

Framtidens Karriär Psykolog



ARBETSGIVARE MÅSTE

bättre tillvarata psykologers omfattande kompetens

Anders Wahlberg,
ordförande i Sveriges
Psykologförbund



Psykologens samlade kompetens undervärderad

4 6 av 10 psykologer anser inte att de är rätt värderade på arbetsmarknaden. Psykologförbundets ordförande Anders Wahlberg efterfrågar att fler arbetsgivare bör bli bättre på att tillvarata psykologernas samlade kompetens.

Psykologernas nationella beslut för psykisk hälsa och ohälsa

5 Om psykologerna skulle vara nationellt ansvariga för psykisk hälsa och ohälsa, skulle de satsa på förebyggande arbete med barn, bättre strukturer med psykologer i chefposition och mer resurser till primärvården så att fler psykologer kan anställas.

Vad kännetecknar en attraktiv psykologarbetsgivare?

8 Bra lön, bra arbetsledning, rimlig arbetsbelastning, att erbjudas kompetensutveckling och fortbildning samt bra team är de faktorer som enligt psykologerna främst kännetecknar en attraktiv arbetsgivare för psykologer.

■ Vidareutbildning

■ Divanens vara eller icke vara

■ Hot och våld

■ Ökande tryck på psykologer

■ Mindre ort

■ Bemanning



ÄR DU PSYKOLOG ELLER ARBETSGIVARE INOM VÅRD OCH OMSORG?

LÅT MIG BERÄTTA VAD JAG KAN GÖRA FÖR DIG PÅ [BONLIVA.SE/MINIPODD](https://bonliva.se/minipodd)

BONLIVA

WE CONNECT CARE



Värdering av psykologer, karriär på mindre ort och attraktiva arbetsgivare

59 procent av psykologerna anser inte att de är rätt värderade på arbetsmarknaden utifrån sin kompetens och 64 procent av psykologerna kan inte arbeta fullt ut i enlighet med de yrkesetiska principerna. Psykologförbundets ordförande Anders Wahlberg anser att fler arbetsgivare bör bli bättre på att tillvarata psykologernas samlade kompetens.

8 av 10 psykologer kan tänka sig att arbeta på en mindre ort. Men trots att de flesta verksamheter från elevhälsan till primärvården och BUP på mindre orter i dagsläget har stora behov av psykologer, har såväl landsting som kommuner på mindre ort svårt att attrahera psykologer.

För att attrahera och behålla kompetens behöver arbetsgivare bli mera attraktiva. Framtidens Karriär – Psykologs undersökning visar att psykologer framförallt värdesätter bra lön, en bra

arbetsledning, rimlig arbetsbelastning, kompetensutveckling och fortbildning samt bra team. Dessa faktorer kännetecknar alltså en attraktiv arbetsgivare.

Trots att det finns brister inom arbetet med psykisk hälsa och ohälsa i Sverige, sker många utvecklingsarbeten och förbättringar inom hälso- och sjukvården, kommuner och andra verksamheter där psykologer är verksamma.

Hör gärna av er till oss med förslag på angelägna frågor inom psykisk hälsa och ohälsa som vi bör skriva om samt psykologer som driver arbetet framåt inom psykisk hälsa och ohälsa som vi bör intervjua.

Välkommen till första utgåvan av Framtidens Karriär – Psykolog!

Trevlig läsning!

Om detta kan du läsa i Framtidens Karriär – Psykolog

- 4 **Värdering av psykologer**
Anders Wahlberg, ordförande Psykologförbundet.
- 5 **Nytt arbetssätt för samtal inom psykiatri**
Johannes Nordholm, verksamhetssamordnare Psykiatri Affektiva, Sahlgrenska universitetssjukhuset i Göteborg.
- 5 **Nationella beslut**
Psykologernas nationella beslut för psykisk hälsa och ohälsa.
- 6 **Psykologer driver forskningen inom många områden**
Intervju med forskare från universitet i hela landet.
- 7 **Vidareutbildning och kompetensutveckling**
Tobias Lundgren, enhetschef på Kompetenscentrum för psykoterapi.
- 7 **Hur påverkar patienter ditt eget mående?**
Louise Boman, ordförande Privatpraktiserande Psykologer.
- 8 **Faktorer som kännetecknar en attraktiv arbetsgivare**
Martin Björklind, professionsstrateg på Sveriges Psykologförbund och Antonia Reuter, verksamhetschef psykologenheter för mödra- och barnhälsovård i Västra Götalandsregionen.
- 9 **Hot och våld i yrket**
Intervju med Alexander Tilly, psykolog och konfliktexpert.
- 9 **Statligt reglerad specialistutbildning**
9 av 10 psykologer anser att specialistutbildningen och specialistbehörighet bör regleras statligt på nationell nivå.
- 10 **Dagarna på jobbet blev en spänningsroman**
- 10 **Trycket på psykologer ökar**
Erik Andersson, ordf. Sveriges kliniska psykologers förening.
- 11 **Psykologkarriär på mindre ort**
Oväntad popularitet – fortfarande stor efterfrågan.
- 12 **Bemanningsbranschen populär**
6 av 10 psykologer kan tänka sig att arbeta för bemanningsföretag.
- 13 **Är psykoanalysen på väg att få ett uppsving?**
- 14 **Sjukskrivningsrätt**
- 15 **App-terapi**

Presenterade verksamheter och företag

- 15 Tiohundra
- 16 Västerbottens läns landsting
- 17 Region Gävleborg
- 18 Stockholms stad, utbildningsförvaltningen
- 19 PBM
- 20-21 Landstinget Dalarna
- 22 Landstinget Sörmland
- 23 SiS Statens institutionsstyrelse
- 23 Landstinget i Blekinge

Framtidens Karriär – Psykolog

är producerad av NextMedia.

nextmedia

Tidningen finns även på:
www.karriarpsykolog.se

SKRIBENTER Sandra Ahlqvist, Anna-Karin Andersson, Anette Bodinger, Carin Brink, Cristina Leifland, Adrianna Pavlica, Marianne Sjöberg, Annika Wihlborg

FOTOGRAFER Patrik Bergenstam, EdelPhoto, Per Eriksson, Conny Holm, Gonzalo Irigoyen, Björn Johansson, Johan Klinthammar, Pierre Poc, Jörgen Ragnarson, Pernilla Wahlman, Janne Åsberg

GRAFISK FORM Stellan Stål

OMSLAGSFOTO Johan Paulin, Gonzalo Irigoyen

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



Vi söker legitimerade psykologer!

VI ERBJUDER DIG ett stimulerande och meningsfullt arbete med kompetenta kollegor, tydligt ledarskap och utvecklingsmöjligheter.

Falköping, Kontakt: Agneta Erwerth Nilsson, Enhetschef
Tfn 0700-82 24 99, agneta.erwerth_nilsson@vgregion.se

Även du som söker en PTP anställning är välkommen med din ansökan.

Borås, Kontakt: Lina Ljung Roseke, Enhetschef
Tfn 0700-82 33 80, lina.ljung.roseke@vgregion.se



Arbetsgivare bör ta vara på psykologens samlade kompetens

59 procent av psykologerna anser inte att de är rätt värderade på arbetsmarknaden utifrån sin kompetens, och 64 procent av psykologerna kan inte arbeta fullt ut i enlighet med de yrkesetiska principerna. Psykologförbundets ordförande Anders Wahlberg anser att fler arbetsgivare bör bli bättre på att tillvarata psykologernas samlade kompetens.

VÄRDERING AV PSYKOLOGER

TEXT ANNIKA WIKLBERG

– Det kommer tyvärr inte som en överraskning att 59 procent av psykologerna inte anser sig vara rätt värderade utifrån sin kompetens. Om man ser till psykologens långa utbildning och breda kompetens inom såväl organisationspsykologi, pedagogisk och klinisk psykologi så tillvaratar många arbetsgivare inte psykologens samlade kompetens. Många psykologer tar emot patienter på löpande band utan tillräcklig möjlighet att ägna sig åt utredning, bedömning och diagnostisering, säger Anders Wahlberg.

För låga lönenivåer

Att många psykologer inte känner sig rätt värderade på arbetsmarknaden är, enligt Anders Wahlberg, ett problem på samhällsnivå i en tid då den psykiska ohälsan ökar. Det är förstås också ett problem för den enskilda psykologen som ofta väljer att byta jobb eller

ARBETSGIVARE BÖR TA
reda på hur de på ett
bättre sätt kan tillvarata
psykologers omfattande
kompetens

starta eget för att få användning för hela sin kompetens. Det leder i sin tur till psykologbrist i många verksamheter.

– Arbetsgivare bör ta reda på hur de på ett bättre sätt kan tillvarata psykologers omfattande kompetens. De bör

även värdera kompetensen rätt rent lönemässigt, psykologers lönenivåer är generellt sett för låga. Fler specialistpsykologer med ett psykologiskt ledningsansvar kan få fler att känna sig rätt värderade. Fler psykologer på ledningsnivå samt fler specialistpsykologer överlag kan också bidra till att statistiken utvecklas i rätt riktning, säger Anders Wahlberg.

Kan generera samvetsstress

Att 64 procent av psykologerna uppger att de inte fullt ut kan följa yrkets etiska principer är ingen okänd siffra, enligt Anders Wahlberg. Han menar att det ökar risken för att psykologer hamnar i konflikt med sig själva och känner sig mindre tillfredsställda i sin yrkesutövning. Det medför en konflikt mellan vad psykologer vet att de skulle kunna göra och vad de har praktisk möjlighet att göra för patienten, vilket i sin tur kan generera samvetsstress.

Etiska dilemman

Allt fler psykologer hör av sig till Psykologförbundet för att diskutera de etiska dilemman de möter i tjänsten. Det kan handla om att en psykolog som är ålagd att ta emot så många patienter som möjligt ibland känner att kvaliteten brister på grund av tidspress.

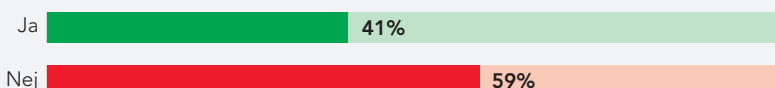
– Det är viktigt att fler arbetsgivare använder sig av kvalitativa uppföljningsmått som ett komplement till de kvantitativa mätvärdena. I kombination med en rimlig arbetsbelastning ökar det sannolikheten för att fler psykologer kan följa yrkets etiska principer, säger Anders Wahlberg.



Anders Wahlberg,
ordförande för
Psykologförbundet.
Foto: Johan Paulin

ÄR DU SOM PSYKOLOG RÄTT VÄRDERAD?

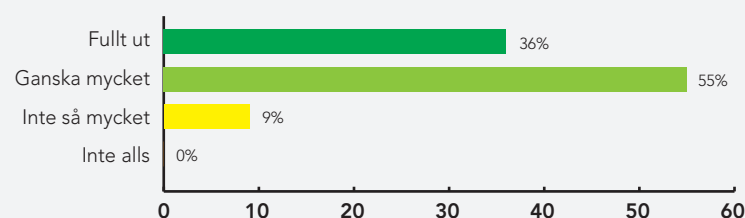
Är du som psykolog rätt värderad på arbetsmarknaden utifrån din kompetens?



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

KAN DU ARBETA I ENLIGHET MED DE YRKESETISKA PRINCIPERNA?

I hur hög grad kan du som psykolog arbeta i enlighet med de yrkesetiska principerna för psykologer?



Psykologen som för in samtalet i psykiatrin

Johannes Nordholm är psykolog och sitter i ledningen för psykiatrin i Göteborg. I vår introduceras ett nytt sätt att arbeta, där psykologer ska skapa en brygga mellan heldygnsvården och öppenvården.

PSYKIATRIN

TEXT ADRIANNA PAVLICA

Psykologen Johannes Nordholm har arbetat som chef för en heldygnsvård-avdelning inom psykiatrin på Östra sjukhuset i Göteborg och sitter nu i ledningen och är verksamhetssamordnare för Psykiatri Affektiva på Sahlgrenska universitetssjukhuset. Just nu arbetar han bland annat med implementering av så kallade in-reach teams, ett arbetssätt som kommer från psykiatrin i Storbritannien.

– Det handlar om att patienter i heldygnsvård behöver mer kvalificerade och omfattande insatser än heldygns-

vården kan erbjuda, för att ta sig ut därifrån. Vi har därför skapat en struktur där vissa team i öppenvården får extra resurser för att också kunna ha som uppdrag att träffa patienter i heldygnsvården och skapa en övergång till öppenvården.

Skapar kontinuitet

Det är i första hand psykologer som är aktuella för uppgiften, och planen är att de träffar patienter intensivt flera

JAG HOPPAS ATT det blir så att psykologerna från öppenvården får en ökad närvaro inom heldygnsvården

gånger i veckan på avdelningen och att kontakten fortsätter när de blir utskrivna.

– Något som patienterna talar mycket om är att det är plågsamt med bristen på kontinuitet, att man får börja om på nytt med nya personer hela tiden.

Arbetssättet startar officiellt i maj-juni i år men man har även tidigare jobbat på ett likartat sätt med vissa patienter.

Heldygnsvården får ibland kritik för att bara tillhandahålla förvaring. Finns det en plats för samtalet inom psykiatrin idag?

– Jag tycker själv att psykiatrin generellt har rört sig alltför långt bort från samtalet som en bärande del i psykiatrisk vård. Jag arbetar för att ge samtalet en större plats, dels genom att jag själv träffar patienter samt försöker att på olika sätt uppmuntra och verka för att patienter ska få samtal. Jag vet att många patienter efterfrågar det, och tycker att det är frustrerande och underligt att när de är så sjuka att de är i heldygnsvård så är det ändå ingen som har tid att sätta sig ner och prata med dem.

Ökad närvaro

Johannes Nordholm betonar att andra yrkesgrupper, som sjuksköterskor och kuratorer, också är väl lämpade för samtal med patienterna, men att psy-



Psykologen Johannes Nordholm har arbetat med ett nytt arbetssätt för samtal inom psykiatrin i Göteborg.

kologers kompetens tillför en särskild kvalitet, även i möten som inte betecknas som psykoterapi.

– Vi har idag ingen psykolog som har som uppdrag att arbeta kliniskt inom heldygnsvården, men jag hoppas att det blir så att psykologerna från öppenvården får en ökad närvaro inom heldygnsvården. Psykologer har en viktig plats här.

Psykologernas nationella beslut för psykisk hälsa och ohälsa

Om psykologerna skulle vara nationellt ansvariga för psykisk hälsa och ohälsa, skulle de satsa på förebyggande arbete med barn, bättre strukturer med psykologer i chefsposition och mer resurser till primärvården så att fler psykologer kan anställas.

PSYKOLOGERNAS BESLUT

TEXT MARIANNE SJÖBERG

Ett slumpmässigt urval av psykologer i Sverige fick frågan "Vilka beslut skulle du fatta om du var nationellt ansvarig för psykisk hälsa och ohälsa i Sverige?"

Förebyggande arbete med barn och ungdomar

Över 50% av svaren gällde satsningar på förebyggande arbete med barn. Man nämner att detta arbete bör börja

med samtal med nyblivna föräldrar, barnavårdscentral, förskola och skola. Man menar också att lärare och förskolelärare behöver ha kunskap om psykologi, förutom att det behövs mer psykologer och specialistpsykologer i skola och förskola. "Jag vill ha 3 obligatoriska vägledande samtal för alla 15-åringar i landet."

Som exempel på en allmän preventiv åtgärd är att fler får lära sig om ångest, depression, stress och hur man kan hantera dem. Här kan man utgå från forskning om goda levnadsvanor som främjar hälsa och välbefinnande.

Psykologer i chefsposition

Här menar många att den som är ansvarig för psykologers arbete i landsting och kommun alltid ska vara en psykolog, både kliniskt ansvarig som ansvarig för fortbildning och vidareutveckling i arbetet. Man framför också att det är viktigt att upgradera psykiatrins status både för patienter och för personal, "psykiatri måste inte vara hopplöst".

Man ska strukturera upp psykiatrin och göra nationella riktlinjer för att bedriva psykiatri. Man vill byta ut

EN PSYKOLOG KAN ha samma roll som en husläkare som håller koll på någons mentala hälsa över livet, exempelvis ett samtal om året

svariga personer på socialstyrelsen mot personer som läser internationell forskning objektivt.

Fler psykologer i primärvården

En stor del av menar även att det behövs mer resurser till primärvården så att det kan anställas fler psykologer till vårdcentraler. Alla vård/hälsocentraler ska ha tillgång till ett psykosocialt team inklusive kurator och psykolog. "En psykolog kan ha samma roll som en husläkare som håller koll på någons mentala hälsa över livet, exempelvis ett samtal om året." Många anser också att man

ska subventionera all psykoterapi och att det ska ingå i högkostnads-skyddet. Man vill även ge människor möjlighet att söka hjälp av privatpraktiserande psykolog till subventionerad kostnad.

Många vill tillföra resurser för att förbättra utbildningen för psykologer. Dessutom behöver man anställa fler psykologer med bra löner. Några vill ha färre socionomer och fler psykologer inom psykiatrin.

NATIONELLA BESLUT

Nationella beslut för psykisk hälsa och ohälsa

1. Preventivt arbete med fokus på barn och unga
2. Fler psykologer i chefsposition
3. Mer resurser till primärvården
4. Förbättra utbildningen för psykologer
5. Bättre löner
6. Subventionerad vård

Forskningsvep: klänningar, AI och transportkänslor

Psykologisk forskning pågår som vanligt för fullt över hela landet. Här är tre heta studier att hålla koll på.

FORSKNINGSSVEP

TEXT ADRIANNA PAVLICA

Bodil Karlsson, doktorand vid Göteborgs universitets psykologiska institution, tar i sin forskning avstamp i den bild på en klänning som blev viral 2015. Under hashtaggen #dressgate fördes heta diskussioner om huruvida klänningen var i svart och blått eller vitt och guld.

– Min avhandling handlar om hur människor bedömer om en fråga har ett rätt svar eller inte. Samtidigt dök den här bilden upp och startade en debatt på temat på ett enkelt sätt, säger Bodil Karlsson om forskningsidén.

Hon lät 190 personer svara på en webbenkät med frågor om vilken färg de ser på klänningen samt vad det rätta svaret är. Studien visade på en diskrepans mellan svaren, alltså att personer inte litade på vad de såg.

– Man har ju sett att människor kan ha minnesupplevelser av saker som inte alls har hänt, och tydligen kan man också se saker i realtid som man inte tror är sanna. Man tror kanske mer på att det någon annan säger är sant snarare än det man själv upplever.

Studien visade också att optimister i högre utsträckning än andra inte trodde att det fanns ett rätt svar.

– Vi har hittat det här sambandet i tre olika studier i Sverige och tror att

det kanske är något kulturellt. Vi har försökt göra samma sak i Japan och då hittade vi ingenting. Eventuellt kan det i Sverige vara mer politiskt korrekt att säga att det inte finns ett rätt svar, säger Bodil Karlsson.

Just nu söker hon forskningsanslag för att fortsätta titta på vad som händer i hjärnan och mäta deltagarnas färgseende.

Vardagsresandets känslor

Vid Karlstads universitet arbetar psykologiprofessorn Margareta Friman med ett långvarigt forskningsprogram som handlar om transporter, och har nyligen tillsammans forskare i psykologi och transportgeografi publicerat studien "How does travel affect emotional well-being and life satisfaction?". Forskarna har utvecklat en app som deltagarna i studien kunde göra rapporter i under sina resor: till exempel om bussen var sen eller de inte fick någon sittplats, om de kände sig uttråkade eller glada. Också kvalitativa intervjuer genomfördes.

– Vi har inte bara velat titta på den kognitiva aspekten, hur människor värderar sitt resande och tänker kring restid och komfort. Vi har kunnat visa att vardagsresande och pendling har betydelse för hur människor mår i stort och det kan vara viktigt att känna till för exempelvis arbetsgivare.

Enligt Margareta Friman förväntar det många att vardagsresor kan ha en känslomässig betydelse.

MAN TROR KANSKE mer på att det någon annan säger är sant snarare än det man själv upplever



Klänningen som blev viral 2015 blev startskottet för Bodil Karlssons forskning.
Foto: Skärmdump



Margareta Friman, Karlstads universitet, forskar om transporter.
Foto: Maria Obed

– Som politiker eller trafikplanerare har man inte tänkt på de aspekterna, utan man är väldigt fokuserad på infrastruktur och de hårda bitarna. Men man bör alltså få med hur människor upplever sitt vardagsresande, särskilt i dessa dagar när vi vill att människor ska resa mer hållbart. Det är viktigt att utveckla alternativ som inte ses som en bestraffning som sänker livskvaliteten.

Margareta Friman ser en trend där trafik- och stadsplanerare i större utsträckning börjat ta till sig de psykologiska effekterna av hur man rör sig i staden. Hennes forskningsgrupp har flera nya studier på gång som bland annat handlar om kollaborativ kollektivtrafik, samåkning och beteendepåverkansåtgärder för ett mer hållbart resande.

Ord istället för siffror

Sverker Sikström, psykologiprofessor vid Lunds universitet, har tillsammans med sin forskargrupp i vår vunnit Sparbanken Skånes pris för framtidens innovationer för sin forskning där ord och AI ska förbättra diagnostiseringen av psykisk ohälsa.

– Vi jobbar med att komplettera skattningsskalor med ord. Patienter som kommer till en psykiatrisk klinik fyller inte bara i siffror utan får också med ord beskriva hur de mår. Sedan använder vi artificiell intelligens, AI, för att tolka orden till en diagnos, säger Sverker Sikström.

Forskningen bakom metoden presenteras i studien "Semantic Measures: Using Natural Language Processing to Measure, Differentiate and Describe Psychological Constructs" som är under tryck i Psychological Methods.

– Jag tror att om 5-10 år kommer den här metoden att vara något som är vedertaget och använt, säger Sverker Sikström.

Forskargruppen har gått ut med information om sin metod till en rad kliniker som svarat med intresse. De har också fått anslag till att fortsätta sin forskning.



Sverker Sikström, Lunds universitet, forskar om ord och AI.
Foto: Lunds universitet



Bodil Karlsson, Göteborgs universitet, forskar om perception.
Foto: Göran Olofsson

Kompetensutveckling – ett krav i USA

Kompetensutveckling är idag ett självklart inslag på många arbetsplatser i Sverige. Men i USA har man tagit det steget längre: där måste psykologer samla in vidareutbildningspoäng för att behålla sin legitimation.

KOMPETENSUTVECKLING

TEXT ADRIANNA PAVLICA

Många arbetsgivare idag är bra på att erbjuda kompetensutveckling enligt Tobias Lundgren, enhetschef på Kompetenscentrum för psykoterapi, ett samarbete mellan Stockholms läns landsting och KI.

– Men det beror på vad folk menar med vidareutbildning. Vissa vill gå en längre terapiutbildning trots att de jobbar som organisationskonsulter och då förstår jag att de får ett nej.

Mer centralt reglerat

Tobias Lundgren är tydlig: alla ska vidareutbilda sig, men det kräver ett system.

– I USA arbetar de med continuing education credits, de måste samla vidareutbildningspoäng för att behålla sin legitimation. Det tycker jag att vi ska ha även i Sverige, kopplat till Socialstyrel-

sen. Det är egentligen självklart att man måste hålla sig uppdaterad och vara aktiv för att fortsätta arbeta som psykolog.

ETT EXEMPEL ÄR primärvården i mindre städer som ofta har svårt att locka psykologer. Genom att erbjuda vidareutbildning blir man mer attraktiv

Han tror att många psykologer och arbetsgivare vill att frågan kring kompetensutveckling ska bli mer centralt reglerad via Socialstyrelsen.

Generellt sett är intresset för att vidareutbilda sig stort och Kompetenscentrum upplever ett stort tryck.

– I en internutredning vi gjorde framkom att det finns behov av både längre och kortare kurser, till exempel två-dagars workshops för specifika metoder, utvärderingsförfaranden eller ledarskap, säger Tobias Lundgren.

Roller måste definieras

Frågan om kompetensutveckling tror han blir allt viktigare.

– Det kommer absolut att få större utrymme i framtiden. Man ska också komma ihåg att utbudet och efterfrågan förändras; till exempel efterfrågas nu specialistutbildningar eftersom specialisttjänsterna blir fler.

Rollen för specialistpsykologen definieras idag inte i alla verksamheter – beskrivningen saknas.



Tobias Lundgren, enhetschef på Kompetenscentrum för psykoterapi.

– Om man inte samkör utbildning och arbetsbeskrivning så blir det inte sällan så att man utbildar sig men fortsätter att jobba med precis samma saker som tidigare, säger Tobias Lundgren.

Arbetsgivare kan idag använda ett utbud av kompetensutveckling som konkurrensfördel.

– Jag tänker på exempelvis primärvården i mindre städer som ofta har svårt att locka psykologer. Genom att erbjuda vidareutbildning blir man mer attraktiv, säger Tobias Lundgren.

KAN DU FORTBILDA DIG I DEN OMFATTNING DU ÖNSKAR?

Kan du fortbilda dig i den omfattning du önskar i ditt yrke som psykolog?



När patientens börda blir psykologens

Patienter påverkar majoriteten av psykologernas mående. Ett sätt att motverka de negativa effekterna är att låta patienternas svårighetsgrad påverka hur stort antal man träffar, enligt Louise Boman, ordförande för Privatpraktiserande Psykologer.

PATIENTERS PÅVERKAN

TEXT ADRIANNA PAVLICA

Att psykologers eget mående har en viss koppling till patienternas är i grund och botten bra, enligt Louise Boman.

– Man måste låta sig påverkas och ta in dem innanför huden för att se dem, så ser jag det. Däremot är det viktigt att man har hjälp så att det inte går på djupet.

Paus mellan patienterna

Handledning menar Louise Boman är en viktig del i arbetet med att hitta en balans i relation till patienterna.

– Att ha en senior kollega och någon som kan sätta stopp är nyckeln. Det är som med all stresshantering, det handlar om att få andrum och möjlighet att återhämta sig, till exempel genom

att få en paus mellan patienterna och ladda om känslomässigt.

Louise Boman tycker att antalet patienter som man tar emot inte ska vara en fast siffra, utan variera beroende på vilken typ av patienter man har.

– Psykologer som arbetar med exempelvis döende och obotligt sjuka cancerpatienter måste vara försiktiga, för den här typen av patienter kommer man väldigt nära och det går inte att värja sig. Så måste det få vara, men det är då viktigt att man inte har för många patienter av den typen.

Opersonligt med ny teknik

Pressen att ta emot fler patienter kan enligt Louise Boman få konsekvenser för i hur hög grad psykologer påverkas av patienter i sitt eget mående.

– Begränsade ekonomiska förutsättningar i kombination med ökat patient-

tryck påverkar negativt. Man kan orka ett tag men en del brakar ihop eller väljer att sluta när det blir för mycket.

DET ÄR SOM med all stresshantering, det handlar om att få andrum och möjlighet att återhämta sig

Att majoriteten uppger att deras mående påverkas av patienterna tycker Louise Boman är rimligt, men hon för-



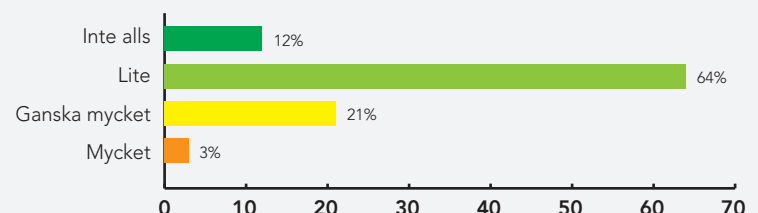
Louise Boman, ordförande för Privatpraktiserande Psykologer.

vånas över den andel som uppgett att de inte påverkas alls.

– Det tycker jag är konstigt. Jag tänker att det har att göra med ny teknik, man kan idag gå hela behandlingar via nätet och inte träffa någon. Det är opersonligt och sker på ett mer automatiskt sätt, man möter inte människan som en människa.

HUR PÅVERKAR DINA PATIENTER/KLIENTER DITT EGET MÅENDE?

I hur hög grad påverkar dina patienter/klienter ditt eget mående?



Vad kännetecknar en attraktiv psykologarbetsgivare?

Bra lön, en bra arbetsledning, rimlig arbetsbelastning, att erbjudas kompetensutveckling och fortbildning samt bra team är de faktorer som främst kännetecknar en attraktiv arbetsgivare för psykologer, enligt Framtidens Karriär – Psykologs undersökning mot psykologer.

ATTRAKTIVA ARBETSGIVARE

TEXT ANNIKA WIHLBORG

– Undersökningsresultatet är inte förvånande. Lön är självklart en viktig fråga, men många psykologer rankar karriärmöjligheter lika högt. Rimlig arbetsbelastning är självklart viktigt, inte minst i vården som ofta är utsatta för stress. Vad gäller ledarskapet så är det viktigt att hitta en balans mellan en tydlig styrning med gemensamma mål och en tilltro till psykologens autonoma kompetens, säger Martin Björklind, professionsstrateg på Sveriges Psykologförbund och själv psykolog.

Fler specialistpsykologtjänster

Han anser att arbetsgivare bör erbjuda samtliga psykologer avsatt tid för teamsamverkan, reflektion och erfarenhetsutbyte, vilket många psykologer verkligen värdesätter. En av de viktigaste åtgärderna för psykologarbetsgivare som vill stärka sin attraktivitet är, enligt Martin Björklind, att genomföra långsiktiga och genom-

tänkta satsningar på fler specialistpsykologtjänster.

– Psykologer bör erbjudas liknande specialiseringsmöjligheter som exempelvis läkare. Vi arbetar för att specialistpsykologtjänster ska bli legio på arbetsplatserna och så småningom finansieras offentligt. Det bör vara samhällets snarare än ett fackförbunds ansvar att reglera och driva specialistutbildningen för psykologer. Det gagnar både befolkningen och psykologers professionsutveckling. Det är dock viktigt att specialisttjänsterna medför nya ansvarsområden och en högre lön, säger Martin Björklind.

Möjlighet att påverka arbetssituationen

– Undersökningsresultatet verkar relevant och ligger i linje med min uppfattning. Lönutvecklingen är förstås viktig, men en bra chef, rimlig arbetsbelastning och bra kollegor är och förblir viktiga faktorer. De faktorer som psykologerna i undersökningen främst anser karakteriserar en attraktiv arbetsgivare känner jag igen från andra undersökningar och samtal med psykologer. En faktor som borde rankas högre i undersökningen är möjligheten att påverka sin egen arbetssituation, det vet jag av erfarenhet att psykologer

DET BÖR VARA samhällets snarare än ett fackförbunds ansvar att reglera och driva specialistutbildningen för psykologer

värdesätter, säger Antonia Reuter, leg. psykolog, specialist i klinisk och pedagogisk psykologi samt verksamhetschef för ett åttioatal psykologer för mödra- och barnhälsovården i Västra Götalandsregionen.

Fler bör få arbeta strategiskt

Hon betraktar även möjlighet till reflektion samt tid för utvecklingsarbete som viktigt för psykologarbetsgivares attraktivitet. Administrativ avlastning har också inverkan på attraktiviteten. Ytterligare en faktor som Antonia Reuter understryker är att fler psykologer ges möjlighet att arbeta strategiskt med exempelvis organisationsutvecklingsfrågor.

– Fler psykologer bör finnas representerade i ledningsgrupper i hela sjukvården, från primärvård till sjukhusvård.

FLER PSYKOLOGER BÖR finnas representerade i ledningsgrupper i hela sjukvården, från primärvård till sjukhusvård

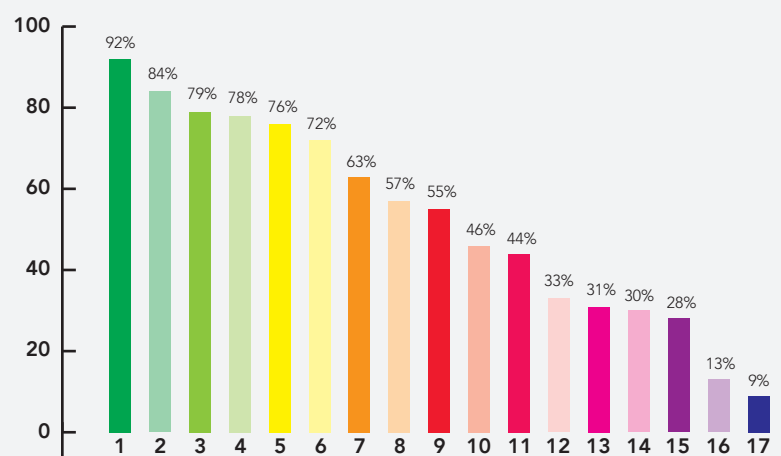
sjukhusvård. Fler arbetsgivare bör tillvarata psykologers kunskap och kompetens på ett mer strategiskt sätt. Man talar ofta om vikten av tvärprofessionell samverkan i hälso- och sjukvården, men fler behöver arbeta för att verkligen inkludera psykologer i det övergripande och beslutsfattande arbetet. I den förvaltning där jag arbetar finns numera en egen organisation för barn och ungas hälso- och sjukvård med psykolog i ledningsgrupper, vilket tillför ett mervärde för organisationen, avslutar Antonia Reuter.



Antonia Reuter, leg. psykolog, specialist i klinisk och pedagogisk psykologi samt verksamhetschef för ett åttioatal psykologer för mödra- och barnhälsovården i Västra Götalandsregionen.

VILKA FAKTORER KÄNNETECKNAR EN ATTRAKTIV ARBETSGIVARE?

Vilka av följande faktorer kännetecknar en attraktiv arbetsgivare för psykologer? Ange gärna flera.



- | | |
|---|---|
| 1 Bra lön/lönutveckling | 9 Bra utvecklingsmöjligheter |
| 2 Bra ledarskap/arbetsledning | 10 Administrativ avlastning |
| 3 Rimlig arbetsbelastning | 11 Mer tid för patienterna/klienterna |
| 4 Erbjuder kompetensutveckling och fortutbildning | 12 Möjlighet att forska |
| 5 Bra team/arbetskamrater | 13 Bra introduktion för nyanställda |
| 6 Möjlighet att påverka din arbetssituation | 14 Trygg arbetsplats |
| 7 Bra arbetsmiljö | 15 Låg personalomsättning |
| 8 Tid till återhämtning och reflektion | 16 Ligger långt framme inom välfärdsteknik/digitalisering |
| | 17 Övrigt |



Foto: Johan Paulin

Martin Björklind, psykolog och professionsstrateg på Sveriges Psykologförbund.

Förebygg hot och våld med tydliga spelregler

27 procent av psykologerna har utsatts för hot och våld i sitt yrke. Psykologen och författaren Alexander Tilly, som specialiserat sig på hot och våld i arbetslivet, rekommenderar psykologer att våga stå fast vid de spelregler man upprättat för relationen med klienten och att öka riskmedvetenheten i sitt dagliga arbete.

HOT OCH VÅLD

TEXT ANNIKA WIHLBORG

– Undersökningsresultatet är dessvärre inte särskilt förvånande och möjligen är det ännu fler då det kan vara förknippat med skam eller skuld att tillstå att man hotats. Även om många andra yrkesgrupper är mer utsatta bör hot eller

SOM PSYKOLOG ÄR det lätt att bli så behandlingsorienterad att man helt glömmer bort risktänket

våld mot psykologer alltid tas på allvar och anmälas. Psykologer i beroendevården, rättspsykiatri och kriminalvården är särskilt utsatta, säger Alexander Tilly.

Tydliga spelregler

Han anser att kompetens kring hur man bör hantera hot eller våld i tjänsten bör inkluderas i psykologutbild-

ningen. En annan viktig förebyggande åtgärd är att upprätta tydliga spelregler för kontakten mellan psykolog och klient och att verkligen följa dessa regler.

– Man bör vara medveten om att incidenter som inkluderar hot eller våld inte är begränsade till terapirummet. När man möter en klient på parkeringen, i hissen, på tågplattformen eller liknande kan klienter agera annorlunda än i terapirummet, vilket kan resultera i hot eller våld. Det bästa sättet att hantera den här typen av situationer är att vara ordentligt förberedd och ha en plan för hur de ska hanteras, säger Alexander Tilly.

Tillämpa ett risktänk

Han betonar vikten av att alltid anmäla och synliggöra alla incidenter som inkluderar hot eller våld på jobbet. Att skapa normer på arbetsplatsen som medför en nolltolerans mot hot och våld är också viktigt.

– Våga erkänna att vissa klientsituationer kan bli farliga. Som psykolog är det lätt att bli så behandlingsorienterad att man helt glömmer bort risktänket. Om du arbetar med en riskfylld klientgrupp bör du göra en riskanalys av hela din arbetsprocess, även när du tar dig till och från din arbetsplats. Det är arbetsgivarens ansvar att samtliga psykologer utbildas i att hantera och förebygga hot och våld, det är viktigt att inkludera utbildningen i det systematiska arbetsmiljöarbetet, säger Alexander Tilly.

Manipulation ökar toleransnivån

Han framhåller risken i att psykologer förklarar hot och våld med att klienten saknar insikt, kunskap och förståelse kring hur de ska hantera situationen på ett effektivt sätt och därför tar till hot och våld. Många är i själva verket väl medvetna om vad de gör och använder manipulation för att få sin vilja



Psykologen och författaren Alexander Tilly.
Foto: Kenneth Svedlund

igenom. Inte minst om det finns något att vinna, som ett utlåtande eller en förmån. Klienter som gått länge i terapi kan bli "terapiuttränade" och lära sig vilka ord som är värdeladdade för terapeuten och som signalerar känslomässig insikt. Smicker och komplimanger kan vara andra verktyg för en klient att påverka de beslut en terapeut fattar. Det finns också en risk att man låter sig manipuleras på olika sätt av klientgrupper som det kan vara svårt att ställa krav på, vilket kan öka toleransnivån för hot och våld i tjänsten.

– En del psykologer lär sig att betrakta hot eller våld som uttryck för symtom som psykologen ska hjälpa klienten att undersöka och komma till rätta med. Istället för att tidigt dra en gräns när incidenter inträffar och exempelvis benämna det som inträffar, avbryta terapin eller lämna rummet. Det bidrar till en normalisering och acceptans av problematiska beteenden, kan göra klienten en stor otjänst i ett längre perspektiv och kan försätta psykologen i en mer utsatt situation, säger Alexander Tilly.

HAR DU BLIVIT UTSATT FÖR HOT ELLER VÅLD I DITT YRKE?

Har du som psykolog blivit utsatt för hot eller våld i ditt yrke?



Statligt reglerad specialistutbildning

9 av 10 psykologer anser att specialistutbildningen och specialistbehörighet för psykologer bör regleras statligt på nationell nivå.

SPECIALISTBEHÖRIGHET

Framtidens Karriär – Psykolog har kartlagt psykologers uppfattning kring en statlig reglering av specialistutbildning och specialistbehörighet för psykologer.

Även Psykologförbundet anser att den specialistutbildning och specialist-

behörighet som idag handhas av förbundet bör bli statligt reglerad:

- Ytterst handlar det om att säkerställa patientsäkerheten.
- Det skulle möta hälso- och sjukvårdens behov av kvalificerad psykologisk bedömning, diagnostisering, utredning och behandling.
- Det skulle innebära en transparent kvalitetssäkring av utbildningen.

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.

• Med reglering följer direktiv, och utbildningssatsningen skulle ge en tyd-

ligare avkastning för de verksamheter där specialisterna arbetar.

Dagarna på jobbet blev en spänningsroman

Helena Kubicek Boye är aktuell med en roman som bygger på när hon som nyutexaminerad psykolog arbetade vid Säter. Var går gränsen mellan friskt och sjukt, och verkligheten och fiktionen?

VERKLIGHET OCH FIKTION

TEXT ADRIANNA PAVLICA

De senaste åren har psykologen Helena Kubicek Boye skrivit en rad fackböcker, bland annat om sömn. I vintras utkom hennes första roman, "Innan snön faller", som bygger på åren då hon jobbade inom öppenvårdspsykiatri i Säter. I boken får vi möta PTP-psykologen Anna Varga som kommer till Säter och ganska snabbt börjar få hotfulla meddelanden. Att miljön i Säter var som gjord för en spänningsroman insåg Helena Kubicek Boye ganska omgående.

– Jag började skriva redan då, men jag jobbade där när Quick-härvan bör-

jade uppdragas och det är först nu tio år senare som man kan skriva fiktion om Säter, det var för laddat då.

Förändrad syn på diagnoser

Boken har redan tryckts i sin tredje upplaga och sålt i flera tusen exemplar.

– Det verkar finnas ett jättestort intresse för hur psykologer jobbar, och det mänskliga psyket. Det ligger i tiden.

Helena Kubicek Boye är ständigt på sin vakt för att inte fiktionen ska komma för nära verkligheten, och hennes karaktärer är därför helt fristående och ska inte kunna kopplas till någon klient. Det har varit viktigt för henne att också lyfta historien i boken till ett vidare perspektiv.

– Jag har velat belysa olika fenomen, som till exempel hur vi ser på diagnoser genom tiderna. Vad som klassas som sjukt och frisk varierar, liksom våra förväntningar och vilka beteenden som är tillåtna. Vi har ett ganska hårt och icke-förlåtande samhälle idag, tänk bara på alla barn som får ADHD-diagnoser. Var tid har sina



Helena Kubicek Boye skriver en serie böcker om PTP-psykologen Anna Varga.

Foto: Bengt Alm

diagnoser och ett tag tyckte vi att vi skulle låsa in alla som ansågs sjuka medan vi idag anser att de ska leva ute i samhället.

Övermedicinering ett problem

Ett tema i Helena Kubicek Boyes nästa bok är medicinering.

– Jag arbetar mycket med sömn och där jobbar jag för att minska användningen av sömnbatter. Vår syn på sjukdom idag är att det ska medicineras bort; det har blivit normaliserat att

läkemedel är lösningen instället för att låsa in människor. Det leder till över-

DET VERKAR FINNAS ett jättestort intresse för hur psykologer jobbar, och det mänskliga psyket

medicinering som är ett stort problem idag.

Nästa bok om Anna Varga kommer i januari.

Ökad mängd patienter kräver uppföljning

Trycket på psykologer ökar – vilket samtidigt innebär att fler patienter får hjälp. Sveriges kliniska psykologers förening tycker att det är viktigt att verksamheterna följer upp hur det går för patienterna, snarare än att mängden patienter ska användas som en kvalitetsindikator.

PATIENTTRYCK

TEXT ADRIANNA PAVLICA

En majoritet av psykologerna anser att trycket på att hinna med fler patienter har ökat.

– Det är inte konstigt att patienttrycket har ökat eftersom fler patienter får behandling. När jag började jobba inom Stockholms läns landsting 2004 träffade psykologer i min sektor i genomsnitt två patienter om dagen, och den siffran har gissningsvis ökat. Det

kan vara något positivt eftersom fler människor får tillgång till psykologisk behandling, säger Erik Andersson, ordförande för Sveriges kliniska psykologers förening.

Kringarbetet belastar

De negativa effekterna handlar om såväl arbetsmiljö som patientsäkerhet.

– Det största hotet är att man börjar tumma på kvaliteten för att beta av stora mängder patienter, säger Erik Andersson.

Hur många patienter som är för många är enligt honom omöjligt att svara på.

– I många fall är det inte patientbesöket i sig som är belastande, utan allt kringarbete. Olika typer av problematik kräver olika mängd kringarbete. En patient med schizofreni kräver ofta andra typer av insatser än en patient med paniksyndrom.

Ledningsansvarig psykolog

En viktig uppgift för alla mottagningar är därför att tydligt definiera psykologens uppdrag.

– Ofta är det lösa tyglar vilket innebär att den enskilda psykologen inte vet var uppdraget börjar och var det slutar. Jag tror inte att vi per automatik löser stressrelaterade problem hos psykologer genom att minska mängden patienter. Det vi istället efterfrågar är en tydligare struktur med en ledningsansvarig psykolog på varje mottagning.

Sveriges kliniska psykologers förening ser en fara i att mängden patienter ibland ses som en kvalitetsindikator, snarare än hur hjälpta patienterna faktiskt blivit av psykologkontakten.

– Vi tycker att alla mottagningar behöver följa upp sina patienter, det

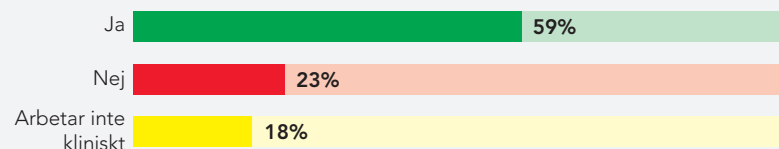


Erik Andersson, ordförande Sveriges kliniska psykologers förening.

är enda sättet att se om behandlingen gett något. Systemet kan göra att man träffar massor av patienter utan att det kanske ger något, och eftersom det inte finns kvalitetsindikatorer så kan man fortsätta med det. Det kan bli väldigt skevt, säger Erik Andersson.

HAR TRYCKET PÅ ATT HINNA MED FLER PATIENTER ÖKAT?

Om du arbetar kliniskt, har trycket på att hinna med fler patienter ökat?



Stor efterfrågan på psykologer på mindre orter

Hela 78 procent av psykologerna kan tänka sig att arbeta på en mindre ort. Trots det har såväl landsting som kommun ofta svårt att attrahera psykologer dit.

ARBETA PÅ MINDRE ORT

TEXT ANNIKA WIHLBORG

– Det är förstås positivt, men överraskande att så många som 78 procent kan tänka sig att arbeta på en mindre ort. Min erfarenhet är att betydligt färre än 78 procent av psykologerna verkligen söker sig till mindre orter, säger Yannick Kercoff, psykolog på barn- och ungdomshabiliteringen på Skellefteå lasarett samt ordförande för Psykologförbundet i Västerbottens läns landsting.

Svårt att tillsätta tjänster

De allra minsta orterna har oftast allra svårast att attrahera psykologer, men Yannick Kercoffs erfarenhet är att även

PSYKOLOGARBETSGIVARE PÅ MINDRE ORTER bör bli bättre på att marknadsföra den livskvalitet många mindre orter kan erbjuda

medelstora orter har svårt att tillsätta alla vakanta psykologtjänster. De flesta verksamheter på mindre orter har i dagsläget ett stort behov av psykolo-



Yannick Kercoff, psykolog och ordförande för Psykologförbundet i Västerbottens läns landsting.

MAN UPPLEVER SIG

sedd på ett annat sätt jämfört med en större stad där man lättare blir en i mängden



Lena Öjehagen, psykolog och studierektor för PTP-programmet i Landstinget Dalarna.

ger, från elevhälsan till primärvården och BUP.

– Psykologarbetsgivare på mindre orter bör bli bättre på att marknadsföra den livskvalitet många mindre orter kan erbjuda, alltifrån boendemöjligheter till natursköna omgivningar. Landstingen behöver även tänka mer innovativt genom att erbjuda attraktiva och mer flexibla anställningsvillkor, säger Yannick Kercoff.

Bättre på att ställa krav

Han anser att landstingen bör vara mer lyhörda för psykologernas önskemål. Samtidigt bör psykologer bli bättre på att ställa krav på sina arbetsgivare när de förhandlar i samband med att de skriver på sitt anställningskontrakt.

– Många psykologer på mindre orter saknar kollegor. Genom att öka antalet psykologer och etablera regionala nätverk för psykologer kan även de som arbetar på mindre orter få erfarenhetsutbyte. Det är även viktigt att lyfta fram fördelarna, till exempel möjligheten att arbeta brett och få mycket variation i vardagen, säger Yannick Kercoff.

Villkor och karriärvägar

Lena Öjehagen, psykolog och studierektor för PTP-programmet i Landstinget Dalarna, blir förvånad över att det är så många som kan tänka sig att arbeta på mindre ort.

– Vi märker inte det när vi rekryterar psykologer till Landstinget Dalarna. De senaste åren har det blivit allt svårare att fylla våra vakanta tjänster för såväl legitimerade psykologer som för PTP-psykologer, säger hon.

Hon anser att eftersom psykologer är så pass attraktiva för många olika arbetsgivare, måste vi tänka till både vad gäller villkor och karriärvägar för att öka intresset för att jobba på en

mindre ort, och dessutom locka med en livsstil med närhet till naturen och lägre bostadspriser.

– För att öka intresset att göra sin PTP-tjänstgöring på mindre ort har vi valt att satsa på att införa fasta kvalitetssäkrade PTP-platser med start för första gången i september 2018. Vår förhoppning är att våra PTP-psykologer ska trivas så pass bra att de vill stanna kvar efter avslutad PTP-tjänstgöring, säger Lena Öjehagen.

Viktig teammedlem

– Som psykolog på en mindre ort är du en viktig teammedlem. Många av våra PTP-psykologer väljer att göra sin tjänstgöring där av just den anledningen. Man upplever sig sedd på ett annat sätt jämfört med i en större stad där man lättare blir en i mängden, säger Lena Öjehagen.

Vad gäller rekryteringsbehovet hos Landstinget Dalarna, anser Lena Öjehagen att det är psykiatri som har störst rekryteringsbehov, både inom BUP och vuxenpsykiatri. Men behovet av psykologer i primärvården ökar också.

Psykologisk kunskap i skolan

– Undersökningsresultatet är en positiv överraskning. Psykologer behövs överallt i samhället, såväl i skolan som inom sjukvården och i privata sektorn. När det saknas psykologer på exempelvis BUP så påverkar det även oss som arbetar inom elevhälsan, och vice

versa. I skolan upplever jag att det finns en stor efterfrågan på psykologisk kunskap som är svår att mätta. Mindre orter är mer sårbara, men samtidigt kan en enskild psykolog göra stor skillnad där om kompetensen används på rätt sätt, säger Daniel Pålsson, skolpsykolog i Bollnäs kommun och styrelseledamot i Psifos, Sveriges nationella förening för psykologer i förskola och skola.

Han anser att goda pendlingsmöjligheter som minskar avstånden mellan mindre orter och större städer är en faktor som kan öka mindre orters attraktivitet.

– De främsta fördelarna med att arbeta på en mindre ort är en hög grad av självständighet i arbetet, och gott om variation i arbetsuppgifterna. Sam-

ORGANISATIONERNA ÄR MINDRE, vilket ger bra möjligheter att påverka beslut som rör hela organisationen

tidigt krävs en balans mellan självständigheten och bra chefsstöd, ett nätverk med andra psykologer och tillgång till handledning och fortbildning. Ytterligare en fördel med att arbeta på en mindre ort är att organisationerna är mindre, vilket ger bra möjligheter att påverka beslut som rör hela organisationen, säger Daniel Pålsson.



Daniel Pålsson, skolpsykolog i Bollnäs kommun och styrelseledamot i Psifos.

SKULLE DU KUNNA TÄNKA DIG ATT ARBETA PÅ EN MINDRE ORT?

Skulle du som psykolog kunna tänka dig att arbeta på en mindre ort i Sverige?

Ja

78%

Nej

22%

62% kan tänka sig att arbeta för ett bemanningsföretag

62 procent av psykologerna kan tänka sig att arbeta för ett bemannings- och konsultföretag för psykologer.

– Möjligheten att själv kunna påverka sin arbetssituation spelar en viktig roll, säger Eva Domanders, ordförande i Bemanningsföretagen.

BEMANNINGSBRANSCHEN

TEXT ANNIKA WIHLBORG

– Den främsta anledningen till att så många som 62 procent av psykologerna kan tänka sig att arbeta för ett beman-

GENOM ATT SAMARBETA med auktoriserade bemanningsföretag får kunderna kvalitet på sina tjänster

nings- och konsultföretag är förmodligen att psykologer värderar den frihet och flexibilitet som arbete på ett bemanningsföretag medför. Allt fler psy-

kologer vill ha möjlighet att påverka sin arbetssituation. Bättre arbetsvillkor och att kunna fokusera på kärnverksamheten är andra faktorer som bidrar till att göra bemanningsföretagen attraktiva för allt fler, säger Eva Domanders, ordförande i branschorganisationen Bemanningsföretagen.

Hon tror att många psykologer efterfrågar en bättre arbetsmiljö. Samtidigt är rollen som psykologkonsult komplex. Det innebär att många psykologer som väljer den banan upplever att de verkligen får använda hela sin kompetens och dessutom får uppskattning för den.

Viktigt med bra upphandlingar

Eva Domanders anser att bemanningsföretag för psykologer bör anlitas när det finns behov i en verksamhet, till exempel på grund av hög arbetsbelastning eller om man har vakanser som kan bero på ledighet eller sjukfrånvaro.

– Jag tror det är viktigt med samverkan och dialog mellan bemanningsföretaget och kunden. Jag tror också på vikten av bra upphandlingar och leverantörsuppföljningar så kunden får bra kvalitet på de tjänster som levereras. Vi hjälper gärna till från

Bemanningsföretagens sida med input inför upphandlingar och med information om vikten av att anlita auktoriserade bemanningsföretag, säger Eva Domanders.

Anlita auktoriserade företag

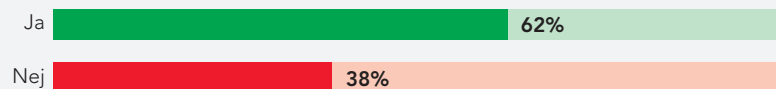
– Mitt råd till verksamheter som anlitar en psykolog från ett bemannings- och konsultföretag är att först och främst vara noggrann med att endast anlita auktoriserade bemanningsföretag som har kollektivavtal och som årligen blir granskade av en partssammansatt nämnd. Genom att samarbeta med auktoriserade bemanningsföretag får kunderna kvalitet på sina tjänster. Ett auktoriserat bemanningsföretag erbjuder också psykologer trygga anställningar, avslutar Eva Domanders.



Eva Domanders, ordförande i Bemanningsföretagen.

KAN DU TÄNKA DIG ATT ARBETA FÖR ETT BEMANNINGSFÖRETAG?

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



Bättre lön och mer variation hos bemanningsföretag

Varför är så många psykologer positiva till att arbeta hos bemannings- och konsultföretag för psykologer? Bättre lön, bättre arbetsvillkor, mer variation, flexibilitet och frihet lockar.

DET LOCKAR PSYKOLOGERNA

TEXT MARIANNE SJÖBERG

De 62 procent av psykologerna som svarade att de kan tänka sig att arbeta för ett bemannings- och konsultföretag för psykologer fick följdfrågan "Varför skulle du kunna tänka dig att arbeta för ett bemannings- och konsultföretag för psykologer?"

Lön och arbetsvillkor

Den främsta anledningen till varför man skulle kunna arbeta för ett be-

mannings- och konsultföretag för psykologer är möjligheten till att få bättre lön. Missnöjet med lönen för psykologer vid landstingen är tydligt. "På min mottagning tjänar exempelvis sjuksköterskorna bättre än psykologer."

En del menar också att arbetsvillkoren är av stor betydelse. Man framhåller bland annat att kunna få göra olika typer av uppdrag och att styra sina arbetsuppgifter är mycket positivt. "Det möjliggör eget ansvar för psykologen i utförandet av arbetsuppgifterna, vilket ofta medför ett bättre resultat än när arbetet regleras på arbetsplatsen."

Flexibilitet och frihet

Att få en mer flexibel arbetssituation anges av många som en anledning. Flexibiliteten kan innebära att man kan komma till olika arbetsplatser, få styra sitt arbete genom att arbeta mer intensivt i perioder med längre ledighet mellan uppdragen.

I undersökningen är också ordet frihet ofta förekommande. Frihet kan innebära att man har möjlighet att

SOM KONSULTPSYKOLOG

erbjöds jag möjligheten att göra så mycket jag ville och söka andra jobb

styra vilka uppdrag man tackar ja till, men även slippa arbetsplatsproblem och bara komma in som konsult för ett specifikt uppdrag.

Nya möjligheter och erfarenheter

Några anger att det skulle vara en fördel att få känna på andra sätt att arbeta på, skaffa sig erfarenheter man inte har idag. Att göra punktsatser och arbeta projektbaserat kan vara motiverande och bidra till att förändring och processer går fortare än på en traditionell arbetsplats. Det kan också vara lärorikt att se och arbeta inom flera organisationer.

Några i undersökningen anger att de redan arbetar åt bemannings- och konsultföretag och deras kommentarer är positiva till arbetet. Variationen i uppdragen ger en utmaning och trivsel som många har eftersträvat.

"Som konsultpsykolog erbjöds jag möjligheten att göra så mycket jag ville och söka andra jobb under tiden om jag önskade, och till en mycket fördelaktig lön."

VAD LOCKAR?

Varför bemannings- och konsultföretag för psykologer?

1. Bättre lön
2. Bättre arbetsvillkor
3. Mer variation
4. Flexibilitet
5. Frihet
6. Nya erfarenheter

Divanens vara eller icke vara

I en tid då evidens är i fokus och många nya terapiformer dyker upp är det samtidigt fullsatt på öppna föreläsningar på temat psykoanalys och patienterna fortsätter att lägga sig på divanen. Är psykoanalysen på väg att få ett uppsving?

PSYKOANALYS

TEXT ADRIANNA PAVLICA

En rundringning till institutioner, föreningar och psykoanalytiker pekar på en eventuellt uppåtgående trend för psykoanalys, men bilden är inte entydig och intresset verkar snarare finnas utanför psykologvärlden än i den.

– Vi skönjer inte ett ökat antal anmälningar till våra utbildningar. Däremot kommer det många förfrågningar, säger Sören Brooms, rektor vid Svenska psykoanalytiska institutet som utbildar psykoanalytiker.

Martin Björklind, professionsstrateg vid Psykologförbundet, kan inte uttala sig om tongångarna kring psykoanalys.

– Vi har ingen uppfattning om våra medlemmars intresse i psykoanalys men vi ser det som väldigt viktigt att det finns en bredd och mångfald i metoderna.

Lotta Reuterskiöld, studierektor för psykologprogrammet vid Stockholms universitet, ser att PDT och KBT växlar i att vara det populäraste valet bland studenterna.

– Men jag har inte märkt av något ökat intresse för psykoanalys.

Populära föreläsningar

Engagemanget kan istället skönjas utanför psykologkretsarna.

– Vad jag vet från vår förening är att det är relativt få som söker hjälp, men relativt många som går på våra föreläsningar, säger Gunnar Berggren, vice

ordförande i Svenska psykoanalytiska föreningen.

Göteborgs förening för filosofi och psykoanalys har sedan starten 2008 hållit i öppna föreläsningar på temat och de senaste två åren har det varit fullsatt. Ibland kommer alla inte ens in.

I DEN BÄSTA av alla världar skulle evidensbaserad och erfarenhetsbaserad kunskap kunna leva sida vid sida i en god och ömsesidig relation

– Intresset har stadigt ökat, säger Lena Lind Brynstedt, kommunikatör vid Stadsbiblioteket där föreläsningarna hålls.

GFFP:s ordförande Tobias Wessely ser en försiktig trend.

– Jag tror att det kanske finns ett litet uppsving för analysen, men med

betoning på litet. Idag får patienter korta KBT-behandlingar, ibland upprepade gånger. Vissa upplever att något saknas. För några tycks psykoanalytisk terapi kunna fylla det tomrummet, även om de inte nödvändigtvis vet exakt vad de söker.

Noterbart ökat intresse

David Clinton, psykoanalytiker, ser att psykoanalysen fyller ett behov och tror att det är mycket möjligt att psykoanalysen kommer att göra comeback.

– Det finns ett stort framväxande behov av vad man skulle kunna kalla för erfarenhetsbaserade kunskaper. I den bästa av alla världar skulle evidensbaserad och erfarenhetsbaserad kunskap kunna leva sida vid sida i en god och ömsesidig relation. Båda är nödvändiga för att vi ska förstå oss själva och hjälpa våra medmänniskor med de olika svårigheter som vi möter i livet.

Och patienterna som vill gå i analys har blivit fler enligt Per Magnus Johansson, psykoanalytiker och ordförande i Freudianska föreningen.

– De psykoanalytiker som är yngre och inte etablerade hade större svårigheter att få patienter för sju-åtta år sedan än de har idag. Det inte är någon stor och massiv förändring men ett noterbart ökat intresse.

Paradox kring de stora tänkarna

Per Magnus Johansson har nyligen fått in anmälningarna till ett seminarium som han leder och där deltagarna ska läsa Freud-texter.

– Jag hade tänkt mig att det skulle kunna bli omkring 20 personer men nu är vi över 70.

Psykoanalysens position och vara eller icke vara tror Per Magnus Johansson är en fråga som fortsatt kommer att diskuteras.

– Det finns en paradox knuten till de stora tänkarna, som Karl Marx och Sigmund Freud, nämligen att de på något vis alltid är diskvalificerade och betraktade som inaktuella. Men de är samtidigt ständigt närvarande och också omöjliga att bortse från. Behovet att förklara dem inaktuella är ständigt aktuellt.

Patienter – medvetna konsumenter

Eva Gafvelin Ramberg, ordförande för Svenska föreningen för kognitiva och beteendestriktade terapier, tycker att det är svårt att sja om framtida utveckling och betonar att fältet är i ständig förändring.

– Men från min horisont upplever jag inte att patienter vill ha längre kontakter.

Oavsett terapiformer tror hon att psykologer framöver allt mer kommer att behöva se sina patienter som medvetna konsumenter.

– De är informerade på ett helt annat sätt än för några decennier sedan. Det innebär att man som psykoterapeut, oavsett inriktning, kommer att behöva vara mycket mer öppen i förhållande till patienterna och utvärdera efter hand.

Förlaget Natur och Kultur som gett ut Freuds samlade skrifter vill inte gå ut med försäljningssiffror för böckerna men uppger att det finns ett ökat intresse för dynamiska terapimodeller, dock inte Freud eller psykoanalys.

Psykoanalytikern Per Magnus Johansson ser ett visst ökat intresse för psykoanalysen.
Foto: Ola Kjelbye



Hörsalen på Stadsbiblioteket i Göteborg var fullsatt när psykoanalytikern Johan Eriks-son föreläste tidigare i år.
Foto: GFFP

Sjukskrivningsrätt hänger på psykologtätthet

Att psykologer ska kunna sköta sjukskrivningar har diskuterats i årtal. Men frågan hänger tätt samman med mängden psykologer som arbetar i vården.

– Om det inte finns personal spelar det ingen roll om de får sjukskriva eller inte, så det är där vi måste börja, säger psykologen Olof Molander.

Psykologen Olof Molander tycker att psykologer borde få sjukskriva patienter.



SJUKSKRIVNINGSRÄTT

TEXT ADRIANNA PAVLICA

Psykologer är enligt Olof Molander, styrelseledamot i Sveriges kliniska psykologers förening, bättre lämpade än läkare att sjukskriva för psykisk ohälsa.

– Vi kan ha ett större helhetsperspektiv på saker. Man kan till exempel dosera sjukskrivningen på ett helt annat sätt och anpassa den till hur det går i behandlingen.

Att psykologer också sjukskriver tycker Olof Molander är en logisk del i utvecklingen.

– Man har sett att patienter som söker och får behandling hos en psykolog mår bättre, men blir inte mindre sjukskriv-

INOM PRIMÄRVÅRDEN ÄR det bara några procent som träffar en psykolog. Det behövs många fler

na. Det talar för att det vore rimligt att samla ihop det, att de som utreder och

behandlar också tar hand om sjukskrivningsprocessen. Läkare är i många fall inte involverade i patienters psykologiska behandling och det finns också bristande kunskaper kring psykisk ohälsa.

Pilotprojekt i Norge

Att sjukskrivningar skulle innebära merjobb för psykologer anser Olof Molander är ett "gammalt argument" som inte längre håller.

– Det kan inte vägas mot att det skulle leda till större patientsäkerhet och minskade kostnader för sjukskrivningar.

I Norge har det gjorts ett framgångsrikt pilotprojekt som visat att psykologer inte sjukskriver mer än läkare. Men innan frågan kan prövas och drivas längre fram i Sverige tror Olof Molander att en större översyn av vården krävs.

– Idag är vården organiserad så att den har ett somatiskt fokus, och om man ska jobba mer med psykisk ohälsa måste man ändra på vilka som arbetar i vården.

Behövs fler psykologer

Och så länge det inte ens finns psykologer som kan sjukskriva patienter så är frågan om sjukskrivningarna nästan inte aktuell, menar Olof Molander.

– Behovet av psykologer har länge varit i ökande. Det gäller både utredning och behandling. Inom primärvården är det bara några procent som träffar en psykolog. Det behövs många fler.

Olof Molander ser ett ökat intresse för frågor kring psykologers plats och roll inom vården.

– Det börjar röra på sig, för det ligger i tiden.

SKA PSYKOLOGER KUNNA SKRIVA SJUKINTYG?

Anser du att legitimerade psykologer ska kunna skriva sjukintyg för psykisk ohälsa?



Inför att den nya lagstiftningen GDPR börjar gälla den 25 maj 2018, ber vi att ni kontaktar oss om ni inte önskar få denna tidning, delta i våra undersökningar eller på annat sätt informeras om innehållet.



Maila till GDPR@nextmedia.se för att avregistrera er. Ange att det gäller tidningen Framtidens Karriär – Psykolog.

nextmedia

Det våras för app-terapi

Numera kan man göra läkarbesök via mobilen – och apparna inriktade på vårt psykiska mående blir allt fler. Utvecklarna beskriver hjälpen i träningsstermer och ser ett ökat intresse för komplement till psykologers arbete.

APP-TERAPI

TEXT ADRIANNA PAVLICA

En rad svenska appar med psykologisk inriktning har tagit sig in på marknaden. Ett exempel är Remente, där användare dokumenterar vad som får dem att må bra och lägger upp steg till nya mål.

– Vi har blivit fysiskt duktiga på att träna och hålla oss i form men mentalt springer vi maratonet utan att ha tränat för det. Min tanke är att vi kan arbeta mer preventivt och kontinuerligt även med vår mentala hälsa, säger grundaren David Brudö.

Appen har ingen ambition att ersätta psykologisk behandling, men kan enligt David Brudö vara ett stöd för det

klassiska psykologsamtal, bland annat genom psykoedukation.

Mer gym än sjukhus

Hoa Ly, doktor i psykologi, ligger bakom appen Shim som beskrivs som en digital kompis som hjälper användaren att ägna sig åt tankar som främjar mentalt välmående.

– Syftet är att få användaren att må bättre, men är absolut inte som en behandling. Det är mer ett gym än ett sjukhus, säger Hoa Ly.

SYFTET ÄR ATT få användaren att må bättre, men är absolut inte som en behandling. Det är mer ett gym än ett sjukhus

Han ser en utveckling där allt fler psykologer tar till sig appar som verktyg.

– När jag 2011 började forska på appar som en del i psykologisk behandling var det många som höjde på ögonbrynen. Nu verkar det mycket mer självklart, säger Hoa Ly.

David Brudö tror att appen kommer att hitta in i allt fler terapirum.



David Brudö fick idén till appen när han själv mätte dåligt och fick vänta länge på hjälp.



Hoa Lys utbytesår i Tokyo blev startskottet till hans arbete med psykologiappar.

– Jag tror inte att det är en fråga om vi ska ha in digitala verktyg, utan när och hur det ska ske. Det blir extremt kraftfullt när man kan blanda det digitala och det mänskliga.

Pilotstudie gjord

Enligt psykologprofessorn Per Carlbring finns det också risker med den här typen av appar.

– Alla behandlingar kan ha negativa effekter och till och med ge en försämring. En klar risk är att dåliga appar i bästa fall är verkningslösa och då

fördröjer tiden det tar innan man får en behandling som faktiskt fungerar. Därmed inte sagt att appar inte kan ha mycket stora fördelar. Problemet är att i princip inga appar är vetenskapligt utvärderade, så vi vet väldigt lite om deras effekter.

Området ökar inom forskningen och en svensk pilotstudie är gjord på just Shim. Den publicerades i Internet Interventions och visade på ett samband mellan användning av appen och minskad stress och ökat välmående, efter två veckors användning. Studien var begränsad till en grupp på 28 personer och Hoa Ly är en av forskarna bakom studien som gjorts i samarbete med Linköpings universitet.

© NextMedia

Tiohundra satsar på psykologer

Vårdbolaget Tiohundra i Norrtälje satsar stort på utveckling av vården kring psykisk ohälsa inom tre områden: Psykiatri, BUP och primärvården. Psykologer kommer att ha en central och spännande roll i denna utveckling.

Psykologen och verksamhetschefen Sophie Lindberg har varit verksam inom olika psykiatriverksamheter i Norrtälje sedan legitimationen 1999. Idag är hon verksamhetschef över det område som har flest psykologer i TioHundra.

– Psykologer har betydande roller inom såväl barn- och vuxenpsykiatri, barn- och vuxenhabilitering, som unga vuxna-mottagning och första linjens barnpsykiatri. Olika satsningar på psykologer har gjorts de senaste åren säger Sophie. Vi har bland annat inrättat specialisttjänster på några enheter. Forskning och utveckling står högt på agendan och nyligen blev ett kliniskt forskningsprojekt på BUP färdigt och sammanställt.

Sophie menar också att det är enkelt att samverka med andra aktörer då Norrtälje är relativt litet. Närheten till Stockholm gör att samverkan med verksamheter där också sker kontinuerligt.



Sophie Lindberg, psykolog och verksamhetschef, Frida Langvad, psykolog och samordnare och Tomas Tegethoff, psykolog hos Tiohundra.
Foto: Conny Holm

En mängd olika samverkanstyper

Inom barn- och ungdomspsykiatri arbetar psykologen och samordnaren Frida Langvad. Hon håller med Sophie och betonar att det är den trygga och stabila personalgruppen och det gränsöverskridande samarbetet som gör Tiohundra till en så intressant arbetsgivare.

– Här finns en uppsjö olika samverkanstyper, både internt inom Tiohundra och externt med socialtjänst, skola, arbetsförmedling och andra myndigheter. Förutom att vi har en platt organisation som gör det lätt att få kontakt

med andra verksamheter har vi regelbundna möten för att utveckla våra processer. Det innebär ett kontinuerligt kunskapsutbyte som också skapar enorma möjligheter för oss att utveckla den psykiatriska vården.

Inspirerande inom primärvården

Psykolog Tomas Tegethoff, som är verksam inom primärvården i Norrtälje, berättar att psykologens roll blir allt viktigare på en vårdcentral:

– Vår breda kompetens inom psykologi behöver utnyttjas mer, framför allt



Vårdbolaget Tiohundra ägs av kommunalförbundet Sjukvård och omsorg i Norrtälje, ett samarbete mellan Stockholms läns landsting 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



vid förebyggande och hälsobefrämjande åtgärder. Tiohundra vill därför satsa stort på forskning och utveckling för att göra primärvården i Norrtälje till Sveriges bästa. Det är en spännande tid med mycket nytänkande. Därför söker vi duktiga och kreativa psykologer som kan bidra på olika sätt.

Samma yrke – olika karriärvägar

Annalena Pejok och Nils Berginström blev färdiga psykologer på 2000-talet. Idag arbetar Annalena inom primärvården medan Nils återfinns inom neurorehabilitering. Gemensamt har de ett starkt intresse för ämnet och möjligheten att göra skillnad för människor, var och en på sitt håll.

Nils Berginström tog sin psykologexamen 2009 och gjorde sin PTP-tjänst på Neurorehab NUS i Umeå.

– Under det året fick jag verkligen upp ögonen för arbetet med traumatiserade hjärnskador hos barn och unga. Efter avslutad PTP fick jag ett erbjudande om att bli tillsvidareanställd vilket jag tackade ja till, ett val jag inte har ångrat.

Det som Nils lyfter fram som en av de stora behållningarna med att vara psykolog inom detta fält är att det verkligen går att göra skillnad.

– Med hjälp av neuropsykologiska bedömningsinstrument kan vi fånga subtila förändringar i neuropsykologiskt fungerande hos dessa patienter som inte går att upptäcka på andra sätt. Våra tester måste till för att fånga dessa bitar, se var bristerna finns och vad vi kan göra åt dem ur ett rehab-perspektiv.

Nils har även slagit in på forskningsspåret. Sedan 2014 delar han sin tid mellan arbetet på kliniken och en doktorandtjänst.

– Det är en perfekt kombination där jag får ut väldigt mycket från klinik till forskning, men även från forskning till klinik. Projektet är inriktat på mental trötthet, i dagsläget har vi tre studier

klara och den fjärde på gång. Om allt går enligt plan kommer jag att disputera i början av nästan år.

Nils har även ett sidouppdrag som samordnare för PTP-psykologer.

– Jag anordnar ett program med gemensamma tematräffar för PTP-psykologerna samt fungerar som kontaktperson och bollplank. Det är ett roligt uppdrag som jag verkligen brinner för.

Primärvård

Annalena har valt en lite annan karriärväg.

– Jag tog min examen 2002 och arbetade sedan inom psykiatri, elevhälsa och företagshälsövård men har sedan nio år arbetat i primärvården, på Byske

hälsocentral. Det är väldigt meningsfullt och givande. Man får möjlighet att komma in tidigt i processer och göra skillnad, och genom teamsamarbete kan man förbättra människors hela mående, både det psykiska och somatiska.

En annan fördel, menar Annalena, är att det är en låg tröskel in för befolkningen.

– Man ska kunna träffa en psykolog lika lätt som en läkare eller annan vårdprofession som man kan behöva.

Som psykolog inom primärvården finns det olika karriärvägar. Många väljer att gå specialistutbildning. Annalena har valt en annan inriktning.

– Jag har ett utvecklingsuppdrag där jag jobbar organisatoriskt både med att samordna psykologer samt driva frågor om psykologisk kompetens inom primärvården. Jag är också psykologiskt sakkunnig i diskussioner med barnpsykiatri, stresskliniken och vuxenpsykiatri.

En viktig anledning till att hon trivs så bra i verksamheten är närheten till patienters vardag.

– Det är jättekul att vara primärvårdspsykolog. Jag är känd på bygden, så blir det om man jobbar på ett litet ställe. Det skapar en stor trygghet

bland patienterna, den responsen får jag nästan varje vecka. Det är viktigt för många att jag finns här och att de kan höra av sig vid behov. Det känns väldigt meningsfullt att finnas med i människors liv på det sättet.

Handledare

Vid sidan av sina andra uppdrag är Annalena också handledare för PTP-psykologer.

– Om vi ska jobba med att stärka vården måste vi också erbjuda en god väg in i psykologyrket. Primärvården är också ett bra ställe att göra sin PTP på eftersom man får en allsidig klinisk träning. Sedan ska man ju även jobba organisatoriskt under sin PTP och det finns det alla möjligheter till. Som kliniskt verksam psykolog är detta verkligen en bra plats att vara på.

Även Nils kan varmt rekommendera sitt yrkesval till andra psykologer.

– För att bygga kompetens och utvecklas måste man möta många människor med varierande besvär, det får man göra om jobbar på våra kliniker. Vi kan använda hela vårt register som psykologer och tillsammans med de andra i teamet göra ganska mycket för våra patienter.



Nils Berginström,
psykolog på
Neurorehab
NUS i Umeå.
Foto: EdellPhoto



Annalena Pejok,
psykolog i primär-
vården på Byske
hälsocentral.



Som psykolog arbetar du för att främja psykisk hälsa och förebygga ohälsa bland befolkningen i Västerbotten. Hos oss återfinns psykologer inom en rad olika områden, till exempel psykiatri, primärvård, rehabilitering, barnsjukvård, geriatrik och habilitering.

Västerbottens läns landsting
901 89 Umeå
Tel: 090-785 00 00
www.vll.se

 **Västerbottens
läns landsting**

Höga ambitioner i Gävleborg

Oavsett om du vill arbeta inom vuxenpsykiatri eller med barn och familj kan du utvecklas i din karriär och profession i Region Gävleborg.

– Här sätter man värde på psykologers kompetens och ger oss rätt förutsättningar för att trivas och göra ett bra jobb.

Det säger psykologen Thomas Drost, som är vårdutvecklare i vuxenpsykiatri i Gävle. Thomas blev färdig psykolog 2011 och arbetade därefter i Stockholmsregionen. Han kände en önskan att få utnyttja sin kompetens bättre och att hans arbete skulle värderas därefter. Han undersökte förutsättningarna för psykologer runt om i landet och fastnade för Gävleborg, där han började arbeta 2013.

– Jag märkte direkt att fanns en annan inställning till psykologer här. Här kändes det som att man eftersträvade en modern psykiatri, samtidigt som man erbjöd bra lön och rimlig arbetsbörda, vilket är en förutsättning för att kunna göra ett bra jobb. Det var en stor skillnad mot mina tidigare arbetsplatser.

Efter sex månader som klinisk psykolog i Gävle fick Thomas erbjudande om en tjänst som vårdutvecklare. Det innebär att han arbetar med bland annat att skapa system för uppföljning av verksamheten, driva förbättringsprojekt och se till att resurserna används på bästa sätt.

– Detta är den roligaste tjänsten jag någonsin haft. Här har jag verkligen



Carola Jakobsson och Jennifer Wellin, psykologer inom Barn- och familjehälsan i Region Gävleborg.
Foto: Pernilla Wahlman

haft möjlighet att påverka och bidra till en positiv utveckling av verksamheten, säger Thomas.

Tryggt och välstrukturerat

Kollegan Ulrika Mjöhagen gjorde sin PTP inom vuxenpsykiatri i Gävle 2013-2014 och arbetade sedan där som klinisk psykolog. Nyligen tillträdde även hon en tjänst som vårdutvecklare.

– Det känns som att vår psykiatriska verksamhet och möjligheterna för psykologer utmärker sig här i Region Gävleborg. Det är en hög kvalitet i utredningsprocesserna och behandlingsmetoderna. Det är väldigt tryggt att komma in i en så välstrukturerad verksamhet och det ger frihet att kunna fokusera på arbetsuppgifterna. Det är korta beslutsvägar och vi har en mycket nära och bra dialog med verksamhetschef och ledning, säger hon.

Både Ulrika och Thomas vill lyfta fram vårdutvecklare som en spännande karriärväg för psykologer.

– Ledningen ger oss ett mycket stort förtroende att lägga upp arbetet på det sätt vi anser blir bäst. Man kan verkligen göra skillnad för både patienter och personal och bidra till en förbättrad sjukvård, framhåller de.

Första linjen för barn och unga

En annan spännande arbetsplats för psykologer i Region Gävleborg är inom Barn- och familjehälsan. Där finns en stark och sammanhållen första linje, med låg tröskel för psykosociala insatser för barn och unga, med tydligt fokus på förebyggande arbete.

– Det är ett enormt roligt arbete, där vi verkligen ser att vi når resultat, säger psykologen Carola Jakobsson, som började i Gävle under sin PTP på Mödra- och barnhälsovården. Nu arbetar hon sedan flera år tillbaka med åldersgruppen 6–12.

Hon får medhåll av psykologen och vårdutvecklaren Jennifer Wellin, som kom till Barn- och familjehälsan i Gävle för drygt sju år sedan efter att ha arbetat i landstinget i Uppsala. Hon lyfter fram att många patienter blir symptomfria även med små medel.

– Det är väldigt tacksamt att få jobba på det här sättet och uppleva att barnen faktiskt mår bättre och att hela familjen blir hjälpt, säger hon.

Brett spektrum

Inom Barn- och familjehälsan arbetar man med ett brett spektrum av olika diagnoser och symptom, både inom olika föräldrastödsprogram och individinriktat. Ett viktigt program är Komet, som är en evidensbaserad behandlingsmetod som riktar sig till föräldrar med utagerande barn. Syftet är att ge föräldrarna redskap och strategier för att minska bråk och konflikter.

– Det är viktigt att arbeta med föräldrarna eftersom deras bemötande har stor inverkan på barnets beteende. Generellt sett är det de vuxna runt barnen som måste ge dem förutsättningar att lyckas i sina relationer. Komet är väldigt effektivt och är ett av flera psykopedagogiska program som vi arbetar med, berättar Jennifer och Carola.

De betonar att det finns många olika karriärvägar för psykologer inom Barn- och familjehälsan och att det är en arbetsplats med starkt kollegialt stöd och fokus på kompetensutveckling och kvalitet.

– Här finns så många möjligheter att utvecklas som psykolog och det är en arbetsplats där det är lätt att trivas.



Vuxenpsykiatri i Region Gävleborg erbjuder specialisterpsykiatriska insatser och behandlingar till patienter med komplicerad psykisk ohälsa. Som psykolog arbetar man i ett team tillsammans med bland annat läkare, sjuksköterska, kurator, skötare och arbetsterapeut.

Barn- och familjehälsan i Region Gävleborg är en psykosocial verksamhet inom primärvården för blivande föräldrar, barn 0–12 år och deras familjer. Mottagningen är en första instans för föräldrar och barn vars bekymmer finns i familjesituationen eller hos barnet självt. Här arbetar psykologer, socionomer och sjuksköterskor. Inom bägge verksamheterna finns stora möjligheter för dig som är psykolog att utvecklas i din profession, med många karriärvägar, starkt fokus på kvalitet och goda arbets- och lönevillkor.

www.gavleborg.se

 **Region
Gävleborg**



Thomas Drost och Ulrika Mjöhagen, psykologer på vuxenpsykiatri i Gävle.
Foto: Pernilla Wahlman

"Som skolpsykolog kan jag verkligen göra skillnad"

Skolpsykologen Ida Mellström gillar att hennes jobb har stor betydelse för många ungas liv. Och så är det såklart peppande att få höra att hennes idéer och satsningar leder till en allmänt ökad trivsel på skolan.

Ida Mellström har visserligen ett eget arbetsrum på Hagsåtraskolan i Stockholm, där hon jobbar heltid som psykolog, men hon rör sig gärna bort från kontorsstolen. När det finns tid över gör hon bäst nytta ute på skolan, menar hon. Den dagliga kontakten med eleverna ger henne en bra inblick i barnens funderingar och miljön de vistas i. Och det är många som kommer fram och vill prata med henne när hon passerar i korridoren, slår sig ner i matsalen vid lunchen eller när hon ber att få vara med och spela ett parti biljard på rasten.

– Det är inte som i vuxenvärlden att kontakten med psykologen kan verka stigmatiserande. Barn är nyfikna, intresserade och spontana. En elev beskrev att jag var som en känslodoktor, det är en fin beskrivning tycker jag, säger Ida Mellström.

Får själv styra över sitt arbetssätt

Ida Mellström hade en tydlig bild av på vilket sätt hon ville jobba när hon sökte tjänsten som skolpsykolog inom Stockholms stad. Hennes fokus ligger på att arbeta med hälsofrämjande och förebyggande åtgärder och att utgå från större grupper snarare än att bara ge individuella punktinsatser. Att hon fått utbildningsförvaltningens och skolledningens förtroende och stöd för sin inriktning är en betydelsefull faktor till att hon trivs så bra.

– Jag har själv fått vara med och utforma min roll som skolpsykolog och styr relativt fritt hur jag planerar mina arbetsdagar. Samtidigt jobbar jag tätt tillsammans med elevhälsoteamet på skolan och har stöttande roll gentemot lärarna. Att jobbet som skolpsykolog skulle vara ensamt, som vissa kanske kan tro, stämmer inte alls in på min situation.

Ofta efterfrågas Ida Mellströms kompetens av lärare på skolan. Det kan handla om att ett barn är utåtagerande, har inlärningssvårigheter, problem med kompisrelationer eller att det är allmänt stökigt i en större grupp. Rör det sig om yngre barn brukar Ida Mellström börja med att göra observationer i klassrummet. Därefter ger hon läraren verktyg för att ändra på situationen utifrån en

uttänkt strategi som bygger på en beteendeanalytisk grund. Rör det sig om barn i mellan- eller högstadiet blir det ofta aktuellt att även föra en dialog tillsammans med föräldrar och lärare och ha möten tillsammans med en elev eller en grupp elever.

En viktig del i Ida Mellströms arbete är även att hitta vägar till preventiva förbättringar inom vissa fokusområden. Just nu är hon delaktig i att starta upp ett projekt som syftar till att minska elevernas ogiltiga frånvarotid.

– Anledningen till skolket kan vara alltifrån att eleven får obehagskänslor av att gå in på skolan till att det finns en social problematik eller osäkerhet kring vad studierna ska leda till. I vårt arbete försöker vi hitta orsakerna till frånvaron så att vi kan sätta in rätt insatser.

Satsning på sexualundervisning gav resultat

Ida Mellström lyfter även fram möjligheten att driva egna frågor som en

fördel i sitt jobb. Hon har fördjupat sig i hur sex- och samlevnadsundervisningen i skolan kan stärkas och har startat en utbildningsgrupp för lärare. Genom att hålla interna föreläsningar för lärarna har de blivit säkrare i hur de kan ta upp ämnet på ett givande sätt. Satsningen uppskattas och har gett effekt.

Eleverna känner nu att deras frågor blir besvarade och tas på allvar. Från skolans sida har det bidragit till att man kunnat motverka sexuella trakasserier, fått igång diskussioner om jämställdhet och att man lyckats ge en nyanserad bild av vad sex kan innebära så att inte sökningar på internet blir den främsta informationskällan.

– I de klasser vi varit och pratat med eleverna om sex upplever lärarna att det blivit allmänt lugnare på lektionerna och att de kränkande könsorden minskat. Att få den responsen är ett fint betyg på att jag verkligen kan göra skillnad som skolpsykolog.

Ida Mellström, leg. psykolog på Hagsåtraskolan och Ormkärsskolan i Stockholm, spelar gärna biljard tillsammans med eleverna när hon får tid.

Foto: Gonzalo Irigoyen



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.

Stockholms stad söker nu fler psykologer som lockas av att kunna göra skillnad för elevers framtid och hälsa.

Kontakt:

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

www.stockholm.se



Stockholms stad

Högt anseende och förtroende hjälper PBM att växa

PBM erbjuder tjänster inom beteendepsykologi för att bidra till förbättrad hälsa och långsiktigt hållbara resultat. Det omfattar såväl bedömning, behandling och rehabilitering för individer med utmattningssyndrom, smärta eller psykisk ohälsa som att skapa välmående, produktiva och effektiva organisationer.

PBM är i en spännande tillväxtfas med stora möjligheter för engagerade psykologer. När vårdvalet för långvarig smärta och/eller utmattningssyndrom infördes, ändrade företaget behandlingsupplägg i den del av verksamheten som vänder sig till landsting, till en mer renodlad multimodal rehabilitering.

– Sedan jag började arbeta här 2012 har det skett väldigt spännande förändringar i vårt arbetssätt. Idag arbetar vi teambaserat kring varje patient, alltså i samverkan med andra professioner såsom fysioterapeut, läkare och rehabkoordinator. Det ger oss bästa möjliga förutsättningar att hjälpa människor tillbaka till en fungerande vardag, berättar Susanna Bohman, psykolog och teamledare vid PBM:s enhet för stressrehabilitering, Stockholm City.

Innan Susanna sökte sig till PBM arbetade hon inom allmänpsykiatri. Arbetet gav henne en bred bas att stå på, men efter några år kände hon att hon ville specialisera sig.

– Stressrelaterad psykisk ohälsa är något som länge har engagerat mig. Eftersom PBM är specialiserade på just detta område kändes det som rätt val att söka sig hit. I och med vårdvalet delades företagets verksamhetsområden upp, vilket gav mig förmånen att ytterligare fördjupa mig inom stressrehabilitering.

Goda möjligheter att göra karriär

Susannas seniora roll inom teamet har gett henne bättre insyn i vad som sker inom företaget samt goda möjligheter att vara med och påverka, till exempel i fråga om nya rutiner eller kvalitetsarbete. Hon understryker att det finns möjligheter för psykologer att utvecklas inom företaget på olika sätt.

– Här finns goda möjligheter till fortbildning genom kurser och föreläsningar. Själv har jag nyligen genomgått en specialistkurs som var väldigt givande.

Hon berättar att arbetet kvalitetsmässigt blivit allt bättre i och med det



Susanna Bohman, psykolog och teamledare vid PBM:s enhet inom Vårdvalet, Stockholm City.

multimodala samarbetet, men att det alltså finns en stark strävan efter att utveckla verksamheten.

– Det är en stor fördel att ha kollegor att lära av och PBM har alltid varit psykologtätt. Dessutom har vi ett strukturerat arbetssätt där det är tydligt vem som har vilket ansvarsområde; organisationen fungerar väl och skickliga administratörer frigör tid åt oss att fokusera på mötet med patienterna.

Satsar på organisationsutveckling

Förutom att vara verksam inom vårdvalet har PBM också verksamhet som vänder sig mot arbetsgivare, då både med behandling och som organisations- och ledarutvecklingskonsulter. Susannas psykologkollega, organisationskonsulten Josef Ericson, förde med sig dylik kompetens när han kom till PBM Göteborg för tre år sedan.

– Jag har sedan tidigare arbetat med att förena affärs- och verksamhetsnytta med psykologisk kunskap. Hos PBM fanns möjligheten att fortsätta satsa på affärsutveckling och mest av allt att koppla vår kunskap till kundens verksamhet och kundens affär. I kombination med att jag upplevde att företaget hade en solid bas att stå på, med bra

metodologi och god kompetens, gjorde detta att rollen hos PBM kändes intressant att ta sig an, berättar Josef, som numera också är key account manager för PBM i Göteborgsregionen.



Josef Ericson, psykolog, organisationskonsult och key account manager för PBM i Göteborgsregionen.
Foto: Patrik Bergenstam

Är i en tillväxtfas

PBM växer kraftigt och Josef har som ansvar att PBM i Göteborg har ett strategiskt angreppssätt vad gäller utveckling och försäljning, vilket både är varierande och utmanande.

– Den ständiga utvecklingen är typisk för vårt sätt att arbeta i konsultrollen och eftersom vi hela tiden får ta oss an mer komplexa och utmanande uppdrag får vi en fantastisk kompetensutveckling direkt i arbetet. Dessutom får vi kontinuerlig handledning av väldigt hög klass. Jag tycker också att vi har en positiv lösningsorienterad stämning, där det finns en stark vilja att bidra och påverka.

Företaget har ett högt anseende och likaledes förtroende hos sina kunder – Josef poängterar att det har sin grund i att PBM gång efter annan bevisat sin kompetens och att man åstadkommer resultat som gör skillnad på riktigt.

– Vi bemannar utifrån kompetens och har mycket stöd i varandra, både lokalt och nationellt. Det är något speciellt med att arbeta i ett psykologföretag – här finns så otroligt mycket kunskap om hur människor och grupper fungerar och det genomsyrar vårt sätt att förhålla oss till allt vi gör, avslutar han.



PBM är experter inom beteendepsykologi, och bygger sina metoder på en väl utvecklad vetenskaplig grund. Med sitt stora utbud av tjänster inom beteendepsykologi hjälper företaget både individer och organisationer till bestående beteendeförändring. PBM:s tjänsteutbud sträcker sig över allt från behandling och utredning för individer, till utbildning och kartläggning för organisationer och företag.

PBM

Tel: 08-408 879 00

E-post: info@pbm.se

www.pbm.se



Landstinget Dalarna satsar på

Psykologer har nyckelroll inom BUP

Hos BUP i Dalarna har psykologen en nyckelroll och väldigt goda möjligheter till professionell utveckling. Uppdraget är brett och inkluderar såväl öppenvård som slutenvård samt länsövergripande specialiserade enheter med inriktning på bland annat ätstörning, neuropsykiatri och familjeterapi.

Psykologen Rieke Matthei har arbetat vid BUP i Mora i tio år. Hon trivs bra och snart är hon klar med sin psykoterapeututbildning, vilken utgör en del av hennes specialistutbildning. Sedan sex månader har hon dessutom axlat rollen som medicinskt ledningsansvarig på BUP i Mora.

–Det är roligt att kunna kombinera mitt kliniska arbete med övergripande uppgifter på organisatorisk nivå. Verksamheten på BUP är mångfacetterad och vi psykologer har en nyckelroll utifrån vår kunskap vad gäller diagnostik, utredning och psykoterapi samt utvärdering och utveckling av insatser, säger hon.

Höga ambitioner för utveckling

BUP i Dalarna har höga ambitioner för att utveckla verksamheten, bland annat

genom att utvärdera, effektivisera och knyta den starkare till aktuell forskning.

–Inom BUP:s verksamhet får man en gedigen kunskap om olika diagnoser, behandlingsinriktningar och förklaringsmodeller till barns och ungdomars svårigheter. Det finns goda möjligheter att utbilda sig till specialist eller att på andra sätt fördjupa sig inom ett specifikt område. Exempel på utvecklingsområden inom BUP Dalarna är internetbaserad terapi, gruppverksamheter, dialektisk beteendeterapi (DBT) och arbetsmodeller utifrån ett Essenceperspektiv för insatser vid misstanke om neuropsykiatrisk problematik, berättar kollegan och psykologen Linnea Nordkvist som utbildar sig till specialistpsykolog med inriktning mot neuropsykologi.

Tvärprofessionella team och handledning

Både Linnea och Rieke är överens om att de har ett mycket givande uppdrag med spännande utmaningar och frågeställningar. Arbetet sker ofta i tvärprofessionella team, vilket kvalitetssäkrar bedömningar och medför intressanta diskussioner.

–Vi har ett gott teamarbete, regelbunden handledning och för PTP-



Rieke Matthei och Linnea Nordkvist, psykologer hos BUP i Dalarna.
Foto: Björn Johansson / Kola Productions

psykologerna finns ett upprättat PTP-program med regelbundna träffar. Det pågår också ett arbete med att införa mer strukturerade utvärderingsformer för de insatser vi gör vilket vi

tycker är mycket viktigt. Arbetsmiljön är trevlig och familjär. Sen är det faktiskt fantastiskt att bo så nära naturen och ha tillgång till ett rikt kulturutbud, avslutar de.

Följ patienterna genom livet vid HAB

Habilitering är en spännande och utmanande specialisering som tillåter psykologer att följa sina patienter genom livet. Inom HAB Dalarna finns det dessutom ett sällsynt gott kollegialt utbyte, med många gemensamma aktiviteter, temadagar och yrkesträffar.

För Mathilda Folkesson, psykolog vid HAB Ludvika och yrkesutvecklare vid HAB Dalarna, är det den unika målgruppen som är det roligaste med att arbeta inom habiliteringen, och förutom en kort vända till arbetsförmedlingen har hon varit enheten i Ludvika trogen.

–Jag har arbetat som psykolog i 10 år. Det är ett spännande uppdrag och en oerhört inspirerande målgrupp, som omfattar människor med funktionsnedsättningar, både medfödda och tidigt förvärvade. Den största fördelen är att jag har möjligheten att följa dem under livets olika faser. Det innebär både utrednings- och behandlingsuppdrag, något som jag tycker är väldigt givande.

Öppen organisation

Kollegan Mattias Lindström är å sin

sida verksam inom HAB i Hedemora/Avesta, men hans upplevelse av arbe-

tet stämmer väl överens med Mathildas.

–Förutom att uppgifterna är både spännande och utmanande arbetar vi i en strukturerad och öppen organisation som ger utmärkta förutsättningar för utbyte mellan oss psykologer. Dalarna är ett stort landsting, men trots det har

vi mängder av länsövergripande möten, temadagar, yrkesträffar och mycket annat. På så vis lär vi oss hela tiden av och stimulerar varandra till utveckling och vi har dessutom väldigt roligt tillsammans.

Stor frihet inom arbetet

Möjligheterna inom yrkesgruppen till fortbildning är enligt såväl Mattias som Mathilda ovanligt goda; förutom individuellt utformade fortbildningsplaner finns en övergripande årsplan för hela yrkesgruppen, och liksom i övriga landstinget kan psykologerna gå vidare till specialistutbildningar.

–Därutöver finns det genom yrkesutvecklarna en smidig väg mellan yrkesgrupp och ledning, vilket innebär att eventuella önskemål och förbättringsförslag snabbt hamnar hos rätt person. Miljön är lyhörd och vi har stor frihet att själva välja hur vi ska lägga upp arbetet – kort sagt har vi bästa tänkbara plattform att stå på för att göra ett riktigt bra jobb, avslutar de.



Mattias Lindström, psykolog vid HAB i Hedemora/Avesta och Mathilda Folkesson, psykolog vid HAB i Ludvika.
Foto: Janne Åsberg

karriärvägar för psykologer

Utvecklande utbyten vid VUP i Falun

Arbetet inom vuxenpsykiatri (VUP) i Falun präglas av mångsidighet och bredd. Stämningen mellan medarbetarna är öppen och stöttande och det finns ett uttalat fokus både på kollegialt lärande och på andra fortbildningsmöjligheter.

– För mig är det i första hand kunskapsutbytet som jag dagligen har med andra psykologer som är avgörande för mitt val av arbetsplats. Jag känner gott stöd från min närmsta chef och det är väldigt gi-

vande att ha så många psykologkollegor; det öppnar upp för en dynamisk dialog kring hur vi bäst bedriver och utvecklar vårt arbete, vilket är en av många fördelar med att arbeta inom det offentliga, säger Staffan Malmberg, psykolog vid vuxenpsykiatri på Falu lasarett.

Stor bredd på arbetet

Han berättar om tillfredsställelsen de gånger man kan hjälpa människor och få dem att må bättre, och där får han medhåll av psykologkollegan Mehrdad Beigi.

– Man får träffa så enormt många olika sorters människor som alla är

unika och har olika svårigheter och förutsättningar. Diagnostiskt kan det omfatta allt från ångeststörningar och depressioner till neuropsykiatriska störningar, personlighetssyndrom och mycket annat, och det är väldigt givande att kunna vara ett stöd för dem. Det är utvecklande både på ett personligt plan och i yrkesrollen – det finns alltid något nytt att fördjupa sig inom.

Goda karriärmöjligheter

Både Mehrdad och Staffan är överens om att landstingets vuxenpsykiatri rymmer möjligheter ur fortbildnings- och

karriärsynpunkt. Både verksamhetschef i Falun och divisionschef är psykologer och psykiatriens utvecklingsenhet anordnar kurser och utbildningar efter behov. De som är intresserade av handledning får tillgång till det, något de flesta utnyttjar.

– Traditionellt sett har det varit skralt med karriärvägar för psykologer, men det är något Dalarna arbetar för att råda bot på. Ett led i det arbetet är en specialistordning som ger oss psykologer möjligheten att bli specialister inom till exempel klinisk psykologi och klinisk neuropsykologi. Det kan senare leda till specialisttjänster, som dessutom ger ett lönepåslag. Det finns också möjligheten att dela upp sitt arbete för att kunna forska, så oavsett vilken väg man vill gå finns det intressanta alternativ inom landstinget, avslutar de.



Staffan Malmberg och Mehrdad Beigi, psykologer vid vuxenpsykiatri på Falu lasarett.
Foto: Per Eriksson

Stor frihet under ansvar hos VUP i Mora

VUP i Mora präglas av ett mycket lyhört klimat, där psykologernas kompetens och önskemål tas på allvar. Det varierade arbetet bedrivs i tvärprofessionella team med patienten i fokus, vilket skapar en bra plattform för kollegialt kunskapsutbyte.

Psykologen Anita Norman har arbetat med både öppen- och slutenvård inom psykiatri i många år. Det finns många aspekter av sitt arbete som hon trivs med, men hon framhäver i synnerhet det faktum att hon får verka med stor frihet under ansvar.

– Möjligheten att själv lägga upp mitt arbete och välja hur jag bedriver vård är det absolut bästa med mitt jobb. Dessutom är arbetet på mottagningen oerhört varierat, dels på grund av hur mottagningens behov ser ut, men också med stor hänsyn till vad jag vill arbeta med. I nuläget är jag verksam i ett DBT-team och i startgrupparna för ett Autismteam samtidigt som jag gör utredningar och besöksbedöm-

ningar. Dessutom har vi förmånen att arbeta i team med andra yrkesgrupper, något som skapar en miljö av ständigt kollegialt lärande och nya initiativ.

Kan tala för patienterna

VUP i Mora tar vara på sina psykologers kunskaper och Anita betonar att hon får gehör för sina förslag – den lyhörda stämningen har bland annat resulterat i att psykologerna vid mottagningen har kunnat utveckla egna start-up-grupper utifrån blandade diagnoser och framöver kan en del av satsningarna komma att utmynnas i spännande forskningsprojekt.

– Ledningen stämmer av med oss psykologer och det gör att jag upplever

att jag verkligen kan tala för patienternas räkning, vilket är oerhört viktigt i min yrkesroll. Det märks också i den rådande inställningen till fortbildning och karriär; de utbildningar jag vill ha och behöver får jag och det finns en väldigt uppmuntrande attityd till att psykologer ska våga axla ledningsroller.

Plats för familj och fritid

Anita rekommenderar varmt andra psykologer att söka sig till VUP i Mora, inte minst på grund av att det här finns utrymme för en mindre stressig vardag med plats för både familj och fritid.

– Jag är uppvuxen i Orsa och därför kanske lite bortskämd, men det finns verkligen fantastiska möjligheter till aktiviteter här. Förutom det självklara med skidåkning och vandring finns ett underbart hästliv och jättefina faciliteter. Här finns något för alla, avslutar hon.



Välkommen till Landstinget Dalarna! Här finner du ett betydelsefullt arbete i en engagerad och trygg organisation som följer människor genom hela livet. Psykiatri i Dalarna erbjuder psykiatrisk hjälp och vård till dem som lider av eller riskerar att utveckla psykisk sjukdom. Den psykiatriska öppenvården är en specialistverksamhet för personer med allvarlig psykisk sjukdom och finns i Avesta, Falun, Borlänge, Ludvika och Mora. Inom vuxenpsykiatri i Dalarna finns den psykiatriska slutenvården placerad i Falun och i Säter, psykiatrisk akut- och korttidsvård finns på båda orterna. Verksamheten för missbruks- och beroendevård finns i Falun.

BUP:s (barn- och ungdomspsykiatri) uppgift är att möta barn och ungdomar till och med 17 år som har allvarlig psykisk ohälsa och deras familjer. BUPs öppenvård finns i Avesta, Falun, Borlänge, Ludvika och Mora. Inom BUP Dalarna finns också fyra länsövergripande enheter, Tornet (ätsörningsenhet), Kunskapscentrum neuropsykiatri, Familjeterapienheten samt Avd. 68/slutenvården. De länsövergripande enheterna ligger i Falun. Habiliteringen har enheter i Borlänge, Falun, Mora, Ludvika samt Hedemora/Avesta.

Landstinget Dalarna
Tel: 023-49 00 00
landstinget.dalarna@ltdalarna.se
www.ltdalarna.se



Psykologers ställning stärks i Landstinget Sörmland

En intensiv satsning för att stärka psykologernas roll pågår i Landstinget Sörmland. Förutom aktiviteter inom primärvården och barn- och ungdomspsykiatri, finns ett ambitiöst och uppskattat PTP-program. Fler psykologer behövs för att möta behoven.

För två år sedan startade Landstinget Sörmland ett ambitiöst PTP-program som får ett mycket gott betyg av deltagarna.

– Våra PTP-psykologer anser att de får en god bredd av arbetsuppgifter och att handledning är både frekvent och engagerad. Hela sex av tio stannar i landstinget efter avslutad PTP, vilket visar att Landstinget Sörmland är en uppskattad arbetsgivare, säger Nina Stühmeyer som är studierektor för PTP-programmet.

– Vi har ett starkt fokus på utbildning och utveckling. Två heldagar i månaden träffas vi och deltar i föreläsningar, diskussioner, fallseminarier och gemensamma studiebesök. Ett betydelsefullt informellt nätverk bildas eftersom våra PTP-psykologer träffas så ofta, berättar Nina Stühmeyer.

Engagemang och kvalitet viktiga

Engagemanget är avgörande för programmet enligt Nina Stühmeyer. Hon deltar i alla utbildningstillfällen för att fånga upp synpunkter och frågor från PTP-psykologerna.

Landstinget Sörmland arbetar aktivt för att kvaliteten på PTP ska bli så jämn som möjligt oavsett var i landstinget du arbetar. För att uppnå detta har man



Patrik Fridlund, leg. psykolog i primärvården och Nina Stühmeyer, studierektor för PTP-programmet.
Foto: Johan Klinthammar

bland annat centralfinansierade tjänster. PTP-programmet säkerställer att krav uppfylls och betalar lönen, men det är verksamheten som anställer PTP-psykologen.

– För att kunna erbjuda en hög kvalitet på PTP behöver vi hitta och behålla handledare. Vi erbjuder dem utbildning, handledarträffar och stöd i olika former. Handledarna är otroligt engagerade och gör ett fantastiskt jobb, säger Nina Stühmeyer.

Förändringar i primärvården

Inom primärvården genomförs en intensiv personal- och utbildningssatsning som stärker psykologers möjlighet att arbeta professionellt och effektivt. Som en del av arbetet med att öka kompetensnivån bland de psykosociala resurserna, rekryterar man fler psykologer.

– Under de tre senaste åren har vi ökat antalet legitimerade psykologer från 5 till 24 samt även anställt 7 stycken legitimerade psykoterapeuter. Personalsatsningen som gjorts av landstinget behövs verkligen för att möta det samhällsbehov som finns idag, berättar Patrik Fridlund som kombinerar arbetet som legitimerad psykolog på en vårdcentral med en deltidstjänst på primärvårdens utvecklingsenhet.

– Landstinget arbetar även med implementering av stegvis vård. Patienter ska kunna få jämlik vård på alla vårdcentraler i Sörmland. Med den utökade personalstyrkan kan vi erbjuda förbätt-

rad tillgänglighet, snabba bedömningar vid ett första besök och därefter behandling eller stödsats. Patienten ska vid behov få möjligheten att träffa en psykolog mycket snabbare, ibland redan vid det första besöket på vårdcentralen. Gruppbehandlingar av patienter med ångestproblem och lindrig depression gör också att fler kan få behandling snabbare. En nyhet som förhoppningsvis kommer att genomföras under 2018 är att även kunna erbjuda KTB-behandling på internet, säger Patrik Fridlund.

Stort engagemang inom BUP

Barn- och ungdomspsykiatri är ytterligare ett område inom Landstinget Sörmland där psykologer erbjuds en spännande roll.

– Att jobba inom barn- och ungdomspsykiatri är väldigt brett och stimulerande. Vi får träffa alla möjliga människor i olika åldrar: barn, ungdomar, föräldrar, syskon, mor- och farföräldrar. Vi samverkar med skola, socialtjänsten, kommunen, Barnhus och många andra vårdgrannar. Arbetet är väldigt omväxlande och ingen dag är den andra lik, berättar Cecilia Peimer, legitimerad psykolog och enhetschef för BUP på Mälarsjukhuset.

– Engagemanget på barn- och ungdomspsykiatri i Sörmland är verkligen enormt. Psykologerna har en stark gemenskap och jobbar för att behålla kvaliteten samtidigt som vi håller köerna så korta som möjligt. Viljan är stor

att utvecklas – både som grupp och individ, fortsätter Cecilia Peimer.

– Som psykolog i Landstinget Sörmland har du stora möjligheter att utvecklas. Det dagliga arbetet är väldigt stimulerande och det finns många utbildningar att välja mellan. Du kan delta i utvecklingsarbeten, jobba som teamledare eller chef, ingå i specialistordningen för psykologer eller delta vid de övriga utbildningssatsningar som sker kontinuerligt på kliniken, avslutar Cecilia Peimer.



Landstinget Sörmland har inlett en intensiv satsning för att stärka psykologernas roll.

Satsningen på psykologerna består av många olika delar. Några exempel:

- Arbete med karriärutvecklingsmodell för psykologer är påbörjat.
- Ett ambitiöst PTP-program ger psykologer en god start i arbetslivet.
- Inom primärvården ska patienten få träffa en psykolog tidigare och få behandling eller stödsats.
- BUP erbjuder psykologen en bred och stimulerande arbetsmiljö.
- Psykologer erbjuds många möjligheter till utbildning och utveckling.

www.landstingetsormland.se



Cecilia Peimer, leg. psykolog och enhetschef BUP.
Foto: Pierre Pocs



Psykolog på SiS – viktigt och mångfacetterat arbete

Att vara psykolog inom Statens institutionsstyrelse innebär ett mångfacetterat och omväxlande jobb. Här kommer hela det yrkesmässiga registret till användning. Det är också ett betydelsefullt arbete som fyller en viktig funktion för ungdomarna i verksamheten.

Johan Feldtmann är institutionschef på Margretelund i Lidköping, ett av SiS 26 ungdomshem i Sverige.

– Vi har 38 platser fördelade på fem avdelningar och bedriver vård utifrån de olika tjänster som SiS erbjuder, det vill säga akut, utredning, behandling och utslussning.

Att vara psykolog på Margretelund innebär att arbeta inom ett brett spektrum av områden.

– Det kan till exempel handla om klientnära och kliniskt arbete med ungdomar, handledning till personal eller kontakter med externa aktörer och andra vårdgivare. Eftersom anledningarna

till att en ungdom är placerad här ser olika ut, blir även jobbet som psykolog varierande.

Lars Fredriksson, institutionschef vid Ryds brunn i Småland, nickar instämmande.

– Att jobba som psykolog hos oss innebär många intressanta yrkesutmaningar. Arbetet bedrivs i tvärprofessionella team som tillsammans utformar och följer upp ungdomarnas behandlingsplaner.

Utvecklingsmöjligheter

Arbetet inom SiS är evidensbaserat vilket innebär att vidareutbildning är ett stående inslag i verksamheten.

– Vi uppmuntrar fortbildning på högskolor och universitet och bistår de som vill skaffa sig en specialistkompetens genom individuella utvecklingsplaner. För att kunna arbeta på vetenskaplig grund måste vi se till att våra medarbetare har rätt verktyg och kompetens, säger Lars Fredriksson.

Det som kan skilja arbetet som psykolog inom SiS från andra vårdformer är närhet.



Lars Fredriksson och Johan Feldtmann, institutionschefer hos SiS.
Foto: Patrik Bergenstam

– Att vara en integrerad del av verksamheten gynnar arbetet med ungdomarna. Därför deltar våra psykologer i viss utsträckning i aktiviteter som ligger lite utanför själva yrkeskärnan, berättar Johan Feldtmann.

En stor fördel med att arbeta på SiS är också de oftast mycket vackra och anrika miljöerna. Margretelund är till exempel beläget mitt en slottsliknande park i centrala Lidköping. Ryds brunn är som namnet avslöjar en gammal brunnsort i Småland.

– Här erbjuds ett spännande jobb i en vacker miljö där vi gemensamt skapar bästa möjliga framtidsutsikter för våra barn, fastslår Lars Fredriksson.



SiS, Statens institutionsstyrelse, är en statlig myndighet som bedriver individuellt anpassad tvångsvård. Vi ger vård och behandling av ungdomar med allvarliga psykosociala problem och vuxna med missbruksproblem. SiS tar också emot ungdomar som har dömts till slutna ungdomsvård.

Statens institutionsstyrelse
Box 30224
104 25 Stockholm
Tel: 010-453 40 00
www.stat-inst.se

Statens
institutions
styrelse SiS

Utvecklas som specialistpsykolog i Blekinge

Vill du ha nya karriärvägar och fördjupa din kompetens som psykolog? Landstinget Blekinge erbjuder helt nya typer av tjänster där du får större ansvar, ökad specialisering, högre lön och spännande utmaningar.

De två nya tjänsterna infördes i december förra året och är specialistpsykolog samt specialistpsykolog med funktionsansvar. För att söka tjänsterna ska man ha behörighet som specialistpsykolog.

– Vi vill skapa tydliga, attraktiva karriärvägar för specialistpsykologer. Båda

dess tjänster ger stora möjligheter att utvecklas i sin profession, berättar Magnus Thern, specialistpsykolog med funktionsansvar.

Magnus, som har arbetat inom vuxenpsykiatri i Blekinge i 17 år, är specialist inom klinisk psykologi. Den nya tjänsten, specialistpsykolog med funktionsansvar, innebär att han en del av sin arbetstid har ett mer övergripande ansvar för utbudet av psykologiska utredningar, metoder och behandlingar på kliniken och för att utveckla dessa. Han fungerar också som en rådgivande resurs och deltar i ledningsmöten, där det tidigare inte funnits psykolog.

– Där har jag möjlighet att peka på utvecklingsbehov för klinikens utbud av psykologiska utredningar och behandlingar. Jag kan också bidra med psykologiska aspekter i andra frågor på ledningsgruppmöten, till exempel komplexa patientärenden eller verksamhetsutveckling, menar Magnus.

Tillvarata kompetens

Inrättandet av tjänsten som specialistpsykolog är ett sätt att tydliggöra speci-



Magnus Thern, specialistpsykolog med funktionsansvar hos Landstinget Blekinge.
Foto: Jörgen Ragnarson

alistpsykologens fördjupade kunskaper och ta tillvara kompetensen.

– Alla psykologtjänster kan omvandlas till en specialistpsykologtjänst. Det innebär att man förväntas ta mer komplexa patientärenden och att man kan specialisera sig ännu djupare utifrån den specialistinriktning man har. Mitt eget patientarbete har till exempel fokuserats på dels utredning och diagnostik av mer komplexa ärenden och dels psykoterapeutiskt arbete med patienter med emotionellt instabil personlighetsstörning, dissociativa syndrom och komplex traumatisering, säger Magnus.

Med de nya tjänsterna följer inte bara nya, spännande arbetsuppgifter, med breddat ansvar och möjlighet att utveckla både den egna karriären och det kliniska arbetet. De innebär också ett rejält lönepåslag.

– Här i Landstinget Blekinge finns en sund och vettig syn på psykologer och vikten av att tillvarata deras kompetens. Vi har ett brett utbud av evidensbaserade behandlingar, bra lönenivå och många möjligheter till kompetensutveckling. Min erfarenhet är att Landstinget Blekinge alltid har varit mycket positivt och frikostigt när det gäller vidareutbildningar för sin personal, berättar Magnus.



Landstinget Blekinge erbjuder sedan några månader två nya psykologtjänster: specialistpsykolog samt specialistpsykolog med funktionsansvar. Detta är ett led i att förbättra karriärmöjligheterna för psykologer i Landstinget Blekinge med ökande grad av ansvar, specialisering av arbetsuppgifter och löneutveckling under yrkeslivet. Målet är att utnyttja erfarna och specialistutbildade psykologer bättre.

E-post: magnus.thern@lblekinge.se
www.lblekinge.se



LANDSTINGET BLEKINGE

Leg. psykologer sökes till spännande uppdrag!

Att få erfarenhet från flera olika typer av tjänster ger en bredd som gynnar karriären. Det är ett av skälen till att allt fler väljer att bli konsulter. Dedicare befinner sig i en expansiv fas och söker dig som har kunskap och erfarenhet av kliniskt arbete, KBT, organisationspsykologi, habilitering, utredningsarbete av både barn och vuxna.

**Jobba
med oss!**



Moa Jamatipour
Konsultchef, psykologbemanning

Som konsult hos oss erbjuder vi dig:

- ✓ Flexibla arbetstider
- ✓ Bra lön
- ✓ Kollektivavtal
- ✓ Kompetensutveckling
- ✓ Varierande uppdrag

Kontakta oss idag så berättar vi mer!

Moa Jamatipour **08-555 656 73**, moa.jamatipour@dedicare.se
Registrera ditt CV på [dedicare.se/socionom](https://www.dedicare.se/socionom)

DEDICARE
Socionom

www.dedicare.se/socionom