

P

Fagmagasinet *P* har talt med tre psykologer om tingenes tilstand i psykiatrien, heriblandt den ledende specialpsykolog Stefan Lock Jensen. Budskabet er klart: Psykiatrien er presset. Der er alt for få ressourcer.

side 20

Presset psykiatri



Nu bliver det **nemt og enkelt** at modtage klienter direkte fra Tryg

Til sommer lancerer vi Tryg Behandlerbooking for psykologer. Det er en ny digital løsning, som letter administrationen for dig som psykolog. Du modtager klienter direkte fra os – uden mellemlid.

Nyhed til selvstændige psykologer

Bliv en del af Tryg Behandlerbooking og oplev en række fordele:

- Som psykolog indgår du en samarbejdsaftale med os, der sikrer samspil mellem klientens dækning og den psykologfaglige kvalitet.
- Samarbejdsaftalen er i overensstemmelse med de faglige standarder, som er formuleret af Dansk Psykologforening.
- Betalingsgarantien og klientens informationer oprettes automatisk i dit kliniks system, når klienten booker første konsultation.
- Du leverer psykologydelser direkte til os via online booking og uden mellemlid.
- Vi betaler svarende til Praksisoverenskomstens fulde honorar, og du kan afregne efter hver konsultation.
- Tryg Behandlerbooking kommunikerer direkte med kliniksystemerne, så du kun skal arbejde i ét system.
- Der er intet krav om ydernummer for at være en del af Tryg Behandlerbooking.

Tilmeld din psykologpraksis til Tryg Behandlerbooking allerede i dag

Besøg os på www.tryg.dk/behandlerbookingspsyk eller **scan QR-koden**. Her kan du læse mere om løsningen og udfylde kontaktformular for at få en samarbejdsaftale tilsendt.



20

20

”Det er åbenlyst, at vi mangler ressourcer, og det er først og fremmest til behandlingsopgaver.”

38 Fagkronik

Forældre i højkonflikt efter skilsmisse – er konflikten problemet?

7 Forskning

Nyt redskab til undersøgelse af autobiografisk hukommelse på dansk – og en masse andre forskningsnyheder inden for psykologien.

10 Psykisk arbejdsmiljø

Fortidens ledelsesrationaler bliver brugt i stigende grad, mener organisations- og erhvervspsykolog Malene Friis Andersen.



10

16 Compassion-træning

Nanja Holland Hansens ph.d. handler om compassion-træning, der kan hjælpe pårørende til psykisk syge.

30 Eklektisk terapi

Det bedste af alle verdener eller problematisk cocktaileffekt?

Ønskerne til P

Tidligere på foråret undersøgte P, hvilken type indhold der skaber mest værdi blandt medlemmerne. En særlig tak til alle jer, der svarede via nyhedsbrevet og DP's lukkede Facebook-gruppe. Den viden er guld værd i arbejdet med fremtidens indhold.

Besvarelserne viser bl.a., at indhold om forskning og indhold om psykologi i samfundet giver stor værdi, mens mange også gerne vil have indhold om psykologernes arbejdsliv. Det er naturligvis ønsket, som P vil efterkomme.

Besvarelserne viser også, at fagmagasinet er den populære indgang til P. Jeg kan med andre ord sætte to streger under, at det fysiske format ikke er gået af mode, tværtimod.

Jeg holder selv af papirformatet, men er også ivrig forbruger af digitale platforme – ikke mindst podcast. Og det er jeg bestemt ikke alene om. Faktisk foretrækker over hver fjerde psykolog i undersøgelsen at få P-indhold fra DP's egen podcast, "Lyden af psykologi", som kan findes hos de fleste podcasttjenester. Vores ambition er at udgive en ny episode hver anden uge – fra miniserier til indtalte artikler.

Men nu til årets andet fagmagasin, hvor vi skal vidt omkring. God fornøjelse og husk endelig, at du altid kan sende ris, ros og idéer til indhold til mailen: p-magasin@dp.dk.

Christian Nørgaard Larsen, redaktør



Der er behov for en moderne psykiatri med psykologerne i en langt mere fremtrædende rolle



Af Dea Seidenfaden, forperson for Dansk Psykolog Forening

Men også fordi ressourcepresset i psykiatrien har konsekvenser for andre end patienter og pårørende. For psykologerne i psykiatrien har det også konsekvenser. De forsøger at overkomme det hele, men det slider.

De fortæller om omsorgstræthed, etisk stress og kæmpe travlhed. Det fører naturligvis til, at de dygtige medarbejdere siver fra psykiatrien, og det er blevet langt sværere at rekruttere end for få år siden. Og dermed har vi en virkelig ond cirkel. For jeg tror fuldt og fast på, at dygtige og engagerede psykologer kan og skal være en substantiel del af løsningen i en moderne psykiatri.

Det er desværre ikke nyt, at der mangler personale i psykiatrien, men det er ikke rimeligt.

Jeg husker selv fra min tid som specialpsykolog i psykiatrien, hvor mange patienter og pårørende der ikke kunne få den behandling, ro og vejledning, de tydeligvis havde brug for, og som kunne have hjulpet dem med at genvinde et meningsfuldt hverdagsliv.

Alt for travle arbejdsdage med mange afvisninger af patienters behov for samtale og pårørendes ønsker om at få indsigt og rådgivning i, hvordan de kunne håndtere den krisesituation, som svær psykisk lidelse sætter hele familien i.

Når jeg alligevel sidder tilbage med blandede følelser efter at have læst artiklen om den pressede psykiatri, skyldes det, at psykologernes beretninger også emmer af håb og minder om, hvordan vores fagstand i dag – ikke blot i psykiatrien, men på adskillige fronter – spiller en stadig vigtigere rolle i samfundet. Årsagen til det er klar: Der er brug for vores faglighed – i og på tværs af sektorer.

Jeg glæder mig også over at læse, at psykologerne i artiklen betoner, at psykiatrien stadig er et spændende speciale med et væld af forskellige, tværfaglige opgaver. At det er en meningsfuld arbejdsplads, der giver mulighed for at bruge hele psykologfagligheden.

Vi psykologer vil hellere end gerne være en del af løsningen på alle de åbenlyse udfordringer, vi ser i psykiatrien. Vi anser det som en vigtig

Lidt længere inde i magasinet kan du læse artiklen om den pressede psykiatri, og beretningerne fra de tre psykologer gør stort indtryk på mig.

I Region Nordjylland fortæller specialpsykolog Anne Randers om et system under pres. Henvisningerne til børne- og ungdomspsykiatrien er fordoblet på få år, mens der ikke er ansat tilstrækkeligt personale.

Det er endnu et eksempel på, at psykiatrien i vores velfærdssamfund lider – at der hverken er tid, personale eller ressourcer nok til at give patienter og pårørende den behandling, de har behov for.

Hvorfor skriver jeg en leder om dette? Fordi foreningen involverer sig aktivt i at tage samfundsansvar på de store felter, som vi sammen – på generalforsamlingen – beslutter at være dagsordensættende på.

PSYKOLOGERNES FAGMAGASIN

NR. 2 | 2024 | 10. ÅRGANG

Magasinet udgives af Dansk Psykolog Forening og udkommer 4 gange om året. Medlem af Danske Medier

Design og layout: Laura Silke
Tryk: Jørn Thomsen Elbo A/S

Dette nummer: 11. maj
Næste nummer: 21. september

Annoncer
Job- og produktannoncer:
DG Media
T: 3370 7694
epost@dgmedia.dk
(skriv "P-magasin" i emnefelt)

Redaktion
Christian Nørgaard Larsen, redaktør
Michelle Lagergaard, bladsekretær/annoncer
Ansvarshavende ifølge medieansvarsloven:
Amanda Kusk Jessen
Kontakt: p-magasin@dp.dk

Rubrikannoncer
T: 3525 9706 | p-magasin@dp.dk

Dette nummer
Forside: Anders Rye Skjold Jensen
Trykplag: 12.910
ISSN 2445-6322: P (print)
ISSN 2445-6330: P (online)
DK ISSN: 0901-7089

Announcedeadlines
Nr. 3/2024: 30/7 (produktannoncer) & 30/8 (job- og rubrikannoncer). Udgivelse: 21/9
Nr. 4/2024: 24/9 (produktannoncer) & 1/11 (job- og rubrikannoncer). Udgivelse: 23/11

Har du ikke modtaget seneste nummer af magasinet, så skriv til: reklamation@dp.dk

Abonnement
p-magasin@dp.dk

Dansk Psykolog Forening
Stockholmsgade 27
2100 København Ø
T: 3526 9955 | dp.dk

Trykt med vegetabiliske farver på miljøgodkendt papir.

Artikler i P udtrykker ikke nødvendigvis Dansk Psykolog Forenings synspunkter.



samfundsopgave, der fra politisk side længe har været forsømt.

Og der er nok at tage fat på: Psykiske lidelser udgør en fjerdedel af den samlede sygdomsbyrde i Danmark, og ventetiderne på at komme i behandling i psykiatrien er overordnet steget de seneste par år. Læg dertil, at udredningsretten i børne- og ungdomspsykiatrien ikke overholdes i godt og vel 70 % af forløbene, og at hver fjerde patient blev genindlagt i 2022.

Alt det skal ses i lyset af, at antallet af medarbejdere ikke er fulgt med antallet af patienter, som er steget markant, især blandt børn og unge, hvor antallet af patienter er øget med knap 40 % fra 2009 til 2022.

I DP ønsker vi en moderne psykiatri med fokus på tværfaglig behandling, der sikrer, at børn, unge og voksne med psykisk lidelse får de bedste muligheder for et bedre liv med uddannelse, arbejdsliv og familie - et liv med muligheder og et bedre ståsted.

Vores psykologer, specialpsykologer og psykologer med specialuddannelse er en helt afgørende del af denne proces. Vores kernefaglighed er netop at integrere den psykologiske og psykoterapeutiske behandling i patientens samlede liv, skabe sammenhæng og spille de andre faggrupper gode.

I en moderne psykiatri er psykologbehandling en uomtvistelig del af kerneopgaven, og medicin kan på ingen måde stå alene.

Helt konkret foreslår foreningen, at:

- Patienter skal have ret til tilbud om psykologbehandling. I dag er det desværre ikke et tilbud, som patienter i psykiatrien kan regne med at få.
- En akutupakke til børne- og ungdomspsykiatrien med flere midler og hænder til tværfaglige behandlingsindsatser.
- Nye initiativer for at rekruttere og fastholde psykologer, bl.a. bedre mulighed for efteruddannelse i psykoterapi og ledelse.
- Flere midler her og nu til hele psykiatrien, så ikke mindst de sværest syge kan få bedre hjælp. Midlerne skal helt ud til behandlingsstederne.
- Der skal uddannes flere specialpsykologer – og deres kompetencer skal bruges bedre og mere.
- Flere midler til forskning i tværfaglig behandling med patienten i fokus.

Og når det så er sagt, så bliver vi også nødt til at kigge helt andre steder hen, hvis vi skal sikre et bæredygtigt samfund, hvor vi forebygger så meget, vi kan, og giver god og omsorgsfuld behandling til dem, der alligevel får behov for det. Stigningerne i henvisninger til psykiatrien kan psykiatrien ikke selv fikse.

Vi skal bl.a. sørge for, at det nye lettilgængelige tilbud for børn og unge i psykisk mistrivsel i kommunerne – som er noget, vi har kæmpet for – bliver en realitet, og at der også her er ressourcer nok til de tidlige indsatser.

Endelig så skal vi bruge vores fagpolitiske stemme til at sætte spot på alle de steder, vi som samfund kan tænke bedre med tanke på strukturel forebyggelse, der skal gøre flest mulige i stand til at leve deres liv, som de ønsker. •



Af Randi Starrfelt, professor, Københavns Universitet

Nyt redskab til undersøgelse af autobiografisk hukommelse på dansk

Selvbiografisk hukommelse, kaldet autobiografisk hukommelse i litteraturen, dækker over vores evne til at huske personlige begivenheder fra vores liv. Det er således en særlig form for episodisk hukommelse, som også hænger sammen med vores følelser og identitet, vores sociale relationer og med vores ideer om fremtiden. Autobiografiske erindringer er typisk kendetegnet ved forestillingsbilleder (særligt visuelle, men vi kan også forestille os dufte og lyde knyttet til en særlig oplevelse i vores liv) og en følelse af at genleve begivenheden. Der har indtil nyligt været relativt få undersøgelser af individuelle forskelle i autobiografisk hukommelse, men der er en stigende interesse for emnet forskningsmæssigt.

De fleste af os har en fornemmelse af at have bedre eller dårligere hukommelse for begivenheder end andre, men der er få redskaber tilgængeligt til at måle variationer i denne form for hukommelse, og det kan være svært, bl.a. fordi vi jo typisk ikke har adgang til objektive oplysninger om, hvad andre har oplevet. Dorte Berntsen fra Aarhus Universitet og kollegaer designede og validerede i 2019 et spørgeskema til at måle autobiografisk hukommelse på engelsk: Autobiographical Recollection Test (ART). Dette spørgeskema er nu oversat til dansk. Skemaet tager udgangspunkt i teoretisk og empirisk viden om autobiografisk hukommelse og måler syv aspekter ved genkaldesen/erindringen, herunder livagtighed (*vividness*), følelsen af genoplevelse, visuelle forestillingsbilleder og relevans for livshistorien. Disse aspekter er knyttet til, hvordan vi husker

NY FORSKNING

vores personlige fortid både i sensoriske, narrative og spatiale komponenter.

Med ART tilgængelig på dansk får vi mulighed til at udforske individuelle forskelle i autobiografisk hukommelse nærmere, men den kan også være klinisk relevant. Autobiografisk hukommelse kan være påvirket eller nedsat i en række psykiatriske og neurologiske tilstande og sygdomme, fx ved skizofreni, depression, og demens. Med ART har vi fået et redskab til at undersøge dette mere specifikt, end vi har kunnet tidligere.

Gehrt, T. B., Nielsen, N. P., & Berntsen, D. (2024). Individual differences in autobiographical memory: a Danish version of the Autobiographical Recollection Test (ART). *Nordic Psychology*, 76(1), 116–133. doi.org/10.1080/19012276.2022.2162568

AI-genererede ansigter ser mere virkelige ud end virkelige ansigter

Ansigter genereret af kunstig intelligens er nu så realistiske, at det er svært at skelne dem fra fotografier af rigtige personer. I mange tilfælde faktisk umuligt. Hvis man ikke er overbevist, kan man forsøge sig på denne side *this-person-does-not-exist.com/en* og i det mindste blive imponeret af, hvor realistiske og livagtige de genererede portrætter ser ud. På denne side kan man vælge at få dannet billeder baseret på alder, køn og etnicitet, men indtil videre er algoritmerne i særlig grad trænet på hvide ansigter. Derfor er det særligt svært at afgøre, om billeder af hvide ansigter er AI-genereret eller ej. Miller og kollegaer ønskede at undersøge, *hvorfor* AI-ansigter opfattes som mere virkelige end rigtige ansigter. Først replikerede de det resultat, at (hvide) AI-ansigter bedømmes som mere realistiske ved at bede deltagerne (124 voksne mellem 18 og 50 år) om at

indikere, om de troede et ansigt var virkeligt eller AI-genereret. Herefter bad de forsøgspersonerne angive, hvor sikre de var på deres bedømmelse, samt hvilken information i billedet de baserede deres vurdering på.

Der var flere interessante fund: For det første var de tre ansigter, der hyppigst blev bedømt som værende ”rigtige”, faktisk AI-genereret. Over 90 % af deltagerne troede, at disse tre var billeder af mennesker, der findes i virkeligheden, selvom de vidste, at de også blev vist AI-genererede billeder. Ligeledes var de tre billeder, der hyppigst blev kategoriseret som AI-genererede, faktisk portrætter af virkelige mennesker. Det mest interessante (og måske lidt skræmmende) fund var dog, at dem, der lavede flest fejl og troede, AI-ansigter var rigtige ansigter, var mest sikre på, at de havde svaret rigtigt. Men hvorfor vurderede man AI-ansigterne som virkelige? Især aspekter som proportioner, bekendthed, og at øjnene var ”levende” bidrog til, at man bedømte et ansigt som virkeligt, mens ansigter, der var svære at huske (*less memorable*) og var symmetriske, attraktive og med glat hud hyppigere blev kategoriseret som AI-genereret.

Miller, E. J., Steward, B. A., Witkower, Z., Sutherland, C. A. M., Krumbhuber, E. G., & Dawel, A. (2023). AI Hyperrealism: Why AI Faces Are Perceived as More Real Than Human Ones. *Psychological Science*, 34(12), 1390-1403. doi.org/10.1177/09567976231207095

(U)diagnosticeret ADHD hos voksne kvinder

Hvordan er det at leve med udiagnosticeret ADHD (*Attention-Deficit/Hyperactivity Disorder*) som voksen kvinde, og hvordan opleves det at få diagnosen

i voksen alder? Disse spørgsmål stiller artiklen *Miss Diagnosis* og søger svaret ved en systematisk gennemgang af litteraturen. Det var nok hurtigt klart, for der er meget lidt viden og få publikationer på området. Attoe & Climie indleder da også deres artikel med at konstatere, at man længe troede, at ADHD kun ramte drenge. Nu er ratioen for hhv. drenge og piger med diagnosen 3:1 hos børn, men i voksenalder er den tættere på 1:1, hvilket indikerer, at ADHD hos piger og kvinder er underdiagnosticeret i barndommen. Studiet anvendte ret strikse kriterier for inklusion og endte med at finde otte relevante artikler, der indeholdt beskrivelser af kvindernes oplevelser før og efter at have fået en ADHD-diagnose.

Blot til sammenligning fandt et nyligt meta-review hele 231 systematiske reviews om ADHD generelt (Chaulagain et al., 2023). Idet Attoe & Climie ønskede at opnå en beskrivelse af kvindernes oplevelser i forbindelse med at få en ADHD-diagnose som voksne, gik de kvalitativt til værks og brugte tematisk analyse for at finde temaer, der gik igen på tværs af de inkluderede artikler. En række temaer fremstod centrale i analysen, og forfatterne fremhæver bl.a. de socio-emotionelle effekter af at leve med udiagnosticeret ADHD, herunder negativ indvirkning på kvindernes selvværd. Mange fortalte om en barndom fyldt med misforståelser, selvkritik og afvisning og en vedvarende følelse af ikke at leve op til omgivelsernes forventninger.

Vanskelige (nære) relationer var også et gennemgående tema, ligesom der var mange beretninger om en følelse af mangel på kontrol over tanker og beslutninger. Det at få en ADHD-diagnose som voksen blev generelt oplevet som en lettelse og som en mulighed for at revidere sin (negative) opfattelse af sig selv. Vi er begyndt at få noget mere viden om ADHD hos voksne og om ADHD hos piger, men der er stadig meget lidt viden om voksne kvinder med (u)diagnosticeret ADHD. Artiklen rundes af med en opfordring, jeg derfor gerne vil gentage her: *Women and girls are too often suffering in silence, being left out of the ADHD narrative; it is imperative that these women are not forgotten.*

Attoe, D. E., & Climie, E. A. (2023). Miss Diagnosis: A Systematic Review of ADHD in Adult Women. *Journal of attention disorders*, 27(7), 645–657. <https://doi.org/10.1177/10870547231161533>

Refereret meta review: Chaulagain, A., Lyhmann, I., Halmøy, A., Widding-Havneraas, T., Nytingnes, O., Bjelland, I., & Mykletun, A. (2023). A systematic meta-review of systematic reviews on attention deficit hyperactivity disorder. *European psychiatry: the journal of the Association of European Psychiatrists*, 66(1), e90. doi.org/10.1192/j.eurpsy.2023.2451

Går du på arbejde, selvom du kan smitte andre?

Kan du huske, dengang vi gik to meter fra hinanden på gaden med mundbind? Svaret er garanteret ja, men de færreste har lyst til at tænke på det nu. Dengang tog vi advarsler om smittefare dybt alvorligt, og de allerfleste blev hjemme, hvis de var syge. Men hvordan ser det ud nu? Det undersøgte en forskergruppe fra Arizona i et sample på samlet over 4.000 mennesker, hvoraf ca. 1.000 var studerende eller sundhedspersonale, og de øvrige var rekrutteret på forskellige online-portaler. Omkring 75 % rapporterede, at de på mindst et tidspunkt havde skjult, at de havde en smitsom sygdom. Det var i de fleste tilfælde forkølelse, influenza eller corona, men der var også folk, der havde skjult symptomer på mere alvorlige, smitsomme sygdomme. Spurgt ind til årsagerne til, at de havde skjult deres symptomer og deres sygdom svarede en stor andel, at motivet var socialt (fx at de gerne ville med til en fest) eller præstationsorienteret (fx at de gerne ville fuldføre en arbejdsopgave). Der var også en kondition, hvor man blot skulle forestille sig, at man var syg, og så svare på, hvad man ville gøre. Folk, der forestillede sig, at de havde en alvorlig smitsom sygdom, var mindre tilbøjelige til at sige, at de ville skjule det for at opnå et mål eller deltage i noget. Men da personer, der rent faktisk var syge, blev spurgte, var alvorligheden af deres smitsomme sygdom ikke klart relateret til, om de sagde, at de ville skjule deres symptomer. Studiet konkluderer, at det er meget almindeligt at skjule sine symptomer på smitsomme sygdomme for at kunne opnå det, man selv ønsker,

selv om man derved potentielt udsætter andre for en risiko. Så næste gang nogen nyser og siger, *det er bare allergi*, eller, *det smitter ikke længere*, skal man måske være en anelse mere skeptisk, end man har været før.

Merrell, W. N., Choi, S., & Ackerman, J. M. (2024). When and Why People Conceal Infectious Disease. *Psychological science*, 35(3), 215–225. doi.org/10.1177/09567976231221990



Sund hele livet med **Ansvarlig Sundhedsordning**

Mange psykologer, der indbetaler til pension i AkademikerPension, har fået en sundhedsordning. Den er udviklet i samarbejde med Tryk og Dansk Psykolog Forening og har fokus på at forebygge både fysiske og psykiske gener. Ordningen giver adgang til en bred vifte af behandlingstilbud hos blandt andet psykologer, fysioterapeuter og kiropraktorer.



Læs meget mere på akademikerpension.dk/sundhed

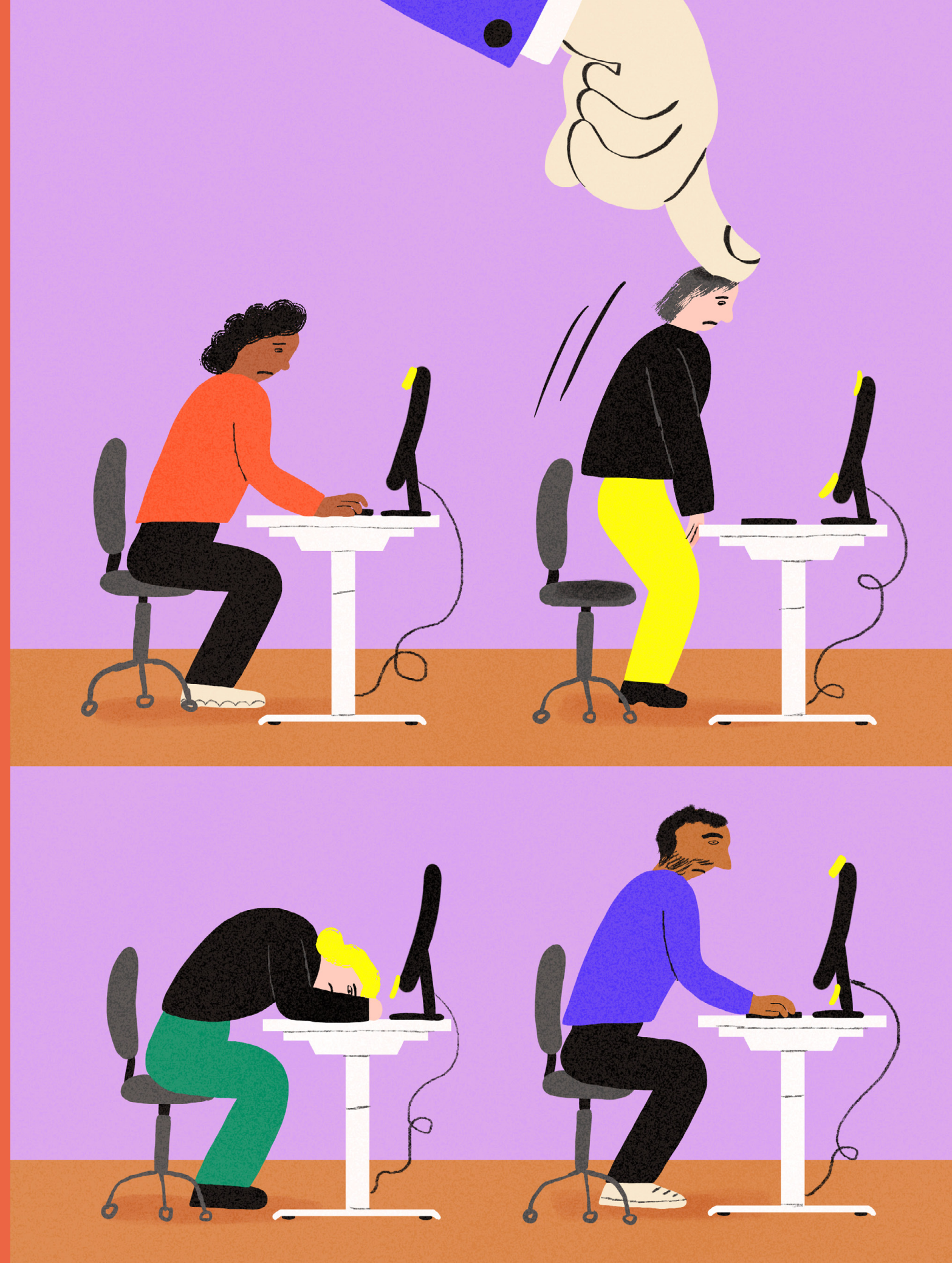


Uden indflydelse giver arbejdet ingen mening

Det er menneskeligt at ville gøre en forskel. Men i arbejdslivet bliver medarbejderes mulighed for at bringe fagligheden i spil flere steder blokeret af ledelsens fokus på målstyring og standarder. Det mener organisations- og erhvervspsykolog **Malene Friis Andersen**, som i en ny bog redegør for betydningen af indflydelse på jobbet. Hun opfordrer psykologer til at engagere sig i at opbygge sunde arbejdspladser.

Af Regner Hansen, journalist

Illustrationer: Clara Selina Bach



Quiet quitting er kun det nyeste fænomen, der præger mange arbejdspladser i denne tid. At lave det mindst mulige og samtidig bevare jobbet. Andre kendetegn på dårlig trivsel er stress, mentale helbredsproblemer og sygefravær. Eller vedholdende fantasier om måske at blive pottemager på Lolland.

Der er skam opmærksomhed om problemerne, observerer Malene Friis Andersen, som er organisationspsykolog og forsker i psykisk arbejdsmiljø. Men det er, som om ledere konkluderer, at det er noget, der foregår, fordi de ansatte har urealistiske forventninger eller ikke er robuste nok.

I virkeligheden er forklaringen strukturel, anfører hun. Næmlig en grundopfattelse af, at kontrol frem for tillid driver mennesker til de bedste præstationer. De primære anvendte redskaber er målstyring og standardisering.

– Det er fortidens ledelsesrationaler, som bliver brugt i stigende grad. De ansatte bliver behandlet som arbejdere i stedet for medarbejdere. I ordet medarbejder ligger ellers et løfte om indflydelse. At du er med her, at du har mulighed for at byde ind, og vi lytter til dig. Indflydelse er en af de vigtigste arbejdsmiljøfaktorer, siger Malene Friis Andersen.

Hun er selvstændig rådgiver i psykisk arbejdsmiljø og ledelse og desuden gæsteforsker på Det Nationale Forskningscenter for Arbejdsmiljø, som hun har været tilknyttet gennem en årrække.

– Men hvis den ansatte oplever ikke rigtig at have noget at skulle have sagt, at jeg er jo bare en ressource, og at det er ligegyldigt, om det er mig eller en anden, der har denne funktion, så mister arbejdet mening, og det kan bidrage til resignation og skade helbredet, fortsætter hun.

Skal man tro den seneste undersøgelse fra TrygFonden, vurderer næsten halvdelen af danske lønmodtagere, at deres indflydelse i arbejdslivet er decideret dårlig eller under middel.

Psykologer har kerneviden

Med indignation, men også håb som brændstof har Malene Friis Andersen sammenfattet egen forskning og anden ny viden om betydningen af indflydelse i arbejdslivet. *Det kunne være så godt*, lyder titlen på hendes nye bog. Og det psykologiske perspektiv fylder meget.

– Indflydelse på arbejdspladsen er et emne, som psykologer i højere grad skal råbe op om. Indflydelse er et af menneskets grundbehov, og som psykologer er vi en af de faggrupper, der ved allermest om det. Vores grundbehov skal også opfyldes på arbejdet, og arbejdet er den arena, hvor vi bruger størstedelen af vores vågne tid som voksne. Arbejdet er vigtigt for vores udvikling, identitet og forbundethed til andre, siger hun.

”Medarbejderne havde svært ved at navigere i et system, der – som en af dem bramfrit siger – vil skide på dine faglige vurderinger. Hvor skulle de gå hen med oplevelsen af, at det ikke fungerede?”



Fagligt råderum, samskabelse og individuel værdi

Malene Friis Andersen bestræbte sig på at lave meget ”operationelle” konklusioner på forskningsstudiet for tydeliggøre, hvad der kendetegner den nødvendige indflydelse i nutidens arbejdsliv. Tre konkrete indflydelsesformer med hver deres psykologiske betydning materialiserede sig:

Den opgaveorienterede indflydelse (*performing*): Det handler om at have et vist råderum til at beslutte, hvordan en arbejdsopgave skal løses, hvilke metoder der skal anvendes, og i hvilken rækkefølge opgaverne skal håndteres. Det fører til en tilpasset

løsning og dermed et bedre resultat, påpeger Malene Friis Andersen.

Den relationsorienterede indflydelse (*belonging*): Det drejer sig om at have mulighed for at give og modtage viden, input, ideer på arbejdspladsen og berige den fælles arbejdsproces. Det giver en følelse af at høre til og udføre noget godt sammen, anfører hun.

Den identitetsorienterede indflydelse (*becoming*): Det handler om, at arbejdslivet er med til at give identitet, eksistentiel berettigelse, selvværd og selvtillid. Også på arbejdet vil vi gerne mærke, pointerer

hun, at vi er værdifulde som individer og ikke blot et årsværk eller udskiftelige ressourcer.

På det psykiatriske behandlingscenter, der indgik i forskningsprojektet, var der standardiserede behandlingspakker.

– Der var fx afmålt syv sessioner til en patient med angst, og der var afsat 20 minutter til en samtale om psykofarmaka. Der var lagt et fremmed styringsregime ned over et humanistisk og psykologfagligt arbejdsfelt, fortæller Malene Friis Andersen.

Medarbejderne var indforstået med, at ledelsen

”Som psykologer kan vi være med til at støbe fundamentet og gentænke måden at organisere og lede arbejdet, så det bliver et sundt hus. Vi kender dem, der skal bo i organisationen.”

fandt tidsforbrug og økonomi vigtigt, forklarer hun, men de var frustrerede over ledelsens manglende nysgerrighed i forhold til det faglige indhold, som det var muligt for dem at levere inden for rammerne:

– Medarbejderne havde svært ved at navigere i et system, der – som en af dem bramfrit siger – vil skide på dine faglige vurderinger. Hvor skulle de gå hen med oplevelsen af, at det ikke fungerede?

Spørg de fagprofessionelle!

Målstyring begrundes med, at organisationen kun har en vis bevilling at forvalte, og standardisering begrundes med, at alle kunder/borgere skal stilles lige. Det forekommer umiddelbart rimeligt?

– Der vil altid være økonomiske begrænsninger, og det skal der være, for alt er en politisk prioritering. Men jeg kunne ønske og håbe på, at fagprofessionelle med de midler, der nu er til rådighed, i højere grad fik indflydelse på, hvordan pengene bruges mest meningsfuldt, siger Malene Friis Andersen.

Hun opfordrer videre politikerne til at droppe ”overbudspolitik” og tage mere ansvar for konsekvenserne af, hvem der kan få noget, og hvem der ikke kan få noget.

Hun siger om standardisering:

– Det er ikke, fordi standardisering som sådan er forkert. Problemet er, når standardisering bliver en nærmest ufravigelig køreplan i stedet for anbefalinger.

Genereringsstrategier

To af de strategier, som medarbejdere bruger til at generobre mistet indflydelse, kalder Malene Friis Andersen for skyggearbejde og *workarounds*.

Skyggearbejde er en hemmeligholdt individuel strategi, der går ud på at løse selvvalgte arbejdsopgaver, uden at fortælle nogen om det. Motivet er at kunne arbejde med afsæt i den faglige dømmekraft. Fx får patienten lidt mere, end det formelle pakkeforløb tillader. Men det giver også et øget arbejdspress samlet set.

Malene Friis Andersen har deltaget i en undersøgelse af 2.500 repræsentative offentligt og privatansatte medarbejdere, og den viste, at omkring en fjerdedel lavede skyggearbejde.

Workarounds handler om at udvikle alternative og kreative arbejdspraksisser til at løse tildelte arbejdsopgaver på måder, hvor medarbejderne omgår de institutionaliserede systemer og metoder – typisk it-systemer.

Det hænder også, at medarbejdere udfordrer målstyrings- og standardiseringsregimet ved at forsøge at veksle deres praksiserfaringer til indflydelse. Men Malene Friis Andersen noterer her, at selv hvis de finder frem til beslutningstagerne med deres ideér, så har de svært ved at opnå forståelse for deres faglige input.

Årsagen er, at de ikke er i stand til at oversætte deres viden og erfaringer til systemets sprog.

Oftentimes sker der det, at medarbejderperspektiver på arbejdets organisering bliver stemplet som brok, og den rejste kritik bliver sendt retur til den ansatte selv, som bliver bedt om selv at udtænke komplette løsninger. Så bliver det sat i stå dér, bemærker Malene Friis Andersen om fænomenet, som kaldes kritikens U-vending.

Løsninger skal udvikles lokalt

Malene Friis Andersen opfordrer medarbejdere til at insistere på at drøfte indflydelse mere detaljeret og konkret i organisationen. Tillidsvalgte kan være en spydspids i dette pres.

Hun mener, at ledere og HR bør forstå, at de skaber mennesker, liv og samfund på arbejdspladsen.

– Det kan være tidskrævende og bøvlet for ledelsen med flere inddragende processer. Men hvis man lukker for indflydelseshanen, lukker man også for mange andre haner, som er gensidigt forbundne: engagementet, kreativiteten, oplevelsen af at bidrage, ordentligheden og forbundetheden, siger hun.

Malene Friis Andersens leverer med overlæg ingen fiks-det-selv-opskrifter. Dog rummer bogen øvelser ”til refleksion, samtaler og handlinger”.

– Mange af løsningerne er noget, der findes lokalt. Folk har, hvor de befinder sig, langt bedre ideer

til, hvordan det her kan mobiliseres, siger hun og vender tilbage til opfordringen til psykologer om at engagere sig i ”humaniseringen” af arbejdslivet.

– Som psykologer kan vi være med til at støbe fundamentet og gentænke måden at organisere og lede arbejdet, så det bliver et sundt hus. Vi kender dem, der skal bo i organisationen, siger hun.

Hendes håb er, at der kommer til at sidde en psykolog i enhver bestyrelse og ledelsesgruppe.

– Ingen vinder på at fortsætte som hidtil – altså ud over firmaerne, der udvikler de it-systemer, der overvåger, og de konsulenthuse, der understøtter det bestående, siger Malene Friis Andersen. •

Malene Friis Andersen: Det kunne være så godt – På jagt efter indflydelse og det menneskelige i arbejdslivet. 228 sider. Dansk Psykologisk Forlag, 2023.

MÅLSTYRING

Arbejdsopgaver og ønskede resultater defineres i klare og konkrete mål, som de ansatte skal nå inden for en bestemt tidsperiode.

STANDARDISERING

Krav om at følge faste retningslinjer, procedurer og metoder i udførelsen af arbejdsopgaver. Den erklærede hensigt er, at alle arbejdsopgaver udføres ensartet og med kvalitet.



Malene Friis Andersen
F. 1980

- Cand.psych. fra Københavns Universitet i 2006. Autoriseret i 2009.
- Ph.d.-stipendiat på Det Nationale Forskningscenter for Arbejdsmiljø i 2010-2014.
- Forsker i psykisk arbejdsmiljø, ledelse, stress og arbejdsfællesskaber på Det Nationale Forskningscenter for Arbejdsmiljø 2014-2021. Siden da gæsteforsker samme sted.
- Sideløbende hermed selvstændig organisationspsykolog med organisations- og ledelsesrådgivning, foredrag og workshops.
- Forfatter til en række videnskabelige artikler samt prisvindende bøger til ledere og arbejdsmiljøprofessionelle. Ofte anvendt ekspert i medier. Rådgiver i flere tænketanke og rådgivende organer.

Compassion-træning kan hjælpe pårørende til psykisk syge

At være pårørende til et menneske med en psykisk lidelse er hårdt, både for den pårørendes fysiske og psykiske helbred. I Danmark angiver 38 %, at de er pårørende til en person med en psykisk lidelse, og af dem oplever 61 % øgede symptomer på stress, angst og depression. Derfor er det vigtigt at undersøge effekten af forebyggende interventioner, der kan fremme den pårørendes mentale sundhed.

Jeg begyndte ph.d.-projektet i efteråret 2017 under titlen *Compassion Cultivation Training for informal caregivers of people with a mental illness*. Compassion Cultivation Training forkortes CCT. Min baggrund for at beskæftige mig med compassion er, at jeg via mit arbejde som psykolog på Stanford University fik kendskab til det videnskabeligt dokumenterede program CCT. Jeg tog CCT-uddannelsen ved Stanford University og blev certificeret til at undervise i programmet. Efter mange år i USA vendte jeg hjem igen og ville gerne undersøge, via en ph.d., effekten af CCT-træningen på pårørendes mentale sundhed.

Ph.d.'en indeholder et randomiseret, kontrolleret studie, hvor 161 pårørende til mennesker med en psykisk lidelse deltog i et manualiseret compassion-træningsprogram over otte uger. Ved opfølgningen efter seks måneder var de pårørendes symptomer på depression, angst og stress fortsat nedsat og deres generelle trivsel øget.

Efter at jeg var blevet certificeret til at undervise i CCT, begyndte jeg at implementere compassion-træningen i det terapeutiske rum. Her erfarede jeg, at nogle af mine klienter fik det bedre ved hjælp af compassion-træningen. De udviklede redskaber til at kunne rumme svære følelser og finde mere hensigtsmæssige strategier til at håndtere deres hverdag.

Et eksempel på dette var en ung kvinde, som ofte havde det svært ved at være autentisk i sit forhold til sin kæreste. Hun var altid bange for, at han ikke ville synes om det, hun sagde eller gjorde, og hun oplevede derfor en del angst i relationen. I terapien lærte hun, via træning i compassion, at have en venlig og omsorgsfuld stemme i stedet for hele

tiden at kritisere og dømmes sig selv. Hun begyndte at kunne tage skridt hen mod at have modet til at sige de ting, hun følte, og give sin stemme til kende i forholdet til kæresten. Hun opdagede, at hun kunne have sine egne holdninger og meninger og stadig være i et kærligt forhold. Hendes angst blev derved meget mindre.

Effekterne fra terapien understøttes af forskningsresultater, som viser, at systematisk træning i compassion:

- øger positive følelser
- øger færdigheder inden for følelsesregulering, fx accept af svære følelser og tanker
- nedsætter undertrykkelse af følelser
- øger robusthed og opmærksomhed
- nedsætter bekymringer, tankevandring og negative følelser
- mindsker stress, depression og angst

På denne baggrund var jeg nysgerrig efter at undersøge, hvordan denne træning kunne øge pårørendes mentale sundhed.

Formålet med projektet var at undersøge, om compassion-træning nedsætter symptomer på stress, angst og depression samt øger generel trivsel hos pårørende til folk med en psykisk lidelse.

Desuden var formålet at undersøge, hvilke virkningsmekanismer der skaber effekt på stress, angst og depression i compassion-kurset.

Projektet bestod af et randomiseret, kontrolleret studie med 161 pårørende fra to lokationer i Danmark, henholdsvis Jylland og Sjælland. De pårørende var mellem 18 og 75 år gamle, og deres kære kunne have alle typer af psykiske lidelser.

De pårørende blev randomiseret til enten compassion-interventionen eller ventelistekontrol, og der blev indsamlet data på fire måletidspunkter: før, efter og ved hhv. tre og seks måneders opfølgning. Da al data var indsamlet, fik pårørende i ventelistekontrollen også tilbud om at modtage compassion-kurset.

Compassion handler om at have opmærksomhed på, at der er noget, som er svært (enten i os selv eller andre mennesker omkring os) og så mærke en intention og motivation til at ville lindre denne lidelse.

CCT-interventionen består konkret af, at deltagerne mødes i otte uger, i et gruppeformat af ca. 20 deltagere, én gang om ugen i to timer. I disse to timer arbejder og træner deltagerne med forskellige øvelser, dyader, gruppedialog og meditation.

Derhjemme bliver deltagerne inviteret til at meditere via lydfiler ca. 20 minutter hver dag. Ugerne bygger oven på hinanden, så man træner og opbygger sin compassion-kompetence uge for uge. Figur 1 viser opbygningen af hver uge.

	Compassion Cultivation Training
Uge 1	Stabilisere sindet
Uge 2	Træne loving-kindness for en du holder af
Uge 3	Træne compassion for egen lidelse
Uge 4	Træne loving-kindness for egen lidelse
Uge 5	Træne compassion for andre (fælles medmenneskelighed)
Uge 6	Træne compassion for alle levende væsner
Uge 7	Træne aktiv compassion (Tonglen)
Uge 8	Integreret compassion meditation

Projektresultaterne viste, at de pårørendes symptomer på stress, angst og depression faldt med statistisk signifikans. Disse resultater var vedvarende signifikante ved seks måneders opfølgning.

Det samme gjaldt generel trivsel, som var målt ved deres egen opfattelse af stress og robusthed (dvs. hvor hurtigt de kom tilbage til normal efter en svær hændelse). Ydermere øgede det de pårørendes følelsesreguleringsfærdigheder.

Alle disse resultater var statistisk signifikante ved seks måneders opfølgning. Interventioner har ofte en umiddelbar effekt, men styrken ved dette studie er, at effekten, som compassion-træningen havde, stadig var statistisk signifikant ved seks måneders opfølgning – både på symptomer på stress, angst og depression samt på følelsesreguleringsfærdigheder og robusthed, som gør dig i stand til at vedligeholde et godt mentalt helbred. Mindfulness og self-compassion var øget og vedblivende signifikante ved seks måneders opfølgning.

Desuden viste projektet gennem en mediationsanalyse, at mindfulness og self-compassion er de aktive ingredienser i selve compassion-træningen, som nedsætter symptomer på stress, angst og depression.

Compassion-træning som forskningsfelt er nyt i Danmark. Dog breder interessen sig for træningen, både hos psykologer og hos sundhedsprofessionelle på de danske hospitaler.



Ph.d.-stafet: Hvad forsker danske psykologer i? Det skiftes de til at skrive om i denne ph.d.-stafet. Her skriver Nanja Holland Hansen om sin ph.d. med titlen *Compassion Cultivation Training for informal caregivers of people with a mental illness*, der blev forsvaret den 14. januar 2022 på DPU, København.

Forskningsresultaterne kan bruges på mange forskellige måder. Resultaterne kan fx bruges som information om, at der findes en relativ nem og forebyggende intervention til pårørende, som de kan deltage i, og som styrker deres mentale sundhed. Når pårørende kommer ind ad døren hos privatpraktiserende psykologer og udviser symptomer på stress, angst og/eller depression, kan resultaterne bruges til at implementere øvelser såsom self-compassion og mindfulness i terapien og derved give de pårørende nogle redskaber til at kunne træne deres mentale sundhed.

Breder man det mere ud, kan resultaterne bruges til mange forskellige typer af patienter (eller psykologer), som ikke trives – måske pga. stress, empatisk udmattelse eller høje niveauer af selvkritik. I disse tilfælde kan denne træning også anvendes til at arbejde med den mentale trivsel. I den internationale arena undersøger forskere effekten af compassion-træningen inden for forskellige psykiske lidelser. Resultaterne peger i retning af en positiv effekt af træningen på patienternes mentale sundhed (Petrocchi et al., 2023). Der mangler dog meget forskning inden for området endnu. •

Ph.d.-projektet blev vejledt af kollegaer fra Dansk Center fra Mindfulness, Institut for Klinisk Medicin, Aarhus Universitet: Lone Overby Fjorback, centerleder, overlæge, lektor, ph.d., certificeret MBSR-lærer og Lise Juul, master i folkesundhed (MPH), ph.d. og lektor. Tak for samarbejde og støtte til CSV Kolding – Center for specialundervisning og rådgivning for unge og voksne.

I dag arbejder jeg på Aarhus Universitet, Institut for Klinisk Medicin, Dansk Center for Mindfulness, hvor jeg forsker videre i compassion-træningen og mental sundhed. Aktuelt om hvordan man kan implementere compassion i sundhedsfaglige kontekster og i kommuner; til gavn for både ansatte, pårørende og borgere. Desuden træner vi andre professionelle i at varetage undervisning i Træning i Compassion (TIC), et otte ugers program, som vi har udviklet på baggrund af CCT og tilpasset en dansk kulturel kontekst.

REFERENCER

Hansen NH (2022). *Compassion Cultivation Training for informal caregivers of people with a mental illness*. ph.d.-afhandling

Hansen NH, Juul L, Pallesen K, Fjorback LO. *Effect of a compassion cultivation training program for caregivers of people with mental illness in Denmark: a randomized clinical trial*. JAMA Netw Open 2021;4:e211020.

Fjorback., L.F, Hansen N. H. & Eckardt, JP (2021) *Træning i compassion hjælper pårørende, viser ny dansk forskning*. Ugeskrift for Læger 183/9 3. maj 2021 s. 907

Hansen, N.H. *Mental sundhed kan trænes hos pårørende til psykisk syge (2021)*. *Best Practice Nordic*. bпно.dk/artikler/mental-sundhed-kan-traenes-hos-paaroeerende-til-psykisk-syge

MEDLEMSTILBUD

Få rabat på at modtage betalinger med kort



DP har indgået en aftale, der tilbyder selvstændige psykologer rabat på kortbetalinger.

Der har været efterspørgsel fra selvstændige psykologer på at kunne modtage betalinger med betalingskort fra klienter til en så rimelig pris på betalingsgebyret som mulig, og derfor har DP indgået en rammeaftale med SumUp, der giver en nedsat pris på gebyret for at modtage betalinger.

Ønsker man at benytte sig af muligheden, skal man anskaffe en terminal hos SumUp. Der er tale om en engangsudgift.

Der er forskellige typer terminaler alt efter behov, hvor den billigste koster få hundrede kroner. Herefter kan selvstændige psykologer modtage betalinger fra klienter og andre med bl.a. Visakort og MasterCard til gebyrpriser på 0,55% eller 0,69%. Prisen er dermed konkurrencedygtig med fx overførsler via Mobilepay.

Læs mere om aftalen på DP's hjemmeside



Kurser til ledige

Som ledigt kandidatmedlem af DP (herunder ansat med løntilskud) kan du deltage på udvalgte kurser til en fordelagtig pris på 500 kr. pr. kursusdag under forudsætning af, at du selv betaler for din kursusdeltagelse. Læs mere om kurserne på DP's hjemmeside under "Kurser og uddannelse".

Kom til gratis online fyraftensmøde om ICD-11

Over de næste år vil ICD-11 blive oversat til og implementeret i Danmark. Hvad er det nye? Og hvad betyder ICD-11 for diagnosticering og behandlingsplanlægning i klinisk praksis? Kom til gratis fyraftensmøde med Christian Møller Pedersen, cand. psych. og specialpsykolog i psykiatri.

18/9

ICD-11 i perspektiv (VIRTUELT)

Et fysisk magasin – men også meget, meget mere

Psykologernes fagmagasin udkommer fire gange årligt, og her er der kun plads til en brøkdel af alt det psykologfaglige indhold fra P.

På foreningens hjemmeside, dp.dk, under punktet "Magasinet P" finder du hver uge nye artikler, fagkronikker og en masse ny forskning inden for psykologien.

Og én gang om måneden samler vi alt indholdet i et nyhedsbrev fra P, som tusindvis af psykologer allerede modtager.

Husk også at abonnere på podcasten "Lyden af psykologi", hvor vi samler alt det bedste indhold fra foreningen direkte til dine øre-gange – fra miniserier til indtalte historier fra fagmagasinet. Du finder "Lyden af psykologi" på alle de store podcasttjenester.

dp.dk/p-psykologernes-fagmagasin





Fagmagasinet *P* har talt med tre psykologer om deres hverdag i psykiatrien. De beretter om manglende ressourcer. De fortæller, at antallet af patienter stiger hurtigere, end hænderne kan følge med, og at patienterne står i kø til behandling. Alligevel står de fast på, at arbejdet i psykiatrien er meningsfyldt. Læs beretningerne fra tre psykologers hverdag i psykiatrien.

Af Regner Hansen, journalist
Fotos: Anders Rye Skjoldjensen

DEN PRESSEDE PSYKIATRI

Psykiatrien er presset. Meget presset.

Patienter opsøger i stigende grad hjælp eller bliver henvist, og antallet af medarbejdere er ikke fulgt med.

Siden 2012 er antallet af patienter steget med over 30 pct., viser tal fra Sundhedsdatastyrelsen – og alene i børne- og ungdomspsykiatrien er antallet af patienter øget med knap 40 pct. fra 2009 til 2022.

For nylig kom Statsrevisorerne også med meget kras kritik i kølvandet på en rapport fra Rigsrevisionen, der viser, at udredningsretten overskrides i ca. 70 pct. af forløbene i børne- og ungdomspsykiatrien. Det svarer til, at over 27.000 børn og unge i perioden 2019-2022 ikke er blevet udredt inden for de lovpligtige 30 dage.

Samtidig vidner undersøgelser, utallige mediehistorier, vidneudsagn fra patienter, pårørende og medarbejdere om, at systemet er presset, at ressourcerne er for få, at der mangler behandlingstilbud, og at de manglende hænder blandt fagpersonalet sætter både behandlingskvalitet og arbejdsforhold under pres.

P har talt med tre psykologer, der alle arbejder i psykiatrien. Deres beretninger om arbejdslivet i psykiatrien giver et indblik i en hverdag præget af manglende ressourcer, som hæmmer mulighederne

for at sikre alle patienter en optimal behandling, og hvor der er risiko for, at patienterne slippes for tidligt til opfølgende indsatser i kommunerne eller hos privatpraktiserende psykologer.

Psykologerne efterlyser mere fleksibilitet til at tilrettelægge arbejdet i tillid til faglige kompetencer og baseret på hver patients specifikke tilstand og behov.

En anden konsekvens er, at psykologer og andre fagpersoner er udsat for belastninger i deres daglige arbejde.

Folketinget har i Finansloven for 2024 afsat knap 500 mio. kr. til at løfte psykiatrien i forbindelse med 10-årsplanen for psykiatrien.

Psykologerne, som *P* har talt med, fortæller, at pengene nærer forventningerne blandt patienterne og pårørende til hurtig udredning og behandling. Men det kan være svært at se, at det rykker i den rigtige retning.

Psykologerne ærgrer sig over, at presset på psykiatrien er med til at give psykiatrien et dårligt omdømme. For opgaven er meget meningsfuld, og det er fagligt spændende og udviklende at arbejde i psykiatrien, fortæller de.

Læs de tre psykologers beretninger om psykiatrien:

Maria Holmgaard Secher

Maria Holmgaard Secher er psykolog og specialist i psykoterapi for voksne. Hun arbejder i et ambulatorium for angst- og tvangssygdomme på Aalborg Universitetshospital. Hun indgår i et PTSD-team, som langt overvejende modtager patienter med udviklingstraumer eller traumer, som er udløst af nylige oplevelser. Hun er også uddannet supervisor og har supervisionsopgaver. Maria Holmgaard Secher er desuden tillidsrepræsentant og fællestillidsrepræsentant.

– Målet i psykiatrien er selvfølgelig det gode patientforløb, men rammerne er svære. Jeg kan egentlig godt forstå den politiske beslutning om at give patienterne rettigheder i form af ret til hurtig udredning og behandling. Men behandlingspakkerne er arbitrære. Alle patienter med samme diagnose skal have et bestemt antal samtaler. Og patienterne er jo forskellige. For nogle af dem sker

der noget i livet ved siden af, der kan udløse kriser og behov for at strække forløbet eller lave særlige indsatser. Det ville være bedre, hvis vi fik mulighed for differentiering, hvor vi kunne prioritere vores ressourcer ud fra den enkelte patients tilstand.

– Tidsfristerne presser systemet helt enormt, fordi der er alt for få ressourcer i psykiatrien. Vi bliver nødt til at løbe hurtigere – og det går hurtigere, end hvad de fleste patienter kan følge med til.

– I voksenpsykiatrien skal vi bl.a. udrede for autisme, men ikke behandle for autisme. Og vi bruger rigtig mange kræfter på udredning, men det er ikke alle patienter, der har et akut behov. Hvis fx en patient på 35 år har levet hele livet med noget, som måske er en uopdaget autismespektrumforstyrrelse, giver det ikke mening, når psykiatrien i forvejen ikke kan følge med, at udredningen skal foretages lige så hurtigt som med en patient, der fx har udviklet en svær depression for nylig.

– Jeg er heldig at sidde et sted med en leder, der



Det er åbenlyst, at vi mangler ressourcer, og det er først og fremmest til behandlingsopgaver.

– Stefan Lock Jensen, specialpsykolog



har forståelse for bløde værdier og giver frihed. Men det er ikke sådan, at alt er reddet, hvis vi får mere frihed til at tilrettelægge arbejdet. For vi skal stadig løse de samme opgaver på for lidt tid. Mængden af henvisninger til psykiatrien er endda stigende. Det slider uforholdsmæssigt på folk. Systemet er i gang med at kværne den arbejdsduelige styrke i psykiatrien. Alle gør deres absolut bedste. Vi har en faglig etik og vil gerne tage os af patienterne, men vi ender med at overbelaste os selv og får stress. Lige nu sælger politikerne en vare om at have styrket psykiatrien, uden at vi har set pengene, og så kommer patienterne og de pårørende med en masse forventninger, som vi ikke har mulighed for at leve op til.

– Vi skal have dette her til at fungere, så vi kan fortælle psykologer rundt om, at psykiatrien er et rigtig spændende speciale, og at man har mega-spændende opgaver i psykiatrien. I så fald kunne vi tiltrække flere psykologer til området. Og vi kunne også bedre fastholde erfarne medarbejdere. Mange af dem rejser. For der bliver ved at være et flow af patienter med behov for psykiatrisk behandling. Det er penge, ordentlige vilkår, anerkendelse og mere indflydelse, der skal til.

Stefan Lock Jensen

Stefan Lock Jensen er ledende specialpsykolog i børne- og ungdomspsykiatrien. Han er afsnitsleder, og han leder sammen med en lederkollega et ambulatorium i Roskilde, der hører under Region Sjælland. Hans arbejde består primært i ledelsesopgaver i forhold til 50-60 personer. Men han har desuden faglig ledelse på flere felter, og han superviserer og udfører andre relevante opgaver.

– Antallet af henvisninger er stigende, og vi er nødt til at være ret skarpe i forhold til, hvilke henvisninger vi tager ind – den psykiatriske hypotese må være klar. Men i de sager, vi påtager os, leverer vi en udredning af børn og unge af meget høj kvalitet og også en god behandling. Dog er det åbenlyst, at vi mangler ressourcer, og det er først og fremmest til behandlingsopgaver. Udredningsgarantien på 30 dage svækker vores mulighed for at prioritere og tilsidesætter vores faglige kompetencer.

– Vi har et bredt udsyn til vores samarbejdspartnere i kommuner og PPR. Men det varierer meget, hvordan kommunerne er organiseret i forhold til børne- og ungdomspsykiatriske opgaver, deres

ressourcer og familiernes socioøkonomiske status, så det påvirker vilkårene. Vi kan være bekymret for, om nogle af de børn og unge med ”papirhenvisninger”, som vi undlader at tage ind, får en formelt tilstrækkelig afdækning og støtte i kommunerne, som også er klemt.

– Behandlingen er et broget område. For os er psykoterapi det foretrukne valg i behandlingen i mange tilfælde, men det er jo tidskrævende, og her er de begrænsede ressourcer en hæmsko. Vi laver gruppepsykoterapi og individuel psykoterapi, men vi er desværre ikke i stand til at dække behovet, og så ender noget af indsatsen ude i kommunerne, som heller ikke har kapaciteten. Og fordi tiden går, kan det føre til utålmodighed hos forældre og et ønske om, at vi anvender medicin – simpelthen i håb om, at det kan løse noget. Der er måske også en for hurtig overgang til kommunernes opfølgende indsats for mange patienter. Vi ser i hvert fald en del genhenvisninger.

– Rekruttering er blevet sværere i psykiatrien, men vi er lykkedes med at hente dygtige mennesker til vores klinik. Det handler om at skabe relativ stor frihed i arbejdet og vise stor tillid til medarbejdernes

faglighed, så der er et interessant fagligt miljø. Det har selvsagt også en vis betydning, at vi ligger tæt på en storby, nemlig København. Der findes mange spændende opgaver i psykiatrien, som er meningsfyldte og giver mulighed for at bruge fagligheden. Hos os vægter vi også tværfagligheden, og vi har bl.a. lavet teams, hvor ansvaret deles af en læge, en psykolog og en sygeplejerske. Vi har tværfaglige konferencer. Der er helt bestemt karriere- og forskningsmuligheder for psykologer i psykiatrien. Jeg er selv leder i første linje, og vi har psykologer på chefniveau.

– Men flere ressourcer til især behandling ville give et løft, og tillidsbaseret ledelse og en mere modig tilgang til at sætte fagligt funderede mål sammen med fagpersoner og frontlinjepersoner ville gøre en positiv forskel. Det er også ønskeligt, at psykiatrien bliver inddraget mere i forebyggende indsatser i PPR og kommuner.



Anne Randers

Anne Randers er specialpsykolog, og en stor del af hendes arbejde foregår i et mindre, tværfagligt team, der laver indsatser og rådgivning til kommunerne i Region Nordjylland om børne- og ungdomspsykiatri. Hun er med i den overordnede visitation. Hun ser et antal patienter. Og så er hun uddannelsesansvarlig for specialpsykologuddannelsen i børne- og ungdomspsykiatrien i regionen. Anne Randers er desuden formand for Selskab for Psykopatologi hos Børn og Unge.

– I ambulatorierne er det især den udifferentierede udrednings- og behandlingsgaranti på 30 dage, som presser systemet. Beslutningen betyder, at der ikke er noget *slack*. Der er ikke plads til det uventede. Hele korthuset risikerer at vælte. Desuden er der en vis andel af patienter, som kræver noget individuelt. Psykologerne forsøger at overkomme

det hele, men de ender med at lave mere, end der er afsat, og så bliver de udmattede. Nogle kolleger fortæller, at de er bekymret for, om de kan holde til det på længere sigt.

– I forvejen er det svært at følge med, for der er gjort meget for at strømline ”produktionen”. Men antallet af henvisninger til børne- og ungdomspsykiatrien er fordoblet på få år, og personalet er ikke fordoblet i samme periode.

– Rigtig mange ressourcer går til udredning, og det er udredningen, der er lange køer til. En anden ting er, at der ikke altid er mulighed for at gøre det optimale, samtidig med at vi stadig kan stå inde for kvaliteten. Fx bliver en patient måske udskrevet til opfølgning i kommunalt regi eller hos en privatpraktiserende psykolog, selv om det ville være mere oplagt med et længere behandlingsforløb hos os.

– Vi har ikke noget problem med at rekruttere nyuddannede psykologer, men det er vanskeligt at

Det er klart, at det er nødvendigt at tilføre flere ressourcer til psykiatrien. Forældrene kommer og tror, at nu har vi fået en masse penge. Men indtil videre har vi kun fået besparelser.

– Anne Randers, specialpsykolog

tiltrække autoriserede psykologer med erfaring. Dels er det selvfølgelig kendt, at psykiatrien er presset. Dels kan det være svært for psykologer at skulle ind og arbejde i en meget fast struktur med et faggrupperhierarki. Problemet er nok størst for specialpsykologer, som har en specialistuddannelse svarende til speciallægers. Der er heller ikke nogen oplagt karrierevej for psykologer i psykiatrien, mens læger kan avancere i etaper til overlæge, hvilket giver højere status og flere beføjelser.

– Man er nødt til at gøre noget ved hele systemet og gentænke behandlingsgarantien. Garantien bliver betragtet som et kvalitetsmål, men er i virkeligheden et kvantitetsmål. Der er patienter, der gerne skal til inden for 14 dage, men andre kunne vente et halvt år. Det går også ud over personaletrivsel og faglig udvikling af området.

– Det er klart, at det er nødvendigt at tilføre flere ressourcer til psykiatrien. Forældrene kommer og tror, at nu har vi fået en masse penge. Men indtil videre har vi kun fået besparelser. Her i regionen skal der spares 10 millioner kroner i psykiatrien.

– Heldigvis er der lys forude med hensyn til en mere rimelig opgavefordeling mellem speciallæger og specialpsykologer. Psykiatrien udmærker sig også ved, at der er spændende opgaver, gode formelle uddannelsesmuligheder og et fokus på uddannelse, som næppe findes andre steder for psykologer. •



Noget I bør vide ... Om udtrækning af psykofarmaka

Bogen giver konkret og brugbar vejledning i, hvordan man trapper langsomt og sikkert ud, og hvordan man undervejs i processen tackler faldgruber og abstinenser som angst, følelsesmæssige udsving og fysiske symptomer.

*Anders Sørensen,
Hans Reitzels Forlag*



Sådan møder du dit barn med autisme – en håndbog til forældre

Bogen hviler på følgende grundantagelser: Alle børn skal mødes i udviklingsstøttende samspil med en voksen. Det er de samme grundingsredienser som virker udviklingsfremmende – og støttende for alle børn. Og det er afgørende at disse samspil bliver tilpasset barnet med autisme.

*Juana Jeppesen,
Wadskjær Forlag*



Kognitiv adfærdsterapi i praksis – redskaber til dig der arbejder med menneske

Konkrete redskaber og øvelser, der udgør en kognitiv værktøjskasse. Bogen introducerer læseren til den kognitive adfærdsterapis metoder ved hjælp af praktiske, genkendelige eksempler fra den hverdag, som mange inden for omsorgssektoren og de pædagogiske fag kender.

*Maria Hancock,
Frydenlund*



Nest og social læring – for børn med ADHD og ADHD-lignende vanskeligheder

Bogen opfordrer til et nyt syn på børn med ADHD og ADHD-lignende vanskeligheder og guider med udgangspunkt i Nest-programmet de professionelle omkring børnene til en inkluderende praksis, både i klassen, i SFO'en og i Social Læring.

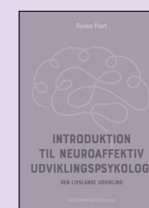
*Emma Ehlers Nielsen,
Dafolo Forlag*



Mentalisering i dagtilbud

Bogen tilbyder mentaliseringsbaserede redskaber til at understøtte tryk tilknytning, udvikling og gode miljøer for børnene i dagtilbud. Den henvender sig til bl.a. psykologer, pædagoger, PPR-medarbejdere og alle andre, der er optaget af arbejdet med børn i dagtilbud.

*Janne Østergaard Hagelquist
m.fl., Akademisk Forlag*



Introduktion til neuroaffektiv udviklingspsykologi – den livslange udvikling

Bogen kaster lys over, hvordan vores livsrejse formes af komplekse samspil mellem arv, miljø og følelsesmæssig udvikling. Den første af en række bøger i en serie, der i kort form beskriver emner inden for neuroaffektiv udviklingspsykologi og -psykoterapi.

*Susan Hart,
Akademisk Forlag*



Min mor har brystkræft

En serie à tre børnebøger, der omhandler de tre behandlings-tiltag, som brystkræftpatienter typisk gennemgår: operation, kemoterapi (enten før eller efter operation) og strålebehandling.

Bøgerne er en invitation til samtale om det, barnet kan genkende sig selv i – rammet ind af et illustrativt univers i børnehøjde.

*Kirstine Monefeldt Lindgaard,
Forlaget Indblik*



Skærmsund

En hjælpende hånd til forældre, som er bekymrede over familiens skærmb brug, men har brug for konkrete redskaber til at ændre det. Med rod i den nyeste faglige viden på området præsenterer bogen en lettilgængelig 4-ugers guide fuld af værktøjer.

*Marie Brixtofte m.fl.,
Gyldendal*



Et psykodynamisk blik på levende organisationer

Kaster lys over organisationers mangfoldige og sammensatte psykologiske liv. Bogens grundlæggende spørgsmål er: Når vi ofte ved, hvad der er godt at gøre, hvorfor gør vi det så ikke? Og når vi ofte gør det, der er godt at gøre, hvorfor virker det så ikke helt efter hensigten?

*Birgitte Bonnerup,
Akademisk Forlag*



Liva er højt begavet

Henvender sig til forældre og pædagoger, som kan læse den højt og hente inspiration i spørgsmål, der lægger op til samtale med barnet.

*Dea Franck,
Akademisk Forlag*



Hjerne kufferten – aktiviteter for højtbegavede børn i dagtilbud

Tilbyder viden, inspiration og direkte vejledning til pædagoger, forældre og andre voksne omkring de højtbegavede børn.

*Dea Franck,
Akademisk Forlag*

EKLEKTISK TERAPI:

Det bedste af alle verdener eller problematisk cocktaileffekt?

Langt de fleste psykologer benytter sig i en eller anden grad af eklektisk behandling, når de sidder over for deres klienter, fortæller autoriseret psykolog og professor ved Aarhus Universitet Mia Skytte O'Toole. Det sker i bedste mening. Problemet er, at vi ikke ved, om det kan have en negativ effekt.

AF ANNE-HELENE MERKELSEN, JOURNALIST
FOTOS: TOR BIRK TRADS





Det kan virke oplagt at gribe værktøjer fra flere psykologiske retninger, hvis man sidder over for en klient, som helt oplagt kunne have gavn af netop dét. Det kan også sagtens være, at det virker. Men de få og små studier, der er lavet inden for eklektisk terapi, viser, at det er mere komplekst end som så at blande forskellige metoder sammen. I værste fald kan det være direkte skadeligt for klienten.

Mia Skytte O'Toole er autoriseret psykolog og professor ved Aarhus Universitet, og hun er i gang med et forskningsprojekt, der skal gøre os klogere på, hvordan og hvornår det kan være gavnligt at skifte mellem og blande terapiformer.

– Undersøgelser viser, at stort set alle psykologer i en eller anden grad arbejder eklektisk. Jeg gør det også selv. Jeg er ikke i tvivl om, at man som psykolog vil sine klienter det bedste, og at der ligger mange grundige refleksioner bag. Men beslutningerne bliver nødvendigvis taget alene på baggrund af erfaringer og anekdoter, for der er næsten ingen

videnskabelig empiri at stå på. Derfor er det så vigtigt, at der bliver forsket mere i det, og at vi starter en samtale om, hvad det egentlig er, vi gør, siger hun.

Risikoen ved at blande

Et af de få forskningsprojekter, der findes, har undersøgt, hvad der sker, når man blander forskellige retninger inden for kognitiv adfærdsterapi. Man lavede to grupper med forsøgsdeltagere med social angst. Den ene gruppe blev først udsat for kognitiv omstrukturering fra klassisk kognitiv adfærdsterapi, hvorefter man skiftede til afkoblet opmærksomhed fra metakognitiv behandling. I den anden gruppe var rækkefølgen byttet rundt. Begge teknikker virkede enkeltvis, men der var en rækkefølgeeffekt.

Da eksperimentet var slut, oplevede deltagerne i gruppen, hvor man startede med metakognitiv terapi, at de havde mere angst end ved eksperimentets begyndelse. Det var ikke tilfældet for den omvendte rækkefølge.

– Det siger noget om, at det ikke kun er komponenterne i sig selv, der er vigtige at undersøge. Rækkefølgen ser også ud til at have en afgørende betydning. I værste fald kan en uhensigtsmæssig rækkefølge have negative konsekvenser. Problemet er, at vi ikke ved nok om det, så det er vanskeligt at træffe de ”rigtige” beslutninger, siger Mia Skytte O'Toole.

Hun efterlyser derfor, at man går til den eklektiske metode med en stor portion nysgerrig ydmyghed og endevender teorien bag de forskellige dele, inden man sætter dem sammen.

– Jeg håber, at man selv eller i supervision vil undersøge komponenterne på et teoretisk niveau, så man kan få øje på, om der er problematisk inkongruens, der fx leder til modsatrettede budskaber til klienten. Det kan godt være, man kan bruge kombinationen alligevel, hvis man er bevidst om sine forholdsregler og vurderer, at risikoen er værd at løbe. Det kræver, at man klæder klienten på til de modsætninger, der vil opstå i terapien og er ekstra opmærksom på alliancen, siger hun.

Anerkendt forskning på afveje

Et ofte citeret fund i den psykologiske behandlingslitteratur er den såkaldte dodokendelse, som den amerikanske psykolog og forsker Saul Rosenzweig introducerede i 1936. Han beskrev, at alle psykoterapeutiske metoder er lige effektive, så længe den terapeutiske alliance er på plads.

– Med få undtagelser er det rigtigt, at alle terapier klarer sig godt, men det er en vigtig pointe, at dodokendelsen tager udgangspunkt i, at metoderne anvendes i deres bedste udgave. Altså at de bliver brugt som tiltænkt og under supervision. Men dodokendelsen har i nogen udstrækning fået et liv, som den ikke selv peger på, hvor den bliver et argument for, at man kan blande metoder fra session til session fordi ”det hele alligevel virker lige godt”. Det er ikke en korrekt udledning, fortæller Mia Skytte O'Toole.

Noget af det, hun gerne vil undersøge med sin forskning er, hvilke krav det stiller til den terapeutiske alliance, hvis man arbejder eklektisk.

– Jeg tror, man skal være ekstra opmærksom på at psykoedukere og hele tiden sikre, at klienten forstår, hvad der foregår. Det kan være svært at forstå, at man det ene øjeblik skal analysere sine tanker, og det næste skal man forholde sig passivt til dem, men der kan være gode grunde til at trække på begge metoder. Det kræver, at man lærer klienten at se forskel på, hvornår det ene er bedre end det andet og hele tiden sikrer, at de kan være i den kompleksitet, siger hun.

Potentielt eklektisk potentiale

Selvom Mia Skytte O'Toole forholder sig kritisk til eklektisk terapi, er hun ikke afvisende over for, at den kan rumme store potentialer. Som sagt arbejder hun selv eklektisk og kan godt forstå, arbejdsformen er så udbredt.

– Jeg ser mange potentialer i at arbejde med eklektisk behandling. Man giver klienterne mulighed for at se tingene fra flere perspektiver og giver dem et større ordforråd, når man *framer* tingene på forskellige måder med udgangspunkt i forskellige forklaringsrammer. Men vi har brug for at vide meget mere om, hvordan vi helt nøjagtigt skal gøre det. Hvor kan vi med god effekt gå hen, og hvor vil det være uhensigtsmæssigt at gå hen i terapirummet. Det ved vi reelt ikke noget om nu, siger hun.

Hendes forskning beskæftiger sig med de retninger, der ligger inden for paraplyen af kognitiv terapi. Et af formålene er at finde ud af, hvilke komponenter der passer sammen og i hvilken rækkefølge, så man kan begynde at udvikle nogle guidelines eller principper for eklektisk terapi.

– Vi skylder både os selv som fagpersoner og ikke mindst vores klienter, at der er et solidt teoretisk og empirisk grundlag for det, vi gør. Præcis som der er, når vi arbejder mere ”rent” med de forskellige metoder. Man taler i øjeblikket om, at psykoterapi har potentiale for stor virkning men desværre også bivirkninger. Den samtale er vigtig, og her skylder vi at undersøge de potentielle risici og gevinster, der er ved eklektisk terapi, siger hun.

Der er forskellige måder at arbejde eklektisk på. Grundlæggende handler det om, at man bruger elementer fra forskellige metoder. Det kan enten være fra helt forskellige terapiretninger eller inden for den samme, hvor man eksempelvis tager udgangspunkt i klassisk kognitiv adfærdsterapi og blander den med elementer fra metakognitiv terapi. Nogen arbejder eklektisk fra minut til minut, andre fra session til session.

Mens vi venter på mere forskning

I forbindelse med sin forskning har Mia Skytte O'Toole set nogle behandlingsprogrammer, der nærmest bugner med elementer fra forskellige psykologiske retninger. Det gælder særligt i udlandet. Hun ser det som en slags eklektisk begejstring, hvor man formoder, at to plus to giver fem, hvis man tager det bedste fra alle hylder. Selv i den udstrækning, at man har dokumenteret en overordnet effekt af et eklektisk terapiprogram, kommer forskningen til kort. Den er nemlig lavet på en måde, hvor man hverken kan udlede positive eller negative effekter af de enkelte komponenter eller kan udsige noget om rækkefølgen. Mia Skytte O'Tooles formodning er, at terapi ikke nødvendigvis bliver bedre af, at man tilføjer flere komponenter fra andre retninger. Heller ikke selvom det måske umiddelbart ser fornuftigt ud på papiret.

Der kommer til at gå nogle år, før det bliver muligt at bygge sin eklektiske terapi på videnskabelige undersøgelser. Indtil da håber forskeren, at psykologstanden samlet set vil bruge hinanden til at få øje på de risici, der kan være forbundet med at blande flere metoder sammen.

– Jeg synes, vi skal love hinanden at gå kritisk til det, indtil vi har noget reel videnskabelig dokumentation. Lige nu arbejder vi eklektisk ud fra en præmis om, at det værste, der kan ske, er, at behandlingen ikke har nogen mereeffekt. Men vi har ikke undersøgt det, og jeg er ikke sikker på, det er rigtigt, siger hun. •

Mia Skytte O'Toole vejleder i øjeblikket to ph.d.-projekter, der undersøger virkningen af eklektisk terapi. Formålet er at få et bedre videnskabeligt grundlag for at blande metoder og blive klogere på, hvornår en kombination kan give en positiv effekt, og hvornår det kan være direkte skadeligt for klienten. Hun efterlyser en bredere samtale om arbejdsmetoden, indtil der er et større videnskabeligt grundlag at basere behandlingen på.

MIA SKYTTE O'TOOLE

F. 1984

- Uddannet cand.psych og ph.d
- Professor på Psykologisk Institut ved Aarhus Universitet
- Har udgivet en lang række forskningsartikler inden for kognitiv adfærdsterapi
- Forfatter til bogen "Følelsernes kompas", udgivet på Lindhardt og Ringhof.

Dodokendelsen har fået navn efter en væddeløbsscene i Alice i Eventyrland, hvor deltagerne skal løbe rundt om en sø, indtil deres tøj er tørt. Da vandet er fordampet, viser det sig, at ingen har styr på, hvem der løb længst og dermed vandt løbet. Til sidst tager en dodofugl ordet og konstaterer, at eftersom alle har fået tørret deres tøj, har alle vundet.



SPECIALE

Arbejdsrelateret vold – et speciale om voldens konsekvenser og kontekst

Det vrimler med interessante specialeopgaver på psykologistudiet. Her skriver Rikke Sørensen, cand.psych., om sit speciale med titlen *Mellem arbejdsrelateret vold og traumatisering*. Specialet blev afleveret d. 31. maj 2022 ved Københavns Universitet.

Specialet er et casestudie blandt medarbejdere i psykiatrien, der søger at beskrive de mere kvalitative aspekter af sammenhængen mellem udsættelse for vold i jobbet og risikoen for traumatisering.

De ansattes erfaringer på arbejdspladsen blev belyst neuropsykologisk og traumeteoretisk med inddragelse af arbejds konteksten. Intentionen var at undersøge udviklingsprocesser, der medierer mellem udsættelse for vold og traumatisering.

Overordnet peger jeg på udfordringer i den nuværende forståelse af traumatisering i arbejdssammenhæng. Den bidrager bl.a. til individualisering af de problemer, som medarbejdere oplever i kølvandet på arbejdsrelateret voldsudsættelse, og til at vi overser vigtige forebyggelsesmuligheder.

Mit egentlige ærinde er at producere viden, som kan bidrage til nye perspektiver på forebyggelsen i miljøer med arbejdsrelateret vold.

Traumeforståelsen har konsekvenser

PTSD kan anerkendes som arbejdsskade, hvis man udsættes for traumatiske begivenheder på arbejdet, der er af "en exceptionelt truende eller katastrofeagtig natur" (Arbejdsmarkedets Erhvervssikring). Det er vægtningen af belastningen, der er centralt i arbejds-skadesager, og arbejdspladstraumet adskiller sig ved at være kumulativt. Denne manglende sammenhæng og snævre forståelse udfordrer i erstatningssager, hvor medarbejdere kan have symptomer, men ikke leve op til kriterierne for erstatning.

På arbejdspladser, hvor der er voldsrisiko, kan kulturen og dens medlemmer påvirkes af slitagen over tid. Er der ikke en traumeforståelse, som bidrager til at navigere i påvirkningerne, kan slitagen blive en del af, hvordan man i dagligdagen håndterer voldsepisoder. Dette kan have konsekvenser for, hvordan hændelser håndteres og efterbearbejdes – og dermed for både kvaliteten i arbejdet og medarbejdernes trivsel.

Centrale fund i analyserne

De følgende tre afsnit er uddrag fra specialets analyser; det er eksempler på elementer i traumatiseringsprocessen. Hvert afsnit refererer til en af de tre yderste cirkler i Traumetrianglen, der er en model for spillet mellem traumeeksponering og kontekstens betydning for udvikling af traumatisering.

Nedbrydning af modstandskraft

I forsøget på at håndtere følelser i patientkontakten kan medarbejderne udfordres af både patientens følelser og reaktioner og deres egne følelser, som de forsøger at rumme og skjule, fordi de ikke er fagligt passende. Medarbejderne føler sig utilstrækkelige, når de oplever devaluering fra patienterne, eller når følelser som irritation eller vrede rettet mod patienten opstår, og dette påvirker deres faglige selvbillende. Når de søger at skjule følelserne, kan den følelsesmæssige spænding øges, og de oplever, at kollegaer smitter hinanden med deres arousal. Spændings tilstand kan nedbryde personalets modstandsdygtighed og påvirke deres evne til hensigtsmæssig bearbejdning af voldsepisoder.

Episoder med vold kan ramme igen – reviktimisering

Medarbejderne kan blive involveret i nye episoder med vold og trusler, hvilket udgør den kumulative effekt. Derudover kan de blive indirekte ramt af hændelser, når de skal indberette dem. De kan blive opmærksomme på dele af egen ageren i situationen, fx at de ikke har anvendt de metoder, de er blevet instrueret i.

En mere subtil måde, hvorpå medarbejdere kan blive "dobbelt ramt", er i tolkningen af de neuropsykologiske reaktioner, som de selv oplever relateret til hændelser. Fx tolker medarbejderne reaktionerne som udtryk for, at de ikke kan holde deres personlige følelser tilbage, og at disse flyder ind i deres professionalisme. Så selvom reaktionerne er naturlige og stammer fra arbejdets krav, kan de ikke tolkes ind i det professionelle. Det får medarbejderne til at skjule reaktionerne, der – mens de ikke får ord – kan ramme både det faglige selvværd og kulturen.

Den autonome proces, der kaldes neuroception, er en del af den sansning, der scanner nye situationer og forbinder dem med tidligere erfaringer. Begrebet peger på, at medarbejdere, der står over for vold og trusler udover at forholde sig til den aktuelle situation, også kan komme i kontakt med tidligere hændelser. Processerne foregår uden for medarbejdernes bevidsthed, og der er eksempler på, at situationer, som minder om tidligere hændelser, kan få medarbejderne til gå hurtigt frem og springe deeskalations-metoder over. Det øger risikoen for, at hændelser eskaleres, og at tvang anvendes tidligere. Den måde, de ansatte her rammes på, er en



Rikke Sørensen
F. 1974
• Cand.scient.soc.
• Cand.psych. i 2022 og ved at blive autoriseret psykolog
• Selvstændig og arbejder i en deltidsstilling i Institut for Belastningspsykologi

påvirkning, der over tid kan ændre neuroceptionen, så situationer vurderes mere truende. Med andre ord kan opfattelsen af, hvad der er belastende, ændres med erfaring samtidig med, at denne risiko ikke er kendt af medarbejdere og organisation.

Den vedvarende sikkerhed er truet og vedvarende traumeeksponering

Som beskrevet ovenfor oplever medarbejderne, at den vedvarende sikkerhed er truet, hvilket kan skyldes både traumatisk belastning og faktisk risiko. Det er centralt at forstå, at arbejdspladstraumer i psykiatrien ikke er fortid, men fortløbende forekommer.

Reaktioner kan forstås i lyset af traumatisk belastning jf. neuroception, men usikkerhed er også til tider begrundet i en faktisk risiko for nye hændelser, der i værste fald øger risikoen for hændelser og traumatisering.

Traumetrianglen – en udvidet ramme for forståelse af traumatisering og traumekontekst

Traumetrianglen illustrerer spillet mellem traumeeksponering, nedbrydning af modstandskraft og reviktimisering. Med modellen ønsker jeg at bidrage til, at vi stiller nye spørgsmål til ledere, arbejdsmiljøorganisationer og myndigheder, der beskæftiger sig med miljøer, hvor der er voldsrisiko.

Mange aktører kan bidrage til at nytænke den måde, vi arbejder med forebyggelse af traumatisering på arbejdspladsen. Det er vigtigt, at der sættes ind med psykoedukative indsatser og undersøgelse af de organisatoriske praksisser, så traumatisering i højere grad kan forebygges.

Q&A

Af Jannie Iwankow Søgaard, journalist

Hvordan fik du idéen til dit speciale?

Gennem mit arbejde som myndighed på arbejdsmiljøområdet over en årrække (på baggrund af tidligere uddannelse red.), hvor jeg undersøgte mange

voldsulykker på psykiatriske arbejdspladser. Her så jeg ansatte reagere stærkere end forventet og blive sygemeldte efter episoder, som var mindre voldsomme. Jeg har i gruppesamtaler erfaret, at ansatte kan opleve de samme hændelser meget forskelligt og føle sig truet i forskellig grad. Jeg har set ansatte reagere på måder, hvor de skilte sig ud fra gruppen og blev taget mindre alvorligt, fordi de reagerede stærkere. I de år bevidnede jeg, at ansatte i psykiatrien belastes på måder, som umiddelbart var svære at forstå. Der var et *missing link* mellem vold, trusler og traumer, fordi hændelserne sjældent var voldsomme nok til at opfylde kriteriet for at være traumatiserende. Da jeg begyndte på psykologistudiet, tog jeg den viden og de erfaringer med mig og fandt det relevant at se nærmere på i mit speciale.

Hvad fandt du frem til i dit speciale?

Jeg fandt flere forhold, som kunne bidrage til en øget forståelse af, hvordan vold kan traumatisere kumulativt. Overordnet var det ikke kun selve traumet, som har betydning, men også den følelsesmæssige udmattelse, som de ansatte kan opleve forud for en hændelse, ligesom håndteringen efterfølgende kan ramme den ansatte. Bl.a. viste det sig gennem interviews med mine casepersoner, at de opfattede det som noget negativt, når de havde været ude for en voldelig hændelse og efterfølgende oplevede at få følelsesmæssige reaktioner herpå. De så reaktionerne som nogle, der stammede fra deres egen person, og ikke som nogle der faktisk opstod gennem deres arbejdsopgaver. Det fik dem til at skamme sig og blive usikre på deres egen faglighed og på, om de kunne klare jobbet.

Hvad har overrasket dig mest under din specialeskrivning?

Det overraskede mig meget, hvor meget de ansatte vender indad og holder for sig selv, når de er påvirkede af en voldelig episode. Det overraskede mig også, hvor meget faktorer rundt om voldsepisoden har betydning for, om de ansatte bliver påvirket. Her er et uudnyttet potentiale for forebyggelse.

Hvad drømmer du om fagligt?

Jeg drømmer om fortsat at bidrage til forebyggelsen af belastninger og traumatisering på arbejdspladser, hvor mennesker hjælper mennesker. Jeg ønsker at se på praksisser og processer mellem individ og organisation. Psykologuddannelsen har åbnet muligheden for i højere grad at fokusere på de ansatte, som er blevet belastet af arbejdet. Aktuelt arbejder jeg med en ansøgning til Arbejdsmiljøforskningsfonden med det formål at undersøge udvalgte perspektiver fra specialet yderligere. I denne proces samarbejder jeg med en forsker fra arbejdsmedicinsk klinik. •

Forældre i højkonflikt efter skilsmisse – er konflikten problemet?

Formålet med fagkronikken er at illustrere og dele de overvejelser, vi gør os i arbejdet med forældre i højkonflikt efter skilsmisse. Vi ønsker at dele en model for processen og nogle af de erfaringer, vi har gjort os undervejs.

Af Gry Blædel, cand.psych. aut. og specialist i klinisk psykologi/psykoterapi og Ann-Dorte Haubroe Löwe Friese, pædagog og familiekonsulent

For de fleste forældrepar begynder familiendannelsen med en masse drømme og forhåbninger for familielivet, men for omtrent 40 % af disse forældre brister drømmen (Danmarks Statistik, 2022), og for mellem 5 og 25 % af forældrene udvikler skilsmissen sig til det, der flere steder betegnes som højkonflikt skilsmisse (Cipric et al., 2022).

Samtidig ved vi, at konfliktniveauet mellem fraskilte forældre er en af de faktorer, der påvirker børns trivsel og udvikling mest i negativ grad, fx i form af vrede, selvbeprejdelser, social tilbagetrækning, manglende koncentration, faglige udfordringer, angst og depression (Asen og Morris, 2020). Vi oplever en stigende bevågenhed omkring denne gruppe både politisk og fagligt, da de optager mange ressourcer.

I Familieindsatsen får vi familierne henvist fra socialrådgivere med beskrivelser af forældrenes gensidige bebrejdelser og deres børns voksende mistrivsel. Familierne har ofte verserende sager i Familieretshuset og Familieretten, anklager

hinanden for psykisk vold og er dybt uenige om tilgangen til og forståelsen af børnenes behov.

Som individuelt arbejdende familiebehandlere kom vi tit til kort i disse komplekse sager. Vi oplevede hver især, at forældrene kæmpede for at overbevise os som behandlere om rigtigheden af deres perspektiv, og at vi blev spændt bag forældrenes retslige dagsorden snarere end at hjælpe dem til at hæve sig over den, så der blev skabt udsyn til børnenes perspektiv.

Vi blev klar over, at vi havde brug for en metode, et system, vi kunne læne os ind i. Metoden skulle både rumme en viden om de mentale processer, der er på spil i disse familier, de psykologiske konsekvenser for børnene, og tilbyde en praktisk farbar vej i et meget ufremkommeligt terræn.

For os blev det metoden Family Ties; den rammer langt fra altid rigtigt, men skaber ro og sikkerhed for os som fagpersoner.

Family Ties-modellen

Family Ties-metoden er blevet udviklet over de seneste 20 år, bl.a. af Eia Asen, der er psykiater og professor på University College London, og Emma Morris som

er psykolog og specialist i traumer og børnemishandling.

Tilbuddet involverer børn, deres forældre og eventuelt nærmeste netværk, fx nye partnere eller bedsteforældre. Fokus er på, hvad der er i børnenes bedste interesse, og hvordan der bedst bliver overensstemmelse mellem den enkelte forælders ressourcer og barnets psykosociale funktionsniveau og udviklingsmæssige behov.

Det teoretiske afsæt er primært systemisk terapi, tilknytningsteori og mentaliseringsbaserede koncepter. Metoden fokuserer på nutid og fremtid ved, at behandlerne aktivt blokerer tilbagefald til fortiden og bebrejdelser af den anden forælder. Fokus for indsatsen er på de forandringer, du selv som forælder kan lave, og ikke på hvad du ønsker forandret hos den anden forælder.

Family Ties-modellens postulat er, at det er processen, hvor barnet bliver trukket ind i forældrenes konflikt, der danner baggrund for de særlige relationer, man finder i skilsmisefamilier i højkonflikt, og som hyppigt fører til, at barnet danner en problematisk alliance med den ene forælder imod den anden. Asen og Morris kalder denne proces for *trianglering*. Det

overordnede formål med forløbet bliver derfor en *de-triangulering* af barnet fra forældrenes indbyrdes konflikter (Ibid.).

Forløbet begynder med individuelle samtaler med hver forælder. Her hører vi til deres fælles historie med den tidligere partner og deres egne erfaringer med tilknytning og relationer. Det er også her, at man har mulighed for at lufte alle sine frustrationer over den anden forælder – det, Eia Asen kalder *the vomiting session*.

De individuelle samtaler leder frem til fælles samtaler med forældrene. Det er ikke muligt at give disse samme terapeutiske karakter, da det bliver for utrygt i en sammenhæng med verserende sager. Fokus er at skabe en fælles dagsorden for arbejdet, primært bestemt af forældrene.

Når den fælles dagsorden er etableret, prioriterer forældrene i den, og vi arbejder derefter med punkterne. Vores særlige opmærksomhed er på de områder i "samarbejdet", hvor uenigheder og misforståelser har gode vilkår for at trænge igennem og skabe øget konflikt. Det sker især, hvor der er usikkerhed omkring aftaler, og hvor konfliktniveauet spænder ben for at skabe klare aftaler. Vi omtaler dette som "sprækker" og undersøger sammen med forældrene, hvor de sprækker særligt opstår, og hvilke aftaler der skal til for at lukke dem. Aftaler journaliseres, så de kan bruges som dokumentation, hvis der igen opstår uenighed om et punkt.

Vi har fokus på, hvordan den enkelte forælder kan føle sig i sikkerhed i det fælles rum. Det kan være ved at tale om placering i lokalet eller booking af ekstra lokale, hvis der er brug for at kunne trække sig. I samtalen taler forældrene til os, ikke til hinanden, vi sikrer os korte indlæg, da det, den anden siger, typisk vil være meget vanskeligt at lytte til, og vi har mandat

"Vi er i forløbet blevet mere opmærksomme på at inddrage børnene i højere grad, hvilket også understøttes af Barnets lov. Børn sidder inde med meget vigtig viden om eget liv, og deres stemme skal inddrages så vidt muligt – også for at kvalificere indsatsen med forældrene."

til at afbryde, hvis rammen ikke overholdes. Hos forældre, hvor kommunikationen bliver meget voldsom, tilbyder vi, at de i en periode udelukkende kommunikerer gennem mails, hvor vi er cc. Det har både et undersøgende og regulerende formål.

Vi er i forløbet blevet mere opmærksomme på at inddrage børnene i højere grad, hvilket også understøttes af Barnets lov. Børn sidder inde med meget vigtig viden om eget liv, og deres stemme skal inddrages så vidt muligt – også for at kvalificere indsatsen med forældrene. Vi har derfor samtale med barnet/børnene hos hver forælder og alene. Her spørger vi ind til, hvad barnet er optaget af i sine to familier; hvad det sætter pris på, er mindre glad for, og hvad der kunne være vigtigt for barnet, at de voksne blev bedre til.

Det er afgørende for os at være to på sagerne. Det sikrer mentalisering hos os som behandlere og fungerer som en buffer i forhold til vores nervesystem, da konfliktniveauet hos forældrene også belaster os. For at sikre tid og rum til dette mødes vi til sparring hver uge. Vi har fælles supervision på såvel organiseringen af forløbet som sagerne.

Da disse sager er både mentalt og tidsmæssigt krævende både for behandlerne og familierne, har vi sat en ramme på max tre aktive sager ad gangen, og vi sætter et halvt år af til hver sag.

Succeskriteriet

Når sagerne henvises til os, er det tit med formuleringer som *forældrene skal lære at samarbejde* eller *stoppe deres konflikter*. Dette er ofte også forældrenes eget ønske, og der er tit en stor sorg og skam hos forældrene over, at de ikke formår at bevare det gode forældreskab – for børnenes skyld.

Vi oplever sjældent, at det lykkes fuldstændigt. Konflikterne er der af en grund, og forestillingen om "det gode samarbejde" kan blokere for at få den nødvendige afstand til hinanden, som kan mindske konfrontationerne.

Vores mål er snarere at støtte forældrene i at blive "rigtigt skilt". At bruge energi og kræfter på eget familieliv – at blive forælder i egen ret. Ved verserende sager i Familieretshuset forsøger vi at få mandat til at samarbejde med Familieretshuset eller bidrage med vores faglige beskrivelser, da vi tit får et meget indgående kendskab til familiernes ressourcer og udfordringer.

Vi oplever som regel at lykkes med at skabe øget bevidsthed om triangulerings betydning for børn, og selvom ikke alle "sprækker" lukkes, er langt færre helt åbne. I de forløb, hvor vi ikke lykkes med at mindske trianguleringen af barnet, bliver succeskriteriet i stedet at lave en skriftlig vurdering i håb om, at den kan bidrage til at kvalificere beslutninger i andet regi.

Når man som fagperson bevæger sig i så komplekst et felt, må man forlige sig med, at dette indimellem var det, der var muligt. •

REFERENCER

Eia Asen og Emma Morris, "High-conflict Parenting Post separation", Routledge, 2020.

Kursus: Forældre i højkonflikt efter skilsmisse "The Making and Breaking of Family Ties" v/ Eia Asen og Emma Morris, udbudt af Nordic Interventions.

Cipric et al., 2022

Danmarks Statistik, 2022



Lån & Spar Bank A/S, Højborg Plads 9-11, 1200 København K, Cvrnr: 13 53 85 30.

Når du finder den rigtige, er du ikke i tvivl

Er du i tvivl om du har den rigtige bank? Det er vores kunder ikke. For tredje år i træk vinder Lån & Spar prisen for at have de mest loyale bankkunder i Danmark. Faktisk ville 86 pct. af vores kunder genvælge Lån & Spar, hvis de skulle vælge bank i dag. Det viser en uafhængig undersøgelse fra konsulenthuset Loyalty Group.

Er du medlem af Dansk Psykolog Forening – men ikke kunde i Lån & Spar?

I så fald går du glip af en række fordele, du som medlem har adgang til. Som MedlemsKunde får du Danmarks højeste rente på din lønkonto, og du får en rådgiver med ekspertise i de forhold, der gælder for netop medlemmer af Dansk Psykolog Forening. Hvorfor får du disse fordele? Fordi Dansk Psykolog Forening er medejer af Lån & Spar og ønsker at give sine medlemmer de bedst mulige vilkår – også i banken.

Udnyt de fordele, der følger med dit medlemskab af Dansk Psykolog Forening – bliv MedlemsKunde i dag.

Gå ind på lsb.dk/dp eller ring 3378 1909



Kilde: Loyalty Groups Brancheindex Bank 2023



Lån & Spar

SPECIALISTUDDANNELSE PROCESBASERET KOGNITIV TERAPI

90 timers undervisning / 60 timers supervision

Undervisere: Psykologerne Mikkel Arendt; Jacob Piet; Ole Taggaard Nielsen; Silje Westerheim; Hjalti Jónsson; Karsten Abel og Monica Trærup.

Læs mere: KognitivUdvikling.dk
Er godkendt til specialistuddannelser (voksen)

ACT - 30 TIMER

Undervisere: Karsten Abel og Monica Trærup.

Læs mere: KognitivUdvikling.dk
Er godkendt til specialistuddannelser (voksen)

PERSONLIGT UDVIKLINGSARBEJDE

Læs mere: KognitivUdvikling.dk
Godkendes til alle specialistuddannelser

Psykolog - specialist og supervisor
MONICA TRÆRUP
Kognitiv Uddannelse & supervision

KURSUS | FOREDRAG | EFTERUDDANNELSE

Bliv opdateret med den nyeste viden

	Omfang	Start
Exners Rorschach System (CS-Revised) 3	2 dage	20/06
Supervision af andre faggrupper	2 dage	22/08
Psykoteraapeutisk behandling	2 dage	29/08
Generelle terapeutfærdigheder	2 dage	29/08
Exners Rorschach System (CS-Revised) 1	3 dage	12/09
TAT - I nyt perspektiv	3 dage	08/10
Exners Rorschach System (CS-Revised) 2	5 dage	10/10
Psilocybin: Et paradigmeskifte i behandling af depression	1 dag	28/10
Mentalisering - Teori og praksis	3 dage	06/11
WAIS-IV - Assessment af intelligens	2 dage	11/11
Assessment	8 dage	21/11
Exners Rorschach System (CS-Revised) 3	2 dage	18/12
Personlighedsforstyrrelser og personlighedsteori	3 dage	15/01

Folkeuniversitetet
i Aalborg

www.fuaalborg.dk

Kroppen i relation og traume

– en Manuvision efteruddannelse for psykologer, psykoterapeuter og andre faggrupper der arbejder i det terapeutiske rum.

På baggrund af den nye evidens af Manuvision kropsterapi åbner det første hold i relations og traume terapi via kroppen.

Uddannelsen henvender sig til terapeuter der gerne vil udvide deres praksis med den kropslige tilgang.

Uddannelsen er erfaringsbaseret og funderet i 30 års kropsterapeutisk virke og vores indsigt i den neurologiske forskning, der belyser det forsvar der styrer vores ståsted i verden.

Undervisningen foregår onsdage og torsdage, 12 gange, i alt 24 dage, i løbet af 12 måneder.

Studiestart: Oktober 2024

Max antal deltagere: 16

Infomøde: Manuvisionhuset Frederiksberg d. 12. juni kl. 17.30

Tilmelding: info@manuvision.dk

Læs mere: manuvision.dk/kroppen-i-relation-og-traume

MANU:VISION



Suzette A. Boon PhD Trauma Related Dissociation - Assessment & Treatment

Suzette A. Boon, PhD og klinisk psykolog

Medstifter og præsident for European Society for Trauma and Dissociation (ESTD) og specialiseret i diagnosticering og behandling af komplekse dissociative lidelser

Kroniske dissociative lidelser (især DID, OSDD og depersonaliseringsforstyrrelser) er komplekse posttraumatiske lidelser, som kan være vanskelige at diagnosticere. Dette skyldes dels forskelle i måden at definere dissociation på, dels at patienterne ikke fremtræder med dissociative symptomer, men snarere har en tendens til at skjule eller dissimulere symptomerne, og fremtræde med samtidige andre psykiske lidelser.

Klinikere modtager derudover ofte ikke systematisk undervisning vedrørende diagnosticering og behandling af dissociative lidelser, hvorfor patienter med dissociativ symptomatologi risikerer at blive underdiagnosticeret og tilbringe lang tid i behandlingssystemet, uden at blive behandlet for det, der er deres kerneproblematik.

Suzette Boon vil på dette seminar indledningsvis give en introduktion til i de forskellige teoretiske begreber vedrørende dissociation, og diskutere symptomklyngerne i ICD-11 og DSM-5 vedrørende de dissociative lidelser. Kliniske vignetter og DVD-klip vil blive brugt som illustrationer. Om eftermiddagen vil Suzette Boon fokusere på behandling af

Tid og sted:

Fredag den 4. oktober 2024, Kl. 8:50-16:30 på Radisson Blu Scandinavia Hotel, København. Morgenmad & registrering fra kl 7:30. Efter seminaret kl. 16.30 vil der være vinreception og bogsigering.

Registrering:

- DKK 1190,00: Medlemmer af Dansk Psykoterapeutisk Selskab for Psykologer
- DKK 1890,00: Andre medlemmer af Dansk Psykolog Forening

dissociative lidelser ud fra en faseorienteret behandlingsmodel. Modellen er bredt funderet og den mest succesfulde behandlingsmetode til patienter med komplekse dissociative lidelser. Modellen består af tre behandlingsstadier (1) Stabilisering og symptomreduktion (2) Behandling af traumatiske erindringer og (3) Integration og realisering.

Seminariet vil fokusere på følgende spørgsmål: Hvad skal stabiliseres før beslutning om at påbegynde traumearbejde og hvordan gøres dette? Hvad er de største faldgruber i behandlingsprocessen? Hvordan afgør man, om en patient er stabil nok til at starte traumearbejde? Og endelig hvordan hjælper man lavt fungerende patienter, som ikke har styrken eller det psykiske potentiale for at udføre traumearbejde.

Suzette A. Boon PhD er en klinisk psykolog, træner og supervisor for det hollandske selskab for familierapi og det hollandske selskab for hypnose, specialiseret i diagnosticering og behandling af komplekse dissociative lidelser. Hun har været forsker ved Det Frie Universitet i Amsterdam, og valideret den hollandske version af Structured Clinical Interview for DSM-IV Dissociative Disorders (SCID-D). Har derudover udgivet adskillige bøger og artikler om diagnose og behandling af dissociative lidelser.

Suzette Boon har desuden udviklet en færdighedstræningsmanual til patienter med kompleks dissociativ lidelse, som er udgivet på flere sprog, og har udviklet Trauma and Dissociation Symptoms Diagnostic Interview TADS-I (2022) til vurdering af kroniske traume-relaterede lidelser, især dissociative lidelser.

- DKK 690,00: Studentermedlemmer af Dansk Psykolog Forening
- DKK 3090,00: Andre akademikere og professionelle

Tilmelding inden 30. august 2024 på www.dpsp.dk. Deltagergebyr inkluderer forplejning hele dagen. Hurtig tilmelding anbefales for at sikre sig plads. Årskontingent kr. 150. EAN-fakturering er ikke muligt.

Merit:

Forventet godkendt med 6 timer i specialistuddannelser.

Arrangør: DPSP v/ Mette Vinum
& Klaus Pedersen



BLIV GRUPPELEDER I GIGTFORENINGEN – og gør en forskel for pårørende

Som frivillig gruppeleder er du med til at skabe et trygt rum, hvor pårørende til mennesker med gig kan dele deres tanker og personlige erfaringer.

Rollen som frivillig gruppeleder er en unik mulighed for at bringe din faglighed i spil på nye måder, og vi støtter dig hele vejen med sparring og supervision.

Læs mere: www.gigtforeningen.dk/paaroerende



Kontakt: Projektleder Kira Gilling Hansen
KGHansen@gigtforeningen.dk
Tlf. 31102358

Gigtforeningen

Med støtte fra
TrykFonden

Ansøgningsfrist: 30. maj 2024

I PsykologCentret får vi fortsat nye spændende opgaver ind ad døren – derfor søger vi autoriserede Psykolog-kollegaer til vores fællesskab

PsykologCentret – er en landsdækkende privat virksomhed med kontorer i Viborg og Skive. Med 20 år bag sig, har PsykologCentret et solidt underlag og med høj faglig kvalitet løser vi opgaver indenfor en lang række områder som terapi, supervision, kursusvirksomhed, psykologiske undersøgelser, konsulentopgaver, organisationsopgaver, projektarbejde og så er vi VISO-leverandører for Socialstyrelsen på både børne og voksenområdet. Vores teoretiske tilgang er KRAP Kognitiv, Ressourcefokuseret, og Anerkendende Praksis, som er udviklet i PsykologCentret og vores tilgang tager afsæt i metoderne, beskrevet i vores KRAP-bøger, som er det grundlag, vi også laver vores kursusvirksomhed på. Læs mere om os på vores hjemmeside www.KRAP.com

Vi er en større organisation som har flere faggrupper udover psykologer repræsenteret. Vi har nu brug for nye psykolog-kollegaer for at kunne følge med efterspørgslen, og skabe plads også til vores mange udviklingsprojekter. Vi søger profiler med interesse og kompetencer til en eller flere af disse delområder:

- Terapi på vores kontorer i Viborg og Skive, børn, unge og voksne
- Særlig viden ift. at indgå i løsning af spændende VISO-opgaver på en eller flere af fagområderne (på voksenområdet- autisme, ADHD, Udviklingshæmning, psykiske lidelser og misbrug og på børnesager autisme og ADHD)
- Udredningsopgaver
- Supervision af forskellige faggrupper, typisk pædagoger, lærere og myndighedspersoner
- indgå som underviser i vores undervisningsteam

Herudover kan der være mange andre typer opgaver alt efter hvilke kompetencer du som vores nye kollega har.

Egen bil og kørekort vil være en forudsætning for at kunne bestride stillingen,

da der forekommer kørsel i flere opgavetyper.

Som ansat i PsykologCentret vil du få mulighed for at udvikle din psykologfaglige praksis, og du vil modtage supervision og blive oplært i vores metoder, samt få intern special-uddannelse i de evidensbaserede KRAP metoder og en KRAP-supervisoruddannelse.

Løn i henhold til kvalifikationer.

Hvis noget af ovenstående lyder interessant, og du har lyst til at være en del af vores spændende arbejdsplads, så kontakt Drift og HR- Direktør Birgitte Davidsen på 5151 3121, eller send ansøgning på e-mail til birgitte@krap.com hurtigst mulig.

Seneste ansøgningsfrist er **mandag d. 27. maj 2024**



ENEUDBYDER AF DE EVIDENSBASEREDE METODER

Kurser arrangeret af Psykologfagligt Selskab for Klinisk Hypnose

Psykoterapi og Spiritualitet - Introduktion

Mange psykologer har klienter i terapi, hvor klientens spirituelle forståelse af deres situation kan være relevant for, hvordan vi arbejder med mål, metoder og alliance. Denne workshop henvender sig til psykologer, der ønsker at uddybe deres forståelse af spirituelle koncepter og processer med relevans for psykoterapi

Workshoppen ledes af Frank Lorentzen, som gennem et langt liv har interesseret sig for spiritualitet, jungiansk psykoterapi, symbolsprog, drømme, meditation, healing mm

TIDSPUNKT:

Lørdag-søndag den 1. og 2. juni

ADRESSE:

Nordre Frihavnsgade 17, gården, Østerbro fra kl. 10 til 15.

Tilmelding til: pskh@dp-decentral.dk

Skam som en Kropslige Klang i os

Når vi er små, og de der skal være større, stærkere, klogere og mere kærlige end os, ikke kan finde ud af at være det i deres mærken efter at afstemme sig med os, bliver vi udsatte, sårbare og overskredet i vores grænser. Og vores biologi knokler og prøver at følge med.

Som beskyttelse drejer og vrider vores skelet og kropsvæv sig, forbindelsen til vores organer forandres, blodomløbet påvirkes kraftigt, områder smertedækkes i (opiat)kollaps eller bliver smertefuldt opspændt, og vi er i øget risiko for at blive helt alene derinde med presset og de tilstande, der nu er i gang med at isolere sig væk fra kontakt.

Hvad gør så dybe, kraftfulde tilstande ved os, også som fagpersoner, når vi inviterer ind i kropstilstande? Hvordan mærker vi det selv i vores krop, og hvordan gør vi med de tilstande?

Underviser: Ulla Rung Weeke

Tidspunkt: 31/10 2024 og 1/11

Tilmelding: www.klinisk-hypnose.org

EGO STATES THERAPY IN ACTION

Join us for a comprehensive three-day workshop on Ego State Therapy, where you'll delve into the interconnected realms of trauma, dissociation, and ego states. Led by Dr. Hartman, this workshop aims to achieve the following educational objectives:

Gain insights into the neuro-physiological basis of trauma, dissociation, and ego states, and explore their interconnectedness with hypnosis. Learn effective ego strengthening techniques, emphasizing safety, stabilization, and grounding with a focus on utilizing body resources.

After this training you will enhance your therapeutic toolkit and contribute to your clients' journey towards healing and wholeness.

Date: 18th - 20th of September 2024

Time: 10-17 (day 1), 9-16 (day 2 & 3)

Registration: www.klinisk-hypnose.org

Erickson inspireret hypnose – fokus på metode og baggrundstænkning ved psykolog Grethe Bruun

2 x 2 dage – kurserne kan tages hver for sig

I: kursus 26.-27. oktober 2024

II: kursus 5.-6. april 2025

Vi vil forsøge at samle tråde fra Ericksonian Hypnoterapi om brug af trance i terapi og integrere dem med dine foretrukne arbejdsmetoder. Arbejde med spontan trance og aktivt bruge tranceinvitationer som en del af terapiprocessen. Hypnoterapi som en analytisk, sansemæssig og kreativ proces.

Info og tilmelding: www.klinisk-hypnose.org

Læs mere om kurser og tilmelding på www.klinisk-hypnose.org

Seniortræf

Lørdag
8. juni 2024



Glæde – et sted i hjernen? Oplæg af Lone Vestergaard Martinus

Lone Vestergaard Martinus holder oplæg om glæde og dens komplekse, kemiske hjerneproces.

Her vil du blive klogere på hvor og hvordan glæden bor i hjernen - for kan vi lokalisere følelsen og hvordan den måske kan påvirkes?

Arrangementet er lørdag fra kl. 10.30 - 13.30.

Det foregår som altid i Dansk Psykolog Forenings lokaler i Stokholmsgade 27 København Ø.

Af hensyn til bestilling af smørrebrød skal tilmelding ske på mitdp.dk. Alternativt kan man skrive en mail til booking@dp.dk, hvor du bedes oplyse hvilket seniortræf du ønsker tilmelding til, navn, medlemsnummer eller telefonisk ved at ringe til tlf.: 25 26 99 55.

Med venlig hilsen

Anette Arnkjær og Irene Ravn Sørensen

Seniortræf

Lørdag
21. september 2024



Fra psykisk stress til dårligt helbred Oplæg af Line Jee Hartmann Rasmussen

Line Jee Hartmann Rasmussen fra Klinisk Forskningsafdeling på Hvidovre Hospital holder oplæg om sammenhængen mellem inflammation i kroppen som følge af traumatiske hændelser og udviklingen af forskellige folkesygdomme.

Arrangementet er lørdag fra kl. 10.30 - 13.30.

Det foregår som altid i Dansk Psykolog Forenings lokaler i Stokholmsgade 27 København Ø.

Af hensyn til bestilling af smørrebrød skal tilmelding ske på mitdp.dk. Alternativt kan man skrive en mail til booking@dp.dk, hvor du bedes oplyse hvilket seniortræf du ønsker tilmelding til, navn, medlemsnummer eller telefonisk ved at ringe til tlf.: 25 26 99 55.

Med venlig hilsen

Anette Arnkjær og Irene Ravn Sørensen

Forestillingsevne og empati hos børn og unge med autisme - Fyraftensmøde

Torsdag d. 19. september 2024 kl. 17.30-19.30 i Dansk Psykolog Forening, Stockholms-gade 27, København Ø, med Børneneuropsykolog Käte From

Oplægget giver en introduktion til, hvordan autismespektrumforstyrrelse ser ud i ICD-11. Der lægges vægt på forståelsen af autisme som en neuro-udviklingsforstyrrelse, en funktionsvariant, der medfører en anderledes udvikling af hjernen (dyskonnektivitet) og en anderledes måde at opleve verden på. Autister adskiller sig derved fra det neurotypiske og har ofte udfordringer med udvikling af forestillingsevne og har en anderledes måde at interagere med andre på.

Der vil i oplægget blive sat fokus på forskellige indsatser og former for støtte til børn og unge, med særlig vægt på at styrke og understøtte udviklingen af forestillingsevne og empati. Oplægget tager udgangspunkt i bøgerne: "Mangelfuld forestillingsevne hos børn og unge med autisme" og "Empati hos børn og unge med autisme", som Käte From har skrevet i samarbejde med neuropsykolog Anne Vibeke Fleischer.

Käte From er psykolog, specialist og supervisor i børneneuropsykologi. Hun har privat praksis på Østerbro og har mange års erfaring med at arbejde med børn og unge – og deres forældre. Desuden underviser hun psykologer på vej til speciallæring eller specialpsykolog samt flere andre faggrupper (pædagoger, lærere). Käte From er forfatter og medforfatter til en lang række bøger for voksne og børn om hjernens udvikling og funktioner hos børn og unge.

Tilmelding: Psykologer og andre faggrupper kan deltage. Det er ikke muligt at deltage i mødet online. Deltagergebyret omfatter bl.a. en sandwich, kaffe, te og vand. Send en mail med dit navn og "Fyraftensmøde" til: autisme@dp-decentral.dk senest tors-dag d. 29. august, og indsæt samtidig deltagergebyret på kontonummer 4012359611 i Lån og Spar Bank, registreringsnummer 0400. Pris: 100 kr. for medlemmer af selskabet, 250 kr. for andre.

Læs mere på www.dp.dk/autisme

Ordinær generalforsamling og årskursus i Selskab for Danske Neuropsykologer

Der indkaldes hermed til:
Generalforsamling i Selskabet
Danske Neuropsykologer

D. 5. september 2024 kl. 16-18

Sted: Storebælt Sinatur, Hotel & Konference
i Nyborg

Generalforsamlingen afholdes i forbindelse
med et 2-dages årskursus fra d. 5.-6.
september på Storebælt Sinatur Hotel &
Konference i Nyborg.

Temaet for årskurset er: "Neuropsykiatri".

Flere detaljer om arrangementet og
tilmelding findes på selskabets
hjemmeside:
www.neuropsykologi.dk

SUPERVISORUDDANNELSE FOR PSYKOLOGER

Udbydes nu i særlig udgave målrettet
psykologer indenfor børne-unge-familie-
området, som ønsker at fordybe sig i
supervisionens mange facetter og dygtiggøre
sig som supervisor.

Få hele uddannelsen bestående af 30 timers
Teori & 20 timers Supervision af Supervision.

(Forhåndsgodkendt af Dansk Psykolog Forening som
supervisoruddannelse 19.2.3 og 19.2.4)

v. psykologerne **Benedicte Schilling,**
Anne Engholm Hedegaard og
Jørn Nielsen

For mere information eller tilmelding se
www.psykologaid.dk/kurser eller skriv til Tina Birk Irner
eller Maiken Læssøe på kontakt@psykologaid.dk



Praktisk: Roskilde, november '24-marts '25
Pris: 15.000/28.000 kr.

Medlemsmøde og generalforsamling i Børne- og familiepsykologisk selskab med oplæg ved Komité for Etik

Arrangementet afholdes onsdag den 29/5 2024, kl. 17:00 – 19:00, virtuelt via Zoom.

Program:

- 17:00 – 18:30: Komité fra Etik holder oplæg om brug af de etiske retningslinjer til øget refleksion over praksis med særligt fokus på arbejdet med børn og deres familier.
- 18:30 – 19:00 Generalforsamling

Dagsorden til generalforsamling:

1. Valg af dirigent og referent
2. Godkendelse af dagsorden samt indkaldelsen
3. Fastsættelse af forretningsorden
4. Forkvindens beretning om selskabets virksomhed i det forløbne år
5. Fastlæggelse af revideret regnskab til godkendelse
6. Fastlæggelse af opgaver for det kommende år
7. Behandling af indkomne forslag
8. Fastlæggelse af budget og kontingent
9. Valg af styrelse
10. Eventuelt
11. Den nyvalgte styrelse konstituerer sig

Tilmelding og forslag til dagsorden til bfps@dp-decentral.dk senest den 15/5 2024.

Deltagelse er gratis for selskabets medlemmer.



Leder du efter specialist- eller efteruddannelse i 2025?

- **Specialistuddannelse i psykoterapi**
Godkendt inden for: psykoterapi voksne og børn, klinisk
børnepsykologi, pædagogisk psykologi og sundhedspsykologi
- **Supervisoruddannelse for psykologer**
- **Organisationskonsulent - men hvordan?**
- **Mellem fagspecialist og konsulent**
- **Uddannelse i supervision, vejledning
og sparring**

Tilmeld dig i dag

Vores uddannelser klæder dig på til
at kunne varetage forskelligartede
og komplicerede opgaver. Du vil få et
detaljeret kendskab til det systemiske og
narrative landskab og et bredt repertoire
af greb i terapeutiske og konsultative
kontekster. Vi lægger stor vægt på
at træne, så du får udviklet et solidt
praktisk fundament at stå på.

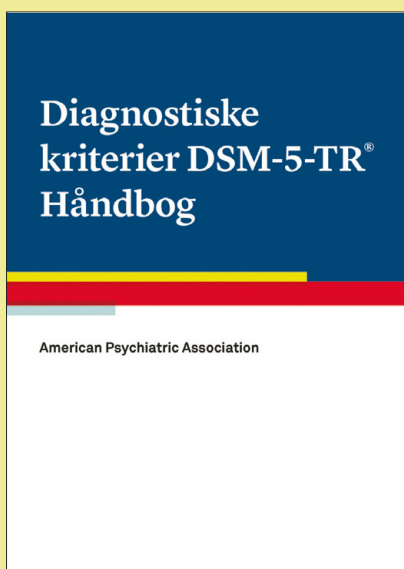
Vores efterår byder på spændende pitstops og konference
www.inpraxis.dk



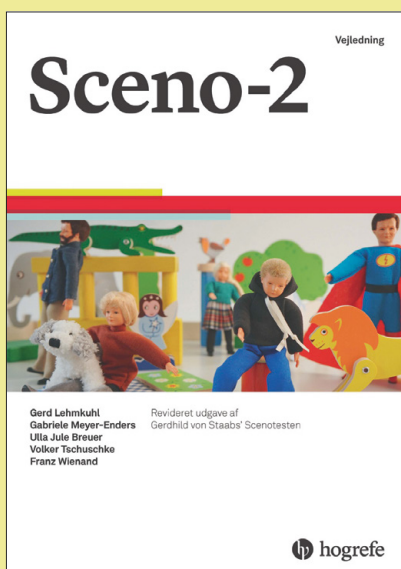
Inpraxis er en konsulent- og uddannelsesvirksomhed, som
arbejder ud fra et narrativt og systemisk grundlag.
Vi arbejder med samtaler, supervision, konsulentopgaver
og undervisning og står på et solidt fundament af faglighed,
kreativitet og blik for hverdagens opgaveløsning.

inpraxis

Aktuelle udgivelser fra Hogrefe



DSM-5-TR håndbogen er et praktisk opslagsværk til DSM-5 systemet og indeholder aktuelle tekstopdateringer baseret på videnskabelig litteratur med bidrag fra mere end 200 fageksperter. Hvert speciale er kvalificeret af danske fagkonsulenter, som har bidraget med dansk terminologi inden for eget felt.



Sceno-2 er en projektiv test til undersøgelse af ubevidste problematikker hos især børn og unge. Testen er en revideret og moderniseret udgave af Gerhild von Staabs' velkendte Scenotesten. Sceno-2 kan anvendes af kliniske psykologer/psykiatere, der arbejder med børn og unge inden for områder som fx psykoterapi, skolevæsen og retsmedicin.



EDS-R er en systematiseret samspilsvurdering, og anvendes til at udrede børns emotionelle kompetencer ud fra et udviklingsperspektiv, som kan være en del af et afsæt for en interventionsplan rettet mod barnets nærmeste emotionelle udviklingszone. Der afholdes et 3-dages oplæringskursus med psykologerne Susan Hart og Jesper Birck, hvor du kan blive oplært i at anvende EDS-R.

Læs mere og bestil på hogrefe.dk