att acceptansen och intresset för digital psykologi i olika former är betydligt större, både bland psykologer och patienter. Jag tror definitivt att den digitala tekniken kan stärka innovationskraften i psykologyrket. Det breddar våra möjligheter att nå ut med vår kompetens till nya målgrupper, säger Kristofer Vernmark.

Psykologisk behandling via video betraktar han bara som en liten del av den digitala psykologins möjligheter. Internetbaserade behandlingsprogram som klienter med depression eller annan psykisk ohälsa kan använda istället för att träffa en psykolog på en mottagning är ytterligare ett exempel. Att tillämpa psykologisk kompetens gentemot näringslivet, exempelvis företag som vill förstå och påverka olika konsumentbeteenden, blir betydligt lättare med hjälp av digitala verktyg.

Patientsäkerhet en utmaning

– Jag är övertygad om att digital psykologi på distans inom ett par års tid kommer att betraktas som en självklar del av den psykologiska behandlingsfloran och skulle gärna se att ännu fler

psykologer engagerar sig i utvecklingen av digitala insatser för psykisk ohälsa. Vi kommer att få se betydligt fler internetbaserade behandlingsprogram, och efterfrågan på psykologiska interventioner som inte är direkt kopplad till traditionell psykologisk behandling

ALLT FLER PSYKOLOGER

verkar ha insett att man kan nå ut till fler och även få en mer varierad arbetsvardag genom att arbeta på distans

kommer att öka. Samtidigt kommer vi även fortsättningsvis att ha en mix av traditionell och digital behandling, säger Kristofer Vernmark.

En utmaning i utvecklingen av psykologi på distans är, enligt Kristofer Vernmark, patientsäkerheten. Man måste se till att verkligen följa de riktlinjer som finns, om lagring av patientuppgifter och liknande.

– Ytterligare utmaningar är att få den digitala behandlingen att hålla en genomgående hög vetenskaplig kvalitet samt att kontinuerligt utvärdera



Kristofer Vernmark, psykolog och initiativtagare till nätverket Digitala psykologer.

effekten av behandlingen, exempelvis genom att analysera de datamängder som den internetbaserade behandlingen ger upphov till, säger Kristofer Vernmark.

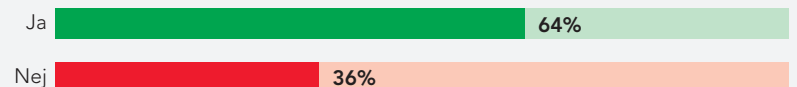
SKA DIGITAL PSYKOLOGI PÅ DISTANS VARA EN KONTAKTVÄG?

Anser du att digital psykologi på distans ska vara en naturlig kontaktväg till en psykolog?



KAN DU TÄNKA DIG ATT ARBETA DIGITALT PÅ DISTANS?

Skulle du själv kunna tänka sig att arbeta digitalt som psykolog på distans?



Psykiatri i Västra Götaland söker psykologer

MÖJLIGHETEN FINNS I NÄRHETEN – VI BRYR OSS OM DIG SOM GÖR SKILLNAD FÖR ANDRA

Västra Götalandsregionen, din framtida arbetsplats?

Vill du vara med och utveckla allmänpsykiatri, barn- och ungdomspsykiatri, rättspsykiatri och primärvård med inriktning mot psykisk ohälsa med möjlighet till olika regionala uppdrag.

Vill du arbeta som psykolog i en region med många möjligheter samt bra struktur för fortbildning och karriärutveckling?

Intresserad – tveka inte, kontakta Berit Lemburg, regionutvecklare
E-post: berit.lemburg@vgregion.se, Telefon: 0700-824 756

VI SKA BLI SVERIGES BÄSTA
OFFENTLIGA ARBETSGIVARE



VÄSTRA
GÖTALANDSREGIONEN

Ledarskapet berikas när psykologer tar steget

Även om psykologutbildningen utgör en mycket bra grund för olika typer av chef- och ledarskapsroller så är en chefskarriär inte ett självklart val för många psykologer. Psykologen Sara Henrysson Eidvall tycker psykologkompetensen är en ovärderlig tillgång som ledare.

CHEF- OCH LEDARSKAP

TEXT ANNIKA WIHLBORG

– Ledarskap handlar till stor del om att kunna motivera människor och förstå gruppers dynamik. Som psykolog har man en djupgående och mycket användbar kunskap på det här området. Psykologers intresse för att axla chef- och ledarskapsroller är dock mindre än man kan önska. Det beror förmodligen på att många upplever en konflikt mellan psykologens motiverande och behandlande roll och chefsrollens krav på att kunna leda och styra, säger Sara Henrysson Eidvall, som arbetade med rehabilitering



Sara Henrysson Eidvall, ordförande för Nationella föreningen för arbets- och organisationspsykologer.
Foto: David Brohede

och barnpsykiatri innan hon började arbeta med arbets- och organisationspsykologi. Hon är numera konsult och föreläsare, och ordförande för Nationella föreningen för arbets- och organisationspsykologer.

Vidga bilden

Hon anser att fler psykologer bör vidga sin bild av hur deras kompetens kan användas och hur yrkesrollen kan se ut, och tillägger att det finns mycket fler inslag av ledarskap i psykologens

yrkesroll än vad man till en början kan tro.

– Människor som söker sig till psykologyrket är generellt sett mer relationsorienterade än uppgiftsorienterade, men det behöver definitivt inte finnas någon motsättning däremellan. Många ryggar inför en chefsroll eftersom det ofta innebär att man kliver ur gruppen och kanske till och med ställer sig framför samma grupp, samt att det inkluderar ekonomi- och personalansvar. Men man kan även utöva ledarskap inom

exempelvis projektutveckling, metodutvecklingsarbete, som gruppsamtalsledare och i många andra sammanhang, säger Sara Henrysson Eidvall.

Börja i mindre skala

Hennes råd till psykologer som är intresserade av att prova på en ledarskapsroll är att ta vara på de möjligheter som dyker upp, att tydligt kommunicera dina önskemål till din

SOM PSYKOLOG KOMMER

man långt i ledarskaps-sammanhang med sin grundutbildning

chef samt att gräva där du står genom att exempelvis börja med att utöva ledarskap i mindre skala.

– Som psykolog kommer man långt i ledarskapssammanhang med sin grundutbildning. Visst kan man behöva utöka sin kompetens med ekonomi och management, men den organisationspsykologiska grundkompetensen som bland annat inkluderar målteori, samarbetsprocesser och gruppdynamik utgör på många sätt grunden för ett framgångsrikt ledarskap. Det finns det forskningsstöd för, säger Sara Henrysson Eidvall.

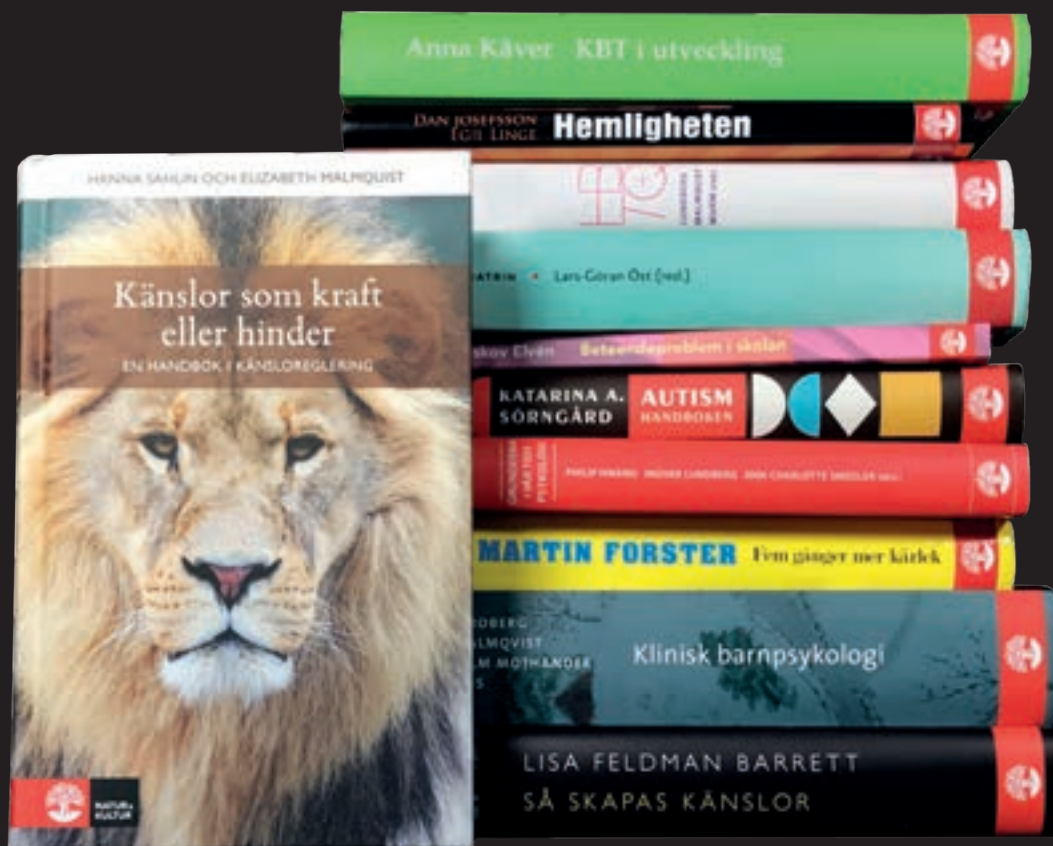
Fortsätt göra skillnad!

Som värderingsdrivet och oberoende förlag arbetar vi för ett inkluderande, öppet och tolerant samhälle. Vi vill bidra till psykisk hälsa och långsiktig hållbarhet. Det gör vi genom att erbjuda forskningsbaserad psykologisk kunskap för olika verksamheter och livssituationer. På så sätt vill vi stärka dig i dina studier, ditt yrkesutövande eller din personliga utveckling – så att du kan fortsätta att göra skillnad!

Hitta och handla böckerna på nok.se/psykologi



NATUR & KULTUR



Klinisk vuxenpsykologi populärast bland psykologer

Psykologer anser att specialistutbildning och specialistbehörighet bör regleras statligt på nationell nivå. Det främsta skälet till att så många psykologer vill se offentligt reglerade specialistutbildningar är att specialistpsykologer fyller en central och mycket viktig funktion i arbetet med att främja människors psykiska hälsa.

SPECIALISTUTBILDNING

TEXT ANNIKA WIHLBORG

– Specialistpsykologer tar ansvar för metodutveckling, hanterar de svåraste ärendena, kvalitetssäkring och att im-

plementera aktuella forskningsresultat i verksamheten. Samhället behöver dessutom fler specialistpsykologer. Det är därför rimligt att utbildningarna regleras offentligt snarare än att Psykologförbundet ansvarar för dem, säger Martin Björklind, legitimerad psykolog

och professionsstrateg på Psykologförbundet.

Klinisk psykologi intressantast

I Framtidens Karriär – Psykologs undersökning framgår att psykologernas intresse är högst för specialistutbildningarna inom psykologisk behandling/psykoterapi, klinisk vuxenpsykologi, neuropsykologi samt arbets- och organisationspsykologi. Intresset är lägst för specialistutbildningarna inom funktionshindrens psykologi, beroendepsykologi och forensisk psykologi.

– Det beror förmodligen på att det finns en lång tradition bland många psykologer att vidareutbilda sig till psykoterapeuter. Förbundets specialistutbildningar inom beroendepsykologi och funktionshindrens psykologi är dessutom relativt nya. Intresset för dem kommer sannolikt att öka i takt med att kännedomen om dem ökar, säger Martin Björklind.

Nära samverkan krävs

Han anser att det är svårt att rangordna vilka specialistutbildningar som efterfrågas mest av arbetsgivarna eftersom specialistutbildningarna med inriktning mot hälsofrämjande och förebyggande arbete, specialistvård och primärvård kompletterar varandra och behövs i lika stor utsträckning.



Martin Björklind, legitimerad psykolog och professionsstrateg på Psykologförbundet.

– Verksamheterna har bäst kännedom om hur deras behov av olika insatser från specialistkompetenser ser ut. Därför efterlyser vi en nära samverkan mellan verksamheter, utbildnings-

VERKSAMHETERNA HAR BÄST kännedom om hur deras behov av olika insatser från specialistkompetenser ser ut

arrangörer och Psykologförbundet. Vi vill även att det ska vara Socialstyrelsen som utfärdar yrkesbevisen för specialistpsykologerna, säger Martin Björklind.

VILKEN INRIKTNING SKULLE DU VILJA VIDAREUTBILDA DIG INOM?

Vilka av Psykologförbundets tio specialinriktningar skulle du helst vilja vidareutbilda dig inom? Ange gärna flera och bortse från vad du arbetar med idag och om du redan är specialiserad.



SKA SPECIALISTUTBILDNING REGLERAS STATLIGT?

Anser du att specialistutbildning och specialistbehörighet för psykologer ska regleras statligt på nationell nivå?



Undersökningen genomfördes mot ett slumpmässigt urval av psykologer i Sverige 20–23 april 2018. Statistisk felmarginal 2,5–4 procentenheter.

DETTA ÄR EN ANNONS FRÅN WEMIND

WeMind vill förbättra svensk psykiatri

WeMind, Sveriges näst största privata vårdgivare inom psykiatri, drivs av ambitionen att förändra svensk psykiatri till det bättre. Med ett starkt fokus på patienten och kvalitet har organisationen vuxit från 3 000 patienter i behandling till 20 000 på bara några få år, och har utsetts till en av Sveriges bästa vårdgivare.

– Vi fokuserar mycket på att skapa en attraktiv vårdmiljö som drar till sig duktiga behandlare som vi försöker hjälpa och stötta

så att de kan göra så mycket patientnytta som möjligt. Vi lägger ned mycket tid på att följa upp våra patienter och utveckla vården till att bli så bra som möjligt, säger Urban Pettersson Bargo, vd på WeMind.

Ambitionen är att hela tiden utveckla organisationen och arbetssätten för att kunna skapa bästa möjliga utfall av vården för patienten. WeMind har snabbt tagit plats som en ledande svensk vårdgivare och har

förutom utnämningen som en av Sveriges bästa vårdgivare också vunnit flera stora upphandlingar.

– I de fem senaste stora kvalitetsbaserade upphandlingarna som fyra olika landsting genomfört så har vi fått bäst betyg i samtliga. Det är ett fint kvitto och har fört med sig att vi fått många fler patienter under behandling och kan fortsätta utveckla verksamheten med samma tydliga mål och patientfokus.



Urban Pettersson Bargo, vd

Läs mer på:
www.wemind.se

Besök oss på facebook:
www.facebook.com/wemindpsykiatri

Följ oss på LinkedIn:
www.linkedin.com/company/wemind



Psykologernas förslag för att minska psykisk ohälsa

För att förebygga och minska psykisk ohälsa föreslår psykologerna satsningar på förebyggande arbete i skolan, föräldrautbildning och satsningar på primärvården. De föreslår även psykisk hälsa på schemat och meningsfulla aktiviteter så man tillhör ett sammanhang.

FÖREBYGGA PSYKISK OHÄLSA

TEXT MARIANNE SJÖBERG

Psykologerna har svarat på frågan ”Vilka är dina viktigaste förslag för att förebygga och minska psykisk ohälsa i Sverige?”

Förebyggande åtgärder

Skolan är många gånger upphovet till psykisk ohälsa på grund av höga krav, betygshets och inte minst mobbning. Därför bör utbildning om psykisk hälsa finnas med på schemat genom hela skoltiden.

”En 3-åring vet hur man sätter på ett plåster för att skydda kroppen, då bör en 7-åring veta hur man kan hindra oro genom enkla beteendevanor.”

Här pekar man också på att vuxna i skolan behöver stöd och redskap för att uppmärksamma och bemöta barn och ungdomar som mår dåligt. Man efterlyser bland annat flera psykologer i skolan, som kan hålla i grundläggande information om hur man kan lära sig att hantera tankar och känslor som kan leda till oro.

Föräldrautbildning

Redan under graviditeten är det viktigt att lära sig om hur ett barn fungerar både fysiskt och psykiskt. Det ska vara lika naturligt att få stöd och hjälp med psykiska utmaningar under hela uppväxten som att gå till barnavårdscentralen och sedan skolhälsovården med sitt barn.

Gränsdragningen mellan arbetsliv och privatliv måste bli tydligare. Arbetslivet blir hårdare för många vuxna

och det kan vara svårt att ”orka med familjen”. Man föreslår kortare arbetsdag för att få en hälsosam balans.

Utveckla primärvården

Primärvården behöver fler psykologer, kuratorer och psykoterapeuter som samarbetar, så att det blir lätt att söka hjälp, exempelvis på vårdcentraler, men även på mödra- och barnavårdscentraler. Samarbetet mellan primärvård och psykiatri kan då också bli bättre. Man vill även ge psykologer mer befogenheter, exempelvis vid sjukskrivning.

Det ska vara lätt och naturligt att söka hjälp för psykisk ohälsa och det

ska inte bero på plånboken. Därför bör det också ingå i högkostnads-skyddet. Det kan också ”avdramatisera” känslan av att ha kontakt med psykolog.

Meningsfulla aktiviteter

Den digitala världen styr människor och det kan vara svårt att komma ifrån skärmen eller telefonen. Låt ungdomar få in en vana redan från förskolan med fysisk och annan meningsfull aktivitet tillsammans med andra människor. Att känna sig uppskattad och att tillhöra ett sammanhang kan motverka psykisk ohälsa menar många.

FÖRSLAG FÖR ATT FÖREBYGGA OCH MINSKA PSYKISK OHÄLSA

Förslag för att förebygga och minska psykisk ohälsa i Sverige

1. Förebyggande åtgärder inom skolan
2. Fler psykologer inom skolan
3. Psykisk hälsa på schemat
4. Föräldrautbildning
5. Fler psykologer till primärvården
6. Bättre samverkan mellan primärvård och psykiatri
7. Mer fysisk aktivitet och mindre skärmtid
8. Tillgänglighet för alla oavsett ekonomi

Psykisk ohälsa vår tids stora folkhälsoutmaning

Socialminister Lena Hallengren understryker att psykisk ohälsa är en folkhälsoutmaning och inte en isolerad uppgift för sjukvården. Hon håller med psykologerna om att det förebyggande arbetet är viktigt och att insatserna måste sättas in tidigt innan problemen hinner bli för allvarliga.

FÖREBYGGA PSYKISK OHÄLSA

Hur ser du på utvecklingen av psykisk ohälsa i Sverige?

– Jag ser det som vår tids stora folkhälsoutmaning. Det är viktigt för mig att understryka att det är en folkhälsoutmaning, och inte en isolerad uppgift för sjukvården. Vi behöver kunna möta den som inte mår bra, och gärna tidigt, innan den psykiska ohälsan hinner bli allvarlig. Vi behöver också bli bättre

JAG TYCKER psykologerna sätter fingret på två viktiga saker: Förebygga och hitta tidiga insatser

utmaning, och inte en isolerad uppgift för sjukvården. Vi behöver kunna möta den som inte mår bra, och gärna tidigt, innan den psykiska ohälsan hinner bli allvarlig. Vi behöver också bli bättre

på att förebygga, och där krävs att vi tittar på både skolmiljö och arbetsmiljö. Vad det är som gör att så pass många inte mår bra och vad behöver vi förändra.

Vilka är dina kommentarer till psykologernas förslag för att förebygga och minska psykisk ohälsa i Sverige?

– Jag håller med om flera, och jag tycker de sätter fingret på två viktiga saker: förebygga och hitta tidiga insatser. Det kan vara primärvården, men också elevhälsan och ungdomsmottagningarna spelar en stor roll för den unga gruppen.

Är det några förslag som du tycker är extra viktiga?

– Det förebyggande arbetet, psykologerna har talat om skolan men jag vill gärna



Lena Hallengren, socialminister.
Foto: Kristian Pohl/Regeringskansliet

na också lyfta arbetsplatserna. Vi måste se till att fler mår bra i sin vardag. Sen har ju psykologerna också lyft plånboksfrågan, det tycker jag också är värt att lyfta särskilt. Vi måste göra det möjligt för den som mår dåligt att få hjälp, oavsett hur bra med pengar man har.

Vilka åtgärder kommer regeringen föreslå och genomföra för att förebygga och minska den psykiska ohälsan?

– I Januariavtalet har vi slagit fast några viktiga punkter kring att stärka psykiatri och BUP liksom elevhälsan. En viktig del är att utreda och ta fram en ny vårdform för lättare psykisk ohälsa, så att fler kan få hjälp snabbt. Det tror jag kommer vara viktigt. Jag ser också frågan om att människor faller mellan stolarna när de har flera vårdkontakter som otroligt viktig för oss att komma till rätta med.

Skolpsykologer växlar ständigt mellan olika perspektiv

Som skolpsykolog arbetar man ofta självständigt och har ett brett uppdrag för att skapa en hälsofrämjande miljö för alla som vistas i skolan. Den psykologiska kompetensen är ofta väldigt uppskattad av såväl skolpersonal som elever och föräldrar.

SKOLPSYKOLOG

TEXT ANNIKA WIHLBORG

Som skolpsykolog har man även en stor frihet i att planera sin tid och definiera sitt uppdrag som en del av ett elevhälsoteam. Drygt hälften av psykologerna kan tänka sig att arbeta som psykolog inom förskola, grundskola eller gymnasium.

–Det är inte någon jättehög siffra. Spontant tänker jag att det skulle kunna vara fler psykologer som kan tänka sig att arbeta i skolans värld. Det borde attrahera fler att arbeta med förebyggande och systematiskt hälsoarbete på en så viktig plats som en skola, säger Rauli Sulanko, skolpsykolog i Malmö och ordförande i Psifos, Sveriges Psykologförbunds nationella förening för psykologer i förskola och skola. Han tog psykologexamen 2011 och har sedan dess arbetat som skolpsykolog, numera på en central enhet i Malmö stad.

Det finns ett stort behov av skolpsykologer runtom i landet. Det är inte ovanligt med en skolpsykolog på uppemot 1 500 elever, men Sveriges Psykologförbund arbetar för

att varje psykolog ska ansvara för högst 500 elever.

Skapa hälsofrämjande miljöer

– Många mindre glesbygdskommuner har svårt att rekrytera skolpsykologer. De hyr ofta in psykologkonsulter istället, men det är svårt att uppnå samma kontinuitet i det hälsofrämjande arbetet med en konsult, säger Rauli Sulanko.

Somliga skolpsykologer ingår i ett centralt elevhälsoteam i en kommun, medan andra har en specifik rektor som sin chef. Då är det den enskilda skolledaren som avgör vilka arbetsuppgifter skolpsykologen ska fokusera på.

– Skolpsykologens viktigaste uppgift är att skapa hälsofrämjande miljöer och arbeta med långsiktiga och systematiska förändringsprocesser av lärandemiljön. Man gör även individuella bedömningar av olika elever. För att trivas i rollen som skolpsykolog är det en fördel om man är någorlunda insatt i hur skolan fungerar och har en bred yrkeserfarenhet, säger Rauli Sulanko.



Rauli Sulanko, skolpsykolog i Malmö och ordförande i Psifos.



Lena Svedjehed, skolpsykolog i Umeå kommun och vice ordförande i Psifos.

Komplex yrkesroll

– Det är glädjande att 53 procent kan tänka sig att arbeta som skolpsykolog,



vi behöver bli fler psykologer i skolan, säger Lena Svedjehed, skolpsykolog i Umeå kommun och vice ordförande i Psifos. Hon har varit psykolog sedan 2010 och arbetade inom barn- och

DET BORDE ATTRAHERA fler att arbeta med förebyggande och systematiskt hälsoarbete på en så viktig plats som en skola

ungdomspsykiatri fram till 2015 då hon började arbeta som skolpsykolog.

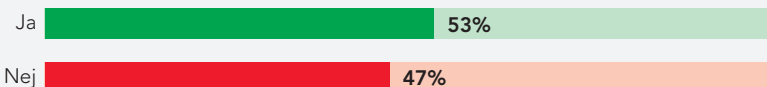
Efterfrågan på skolpsykologer varierar, delvis beroende på hur den socioekonomiska strukturen ser ut i olika

kommuner. I kommuner med stora socioekonomiska utmaningar är behovet av elevhälsosfrämjande arbete större.

– Skolpsykologens yrkesroll är komplex eftersom man behöver analysera och göra interventioner på såväl organisationsnivå som gruppnivå och individnivå. Det gäller att ständigt kunna skifta mellan dessa tre nivåer. Det hälsofrämjande arbetet utgör en viktig bas i skolpsykologens arbete, men vi har också en viktig uppgift i att uppmärksamma och bedöma neuropsykiatriska funktionsnedsättningar och psykisk ohälsa bland eleverna. Som skolpsykolog är det bra att vara välorganiserad och kunna planera sin egen arbetstid, säger Lena Svedjehed.

KAN DU KUNNA TÄNKA DIG ATT ARBETA INOM SKOLAN?

Kan du tänka dig att arbeta som psykolog inom förskola, grundskola eller gymnasium?



Skolpsykolog – medicinskt ledningsansvar och handledare

Du vill göra skillnad och vara med när vi formar framtiden. Hos oss får du förtroende, utvecklingsmöjligheter och kunniga kollegor. Vi arbetar tillsammans och är övertygade om att alla människor vill och kan lära.

Vi söker nu en skolpsykolog med medicinskt ledningsansvar till Grundskoleförvaltningen, Elevhälsan. Som skolpsykolog ingår du i en personalgrupp bestående av cirka tio psykologkollegor med en gemensam chef. Skolpsykologerna är centralt placerade och har tillgång till samtalsrum, testningsrum och konferensrum.

Vill du veta mer om jobbet, kontakta enhetschef Mikael Sedvall, 033-35 82 48.



BORÅS STAD

www.boras.se

Skolpsykologer arbetar förebyggande och hälsofrämjande

Varför vill psykologer arbeta inom skolan? Det finns ett stort behov av psykologens kunskap och kompetens i skolan. Det viktigaste skälet för psykologer att välja skolan som arbetsplats är att få arbeta hälsofrämjande och förebyggande för psykisk ohälsa.

VARFÖR SKOLPSYKOLOG?

TEXT MARIANNE SJÖBERG

De drygt hälften av psykologerna som svarade att de kan tänka sig att arbeta som psykolog inom förskola, grundskola eller gymnasium, fick följdfrågan ”Varför kan du tänka dig att arbeta som skolpsykolog?”

Fånga upp psykisk ohälsa

Skolans krav på ungdomar ökar och det behövs resurser för att fånga upp elever som inte mår bra. En övervä-

gande del av tillfrågade psykologer anser att förskolan och skolan är bland de viktigaste arenorna för att arbeta hälsofrämjande och förebyggande för psykisk ohälsa. Man menar att om barnen får en positiv skolupplevelse och möjlighet att lyckas så kan vi förebygga psykisk ohälsa och utanförskap i vuxen ålder. I skolan kan man även involvera lärare och nå ut till föräldrar.

Man belyser även att det är mer kostnadseffektivt att satsa på barn och ungdomar än att gå in med resurser senare med exempelvis sjukfrånvaro, läkemedel och bidrag.

Att kunna arbeta förebyggande är en stor anledning till att arbeta som skolpsykolog. Det finns möjlighet att arbeta på flera nivåer, både på individnivå och på organisatorisk nivå.

Min nuvarande/tidigare arbetsplats

En stor andel av de tillfrågade i undersökningen arbetar eller har arbetat som skolpsykolog. Kommentarererna är i det närmaste uteslutande positiva. Man be-

skriver det som spännande, dynamiskt och att det finns stora utvecklingsmöjligheter. Skoltiden är en viktig period i livet och en psykolog får använda stora

SKOLTIDEN ÄR EN viktig period i livet och en psykolog får använda stora delar av sin kompetens på alla nivåer i barnens arbetsliv

delar av sin kompetens på alla nivåer i barnens arbetsliv.

Psykologer kan även göra stor nytta genom att förmedla kunskap som kan komma många till gagn, skolläring, lärare och övrig personal på en skola.

Psykologkompetens behövs

Idag ges för lite tid till psykologer som endast räcker till visst utredningsarbete och elevvårdsmöten. Psykologer kan bidra till skolmiljön i sin helhet. Exempelvis kan man lära pedagoger att använda kunskapen om relationer och emotionell utveckling i sin undervis-

ning. Psykologer kan lyfta ett nödvändigt perspektiv inom elevhälsan och göra stor nytta. Unga människor behöver inte bara lära sig att bygga upp en frisk kropp utan också en frisk psykisk hälsa.

Man nämner även att lön och semester villkor är bättre än inom landstinget.

Den viktigaste anledningen till att vilja arbeta som skolpsykolog är dock att få arbeta förebyggande på den absolut viktigaste arbetsplatsen – skolan. ■

VARFÖR SKOLPSYKOLOG?

Varför vill du arbeta som skolpsykolog?

1. Fånga upp psykisk ohälsa tidigt i livet
2. Förebyggande arbete med unga människor
3. Spännande och dynamiskt
4. Få använda hela kompetensen
5. Bättre lön och semestermöjligheter

Hela Sverige kunde se hennes terapisesessioner

När psykologen Rebecka Malm behandlade höjdhoppstjärnan Patrik Sjöberg hade hela Sverige tillgång till terapirummet. Rebecka Malm var beredd på kritik från psykologkåren, men de negativa reaktionerna uteblev. – Jag tror att det kom rätt i tiden, att det börjar uppmuntras att man syns.

OFFENTLIGT TERAPIRUM

TEXT ADRIANNA PAVLICA

Dokumentären ”Patrik Sjöberg i terapi” följdes i höstas av en gemensam bok, ”Hur svaghet kan bli styrka”.

I FILMEN NORMALISERADES terapi, och boken har potential att få ut psykologi till en bredare massa

– I filmen normaliserades terapi, och boken har potential att få ut psykologi till en bredare massa, till människor som kanske aldrig ens har tänkt tanken

att gå till en psykolog. Det är två delar i vad som motiverat mig att vara med i det här, säger Rebecka Malm.

Hon pratar om vikten av att visa öppenhet och sårbarhet, något som både Patrik Sjöberg och hon själv gjort i projektet.

– Det var en kontrast till mycket jag gjort tidigare i livet där det handlat mycket om prestation; det här kom från en annan plats. Och det tar jag med mig vidare i mina terapier nu också. Jag är mindre prestationsinriktad, så om det inte går bra så blir jag nyfiken istället för självmedveten.

Positivt mottagande

Rebecka Malm har genom sitt deltagande också gjort sig föremål för kollegers granskning.

– I boken till exempel uttalar jag mig på ganska många olika områden, och jag är ju inte specialist på alla. Jag är bara en vanlig kliniker som beskriver hur jag arbetar och några av de verktyg jag använder.

Mottagandet från psykologkåren har enligt Rebecka Malm enbart varit positivt – trots att hon var beredd på starka reaktioner.

– När man är villig att offra allt så blir det ofta ganska bra. Det kom inte ens upp något negativt i sociala medier.

Fler offentliga psykologer

Mängden psykologer som uttalar sig som experter i media är idag för få, enligt Rebecka Malm.

– Många känner att de behöver vara Sverigeledande inom ett specifikt område för att våga vara med i media, men det börjar ändras; det finns en självkritik inom kåren kring att vi inte deltar mer. Problemet är ju att när vi är för försiktiga så är det andra, som kan mycket mindre än vi, som uttalar sig istället.



Psykologen Rebecka Malms terapisesessioner med friidrottaren Patrik Sjöberg filmades och blev en dokumentär.

Rebecka Malm vill uppmuntra andra psykologer att ta plats i media på olika sätt.

– Man behöver inte utge sig för att ha sanningen, det räcker att man på ett ödmjukt sätt prövar sina perspektiv offentligt. Vi psykologer har ju en expertkunskap men måste inte vara allvetande. Det får inte handla för mycket om att man hela tiden ska ha ryggen fri och därför inte vågar göra något. ■

Låg kännedom om psykologi hos allmänheten

En majoritet av psykologerna anser att allmänheten har låg kännedom om psykologi och en psykologs yrkeskunskaper. En otydlig rollfördelning mellan olika professioner och det faktum att psykologi är ett allmängiltigt ämne bidrar till den låga kännedomen.

PSYKOLOGENS PROFESSION

TEXT ANNIKA WIHLBORG

– En faktor som bidrar till att psykologerna anser att allmänheten har liten kännedom om psykologi och en psykologs yrkeskunskaper är att psykologi är ett allmängiltigt ämne som berör kunskap om människors beteende, tankar, känslor och relationer, enligt Martin Björklind, legitimerad psykolog och professionsstrateg på Psykologförbundet.

Enligt Martin Björklind varierar allmänhetens kännedom om att man som psykolog är utbildad i att arbeta med detta utifrån en vetenskaplig grund. Numera syns allt fler psykologer i media, vilket kan bidra till att stärka allmänhetens kännedom om psykologens yrkeskunskaper.

Klargör yrkesroller

– Arbets- och ansvarsfördelningen mellan yrkesrollerna är traditionellt sett otydliga inom exempelvis psykiatrin. Det innebär att gränserna för respektive professions yrkesroll är relativt oklara. Jag tror att psykiatrin skulle ha mycket att vinna på att tydliggöra ansvarsfördelningen mellan psykologer, kuratorer, sjuksköterskor och andra yrkesroller, säger Martin Björklind.

JAG TROR ATT psykiatrin skulle ha mycket att vinna på att tydliggöra ansvarsfördelningen



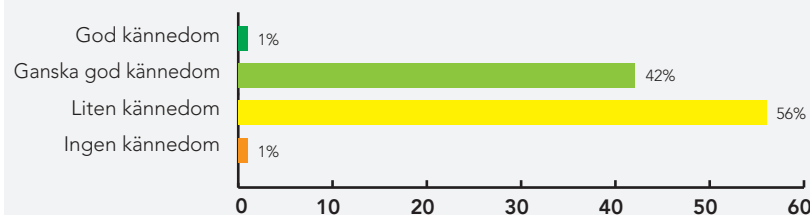
Martin Björklind, legitimerad psykolog och professionsstrateg på Psykologförbundet.

Foto: Johan Paulin

– Samtidigt behöver sjukvården i större utsträckning än idag koppla ansvarsområden till respektive professions kompetens och specificera vilken kompetens som krävs för att göra olika insatser i arbetet med psykisk ohälsa. Då blir det sannolikt lättare för professionerna att samverka på ett effektivt sätt. Det kan också leda till att fler psykologer känner sig tillfredsställda i sin yrkesutövning, avslutar Martin Björklind.

VAD STÄMMER IN PÅ ALLMÄNHETENS KÄNNEDOM OM PSYKOLOGI?

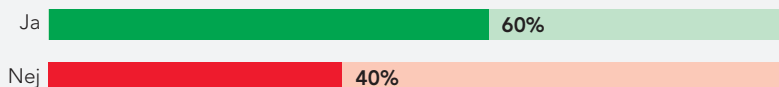
Vilket av följande alternativ anser du stämmer in på allmänhetens kännedom om psykologi och en psykologs yrkeskunskaper? Allmänheten har ...



Vuxenpsykiatrin intressantast för psykologer

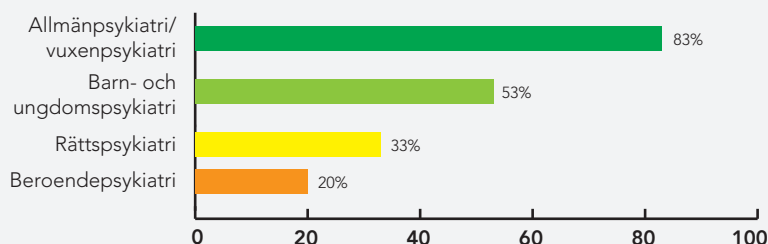
6 av 10 psykologer kan tänka sig att arbeta inom psykiatrin. Allmänpsykiatri/vuxenpsykiatri är det populäraste området. Av de som svarade att de kan tänka sig att arbeta inom psykiatrin, kan 83% tänka sig att arbeta där.

KAN DU TÄNKA DIG ATT ARBETA INOM PSYKIATRIN?



VILKA OMRÅDEN INOM PSYKIATRIN KAN DU TÄNKA DIG?

Vilka områden inom psykiatrin kan du tänka dig att arbeta inom? Ange gärna flera.



Reflektion och återhämtning på ordinarie arbetstid

9 av 10 psykologer anser att psykologer ska få tid för reflektion och återhämtning på ordinarie arbetstid.

SKA PSYKOLOGER SKA FÅ TID FÖR ÅTERHÄMTNING PÅ ARBETSTID?

Anser du att psykologer ska få tid för reflektion och återhämtning på ordinarie arbetstid?

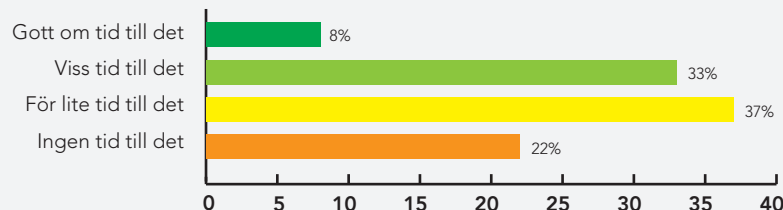


Mer tid för ny kunskap

6 av 10 psykologer anser att de har för lite eller ingen tid till att ta del av nya forskningsrön och implementera ny kunskap.

HUR MYCKET TID HAR DU ATT TA DEL AV NYA FORSKNINGSRÖN?

Hur mycket tid har du på ordinarie arbetstid att ta del av nya forskningsrön och implementera ny kunskap?



Möte mellan farmakologi och psykologi

Allt fler patienter tar någon typ av läkemedel vilket ställer krav på nya kunskaper hos psykologer. Docenten Lotta Arborelius ser ett ökat intresse för farmakologi.

FARMAKOLOGI

TEXT ADRIANNA PAVLICA

Lotta Arborelius är universitetslektor och docent i farmakologi vid Karolinska Institutet och har undervisat i farmakologi i över 25 år. Men när hon skulle hålla i en farmakologikurs för psykologstudenter hittade hon ingen bra kurslitteratur – allt var riktat till sjuksköterske- eller läkarstudenter med mycket större förkunskaper än psykologstudenterna.

– Jag frågade förlaget Natur & Kultur om de kände till någon bra som skulle passa dessa studenter, men det gjorde de inte. Istället föreslog de att jag skulle skriva den. Jag hade inte alls tänkt tanken, så jag blev först ganska ställd och behövde lite betänketid, säger Lotta Arborelius.

Viktigt förstå interaktioner

Mötet resulterade i boken "Neurofarmakologi – för psykologer,

psykoterapeuter och beteendevetare", som bland annat förklarar nervcellen, vad som händer när ett läkemedel kommer in i kroppen och går närmare in på läkemedel som används vid vanliga psykiatriska diagnoser. Också eventuella interaktioner mellan farmakologisk och psykologisk behandling tas upp.

– Problemet med många studier som gjorts om sådana interaktioner är att man sätter in medicinsk behandling och terapi samtidigt – i verkligheten kommer till exempel en deprimerad person först till en vårdcentral och får antidepressiva, och får ofta sedan stå i kö ganska länge innan personen får psykologhjälp. Men hur de olika behandlingsformerna kan interagera med varandra – positivt eller negativt – är en viktig diskussion att ha, säger Lotta Arborelius.

Patientperspektiv

Att allt fler människor idag står på någon typ av läkemedel gör att intresset

HUR DE OLIKA behandlingsformerna kan interagera med varandra – positivt eller negativt – är en viktig diskussion att ha



Lotta Arborelius, universitetslektor och docent i farmakologi vid KI.
Foto: Claes Herrlander

för farmakologi ökar bland psykologer, enligt Lotta Arborelius, och hon önskar att de övriga psykologutbildningarna liksom den på KI gav mer utrymme åt ämnet.

– Jag håller också i en specialistkurs i neuropsykofarmakologi för legitimerade psykologer, och de tycker att de har nytta av dessa kunskaper. Exempelvis får de lättare att diskutera med läkare och annan vårdpersonal eftersom de får lite mer samma språk, och eftersom det idag oftast är psykologen

som träffar patienten mest regelbundet kan det vara viktigt att känna till och vara uppmärksam på exempelvis biverkningar och in- och utsättningssymptom av olika läkemedel. Dessutom, ju mer kunskap psykologer har inom farmakologi desto lättare är det för patienter att prata om att de är oroliga eller kanske inte vill ta sin medicin, så det är viktigt

även ur ett patientperspektiv.

Enligt siffror från Socialstyrelsen tog 6,6 miljoner personer (66 procent av befolkningen) ut något läkemedel förra året och 975 196 personer fick antidepressiva läkemedel utskrivna.

Språk och kunskap viktigt för HBTQ-patienter

Allt fler psykologer möter transpersoner och icke-binära. Vilka kunskaper och perspektiv är det viktigt att uppdatera sig med för att ge dessa patienter ett bra bemötande? Sveriges Psykologers HBTQ-nätverk tycker att fler ska googla.

HBTQ

TEXT ADRIANNA PAVLICA

Maria Kindstedt, förste samordnare i Sveriges Psykologers HBTQ-nätverk, ser att det finns ett ökat behov av kunskap gällande HBTQ-frågor.

– Det händer att vi hör av personer som gått till psykolog att de blivit bemötta på okunnigt eller kränkande sätt utifrån att de är HBTQ-personer, säger hon.

Enligt Maria Kindstedt handlar det ofta om okunskap från psykologens sida.

– Google finns, så ska man träffa klienter inom HBTQ-gruppen finns det mycket man kan ta reda på själv. Något man ska tänka på är att minoritetsstress är en av faktorerna bakom

GOOGLE FINNS, SÅ ska man träffa klienter inom HBTQ-gruppen finns det mycket man kan ta reda på själv

HBTQ-personers psykiska ohälsa. En psykolog som är nyfiken och ställer mycket frågor kan skapa ytterligare stress för stigmatiserade minoritetsgrupper. Man ska inte se klienten som ett tillfälle att självutbilda sig.

Ställa kontrollfråga

En viktig fråga att ställa sig är enligt Maria Kindstedt vad klienten söker för och vill ha hjälp med – är det relevant att klienten är HBTQ-person?

– Att problematisera sexuell läggning och könsidentitet om personen

själv inte gör det utan söker för stress på jobbet till exempel, då kanske det inte spelar någon roll att klienten är bisexuell och har polyamorösa relationer. En kontrollfråga att ställa sig är: hur skulle jag bemöta personen om det var en heterosexuell cis-person?

Pronomen spelar roll

Språket spelar en viktig roll i psykologens möte med patienter, och Maria Kindstedt uppmanar psykologer att fråga sina klienter med vilket namn och pronomen de vill bli benämnda, även i journaler.

– Det finns enkla saker man kan göra för att skapa en trygghet, exempelvis att fråga om partner eller partners istället för flickvän eller pojkvän.

Maria Kindstedt tycker att man ska kunna kräva att en psykolog har en grundförståelse för intersektionalitet.

– Är det en HBTQ-person som söker hjälp så lever de under vissa premisser och då kan man läsa på, eller välja att hänvisa vidare till någon som kan mer.

Det går också bra att kontakta nätverket för utbildning och stöd.



Kunskap är a och o när det kommer till bra bemötande av HBTQ-personer, menar Maria Kindstedt från Sveriges Psykologers HBTQ-nätverk.

Bemanningspsykologer gör nytta direkt

6 av 10 psykologer kan tänka sig att arbeta för ett bemannings- och konsultföretag för psykologer. Som konsult har psykologer möjlighet att bredda sin erfarenhet genom att prova på många olika typer av uppdrag och organisationer.

BEMANNINGS- OCH KONSULTFÖRETAG

TEXT ANNIKA WIHLBORG

– Jag valde att bli psykologkonsult för att jag ville göra något nytt, få nya utmaningar och mer frihet och flexibilitet i min yrkesutövning, säger Linnéa Amcoff, som är legitimerad psykolog sedan 2008 och arbetar som bemanningspsykolog på Dedicare sedan ett år tillbaka. Hon har bland annat arbetat inom geriatrik, skola, habilitering, i Kriminalvården och inom företagshälsovård.

– Det är inte förvånande att så många som 62 procent kan tänka sig att arbeta som bemanningspsykolog. Som grupp är psykologer ofta intres-

serade av att lära sig nytt, och att vara bemanningspsykolog är ett sätt att bredda sin kompetens. Även om de är hängivna sitt yrke är alla psykologer kanske inte så fästa vid sin arbetsplats. Självklart är det också intressant att få en lön som matchar ens ansvar och kompetens. Dessa faktorer sammantaget bidrar till att bemanningspsykolog kan vara ett intressant alternativ för många. Jag tror absolut att bemanning för psykologer är ett fenomen som kommer att öka framöver, säger Linnéa Amcoff.

Får kontinuerlig feedback

Hon uppskattar att som psykolog-konsult kunna fokusera mer på det kliniska arbetet, eftersom konsulter är mindre involverade i uppdragsgivarens organisation och ofta har färre möten.

– Jag uppskattar också att jag får kontinuerlig feedback från min konsultchef och uppdragsgivare, som stämmer av att jag uppfyller förväntningarna och att jag trivs. Som bemanningspsykolog får man mycket uppskattning, man kommer ju ofta till organisationer där behovet av psykologkompetens är relativt akut och kan verkligen göra nytta direkt. För att trivas som bemanningspsykolog är det en



Linnéa Amcoff, bemanningspsykolog på Dedicare.

fördel om man är flexibel och intresserad av att prova på många olika typer

av arbetsplatser och uppdrag, säger Linnéa Amcoff.

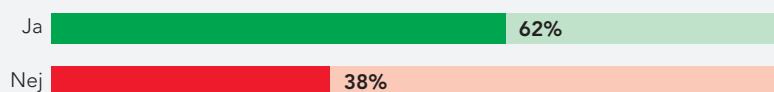
Får snabbt in erfarenhet

Uppdragsgivare som väljer att anlita bemanningspsykologer får snabbt in erfarna medarbetare till sin organisation, även till kortare uppdrag. De har en trygghet i att bemanningsföretaget redan har säkerställt konsultens kompetens och personliga lämplighet att arbeta som bemanningspsykolog.

– Ytterligare fördelar utifrån uppdragsgivarens perspektiv är att bemanningsföretaget tar det största arbetsgivaransvaret för konsulten. De åtar sig också att snabbt få in en ersättare om bemanningspsykologen av någon anledning behöver avbryta sitt uppdrag, säger Linnéa Amcoff.

KAN DU TÄNKA DIG ATT ARBETA FÖR ETT BEMANNINGSFÖRETAG?

Skulle du kunna tänka dig att arbeta för ett bemannings- och konsultföretag för psykologer?



Undersökningen är genomförd mot ett slumpmässigt urval av psykologer 2018.

Psykologer från bemanningsföretag behövs för utredningar

Endast 16 procent av verksamheterna som psykologerna arbetar för anlitar psykologer från bemanningsföretag, 2 procent i stor omfattning och 14 procent i mindre omfattning. De absolut viktigaste tjänsterna som efterfrågas från bemanningsföretagen är psykologer för att göra utredningar och bedömningar.

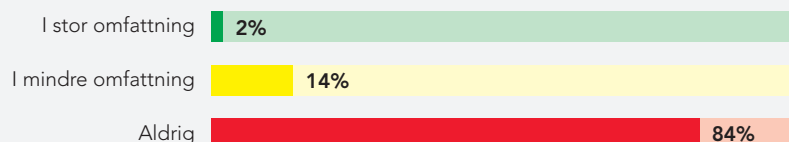
BEMANNINGSFÖRETAG

Det finns ett stort intresse bland psykologer för att arbeta för bemanningsföretag för psykologer. De främsta orsakerna är bättre lön och arbetsvillkor, mer variation, frihet och

nya erfarenheter. Den klart viktigaste grunden för efterfrågan från bemanningsföretagen är för att göra utredningar och bedömningar. Genom att anlita bemanningsföretag kan man snabbt få in relevant utredningserfarenhet som man själv inte besitter. Den näst viktigaste orsaken är för att täcka vakanser.

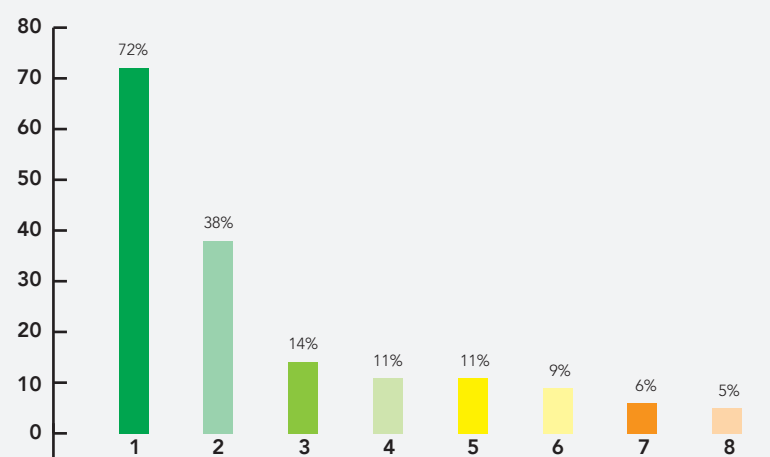
I VILKEN OMFATTNING ANLITAR NI BEMANNINGSFÖRETAG?

I vilken omfattning anlitar din verksamhet psykologer från bemanningsföretag?



NÄR HAR NI FRÄMST BEHOV AV BEMANNINGSFÖRETAG?

I vilka sammanhang har ni främst behov av psykologer från bemanningsföretag? Ange gärna flera.



- 1 För att göra utredningar/bedömningar
- 2 För att täcka vakanser
- 3 För att kunna hantera det dagliga patient-/klientflödet
- 4 Vid sjukfrånvaro
- 5 För att få in en viss specialistkompetens
- 6 Vid arbetstoppar
- 7 Vid semestertider
- 8 För att tillföra erfarenhet till arbetsgruppen

Så möter vi barn på flykt

Psykologen och journalisten Sophie Arnö har under sina resor till bland annat Italien, Grekland och Jordanien träffat många barn på flykt. Hur ska vi bäst möta dem när de kommer till Sverige? Nu är hon aktuell med ny kurslitteratur på temat.

BARN PÅ FLYKT

TEXT ADRIANNA PAVLICA

Sophie Arnö arbetar som Tema-redaktör på DN parallellt med sin privatpraktik och var under tio år chef-redaktör för Rädda Barnens tidning "Barn".

NÅGOT SOM ÄR viktigt att ha med sig är att alla barn som varit på flykt inte har blivit traumatiserade

– Det arbetet har fört mig ut över hela världen längs med flyktvägarna, och det jag sett och mött när jag följt



Sophie Arnö, psykolog och journalist, har mött flyktbarn ute i Europa.
Foto: Sandra Qvist

de här barnen mitt i steget har gjort att jag också som psykolog blivit extra intresserad av trauma, säger hon.

I "Barn på flykt – modernt krisstöd och traumamedvetet möte" varvas reportage med psykologisk forskning, och barnen barnen själva får komma till tals.

– Något som är viktigt att ha med sig är att alla barn som varit på flykt inte har blivit traumatiserade. Ibland pratas det som om alla blivit det, men

en del har helt normala reaktioner på en påfrestande situation och återhämtar sig. Vi måste lära oss att skilja på vad som är patologiskt och inte, säger Sophie Arnö.

Barn inte bara sin flykt

Hennes viktigaste råd till psykologer som träffar barn på flykt är att inte glömma bort att leta efter barnens resurser, kapacitet och drömmar.

– Barnen är ju inte bara sin flykt, så ibland när de hamnar i kris kan det vara svårt att veta om det beror på flykten eller om det handlar om helt vanlig tonårsutveckling.

Sophie Arnö har haft tillfälle att fråga många barn hur de upplevt mottagandet i Sverige.

– Det är en sak som går igen; att det är jobbigt att bara bli sedd som ett offer, att det inte är någon som frågar om andra saker än det som är direkt relaterat till flykten.

Yttre stabilitet

En stor påfrestning för barn som varit på flykt är enligt Sophie Arnö brist på yttre stabilitet.

– Många får flytta mellan olika boenden och vänta länge på besked om de får stanna eller inte. Då är det svårt att som psykolog gå in i en regelrätt behandling, man behöver kartlägga hur ungdomens yttre förutsättningar ser ut. Psykologutbildningarna lär ut mycket om trauma och stress men vi får inte glömma bort att också se till kontexten som patienten lever i.

Enligt siffror från Migrationsverket sökte 8 507 barn asyl i Sverige under förra året.

Ny psykologbana efter utbrändheten

Kristina Andersson älskade jobbet på BUP, men blev utbränd. Nu håller hon på att starta upp en egen verksamhet och har med sig värdefulla lärdomar.

– Smalna av, nischa och begränsa dig. Det är svårt att vara bred och samtidigt djup.

UTBRÄNDHET

TEXT ADRIANNA PAVLICA

Kristina Andersson arbetade först på BUP i Sundsvall och sedan i Stockholm. Bytet mellan städerna innebar mer ensamjobb, en större åldersbredd bland patienterna och större arbetsbelastning. 2015 blev Kristina Andersson sjukskriven för utmattningssyndrom – kroppen hade sagt ifrån, det var till och med jobbigt att ta en dusch. Sjukskrivningen varade i 2,5 år.

– Jag tänkte nog att jag inte skulle kunna jobba som psykolog igen. Jag hade utbildat mig lite senare i livet och jag var så otroligt glad och stolt, det var mitt drömyrke och BUP var min

drömarbetsplats. Så det var en jättestor sorg.

Startar eget

När hon började må bättre var hon redo att närma sig psykologyrket igen, men sa upp sig från sin tjänst på BUP. Kristina Andersson arbetstränade i tre månader på en annan mottagning och både arbetsglädjen och intresset började komma tillbaka.

– Jag hade sedan tidigare haft en tanke på att starta eget, men ville inte göra det direkt efter en lång sjukskrivning. Det kan vara skönt att ingå i ett sammanhang.

Lösningen blev att Kristina Andersson arbetar halvtid hos landstinget med neuropsykiatriska utredningar. Restande arbetstid läggs på att börja starta upp en egen verksamhet.

– Det jag tar med mig från utmattningen är att se om mig själv och att ha tydliga ramar; det ska vara tydligt vilka arbetsuppgifter jag tar på mig, säger Kristina Andersson.

Många psykologer sjukskrivna

Enligt en rapport från Försäkringskassan 2015 är psykologer/socialsekreterare den yrkesgrupp med störst ökning av antal sjukfall år 2012-2014.



Kristina Andersson arbetade på BUP när hon blev sjukskriven för utmattningssyndrom. Nu håller hon på att starta upp en egen verksamhet.

ATT KORTA VÅRDKÖERNA samtidigt som behandlingstiderna blivit längre blir en ohållbar ekvation

– Det är en otroligt hög arbetsbelastning på många håll. Till exempel på BUP var psykologerna för några år sedan tvingade att ta dubbelt så många patienter för att klara den så kallade vårdgarantin. Att korta vårdköerna samtidigt som behandlingstiderna blivit

längre blir en ohållbar ekvation. Man räcker inte till, säger Kristina Andersson.

Hennes råd till andra psykologer är att smalna av, nischa och begränsa sig.

– Man kan inte veta allt och vara bra på allt. Det skapar stress att vara så otroligt bred som många arbetsplatser kräver och samtidigt djup. Sätt upp tydliga ramar, nischa dig och var tydlig med att du till exempel ska fokusera på en viss åldersgrupp eller problematik. Annars är risken att man får göra allt.

Hög efterfrågan på specialister i neuropsykologi

Neuropsykologer är experter på att göra utredningar och att bedöma funktionsnivå av patienter med skador eller störningar i centrala nervsystemet. Behovet av specialistpsykologer med inriktning mot neuropsykologi är stort och ökar stadigt.

NEUROPSYKOLOGI

TEXT ANNIKA WİHLBORG

Neuropsykologi ett mångfacetterat område inom psykologyrket med goda möjligheter till ytterligare specialisering.

– När jag inledde min psykologkarriär var en av mina uppgifter att utreda och bedöma patienters neurokognitiva svårigheter. Jag upptäckte snart att dessa bedömningar ofta hade en avgörande inverkan på patientens förståelse för sig själv och omgivningens förståelse för individen. Jag sökte mig

därför till en specialiserad tjänst inom neuropsykologi och 2011 var jag klar med specialistutbildningen, säger Linda Gertsson, specialistpsykolog inom neuropsykologi som arbetat drygt tjugo år inom landstinget och numera driver en egen psykologmottagning.

Stort behov av specialister

En specialistpsykolog med inriktning mot neuropsykologi har många karriärvägar att välja mellan. Linda Gertsson har arbetat inom många delar av psykiatrin, både med utredning och behandling. Man

VI GENOMFÖR BEDÖMNINGAR av störningar i hjärnans funktioner och bedömer funktionsnivåer hos patienter

kan välja att specialisera sig mot olika åldersgrupper, som barn, vuxna eller äldre. Merparten arbetar inom landstinget, men även kommuner och statliga verksamheter har behov av neuropsykologisk kompetens, och en del driver egen mottagning.

– Efterfrågan på specialistpsykologer inom neuropsykologi är hög. Det är lätt att få jobb eftersom det råder brist på specialister i stora delar av landet. Behovet har dessutom ökat på senare år när neuropsykologiska funktionshinder uppmärksammas mer och mer, säger Linda Gertsson.

Snabb utveckling

Neuropsykologer genomför bland annat bedömningar av störningar i hjärnans funktioner och bedömer funktionsnivåer hos patienter med exempelvis MS, demens, Parkinson eller Aspergers.

– Att arbeta som neuropsykolog är mångfacetterat och ställer höga krav på kliniska färdigheter, analysförmåga och att hålla en god kontakt med klienten. Utvecklingen på det neuropsykologiska området går snabbt. Det görs mycket forskning och släpps ständigt nya vetenskapliga artiklar. Det finns goda möjligheter till ytterligare specialisering och kontinuerlig fortbildning med exempelvis metodinriktade kurser, säger Linda Gertsson.



Linda Gertsson, specialistpsykolog inom neuropsykologi.
Foto: Kalle Prorok

© NextMedia

BUP Norrtälje – mottagning med många karriärvägar

BUP Norrtälje är en dynamisk verksamhet där personalen trivs och stannar länge.

– Vi har arbetat mycket med utveckling och förändring, både för att hänga med i samhället och för att kunna erbjuda det bästa som går till våra barn och ungdomar, säger Frida Langvad, enhetschef.

Susanne Eriksson, specialistpsykolog, har lång erfarenhet av att arbeta som psykolog inom olika verksamheter. För åtta år sedan började hon på BUP i Norrtälje, ett val hon inte har ångrat. De gångna åren har fört med sig en stadig utveckling, både inom yrket och professionen.

– Arbetet på BUP ger en omfattande yrkeserfarenhet eftersom målgruppen är så bred samtidigt som verksamheten erbjuder möjligheter till fortbildning och specialisering. Jag har till exempel gått specialistutbildningen som kompletterar den kliniska erfarenheten och är en givande förkovring för den mer seniora psykologen.

Hon får medhåll av Frida Langvad som också kan se tillbaka på en ständig utveckling.



Frida Langvad, enhetschef och Susanne Eriksson, specialistpsykolog på BUP i Norrtälje.
Foto: Conny Holm

– Jag började i verksamheten 2015 som psykologassistent. Det ledde fram till en PTP-tjänst och efter det till ett arbete som legitimerad psykolog och samordnare. I somras tillträdde jag som enhetschef.

Frida berättar att hon slog in på ledarspåret lite tidigare än planerat.

– Jag hade föreställt mig att jobba längre tid i den kliniska verksamheten men blev väldigt glad när möjligheten kom. Detta är en härlig och rolig avdelning med en bra personalgrupp, och det kändes självklart att söka tjänsten när den blev ledig.

Utvecklingsmöjligheter

Både Frida och Susanne kan varmt rekommendera andra psykologer att

söka sig till BUP i Norrtälje, inte minst för att det finns så många olika karriärvägar.

– Specialistutbildningen är bara ett exempel på en möjlig karriärväg hos oss. Sedan har vi också en fantastisk verksamhet med en driven och engagerad personalgrupp som stöttar och hjälper varandra i det dagliga arbetet, säger Frida.

Ett kvitto på att det verkligen är en väl fungerande verksamhet är att flera PTP-psykologer söker sig till BUP i Norrtälje.

– Många väljer också att stanna kvar efter att de fått sin legitimation och många av våra medarbetare har varit här länge, säger Frida.



Värdbolaget Tiohundra ägs av kommunalförbundet Sjukvård och omsorg i Norrtälje, ett samarbete mellan Region Stockholm och Norrtälje kommun. Här samlas allt från traditionell landstingsverksamhet såsom sjukhus, primärvård och psykiatri till traditionell kommunal verksamhet, till exempel äldreomsorg, socialpsykiatri och LSS-boenden i samma bolag.

Tiohundra AB
Box 905
761 29 Norrtälje
Tel: 0176-10 100
E-post: registrator@tiohundra.se
www.tiohundra.se/ledigajobb



Susanne flikar in att man på mottagningen arbetar aktivt med att skapa bra förutsättningar för PTP:are så att de ska upptäcka tjuvningen med jobbet och vilja stanna i yrket.

– Vi erbjuder även mentorprogram som riktar sig både till de som är helt nya i yrket och till mer erfarna psykologer, som är nya inom BUP. Hos oss får alla möjlighet till en bra start.

Hög utvecklingsambition inom Region Kronobergs psykiatri

Arbetsmiljön inom psykiatrin i Region Kronoberg präglas av stark sammanhållning och aktivt kunskapsutbyte. Här har psykologerna goda möjligheter att fortbilda sig och påverka sin arbetssituation samtidigt som de får chansen att vara delaktiga i regionens vårdutveckling.

I Region Kronoberg verkar barn- och ungdomspsykiatrin (BUP) och vuxenpsykiatrin (VUX) under samma centrum. Klinikerna samverkar redan inom flera områden, vilket skapar stora sam-

ordningsvinster, och det råder en positiv stämning och en strävan efter att utveckla och förbättra arbetet.

– Att arbeta inom psykiatrin är både utmanande och roligt. Jag som arbetar inom BUP trivs väldigt bra med att få lära känna både barnen och deras familjer, och det är verkligen givande att se de resultat som uppnås genom förändringsarbetet, säger Maja Hansson, psykolog inom småbarnsteamet, som även arbetar med inriktning på traumafokuserad KBT med de äldre barnen.

Del av samhällsutvecklingen

Där är hon överens med kollegan Mar-

tin Glosax, psykolog, psykoterapeut, handledare och lärare inom psykoterapi.

– Jag arbetar inom VUX med personer med OCD; psykiatri handlar för mig om att kunna göra en omedelbar skillnad, men också om att vara en del av samhällsutvecklingen och engagera sig i samhällsrelaterade frågor, betonar Martin, som också undervisar vid Linnéuniversitetet.

À jour med forskningen

Både Martin och Maja betonar den goda sammanhållningen vid de respektive klinikerna, men även de starka satsningar som finns inom regionen på kompetens, vårdprocesser och -utveckling, samverkan och patientsäkerhet.

– Att jobba inom psykiatrin i Kronoberg innebär att man får vara en del i satsningar på den regionala utvecklingen, vilket bland annat inkluderar att digitalisera den psykiatriska vården för att göra den tillgänglig för befolkningen. På mer lokal nivå finns det ett tydligt fokus på kompetensutveckling, något som ytterligare förstärks av den närhet



Susann Winst, Maja Hansson och Martin Glosax på psykiatrin i Region Kronoberg.

Foto: Martina Wärenfeldt

vi har till akademien, bland annat genom en satsning vi har på att anställa disputerade psykologer, berättar Martin.

– Den närheten märks i vardagen. Det finns ett intresse och en lyhördhet för att ta vara på vår kompetens och dra nytta av den, och möjligheterna att specialisera sig inom ett eller flera områden är många. Kort sagt har vi en hög utvecklingsambition, vilket medför att vi håller oss à jour med forskning och utveckling såväl nationellt som internationellt. Det finns mycket att lära och vi vill ligga längst fram, avslutar Maja.

i

I Kronobergs län bedrivs högspecialiserad psykiatri för såväl barn och ungdomar som vuxna. Arbetet bedrivs i tvärprofessionella team med patienten i centrum. Såväl BUP-kliniken som VUX öppenvård och motagningsverksamhet finns på Centrallasarettet i Växjö och på lasarettet i Ljungby. Den slutna psykiatriska specialistvården finns på Sigfridsområdet i Växjö, där det även finns en psykiatrisk akutmottagning.



Region Kronoberg
Tel. vxl: 0470-58 80 00, www.regionkronoberg.se

Spännande tid på Capiro Psykiatri

Nu händer mycket på Capiro Psykiatri. Som psykolog kan du vara med och utveckla verksamheten, samtidigt som du har tryggheten av standardiserade processer och tydlig kvalitetsuppföljning.

Idag sker en stor omorganisation av Capiro Psykiatri, där vissa verksamheter försvinner och andra kommer in. För psykologer som vill jobba med högkvalitativ, evidensbaserad vård finns det en rad karriärmöjligheter.

– På Capiro sätter vi stort värde på psykologer eftersom vi ser vikten av gedigen diagnostisk kompetens i psykiatrin. Psykologer har en unik kompetens och är oerhört duktiga på att bedöma och analysera symtom och medverka i behandling. Det tar vi till vara, säger Paul Howard, som själv är psykolog i botten, men idag jobbar som verksamhetsutvecklare inom Capiro Psykiatri samt som verksamhetschef för två av vårdbolagets mottagningar.

Jobbar optimerat

Förbättringsarbetet genomsyrar hela Capiro, från högsta koncernledningsnivå och genom alla delar av verksamheten. Inom Capiro Psykiatri är alla processer



Paul Howard, psykolog och verksamhetsutvecklare inom Capiro Psykiatri.
Foto: Johan Marklund

standardiserade och kopplade till kvalitetsmått, produktion och produktivitet. Effekten av metoder och behandlingar följs upp och utvärderas ständigt, och alla avvikelser rapporteras och analyseras. Detta skapar trygghet för såväl patienter som medarbetare.

– Vi vill jobba optimerat i alla avseenden, med rätt resurser på rätt plats för att skapa vård av högsta kvalitet och största värde för våra patienter. Psykologer är en helt central del av den processen, förklarar Paul Howard.

PTP och forskning

Idag sker en stor rekryteringsprocess för psykologer och Capiro erbjuder allt från PTP-platser till tjänster för mer erfarna

eller specialiserade psykologer. För den som till exempel vill arbeta med organisationsutveckling inom ramen för PTP finns goda förutsättningar eftersom det idag pågår ett stort förändringsarbete på Capiro Psykiatri. För alla psykologer finns också goda möjligheter till kompetensutveckling, med interna och externa föreläsningar och utbildningar och regelbundna professionsträffar. Capiro stöttar också den som vill utbilda sig till specialistpsykolog med betald utbildning.

– Vi ser också mycket positivt på forskning och har ett kvalitetsråd som arbetar med det. Här finns exempelvis möjligheter till delade tjänster där vi samverkar med universitet och hög-

i

Capiro Psykiatri är en av Sveriges största privata vårdgivare inom psykiatrisk specialistvård, med verksamhet inom allmänpsykiatri, beroendemedicin och ätstörningar. Nya verksamheter för i år är bland annat Neuropsykiatriska utredningar för barn och vuxna i Örebro, Vård av hemlösa i Stockholmsregionen, Slutenvård i Jakobsberg, Stress- och traumamottagning i Stockholm samt Rehabilitering av smärta och utmattning i Stockholm. Vården bedrivs på kontrakt, utifrån fritt vårdval samt som privat vård. Capiro Psykiatri finns i Stockholmsområdet, Östergötland, Västra Götaland, Skåne och Örebro.

www.capiro.se



skolor, berättar Paul Howard och fortsätter:

– Just nu är det en spännande tid på Capiro Psykiatri. För psykologer finns så många olika möjligheter och man kan verkligen bidra och påverka utvecklingen av vården och organisationen i stort.

Skapar förändring som håller

Sedan PBM och Psykiatripartners i Östergötland gick samman kan de hjälpa till i flera steg i vårdkedjan och nå fler med sina framgångsrika evidensbaserade behandlingar som utgår från kognitiv beteendeterapi.

– Genom vårt samgående täcker vi större geografiska områden samtidigt som vi får en större organisation. Med fler kunniga kollegor ökar vårt kollegiala lärande och vi kan gemensamt utveckla våra behandlingar vidare, förklarar Andreas Kivinen, Leg. Psykolog, Leg. Psykoterapeut och Specialist i psykologisk behandling på PBM.

Efter samgåendet har de fyra affärsområden: Vårdval där de hjälper människor med utmattningssyndrom och/eller långvarig smärta på uppdrag av landstinget, Privatmarknad som inkluderar tjänster inom utredning, behandling och organisationsutveckling för företag, försäkringsbolag, offentliga organisationer och privatkunder, Digital utveckling och numera även Psykiatri.

Strukturerade och kreativa team

Andreas Kivinen's fokusområden är utmattningssyndrom och långvarig smärta, områden som tydligt kombinerar kropp och psyke.

– Det fysiska och psykiska välmåendet inverkar ju på varandra och då är det otroligt intressant att kunna jobba med en beteendemedicinsk inriktning och påverka båda samtidigt, fortsätter han.

De jobbar också mycket i tvärprofessionella team där det ingår både psykologer, läkare, fysioterapeuter och rehabiliteringskoordinatorer.

– Vi har satsat mycket på att utveckla ett konstruktivt teamarbete där en av de viktigaste delarna är att alla jobbar



Andreas Kivinen, Leg. Psykolog, Leg. Psykoterapeut och Specialist i psykologisk behandling på PBM och Noor Daud, Leg. Psykolog på Psykiatripartners i Östergötland.
Foto: Johan Marklund

strukturerat mot samma mål, oberoende av profession. Det är bland annat det som skapar de hållbara resultaten, konstaterar han.

I utvecklingsarbetet ingår teamledning för att utveckla teamen och hålla en tydlig ansvarsfördelning inom teamet. På det viset blir alla samarbeten inom teamet både kreativa och effektiva.

Psykiatrien når ut till nya patientgrupper

Psykiatripartners i Östergötland adderar psykiatri till verksamheten, vilket gör att de tillsammans kan bidra inom fler steg i vårdkedjan.

– Det känns mycket bra att vi nu får större gemensamma krafter att hjälpa människor att må bättre, och det är en

lyx att få arbeta med så kompetenta kollegor inom olika professioner. Vi jobbar inom öppenvårdspsykiatri med patienter med stora hjälpbehov, vilket är ett mycket stimulerande jobb, och med mer resurser kan vi göra ännu större nytta, förklarar Noor Daud, Leg. Psykolog på Psykiatripartners i Östergötland.

Hon jobbar själv inom Barn- och ungdomspsykiatri och Psykiatripartners bestämde sig för ett antal år sedan att de skulle jobba hårdare för att nå ut till patienter som normalt inte sökte sig till deras mottagningar.

– Vi inledde då ett samarbete med skolor i områden med socioekonomiska utmaningar. Sedan tre år lånar jag ett rum på dessa skolor där jag har mottagning och resultaten har varit påtagliga. Det känns verkligen mycket bra att kunna bidra till att de får en bra start i livet, fortsätter hon.

Stora möjligheter till utveckling

Både Andreas Kivinen och Noor Daud betonar vikten av att ha en bra arbetsmiljö som basplattform, där de både kan lära av varandra och stötta varandra.

– När vi nu gått samman och har fyra affärsområden så finns också stora möjligheter för personlig utveckling som psykolog hos oss. Man kan antingen välja att fördjupa sig inom ett av områdena eller att byta affärsområde och utvecklas åt ett nytt håll genom utbildningsinsatser och stöd av kollegorna. Det är även flera medarbetare som har tagit steget till en ledarroll inom företaget, konstaterar Andreas Kivinen.

Att de är ett privat företag ger också större möjligheter då de kan vara mer lyhörda och förändringsbenägna. De

kan exempelvis snabbare följa upp om delar av arbetssättet inte visar sig vara effektivt, och då göra justeringar.

– Vi kan påverka både våra arbetsätt och den vård vi ger, inom landstingets ramar naturligtvis, och det skapar en väldigt positiv arbetsmiljö där vi verkligen trivs. Att vi även har mycket roligt tillsammans skadar ju inte, avslutar Noor Daud med ett leende.



PBM förbättrar människors och organisationers välbefinnande och prestationsförmåga. Vi erbjuder beteendeorienterade produkter och tjänster – kognitiv beteendeterapi och beteendebaserat ledarskap – som långsiktigt förändrar, förebygger och utvecklar. Genom förvärvet av Psykiatripartners innefattar verksamhetsutbudet även barn- och ungdomspsykiatri samt specialiserad psykiatrisk öppenvård för vuxna. Verksamheten är vetenskapligt förankrad.

Läs mer på www.pbm.se eller karriar.pbm.se/jobs

Kontakt:

Yvonne Karlsson, HR-chef
E-post: yvonne.karlsson@pbm.se



Foto: Johan Marklund

Arbeta för elevers hälsa i Stockholms stad

Vill du arbeta med barn och unga, vara en del av deras dagliga miljö och jobba förebyggande och hälsofrämjande? Välkommen som skolpsykolog i Stockholms stad. Här är du en central resurs i elevhälsoarbetet och arbetar strategiskt på många nivåer för att eleverna ska trivas och må bra.

Hanna Wallensteen förstod redan under sista året på psykologutbildningen att det var inom skolans värld som hon ville jobba. När det var dags att göra PTP efter sin examen 2017 sökte sig Hanna till Vällingbyskolan, en F-9-skola i västra Stockholm, med cirka 810 elever. Där är hon nu kvar som ordinarie skolpsykolog.

–Det är fantastiskt att följa eleverna på det sätt som man gör som skolpsykolog. Här handlar det inte bara om att träffas på bokade tider med långa mellanrum mellan mötena. Vi ser barnen och ungdomarna kontinuerligt i deras vardag under flera år och kan få en bild av deras samspel med kompisar och lärare. Detta är unikt för just skolpsykologer, menar hon.

Hanna får medhåll av sin kollega Roger Sitbon. Han jobbar på Alviksskolan, en F-9-skola med särskilda hörselklasser, samt på Ulvsundaskolan, som är en närliggande F-3-skola. Totalt ansvarar han för cirka 1 070 elever.

–Man kommer väldigt nära eleverna, stöter på dem i korridorerna och kan snabbt stämma av hur de mår. Vi har ju också daglig kontakt med lärare och annan skolpersonal, så vi får ett helhetsperspektiv. Elevernas familjer är också en viktig del. Har man väl börjat jobba inom skolan är det svårt att slita sig därifrån, säger Roger, som arbetade inom bland annat habilitering och egen verksamhet under många år innan han började som skolpsykolog 2012.

Jobbar strategiskt

Skolpsykologens roll i Stockholms stad handlar till stor del om att arbeta strategiskt på grupp- och organisationsnivå och till mindre del om utredningar och åtgärder på individnivå. Det är ett väldigt varierat arbete som spänner över ett brett spektrum.

–Vi befinner oss sedan en tid i ett paradigmskifte. Skolpsykologen måste inte längre vara en som sitter och tar emot elever som har problem och gör punktinsatser. Istället försöker vi arbeta

förebyggande och hälsofrämjande tillsammans med övriga i elevhälsan för att skapa en bra lärmiljö och inkluderande klassrum. Många tror också att vi ger behandling, men det är inte vår uppgift, utan då hänvisar vi exempelvis till primärvården eller BUP, förklarar Hanna.

Hanna och Roger vill gärna slå hål på myten att skolpsykolog skulle vara ett ensamt jobb. Tvärtom är skolpsykologer i Stockholms stad i högsta grad en aktiv och drivande del av elevhälso-teamen, där de arbetar nära kuratorer, skolsköterskor, skolläkare, studieväglare och speciallärare.

–Vi kan visserligen vara den enda psykologen på respektive skola, men har ett tätt samarbete med andra professioner. Dessutom har vi handledning fyra gånger per termin, flera tillfällen till fortbildning och starka nätverk där vi behandlar yrkesspecifika frågor. Vi har ett nära utbyte mellan skolorna och stark kollegial sammanhållning, berättar Roger.

Starkt professionsstöd

En stor fördel med att arbeta i Stockholms stad är att det finns resurser och muskler att stödja skolpsykologerna. Det ger avlastning när det gäller många administrativa och rutinartade uppgifter, som annars kan sluka tid och energi.

–Vi har ett otroligt bra professionsstöd i ryggen. Staden tillhandahåller aktuellt testmateriel och säkerställer att vi har relevant fortbildning i nya rön och metoder. Det är väldigt skönt att slippa lägga tid på sådant och tacksamt att ha en så gedigen resursbank. Många mindre kommuner kan ha svårt att matcha det, säger Hanna.

Stor variation

En annan sak som gör Stockholms stad attraktivt är den stora variationen. Här finns alla typer av skolor och upptagningsområden, så det finns goda chanser att välja vilken miljö och inriktning man vill jobba inom.

–Det finns något för alla. Det är enorm variation mellan de olika skolorna och stadsdelarna. Man kan också jobba mer specialinriktat, exempelvis med hörselklasser. På så sätt kan man verkligen utveckla sin kompetens inom ett visst område, säger Roger.

Efter en omorganisation nyligen är varje skolpsykolog anställd på sin respektive skola, istället för centralt. Detta gör det till en spännande tid att vara skolpsykolog i Stockholms stad, berättar Hanna och Roger.

–Nu formar vi framtiden för hur elevhälsan och skolpsykologerna ska arbeta. Som skolpsykolog är man med och utvecklar nya rutiner och arbetssätt

och kan verkligen göra skillnad i hur vi bäst kan säkerställa elevers välmående och hälsa. Det är ett så tacksamt jobb, där små insatser ofta kan göra enorm skillnad för en elev.



Stockholms stad har 140 kommunala grundskolor och 28 kommunala gymnasieskolor. Som skolpsykolog uppmuntras du att ta ett eget ansvar men är samtidigt en del i ett elevhälso-team på den skola du jobbar på. Stockholms stads utbildningsförvaltning erbjuder kontinuerlig kompetensutveckling till alla skolpsykologer och ett starkt professionsstöd. Stockholms stad söker nu fler psykologer som lockas av spännande karriärmöjligheter och av att arbeta med barn och unga.

Kontakt:

Britta Hansen, medicinskt ledningsansvarig psykolog vid Utbildningsförvaltningen
Tel: 076-123 28 26
E-post: britta.hansen@stockholm.se
www.stockholm.se



Stockholms stad



Hanna Wallensteen, skolpsykolog på Vällingbyskolan och Roger Sitbon, skolpsykolog på Alviksskolan.

Foto: Gonzalo Irigoyen

Utvecklande miljö för skolpsykologer

Sedan ett par år jobbar skolpsykologerna i Borås utifrån en gemensam plattform vilket ger dem bättre möjligheter att hjälpa elever med problem. De har själva varit med och utformat de nya arbetssätten för en bättre och en mer stimulerande arbetsmiljö.

Från att tidigare ha varit utplacerade på olika skolor sitter de nu gemensamt i en central organisation med ansvar för ett antal kontaktskolor.

– Den nya organisationen fungerar verkligen bra, det är en stor styrka i att sitta ihop med andra skolpsykologer och kunna bolla olika frågeställningar och stötta varandra. När jag tidigare satt ute på en skola var det ofta ett väldigt ensamt jobb och jag saknade ett kollegialt utbyte, berättar Matilda Månshav, skolpsykolog i Borås.

Kan hjälpa fler elever

Förändringen i organisationsstruktur kom i samband med att Borås gick från att ha haft ett antal olika stadsdelsförvaltningar med eget ansvar för skolorna till en enda gemensam grundskoleförvaltning.

– Den nya gemensamma organisationen bidrar mycket till arbetet med att skapa en likvärdig skola med samma bemötande och rutiner i alla skolor som hör till Borås, vilket är väldigt bra för eleverna. Att vi skolpsykologer sitter tillsammans förstärker den effekten då nya metoder och verktyg kommer alla



Matilda Månshav och Sofia Kjellsson, skolpsykologer i Borås.
Foto: Ulf Ekström

skolor till del samtidigt, förklarar Sofia Kjellsson, skolpsykolog i Borås.

En stor fördel med den samlade arbetsorganisationen är att fler skolor nu får möjlighet att använda en skolpsykolog till elever med behov av det.

– Det blir mycket mer flexibelt då vi kan jobba även på skolor som inte är våra angivna kontaktskolor, så om det uppstår vakanser eller långtidssjukskrivningar så täcker vi andra upp för det och ser till att eleverna får det stöd de behöver, fortsätter hon.

Bidrar till det samlade skolarbetet

För skolpsykologerna själva innebär den nya organisationen att de fått en mycket inspirerande arbetsmiljö där de kan utvecklas mycket genom samspelet med de andra skolpsykologerna, få tips om nyheter och diskutera allvarliga problemställningar som kräver mer än en hjärna för att lösas.

– Det är även en stor fördel för oss att inte ha rektorn eller någon annan ur skolledningen som chef, då vi kan komma med förslag på lösningar och ser förhållanden som de inom

skolan inte själva ser. Det är lätt att bli hemmablind, konstaterar Matilda Månshav.

Nu jobbar de mer som konsulter men i ett kontinuerligt sammanhang då de jobbar tätt samman med sina kontaktskolor.

– Vi försöker att vara med på de elevhälsoteam-möten som hålls ute på våra kontaktskolor varje vecka. Där diskuteras skolans elevarbete i ett bredare perspektiv och vi kan addera det psykologiska perspektivet även i frågor som inte direkt rör en enskild elevs problematik. Det kan handla om att de vill dela upp en klass i mindre grupper, eller slå ihop två klasser till en större. Då kan vi ge råd kopplat till grupp psykologiska aspekter som man behöver ta hänsyn till. Psykologin kommer ju in i alla frågor som rör samspelet mellan människor, fortsätter hon.

Engagerade och lyhörda chefer

I samband med att den nya grundskoleförvaltningen sattes i början av 2017 och skolpsykologerna skulle samlas centralt så fick medarbetarna stora möj-

ligheter att påverka hur den nya organisationen skulle utformas.

– Vi har fantastiska chefer som ger oss stort förtroende och mycket eget spelrum för att bestämma över vårt arbete. De är väldigt entusiastiska, framåtsträvande och lyhörda för nya idéer, vilket är mycket inspirerande för oss, berättar Sofia Kjellsson.

En sak de båda uppskattar med att vara skolpsykolog är att de får integrera all den psykologiska kunskap de besitter i en helhet, då de jobbar både utifrån individ-, grupp- och organisationsperspektivet. De får även vara en del av många intressanta tvärprofessionella diskussioner där representanter från skolans hela Elevhälsa deltar.

– Det är verkligen både spännande och utvecklande. Men viktigast av allt är naturligtvis möjligheten att få bidra till att hjälpa elever tidigt i livet så de klarar av grundskolan och får en bra plattform för resten av sina liv. Att få möjligheten att göra en sådan insats för ett barn eller en ungdom är fantastiskt, avslutar Matilda Månshav.



Skolpsykologerna sitter tillsammans i Grundskoleförvaltningens lokaler. Deras uppdrag är att bidra med psykologisk kompetens i skolans elevhälsoteam och deras kompetens används såväl i det övergripande arbetet med skolans organisation som i grupp- eller individinriktat elevhälsoarbete. Elevhälsan som helhet ska bidra till att skapa lärmiljöer som främjar elevers lärande, utveckling och hälsa så att elevers utveckling mot utbildningens mål främjas.

På Elevhälsan för grundskolan i Borås Stad finns:

- 9 centrala tjänster
- 37 specialpedagoger
- 27 skolsköterskor
- 21 skolkuratorer
- 10 skolpsykologer

www.boras.se



BORÅS STAD

Gävleborg – den psykologvänliga regionen

– Att arbeta utanför storstadsområdena ger många fördelar. Här finns möjlighet att utforma sin verksamhet på ett helt annat sätt än i större landsting. Andra fördelar är vettiga bostadspriser och cykelavstånd till jobbet, säger Josef Neib, psykolog inom Region Gävleborg.

Josef Neib flyttade till Gävle för fyra år sedan. Då läste han psykologutbildningen och fick en PTP-tjänst som delades mellan heldygnsvården inom allmänpsykiatri och öppenvården.

– Det passade mig perfekt och var jättespännande. Efter det fastnade jag i Gävle eftersom jag hamnat på en väl fungerande vuxenpsykiatrisk mottagning där jag fick arbeta med det jag brann för, samtidigt som jag fick vara med och utveckla verksamheten.

Under de följande åren fortsatte Josef på det inslagna spåret, gick en DBT-utbildning och arbetade med personer med emotionell instabilitet.

– Sedan fick jag möjlighet att bli projektledare för införandet av digital psykiatri. Inte minst på glesbygden kan det vara svårt att fylla behovet av psykiatrisk vård. Med hjälp av det nya digitala psykiatriteamet kan vi nu serva mottagningar inom hela regionen.

Rent praktiskt fungerar det så att patienten sitter framför en skärm på närmaste vuxenpsykiatriska mottagning som kan vara i Bollnäs, Hudiksvall, Sö-

derhamn eller Sandviken medan psykologen finns i Gävle.

– På det här viset kan vi hjälpa fler och skapa en jämlikare vård. Min önskan är att alla ska få en likvärdig vård oavsett var man bor.

Stora möjligheter

Även Bob Persson gjorde sin PTP i Gävleborg och blev färdig psykolog 2015.

– Under utbildningstiden utvecklade jag ett stort intresse för forskning och hade tankar på att doktorera. Sedan hamnade jag i Bollnäs på BUP, en förhållandevis liten mottagning där man får arbeta brett, vilket tilltalade mig.

I slutet av 2017 axlade Bob rollen som vårdenhetschef, en tjänst han kombinerade med kliniskt arbete.

– Det har varit fantastiskt utvecklande år, både yrkesmässigt och personligt. Nu har tiden kommit att utveckla mina terapeutiska och utredningsfärdigheter, jag vill fokusera på den kliniska biten och närheten med patienter. Till syvende och sist handlar det om var jag med mina färdigheter som psykolog kan

göra störst nytta och därför lägger jag för tillfället chefsjobbet på hyllan.

Både Bob och Josef beskriver Gävleborg som en mycket psykologvänlig region.

– Om man visar framfötterna och kanske har ett särskilt område som man brinner lite mer för så finns det goda utvecklingsmöjligheter. Det som har varit så kul är att chefer och chefers chefer velat satsa på oss nya, och många vårdutvecklare och chefer är psykologer.

Finns det en vilja så finns det i de allra flesta fall också en väg framåt.

Hög livskvalitet

Förutom de goda möjligheterna till vidareutbildning och utveckling lyfter Bob och Josef även fram de geografiska fördelarna med att bo lite utanför storstadsområdena.

– Jag bor numera i Bollnäs och hade ärligt talat fördomar om att det låg helt off. Men så känns det inte alls, här finns allt man behöver i kombination med hög livskvalitet och närhet till naturen, säger Bob.

Josef, som bor i Gävle, nickar instämmande.

– Huspriserna är mycket rimligare och jag kan cykla eller springa till jobbet istället för att pendla en timme till jobbet i någon av storstäderna. Jag vill inte att livet ska vara en transportsträcka på det sättet, det finns helt enkelt roligare saker att göra. Om du vill besöka storstaden tar tåget till Stockholm bara 80 minuter och Arlanda ligger mindre än en timme bort. Det är nära till allt och det mesta finns på nära håll.

Framtid

Att sja om framtiden är inte lätt men inom fem år hoppas Josef ha påbörjat ett forskningsprojekt med fokus på den digitala verksamheten.

– Jag vill i alla fall fortsätta utvecklas antingen som kliniker eller något annat, inom Region Gävleborg finns alla möjligheter. Så länge det finns något som handlar om förändring är jag nöjd.

Även Bob ser forskning som ett möjligt framtida uppdrag.

– Jag kanske hoppas på ett nytt chefsuppdrag, satsar på att doktorera eller söker till psykoterapeututbildningen, som bara är ett exempel på alla spännande utmaningar och möjligheter som står till buds för regionens psykologer.



Barn- och ungdomspsykiatri i Gävleborg är ett länsövergripande verksamhetsområde som ingår i Division Medicin-Psykiatri. VO habilitering och barnpsykiatri har drygt 200 medarbetare. BUP har fem öppenvårdsmottagningar lokaliserade i Bollnäs, Hudiksvall och Gävle. Slutenvård sker i samverkan med vuxenpsykiatri och barnklinik i Gävle. BUP Gävleborg har uppdrag att bedöma, utreda och behandla barn och unga 0–17 år med allvarlig psykisk ohälsa. Verksamheterna erbjuder många karriärvägar och stora möjligheter för psykologer att utvecklas i sin profession med starkt fokus på kvalitet samt goda arbets- och lönevillkor.

www.gavleborg.se



Bob Persson och Josef Neib, psykologer hos Region Gävleborg.
Foto: Pernilla Wahlman

Utvecklingsprojekt skapar delaktighet

Inom vuxenpsykiatri i Västra Götalandsregionen finns den regionala utvecklingsplanen som ett tydligt ramverk inom vilken mycket utveckling sker och det finns stora möjligheter för medarbetarna att delta i utvecklingsprojekt och kompetensutvecklas.

Det konstaterar Bengt-Arne Andersson, ordförande Samordningsråd VUP VGR och verksamhetschef VUP, Södra Älvsborgs sjukhus.

– Vi har sedan länge vetskapen om den betydelsefulla roll som psykologer spelar i vår verksamhet och satsar mycket på dem, både med nya typer av karriärvägar och kompetensutveckling; allt från att erbjuda många platser till psykologstudenter för deras PTP-tjänstgöring till specialisttjänster för de erfarna psykologerna.

Regionen har tillsatt regionala och lokala studierektorer som bidrar till utveckling av specialistkompetenser och det finns även en regional utbildnings-



Ulrica Bonde, leg. psykolog, leg. psykoterapeut, DBT-teamet i Kungälv.
Foto: Markus Holm / Amplifyphoto

enhet som påverkar utvecklingen av psykologyrket i regionen genom olika kompetenshöjande insatser.

Regional plan skapar struktur

Den regionala utvecklingsplanen, som Bengt-Arne Andersson refererar till som den tydliga strukturen inom vilken vuxenpsykiatri har utvecklats, var ett politiskt initiativ och togs fram för perioden 2014-2018. Nu diskuteras utformning och inriktning på nästa plan.

– Vi har en bred och stark kunskapsorganisation både lokalt och regionalt, vilket gör att utvecklingen fortsätter i samma riktning och med stor energi. Det ger våra medarbetare goda möjligheter att påverka sin arbetssituation och även vårdens utformning genom att delta i olika utvecklingsprojekt parallellt med det kliniska arbetet.

Huvudsyftet med utvecklingsplanen är att se till att den psykiatriska vården håller hög kvalitet, är jämnt fördelad i regionen och med ett likvärdigt vårdutbud.

En trend han ser framöver är att, i takt med ökad kunskaps- och metodutveckling, olika typer av vård koncentreras till specialiserade enheter inom regionen. Det kan handla om enheter för tvångssyndrom eller spelmissbruk.

– Inom de mer specialiserade enheterna finns också stora utvecklingsmöjligheter för de som vill fördjupa sig inom något av områdena.

heter för de som vill fördjupa sig inom något av områdena.

Det nationella självskadeprojektet

Ett specialistprojekt som pågick under en längre tid var Nationella självskadeprojektet, som inleddes 2012 och nu gått över i den nya kunskapsorganisationen. Syftet var att förbättra bemötandet inom vården mot den patientgruppen samt att minska självskadebeteende genom att införa nya behandlingsmetoder och förstärka befintliga.

– Vi har bland annat tagit fram bemötandebildningar mot både slutenvården och öppenvården för att ge verktyg att kunna hantera problematiska beteenden hos patienter som skär sig själva eller har annat självdestruktivt beteende, och för att ge personalen färdigheter att hantera egna känslor i mötet med patienten, förklarar Ulrica Bonde, leg. psykolog, leg. psykoterapeut, DBT-teamet i Kungälv samt en av projektledarna för projektet.

Självskadebeteende har en affektgrundande funktion, de drabbade har svårt att veta vad de känner och/eller hur de kan kommunicera det de känner. Självskadebeteendets funktion är ofta att minska svåra känslor, inte att få uppmärksamhet som det ibland

framställs. Många skäms för det och försöker dölja det, vilket gör det svårt att upptäcka. Så i utbildningen är en viktig del att lära sig ställa rätt frågor.

Satsar på kompetenshöjning

Västra Götalandsregionen har satsat mycket på bemötandebildningen och idag finns utbildare i princip i alla sjukvårdsområden, men det krävs även behandlingar.

– För de med svåra psykiatriska problem finns DBT-behandling som man vet är effektiv, men den tar upp till två år att genomföra. Det fanns därför även ett behov av mer kortare insatser. Nationellt och i VGR har man satsat stort på införandet av Emotion Regulation Group Therapy, ERGT, som löper under 16 veckor.

Man kan tro att det är jobbigt och ensamt att som psykolog jobba med sådana här svåra tillstånd, men Ulrica Bonde framhåller att det är en felaktig föreställning.

– Under behandlingar som DBT jobbar vi alltid i team vilket innebär att det hela tiden finns stöttning runt omkring och man känner sig aldrig utlämnad som enskild psykolog. Dessutom är det hoppfullt att se att patienterna kan sluta självskada och även att vi ofta kan avskrivna diagnoser.



Bengt-Arne Andersson, ordförande Samordningsråd VUP VGR och verksamhetschef VUP, Södra Älvsborgs sjukhus.

Breddar vårdutbudet för psykisk ohälsa hos unga

Antalet unga som söker till vården för psykisk ohälsa har ökat stort. I Västra Götalandsregionens utvecklingsplan för barnpsykiatri inkluderas därför vårdcentralerna mer aktivt för att nå ut till fler.

I den regionala utvecklingsplanen för barn- och ungdomspsykiatri i Västra Götalandsregionen (VGR) är målet att samtliga barn och ungdomar i regionen, oavsett var man bor eller vilka barn- och ungdomspsykiatriska behov man har, ska garanteras en likvärdig tillgänglighet, bedömning, utredning och behandling av god kvalitet.

– De regionala riktlinjerna ställer krav på hur vården ska ske på ett evidensbaserat sätt och utvecklingsplanen beskriver hur det ska göras, vilka kompetenser som kommer att behövas och hur organisationen ska utvecklas, förklarar Lars Ahnngnell, ordförande Samordningsråd BUP VGR och verksamhetschef BUP, NU-sjukvården.

Större och mer robusta enheter

Gällande organisationen så konstaterar han att den behöver bli betydligt mer robust; idag är den sårbar bland annat på grund av den stora personalomsättningen som gör att kontinuiteten saknas.

– Vi kommer därför att skapa större och mer robusta enheter där målet är att det alltid finns tillgång på kompetens, även om någon slutar eller blir sjuk. För mig som verksamhetschef är det viktigt att se till att patienterna alltid har tillgång till högkvalitativ vård oberoende av var de bor, och utvecklingsplanen är ett viktigt redskap i den ambitionen.

Han förklarar vidare att utvecklingsplanen även gör det möjligt att erbjuda en attraktiv arbetsplats för psykologer som vill vara med och bidra till en fortsatt hållbar utveckling av psykiatrivården i regionen.

– Vi ser gärna att medarbetare parallellt med sitt kliniska arbete deltar i vårt utvecklingsarbete. På det viset säkrar vi dels att arbetet får verklighetsförankring och dels att medarbetarna blir delaktiga i utvecklingen.

Involverar vårdcentralerna mer

Ett exempel på ett sådant är pilotprojektet "Ungas psykiska hälsa – vårdcentral" vars syfte är att utveckla en modell för VGR hur unga med psykisk ohälsa ska bedömas och vid behov behandlas bättre i primärvården.

I varje vårdcentral grunduppdrag ingår det att göra en första bedömning av psykisk ohälsa hos barn och unga.

– Men erfarenheten visar att unga inte tagits om hand på rätt sätt på många vårdcentraler och därför beslutades att starta detta pilotprojekt. Det innebär en satsning med extra resurser till ett antal vårdcentraler för att särskilt ta hand om barn och unga med psykisk ohälsa i åldrarna 6–18 år, förklarar Zophia Mellgren, projektledare för pilotprojektet.



Lars Ahnngnell, ordförande Samordningsråd BUP VGR och verksamhetschef BUP, NU-sjukvården.

Både privata och offentliga vårdcentraler kunde söka till projektet och idag ingår 16 stycken.

– Vårdcentralerna ska jobba enligt den framtagna modellen och parallellt med det så följer vi upp och utvärderar resultaten. Hittills har det bara varit positiva omdömen från både patienter och anhöriga, fortsätter hon.

Stegvis vård

På var och en av de 16 vårdcentralerna finns nu team bestående av psykologer, psykoterapeut och socionom.

– Det ingår ett antal obligatoriska utbildningsinslag i evidensbaserade metoder som vårdcentralerna ska genomgå, och för att sprida kunskaperna bredare i regionen så erbjuds platser på utbildningarna även till personal från övriga vårdcentraler i regionen, förklarar Evelina Stranne, före detta områdeschef

Psykisk hälsa på två av de ingående vårdcentralerna och sedan 1 mars även biträdande projektledare i projektet.

Det regionen vill åstadkomma med att involvera vårdcentralerna mer aktivt i att hantera psykisk ohälsa är att de ska kunna hantera mindre allvarliga tillstånd så att specialistvården kan fokusera och få tid till de som behöver mer omfattande insatser.

– Vi vill gärna kunna fånga upp unga redan när de första symptomen på psykisk ohälsa dyker upp så att det inte utvecklas till allvarigare problem. Om man jämför med den somatiska vården så sker den stegvis, där de enklare behandlingarna av exempelvis ont i halsen hanteras på vårdcentralen medan allvarliga problem remitteras till specialistvården. Så bör det naturligtvis även vara för psykiatriska problem vilket detta projekt syftar till och också har lyckats med, avslutar hon.



Zophia Mellgren, projektledare och Evelina Stranne, biträdande projektledare i pilotprojektet "Ungas psykiska hälsa – vårdcentral".
Foto: Patrik Bergenstam



Västra Götalandsregionen (VGR) har drygt 1,6 miljoner invånare bosatta i 49 kommuner. Specialiserad psykiatrisk vård bedrivs vid Kungälvssjukhus, NU-sjukvården, Sahlgrenska Universitetssjukhuset (SU), Skaraborgs sjukhus (SkaS) och Södra Älvsborgs sjukhus (SÄS) med tillhörande öppenvårdsmottagningar. I VGR finns drygt 200 vårdcentraler.

Kontaktuppgifter:

Berit Lemburg
Tel: 0700-824 756
E-post: berit.lemburg@vgregion.se
www.vgregion.se/KPH

Pearson Assessment digitaliserar psykologiska test

Med sina digitala plattformar Q-interactive och Q-global effektiviserar Pearson Assessment utredningsarbetet; plattformarna gör det möjligt för användare att såväl administrera och utvärdera som sammanställa resultat från psykologiska test.

De senaste två åren har Pearson Assessment storsatsat på digitala lösningar för psykologer. Strävan är att komma kunderna närmare och hjälpa dem i det vardagliga arbetet. Övergången från det manuella till det digitala har medfört ett helt nytt arbetssätt för det välkända utbildningsföretaget, där fokus ligger på den långsiktiga relationen med användarna.

– Manuellt material behöver vara i stort sett helt färdigt innan det kan lanseras, och när det väl har hamnat i användarens händer tar kedjan stopp. Digitala produkter betyder ett helt annat angreppssätt, med ständig återkoppling, uppdatering och anpassning till kundernas behov, vilket verkligen är spännande, säger Daniel Isaksen, med en master i psykologi, som arbetar som produktspecialist och marknadsförare på Pearson.

Ökar tillförlitligheten

Q-interactive och Q-global ger psykologer komplett digital tillgång till att administrera test, poängsätta och utvärdera resultat från psykologiska test i



Pearson Assessment är marknadsledande i Skandinavien på psykologiska och språkliga test som används inom vård, skola och arbetslivet. Våra kunder är bland annat psykologer, logopeder, specialpedagoger och andra professionella yrkesgrupper. Pearson Assessment ingår i Pearson Inc., en brittisk utbildnings- och mediekoncern. Det skandinaviska huvudkontoret ligger i Stockholm och där utvecklas och implementeras test för Sverige, Norge och Danmark.

Pearson Assessment
Tel: 08-619 76 00
E-post: info.se@pearson.com
www.pearsonassessment.se



Parvin Yazdani, försäljnings- och marknadschef, och Daniel Isaksen, senior marknadsförare och produktspecialist på Pearson Assessment i Norden.
Foto: Gonzalo Irigoyen

realtid. Verktygen ger också möjligheten att skräddarsy testen utifrån patientens behov samt full tillgång till relevant dokumentation och informationsmaterial.

– Det finns många fördelar med att arbeta digitalt jämfört med manuellt. Förutom att det är oerhört tidseffektivt har man allt samlat, oavsett om det är stimulusböcker, formulär eller manualer. Ytterligare en viktig fördel är att testen blir mer standardiserade och tillförlitliga – den mänskliga faktorn vid felberäkning försvinner och resultaten blir pålitligare. På så vis administreras testen som de verkligen är avsedda att administreras, reliabiliteten ökar, betonar Parvin Yazdani, legitimerad psykolog och Pearson Assessments försäljnings- och marknadschef i Norden.

Adaptiva test med precisa resultat

Tjänsterna är onlinebaserade och utgår från ett säkert digitalt konto hos Pearson. Samma konto används sedan för att logga in på en iPad-app, där psykologen får direkt tillgång till både test och källmaterial. Även patienten tilldelas en iPad och arbetet administreras direkt mellan de två enheterna. Själva testen kräver dock ingen internetuppkoppling för att genomföras och är därför mycket flexibla att arbeta med.

– Det krävs inte längre ett fast kontor för förvaring och upphämtning av alla böcker och formulär, utan man kan enkelt vara mobil, ändra och anpassa testen till individen som testas. Leveranstiden blir avsevärt mycket snabbare och det är också ett långt miljövänligare alternativ. Skulle det dessutom uppstå någon oklarhet eller ett fel kan vi åtgärda det med en mjukvaruuppdatering, säger Parvin.

– Möjligheterna att i framtiden använda digitala funktioner för att utveckla bättre test är stora. Testen kan exempelvis göras adaptiva, så att man lättare kan utreda vad en person klarar; testet genererar själv uppgifter som är anpassade efter respektive testperson. Därmed känner patienten också att den lyckas uppnå något – för någon med neurologiska svårigheter kan det vara en stor fördel och ge precisare resultat. I framtiden kommer man också att kunna dra nytta av fysiologiska mätningar, såsom ögonrörelser, fyller Daniel i.

Fokuserar på säkerheten

Psykologin befinner sig för närvarande i övergångsfasen mellan manuellt och digitalt, vilket medför vissa utmaningar; för vissa är det själva tekniken som är

hindret, medan andra oroar sig över patientsäkerhet och förlust av data.

– Det är ett spektrum som har ändrats massor bara under de senaste åren och vi finns hela tiden till hands för att erbjuda utbildning, kundsupport eller helt enkelt för att bara sänka tröskeln och hjälpa psykologerna att ta språnget, fortsätter Daniel.

Vad gäller säkerheten har Pearsons sedan länge ett fullgott skydd med hög säkerhetsklass och kryptering på plats och tjänsterna följer alla gällande lagar och riktlinjer för lagring av personuppgifter, inklusive GDPR och patientdatalagen. Materialet i sig synkroniseras direkt till skyddade servrar så fort enheten får tillgång till uppkoppling, så det finns ingen risk att förlora data.

– Det som kan sätta käppar i hjulet på vissa håll är att digitala tjänster innebär helt andra juridiska processer och avtal än vanliga produkter, men även där hjälper vi till och stöttar om kunderna behöver det. Hittills har vi inte stött på någon som velat gå tillbaka till manuellt arbete efter att ha testat våra tjänster, så vi är väldigt positiva inför vilka möjligheter tekniken kommer att låta oss erbjuda våra kunder i framtiden, avslutar Parvin.

Omväxlande arbete för psykologer

Kognitiva Teamet Rehab (KTR) rehabiliterar patienter med utmattningssyndrom och långvarig smärta. Det är en omväxlande och bred verksamhet där psykologerna får chansen att vara en del i mottagningens utveckling och tillväxt.

Eila Brandeker Hausmann är legitimerad psykolog och teamledare på Kognitiva Teamet Rehab. Hon har arbetat på mottagningen sedan uppstarten 2015 och betonar att det verkligen har varit roligt att få vara en del av verksamhetens utformning och utveckling.

– Vi har vuxit mycket sedan starten och gör det fortfarande. Den tillväxten hanterar vi gemensamt, så alla är delaktiga i arbetet med att bygga verksamheten. Det finns en stor öppenhet för initiativ och förbättringsförslag från medarbetarna och den lyhörda stämningen skapar en positiv grund för både patienter och medarbetare redan från första kontakten. Det förstärks också av de nära samarbeten vi har inom teamet, med bland annat fysioterapeuter, läkare och arbetsterapeuter, säger hon.

Stora utvecklingsmöjligheter

Kollegan Laura Krohn, även hon legi-



Laura Krohn, legitimerad psykolog och Eila Brandeker Hausmann, legitimerad psykolog och teamledare på Kognitiva Teamet Rehab.

timerad psykolog, har arbetat för Kognitiva Teamet Rehab sedan 2017. En viktig aspekt av hennes trivsel på arbetsplatsen är att det är en genomtänkt miljö, med tydliga rutiner och processer, såväl kring bemötandet av patienter som för medarbetarnas trivsel. Hon berättar att arbetet är väldigt omväxlande och att det finns stora möjligheter för psykologerna att utvecklas.

– Det finns många möjligheter, både individuellt och i egenskap av exempelvis gruppleddare, föreläsare eller koordinator. Förutom grundläggande handledning för varje profession finns möjlighet att delta på relevanta kurser

och att fördjupa sig i olika arbetsområden. Vi har även regelbundna personalföreläsningar med profiler inom stress- och smärtehabilitering, vilket gör att vi håller oss à jour och kan ligga i forskningens framkant.

En motiverad patientgrupp

Något såväl Laura som Eila är stolta över är teamets snabba processer i vårdkedjan. Mottagningen har förhållandevis korta väntetider och patienterna får snabbt den hjälp de behöver.

– Vi vill att patienterna ska känna att de har hamnat rätt och att de blir ordentligt omhändertagna. Det är en mo-

Foto: Thomas Henniksson



Kognitiva Teamet Rehab i Sverige AB är ett privat vårdföretag med 35 medarbetare som driver en specialistmottagning på uppdrag av Region Stockholm. Vi är en av de största aktörerna inom vårdvalet för mmr2-rehabilitering för utmattningssyndrom och/eller långvarig smärta. Våra kärnvärden är att ligga i framkant, erbjuda hög service och ha effektiva vårdprocesser. Ett modernt vårdföretag där kompetenta och motiverade medarbetare sätter patienten i första rummet.

Kognitiva Teamet Rehab
Tel: 08-60 00 300
E-post: info@ktrehab.se

Läs mer på:
kognitivteametrehab.se
Facebook: [kognitivteametrehab.se](https://www.facebook.com/kognitivteametrehab.se)
blogg.ktrehab.se
smartrehab.se
kognitivteametprimarvard.se



tiverad patientgrupp, vilket skapar en väldigt stimulerande och intressant arbetsmiljö, avslutar de.

Var med och driv utvecklingen i Jönköpings skolor

För bara ett drygt år sedan rådde stor brist på skolpsykologer i Jönköping. Tack vare nya arbetssätt är situationen idag den omvända. Nu är psykologerna en naturlig del av elevhälsan, och de har stor självständighet och starkt fokus på det förebyggande arbetet.

När Daniel Ryding började som skolpsykolog i Jönköpings kommun i januari förra året fanns bara fyra andra skolpsykologer i hela kommunen, andra skulle sluta. Men Daniel lockades av det utvecklingsarbete som kommunen precis hade sjösat.

– Kommunen hade tagit fasta på hur den nya skollagen betonar elevhälsan och skolpsykologernas roll. Jag tyckte att det lät spännande, säger han.

Förebyggande arbete

Daniel har tidigare arbetat med bland annat missbrukare och tvångsomhändertagna ungdomar och vet hur viktigt det kan vara med tidiga insatser.

– Så många har en historia av misslyckanden i skolan. Därför kändes det som en naturlig arena för mig att arbeta inom. I Jönköping prioriteras det förebyggande arbetet, inte bara på indi-



Louise Falk och Daniel Ryding, skolpsykologer i Jönköpings kommun.
Foto: Tommy Hvittfeldt

vidnivå utan även på grupp- och organisationsnivå.

Daniel får medhåll av sin kollega Louise Falk, som började arbeta som skolpsykolog i Jönköping för ett år sedan. Hon har tio års erfarenhet som psykolog inom bland annat primärvård och Arbetsförmedlingen.

– Jag vill arbeta övergripande på organisationsnivå. Först var jag tveksam till att jobba som skolpsykolog eftersom jag tänkte att det främst skulle handla om åtgärdande insatser på individnivå. Men skolpsykologrollen är en roll i utveckling och här i Jönköping har man verkligen satsat på utvecklingsarbetet, säger hon.

Skolpsykologerna är nu närmare knutna till elevhälsoteamen och ute i skolorna mer. De arbetar nära de övriga professionerna i elevhälsan och deras unika kompetens tas tillvara.

– Vi arbetar väldigt systematiskt. Tidigare fanns en stark betoning av individfaktorer, nu diskuterar vi även organisatoriska och grupp faktorer, berättar Louise och Daniel.

Starkt engagemang

Psykologgruppen träffas ofta i strukturerade utvecklingsmöten. Alla är med och bidrar och det finns ett starkt engagemang.

– Om man har en idé om nya utvecklingsområden så får man gehör. Och vi



Jönköpings kommun arbetar innovativt med att utveckla skolpsykologens roll och kan erbjuda spännande karriärmöjligheter för psykologer som vill vara med och driva utvecklingsarbetet. Här jobbar skolpsykologerna aktivt ute i skolornas elevhälsoteam och i nära samverkan med andra enheter och verksamheter i kommunen.

Läs mer på www.jonkoping.se



**JÖNKÖPINGS
KOMMUN**

har en nära och väl fungerande samverkan med andra professioner, vilket är en framgångsfaktor, säger Louise.

Nytänkandet i Jönköping har gett resultat och idag råder full bemaning. Louise och Daniel menar att man verkligen lyckats med att skapa en bra arbetsmiljö och spännande karriärmöjligheter.

– Det är så lätt att köra på i gamla hjulspår, men här i Jönköping skapas en ny organisation för en skolpsykologroll i förändring. Det är enormt roligt att vara en del av det.

Samverkan kring problematisk frånvaro

I Skellefteå arbetar Närvaroteamet med att tidigt upptäcka och stötta unga med problematisk skolfrånvaro. Teamet arbetar med stor autonomi och har utvecklat såväl rutiner för tidig upptäckt som stödinsatser för "hemmasittare".

Närvaroteamet startade som ett samverkansprojekt mellan skola och socialkontor och är sedan januari 2018 en permanent verksamhet. Teamet var under de första åren främst inriktade på hemmasittarproblematik, men har efterhand riktat arbetet mot tidig upptäckt och förebyggande insatser.

– Att stödja barn med heltidsfrånvaro att bryta sin isolering kan vara komplext och tidskrävande. Vår ambition är att komma in tidigare i processen och stävja det skolmotstånd som barnet börjat uppleva. En kartläggning genomförs

där vi utforskar orsakerna till frånvaron i syfte att hitta rätt insatser på tre nivåer: skola, individ och familj, berättar Johanna Brännström, barn- och elevstödssamordnare.

Stöd även till familjer

Arbetet sker i samverkan mellan skola och socialtjänst.

– Problematiken märks vanligtvis hemma först, och kan till exempel visa sig i form av magont eller ökad oro hos barnet på söndagar. Vi arbetar för att få kontakt med föräldrar i ett så tidigt



Helen Brännström, Gabriella Öström och Johanna Brännström, elevhälsan, Skellefteå kommun.

skede som möjligt. Föräldrarna kan ge oss en helhetsbild av läget och tillsammans kan vi resonera kring vilka insatser som behövs. Arbetet kräver tvärprofessionella kompetenser och ett aktivt teamwork, men vi har fått fria händer att utifrån barnens bästa forma verksamheten. Det är en klar fördel att vi har möjlighet att tänka fritt, understryker Helen Brännström, föräldrarådgivare i Närvaroteamet.

Angeläget samarbete

Som PTP-psykolog i kommunen har Gabriella Öström ofta ett nära samar-

bete med Närvaroteamet. Hon ser teamet som en viktig resurs, inte minst när det gäller att konsultera kring unga med psykisk ohälsa.

– Vi har ett värdefullt utbyte; jag som psykolog kan bistå med att säkerställa tidig upptäckt och att göra snabba bedömningar, särskilt eftersom många av de vi möter har psykisk ohälsa eller NPF-problematik. Samtidigt får jag stor hjälp av Närvaroteamet, både i form av råd och stöd, men också i form av konkreta insatser vid specifika elevärenden. Det är ett angeläget samarbete som i slutändan kommer eleverna till gagn, avslutar hon.



Som psykolog i elevhälsan arbetar du förebyggande och hälsofrämjande. Du skapar goda relationer mellan hem och förskola/skola samt ger stöd till föräldrar, pedagoger och rektorer. I ditt arbete ingår även utbildningsinsatser, utvecklingsarbete och utredningar.

För mer information kontakta kundtjänst Skellefteå kommun (0910-73 50 00) eller läs mer på Skellefteå kommuns hemsida "lediga jobb" skelleftea.se

För kontakt med Närvaroteamet
Tel: 0910-73 50 00
E-post: narvaroteamet@skelleftea.se



Ambitiöst PTP-program i Sörmland

Den intensiva satsningen på PTP-psykologerna i Region Sörmland får högt betyg av deltagarna. Flera olika insatser pågår för att höja kvaliteten och behålla erfarna handledare.

För tre år sedan startade Region Sörmland ett uppskattat PTP-program som ständigt utvecklas med nya ambitiösa insatser. En viktig målsättning är att kvaliteten på PTP-platserna är likvärdig oavsett var i regionen psykologen jobbar. Numera har alla en tjänstgöringsplan som följs upp regelbundet under PTP-året. Ett annat viktigt mål är att bidra till kompetensförsörjningen av psykologer i verksamheterna.

Utbildningen får högt betyg

Nina Stühmeyer är studierektor för PTP-programmet. Hon berättar om den positiva responsen från deltagarna:

– Samtliga utbildningsinsatser utvärderas och får genomgående goda betyg. Två heldagar i månaden träffas PTP-psykologerna för att delta i föreläsningar, fallseminarier och gemensamma studiebesök. Vi erbjuder även en utredningsutbildning som ger en god grundkompetens. Den har fått mycket fina utvärderingar vilket vi är väldigt stolta över.



Nina Stühmeyer är studierektor för PTP-programmet. Hon tycker att det är fantastiskt att se PTP-psykologernas utveckling.

Handledarna spelar en avgörande roll för PTP-programmet. Nina Stühmeyer berättar att det givetvis är nödvändigt att rekrytera handledare men att det är minst lika viktigt att hålla motivationen vid liv hos dem som har varit handledare ett tag. Utökad stöd till handledarna kommer att fortsätta för att bibehålla en hög och jämn kvalitet på PTP-platserna, bland annat genom halvdagsträffar och erbjudande om feedbacksamtal.

Härligt att se utvecklingen

Tillgänglighet är ett nyckelord för Nina Stühmeyer. Hon deltar på de flesta ut-

bildningarna och träffarna för PTP-psykologer och handledare för att fånga upp frågor, funderingar och synpunkter från deltagarna.

– Det är fantastiskt att se utvecklingen hos PTP-psykologerna. Efter några månader blir de mer trygga i sin roll. Kollegor börjar fråga efter deras åsikter. Jag älskar att se hur de växer i sin yrkesroll, berättar Nina Stühmeyer.

Nätverk och karriärutveckling

I Region Sörmland pågår en stor satsning på psykologer även efter avslutad PTP. En karriärutvecklingsmodell för psykologer kommer att lanseras. Det



Aktuellt i Region Sörmland om PTP:

- God bredd i arbetsuppgifter
- Två utbildningsdagar i månaden
- Utökad stöd till handledare
- Alla får en skriftlig plan för tjänstgöringen
- 6 av 10 PTP-psykologer stannar i Region Sörmland efter PTP*
- 8 av 8 rekommenderar en vän att genomföra sin PTP i Region Sörmland*

*Kvalitetsrapport 2018

www.regionorsmland.se



REGION
SÖRMLAND

innebär att det finns en tydlig plan oavsett om du vill bli specialist, få chefsuppdrag, forska på deltid eller utvecklas på andra sätt. Dessutom rekryteras nu en STP-studierektor som ska samordna och utveckla specialistutbildningen och specialisttjänster samt arrangera nätverksträffar för nylegitimerade psykologer i regionen.

Ett meningsfullt arbete – varje dag!

Kalmar är ett landsting där psykiatrin vågar tänka nytt, där stort fokus ligger på utveckling och förbättring och där medarbetarna har möjlighet att verkligen göra skillnad, både för sina patienter och för utvecklingen av det psykiatriska arbetet.

Som psykolog i Region Kalmar län har du alltid stor gemenskap att finna i kollegor, både inom den egna förvaltningen och över förvaltningsgränser. Här anordnas psykologdagar tillsammans, och psykologerna deltar i team och interprofessionella sammanhang.

– Vårt arbete känns verkligen meningsfullt och för mig är det fortfarande lika roligt att gå till jobbet varje dag efter snart 20 år i landstinget! Jag upplever att regionen jobbar för att vi ska bli mer delaktiga med vår kompetens i olika sammanhang; Att vi ses som en värdefull och eftertraktad resurs. Psykologer hos oss kan arbeta i ledande roller men majoriteten arbetar förstärkt med mer ”traditionellt” psykologarbete i team med andra yrkesgrupper, med konsultationer, handledande inslag, utredningar, psykologisk bedömning och behandling. Att se potential för att kunna nischa sig inom regionen utifrån kompetens och intresse tror jag lockar nya psykologer och får oss som jobbar redan att trivas och stanna kvar, säger Annika Lundmark, verksamhetschef och studierektor.

Psykisk hälsa – ett fokusområde

Psykisk hälsa är ett fokusområde och psykologerna är en viktig kugge i det arbetet. Kalmar har en framåtanda i länet med nya verksamheter under utformning. Ett par exempel är Barn- och ungdomshälsan, som bildades för några år



Ellen Lindén, psykolog och psykoterapeut på BUP och Philippe Wallner, PTP-psykolog på Nybro Hälsocentral.
Foto: Fotoljänster i Kalmar

sedan, och det nya vårdvalet för Psykisk hälsa som kom till i år (2018). Psykologernas röster hörs och det är roligt och stimulerande att arbeta tillsammans med andra yrkesgrupper.

– Vårt PTP-program visar även det framfötterna och har en struktur som vi slipat på genom åren. Den har ett kärninnehåll men medger också inslag som önskas från de PTP-psykologer som deltar. I ett mindre landsting blir sammanhållningen ofta god och många som går i vårt PTP-program fortsätter att träffas

när det fått sin legitimation. De berättar att de hittat kollegor som blir vänner och de följs åt vidare i karriären. Vi arbetar också just nu för att bredda och öppna för mer samarbete med andra professioner, berättar Annika.

Stor variation och självständighet

Ellen Lindén och Ing-Marie Sandsved, båda legitimerade psykologer och psykoterapeuter på BUP respektive habiliteringen, är två av de medarbetare som bidrar till att driva Region Kalmar läns utveckling framåt. De är överens om att en av arbetets bästa aspekter är den stora variationen och möjligheten att arbeta självständigt.

– Inom BUP blir man skicklig på att både bedöma, utreda och psykoterapeutiskt behandla barn och ungdomar. Det utvecklingspsykologiska perspektivet är centralt för förståelsen av barnet och ungdomen. För att besvara den differentialdiagnostiska frågan är det alltid av vikt att ställa det man har framför sig mot var barnet befinner sig mönstermässigt. Det gör oss som psykologer fundamentala i det kliniska arbetet och hjälper oss att bibehålla en stor yrkesmässig bredd, inte minst eftersom vi även arbetar nära andra professioner, säger Ellen, som även är utbildad specialistpsykolog, om sitt arbete inom BUP.

Ing-Marie, som även är specialist inom klinisk psykologi, understryker att psykologen såväl inom BUP som inom habiliteringen får en central roll i teamen utifrån sin kunskap inom diagnostik, utredning och psykoterapi samt utvärdering och metodutveckling. Habilitering är en spännande och utmanande specialisering som tillåter psykologen att följa sina patienter genom livets olika faser: från det att remissen kommer, till utredningens gång, fram till diagnos och därefter i olika behandlings- och handledningsinsatser.

– Tack vare det tvärprofessionella förhållningssätt som är nödvändigt inom habiliteringen, har vi ett oundgängligt helhetsperspektiv på patienterna. Jag har haft förmånen att ha chefer som varit måna om psykologernas kompetensutveckling, och har därför kunnat fortbilda mig under hela min karriär. Dessa kunskaper har också kommit till användning i till exempel projekt om patientsäkerhetsarbetet eller i arbetet inom remissteamet.

Mycket lyhörd stämning

PTP-psykologen Philippe Wallner tog sin examen från Karolinska Institutet så sent som i våras. I augusti började han som psykologassistent tills han fick sitt examensbevis och idag arbetar han som PTP-psykolog på Nybro Hälsocentral.

– Jag har fått en toppenbra introduktion och blev nästan överraskad över hur väl mottagen jag har blivit. Det är stor frihet under ansvar och en oerhört lyhörd stämning från ledningshåll, där förbättringsinitiativ och idéer uppmuntras. Jag har bara varit här några månader, men det står klart att Region Kalmar län är en arbetsgivare där man kan göra skillnad och som man kan växa med – det syns i synnerhet på att många psykologer väljer att stanna kvar och arbeta. Det bidrar mycket till arbetsmiljön och det känns verkligen som att man är en del av hela teamet, avslutar han.



Vid årsskiftet gick vi samman med regionförbundet och bildade Region Kalmar län. Att arbeta med psykisk hälsa blir än viktigare i den nya regionen och i denna spännande fas kommer det att öppna sig många möjligheter för psykologer att vara med och utveckla verksamhet.

Region Kalmar län
Tel: 0480-840 00

E-post: region@regionkalmar.se
www.regionkalmar.se/jobba-hos-oss



Annika Lundmark, verksamhetschef och studierektor hos Landstinget i Kalmar län.

DEDICARE

Vem hjälper dig?

Vi har

Legitimerade psykologer, psykoterapeuter, skolpsykologer, och kuratorer med lång erfarenhet av kliniskt arbete, KBT-behandling, organisationspsykologi, habilitering och utredningsarbete för både barn och vuxna.

Vi erbjuder

Allt stöd och service bemannings och rekryteringstjänster inom skola samt hälso- och sjukvård.

Ring mig 08-555 656 73
Maila mig moa.jamatipour@dedicare.se

Moa Jamatipour
Konsultchef, psykologbemanning och rekrytering

