

# Senior Psykologen

Årgång 16. 3:2013

## Ordföranden har ordet

**D**enna höst har jag startat tidigt med att mata fåglarna. Det är intressant att se deras självklara rangordning och hur de väntar på sin tur vid fågelbordet. Det blir köbildning och vingfladder, men ändå ordning och reda. Blåmesarna är minst och flyger fort och i bågflykt för att spara energi och undvika fiender, sitter snällt i buskagen och väntar på sin tur. Talgoxarna är flest och äter snabbt och hela tiden. Den grå och spetsnäbbade nötväcken hänger också med i frörallyt och är skicklig att klänga även upp och nedvänd. Grönfinken sätter sig på fågelbordets kant och sitter lugnt kvar tills den är nöjd eller blir bortjagad av någon annan mer otålig släkting. Häromdagen kom både domherrar och steglitsor och stannade ett tag. Jag njöt av deras vackra färger.

Tänk vad fåglar har det enkelt, de slipper fundera så mycket, bara leta föda. Men kanske det inte är så enkelt eftersom deras överlevnad en kall vinterdag beror på människors goda vilja att fortsätta att fylla fågelborden.

Vilket för mig in på ett ämne som återfinns i några artiklar i detta nummer just om att hjälpa andra. Att arbeta ideellt, som volontär eller frivillig, att vara medmänniska och att ställa upp för andra utan betalning.



*En kall vinterdag kan människors goda vilja vara värdefull.*

Det finns många frivilligorganisationer som Röda korset, Rädda barnen, Stadsmissionen, Mind (f.d. Psykisk hälsa), Läkare utan gränser, kvinnojourer, Bris och många fler som bygger sin verksamhet på frivilliga och kompetenta krafter.

Att arbeta ideellt ger mycket tillbaka, man utvecklar sitt kunnande och lär sig nya strategier, får nya kontakter.

Själv har jag i tio år varit svarare i stödtelefonen Föräldratelefonen som drivs av Psykisk Hälsa (som just bytt namn till Mind. Det känns otroligt meningsfullt och är en ständig träning i ödmjukhet och vidgar min horisont

på många sätt. Att tala med människor i alla åldrar, att lyfta fram och tillsammans med den andre försöka förstå och hitta bra lösningar på till synes olösliga frågeställningar är en utmaning. Ibland blir dialogen kanske början på en lösning, ibland blir lyssnandet i sig ett stöd för en olycklig medmänniska.

Att arbeta ideellt berikar mig.

**Allra sist vill jag önska er alla en riktigt GOD JUL!**

Brita Tiberg  
brita.tiberg@telia.com

## I detta nummer:

Hälsa, familj och individ i ett föränderligt samhälle	2
Psykologer författar	7
Rapporter från regionerna	8
"Sex personer sover i en bil"	8
Vill du intervjuas blivande mentor?	9
Telefonservice startar efter jul	9
Meningsfullt frivilligarbete kryddar pensionärslivet	10
Minneskonst som roar och förbryllar	11
Höstaktiviteter i Uppsala	11
Erfarenheter av rehabilitering och rehabilitering av barn och ungdomar	12
Höstutflykt till Ystad	13
En härlig dagsutflykt på Söderslätt	13
Regionernas vårprogram 2014	14
Noterat under Förbundskongressen	14
Siv Boalt Boethius	16
Nya hedersledamöter	16

## Förbered vårresa till Göteborg!

Seniorpsykologernas studiedag och årsmöte äger rum den 9 maj 2014. Boka logi och tågresa i god tid om du kommer utifrån landet. Mer information i nästa nummer av Seniorpsykologen som utkommer i slutet av mars.

# Hälsa, familj och individ i ett föränderligt

**K**onferensen inleddes med att Kerstin Johannesson, ordförande i MVH-BHV-föreningen, hälsade välkommen och presenterade konferensen. Monica Lidbeck och Antonia Reuter från den Västra regionen fortsatte på ett lekfullt och roligt sätt välkommandet genom att slå an en ton som fick oss att associera till barnet inom oss genom en rosa blomma i håret, en rosa boa kring halsen och en docka. Det kvinnliga och manliga perspektivet illustrerades på ett fantasifullt sätt och associationer gjordes passande till havsguden Poseidon som dominerar platsen utanför Stenhammarsalen (Götaplatsen i Göteborg). Hans moder Rhea fick representera det urkvinliga och därmed också det arbete som de närvarande inne i denna sal till vardags bl.a. arbetar med. En bild från Sydafrika förflyttar oss till en annan kontinent med två kvinnor som arbetar med hjälp åt utsatta mödrar-barnfamiljer. Genom deras arbete ställdes frågan: Arbetar vi på rätt sätt utifrån vår kontext? Främjar vi hälsa tillräckligt genom vårt förebyggande arbete? Fokuserar vi tillräckligt mycket på friskfaktorer och resiliencearbete.

## Hur definieras hälsa resp. ohälsa?

Därefter föreläste professor *Anders Möller* från Ersta Sköndal Högskola om hälsa/ohälsa med utgångspunkt från Folkhälsovetenskap. Vad är då hälsa/ohälsa, sjuk/frisk? Är hälsa liktydigt med avsaknad av sjukdom eller något som går att definiera positivt? Enligt WHO (1948) är hälsa inte bara avsaknad av sjukdom utan också fullständigt fysiskt, psykiskt och socialt välbefinnande, dvs ett slags ouppnåeligt idealtillstånd. Hälsa kan annars beskrivas på ett positivt sätt genom att hänvisa till fenomen som skall vara närvarande t.ex. balans, välbefinnande, harmoni, att ha bra relationer och att kunna nå sina mål. Att inte vara sjuk, inte lida och inte känna smärta blir ett mer negativt sätt att beskriva hälsa på. I en fyrfältstabell illustrerades om vi som enskilda individer kan vara säkra



*Mödra- och barnhälsovård har viktiga uppgifter i vårt samhälle där utveckling och förändring sker snabbt och ställer stora krav på individen.*

på om det upplevda välbefinnandet betyder, att vi är friska och mår bra resp., om den upplevda ohälsan innebär att vi kan vara säkra på att vi är sjuka. Man kan således må bra och ändå visa tecken på sjukdom samtidigt som man kan må dåligt och ändå inte visa några tecken på sjukdom.

En befolknings hälsa beskrivs i termer av incidens, dvs antalet nya fall under en viss period resp. prevalens dvs antalet befintliga fall per ex. vis 100 000. Den äldre folkhälsovetenskapen hade fokus på prevention av sjukdom, medan den nya folkhälsovetenskapen har fokus på promotion av hälsa. Det är uppenbart att båda synsätten behövs. De segrar som gjorts på det preventiva området måste ständigt erövrats på nytt. Det uppkommer dessutom också ständigt nya hot – bl.a. kemiska och klimatrelaterade sådana. Osökt kommer jag att tänka på kärnkraftskatastrofen i Japan!!

## Förebyggande åtgärder

Preventionens syfte är att i första hand

förhindra att sjukdom uppstår genom att göra förbättringar i miljö, t.ex. säkerhetsarbete i såväl trafik som på arbetsplatser (märk reduktionen av dödsfall i trafiken). Genom screening kan tecken på sjukdomar upptäckas – med etiska dilemman som följd. Vi vill kanske gärna ha kunskapen, men är vi alltid beredda att ta till oss kunskapen som tydliggörs? (PSA-test, fosterdiagnostik, mammografi etc.) Hur säkra är testresultaten? Hur förändras vår syn vid olika besked?

Preventionens syfte är också att bota sjukdomar samt rehabilitera efter sjukdomar för att kunna återgå i så full funktion som möjligt. Vi utsätts för ett ständigt informationsflöde i syfte att förbättra folkhälsan, t.ex. hur och vad vi skall äta och frågan blir å ena sidan: Varför gör vi det som vi vet att vi inte borde göra (t.ex. röka) och å andra sidan varför gör vi inte det som vi vet att vi borde göra (t.ex. äta mindre och motionera mer). Folkhälsovetenskapen är som framgår ovan mångvetenskaplig med olika ve-

# samhälle



istockphoto

tenskapsteoretiska infallsvinklar och man använder sig förstås av många olika metoder. Man försöker således fånga hur man skall förebygga sjukdom, förlänga livet hos befolkningen och därmed främja hälsan genom organiserade samhällsinsatser, försöker kartlägga faktorer som inverkar på hälsoutvecklingen. Man studerar också hur klyftor i socioekonomiska förhållanden bidrar till en ojämlik fördelning av hälsa. Vilka åtgärder man kan vidta för att förbättra folkhälsan och begreppet health management beskrevs samt studiet av epidemiologi; epi – bland, demos – folket, logos – läran. Vilka riskfaktorer finns för epidemiologiska utbrott (fågelinfluensa etc. – finns behov av vaccinationer?). Hur bestämmer man riskfaktorer och åtgärder i en befolkning för att på ett övergripande sätt påverka hälsoproblemen?

## Jämlikt samhälle ger längre livslängd

Antalet dödsfall per 100000 män illustrerades; ju högre social klass de-

sto färre dödsfall – en skillnad som var betydligt mindre i Sverige jämfört med England-Wales. Vidare är den förväntade livslängden längre i mer jämlika rika länder och likaså är hälsan sämre *och* de sociala problemen större i länder med större ojämlikhet.

En sammanfattande bild med individen i mitten med sitt arv, kön och ålder, omgiven av ett socialt nätverk och stöd; för barnet dess vuxenkontakter; olika levnadsvanor (ex.vis mat-, motions-, sömnvanor, stress, sex och samlevnad, tobak, alkohol och narkotika); de omgivande samhällsfaktorerna (bostad, arbete, utbildning, trafik, försäkringar, fritid, kultur, socialtjänst, hälso- och sjukvård samt arbetsmiljö); de samhällsekonomiska strategierna och miljön; alla är faktorer som påverkar hur hälsan för den enskilde kommer att utvecklas.

## Hälsa som resurs

Ett upplevelsebaserat begrepp på hälsan har införts, där man vill stärka människors förmåga att ta kontroll över sin egen hälsa och man ser då hälsan som en *resurs* och inte i första hand som ett *mål*. Vi översköljs ännu en gång med engelska termer: empowering, participatory, holistic, intersectorial, equitable, sustainable, multistrategic. Det betyder att vi skall ges makt och få egenmakt, vi skall vara deltagande och ha en helhetssyn på oss själva (går det?), vi skall samarbeta med andra institutioner, eftersträva jämställdhet och jämlikhet och arbeta för en hållbar utveckling.

Vi skall också eftersträva känslan av sammanhang, där allt fler kan bli inkluderade i en slags design som kan inbegripa alla människor, som på så sätt skulle kunna få förhöjd livskvalitet. Det skulle skapas en "health belief model" som skulle innebära större mottaglighet men också större sårbarhet. Men med hälsomotivation skulle man kunna identifiera fördelar och barriärer som påverkar våra handlingar och med handlingar utifrån kan man kanske få bättre bukt med "den onödiga ohälsan".

Avslutningsvis visades några exempel på de intresseområden som man är upptagen av inom folkhälsvetenskapen. Hur är den reproduktiva och sexuella hälsan? Barns hälsa? Den

globala hälsan? Hälsan hos funktionshindrade? Hälsan hos den äldre delen av befolkningen? (som ju blir större) och slutligen hur är den psykiska hälsan? Hur kan individen bättre ta hand om sina egna möjligheter och klara av upplevd stress? Den psykiska ohälsan spås ta allt större del av sjukvårdens resurser.

Dessutom framhölls MVC och BVC som viktiga agenter i samhällets folkhälsovårdsarbete. De möter tidigt barn-föräldrar och kan med sina kunskaper arbeta både med prevention och promotion, dvs att främja folkhälsan på populationsbasis, vilket innebär både risker och möjligheter. Deras verksamhet kan beskrivas med utgångspunkt från hälsopromotionsbegreppen redovisade ovan.

## Hur påverkar samhällets snabba förändring familjer och individer?

Efter årsmötet i yrkesföreningen Psykologer för mödrahälsovård och barnhälsovård föreläste Lars Dencik om *Barn och familjer i turbosamhället*. Lars Dencik är professor i socialpsykologi vid Roskilde universitet i Danmark. Vi kan alla märka hur omvärlden förvandlas i en allt snabbare takt och det pågår en modernisering av moderniteten. Den intressanta och utmanande frågan är: Hur inverkar detta på fa-

”

*det pågår en modernisering av moderniteten.*

miljers och individers sätt att fungera? Det uppstår nya familjekonstellationer med nya samspelemonster, vilket i sin tur ställer större krav på individernas sociala kompetenser. Det blir också en förskjutning i förståelsen för vad "hälsa" resp. "ohälsa" är.

Socialpsykologin som fokuserar på förhållandet mellan individ och samhället noterar att den pågående radikaliserings av moderniteten för med sig fortgående transformering av just förhållandet mellan individen och samhället (gemenskapen). "Gamla" värdegrunder ifrågasätts och ställs mot



Fortsättning nästa sida

Fortsättn.från föreg. sida

”nya” värdegrunder. Man lever i nya konstellationer, vilket också innebär att *etiska dilemman* uppstår. Centerpartiet föreslog t.ex. ”månggifte” som en alternativ möjlighet. Hur insemina-

”

*en klinik som låtit  
inseminera ca 600  
kvinnor med ägaren  
som donator*

tion skall gå till debatteras. I Danmark kan kvinnor låta inseminera sig idag med okänd donator och där uppmärksammades en klinik som låtit inseminera ca 600 kvinnor med ägaren som donator! Barnens rätt förändras och har förändrats. Skall barnet ha rätt att kunna ta reda på vem donatorn är?

Föräldrars rätt att aga sina barn förbjöds i vårt land först 1979, (medan husbönder fram till 1920 hade rätt att aga sina tjänstehjon). Är det OK att mödrar super så hårt, att de riskerar sina barns hälsa och hur skall vi agera vid sådana missförhållanden, när vi vet att det är skadligt för barnets fysiska och psykiska utveckling? Individens frihet ställs mot samhällets behov av kontroll genom lagstiftning.

## Normaltillstånd blir till symtom

Det sker en förändring i perspektiven med nya patologibegrepp. ”Normaltillstånd” riskeras att patologiseras. Det gäller att alltid vara på topp – annars är risken att vi betraktas som sjuka. ”Busiga pojkar” har blivit ADHD-barn och är man då sjuk måste något göras. Mot ADHD kan man medicineras, mot impotens kan man få viagra. Man kan också få hormonplåster och är man ledsen eller deprimerad kan man få piller. Det verkar t.o.m som man uppfinner preparat som man försöker finna symtom för. I denna utveckling ställer vi också allt högre krav på oss själva och *olyckligheten* tar sig nya former och skepnader. Den ökade pressen innebär att man skall vara lyckad, sköta sig och utvecklas. Man måste träna, visa stark självdisciplin och avstå från olika fres-

telser. Man kan säga att över tiden har utvecklingen gått från att leva i en familj mot organiserande av allt större samhällen, vilket innebär en ökad civilisation med behov av ökad kontroll genom olika regler och lagar. Det är den ständigt pågående transformeringen av förhållandet mellan individ och samhälle, som kommer till uttryck och utmanar regler och mål i den ökade jämställdheten, i barnets rätt och i individens egen subjektivitet. Även om ”den svage” kanske respekteras mer idag, skall vi inte blunda för att i varje relation ryms ett maktförhållande. Socialpsykologin har en grundformel som innebär att  $1 + 1 > 2$ . Individerna befinner sig alltid i en kontext. Man kan säga att individen som sådan inte existerar. Winnicott hävdade t.ex.: ”There is no such thing as a baby”. På liknande sätt kan man säga: ”There is no such thing as an individual”. Man måste intressera sig för och begripa situationen runt individen. Då är det värdefullt att begrunda tre moderniseringsprinciper för att bättre förstå skillnaderna i individernas livssituation.

*Rationalisering* innebär ex.vis att barnomsorgens inträde radikalt förändrat villkor för barnens uppväxtsituation. *Sekulariseringen* innebär att man kan ifrågasätta allting – ingenting är längre heligt – allt kan bli föremål för synpunkter och diskussion. *Individualiseringen* innebär att varje individ betraktas som en enskild person, varvid man riskerar att missa att se individen i sitt sammanhang. Frihet och oberoende premieras, samtidigt som insikten om att vi är våra relationer riskerar att reduceras.

## Längtan efter sammansmältning och samhörighet

Den till synes alltmer oberoende människan bär på en oförlöst existentiell längtan en kravlös sammansmältning och längtan efter samhörighet, som kan komma till uttryck på konserter, på fotbollsmatcher och i berusat tillstånd. Allt verkar gå allt fortare och man måste lära sig nya saker hela tiden samtidigt som kunskaper riskerar att bli historia. Kartorna blir snabbt föråldrade och landskapet



Den tillsynes oberoende människan bär ofta på en längtan efter gemenskap och samhörighet.

ändrar sig allt fortare. Många konkurrerande traditioner har vuxit fram, som också inneburit en slags kulturell frikoppling och på ”smörgåsbordet” serveras många olika förslag på hur man kan vara normal med en förvirring som följd. Det gäller att hänga med, men hur skall man vara? Det som har varit naturligt är inte längre naturligt, utan allt tycks ha blivit kulturellt med den förflyttning, som skett från ett mer endimensionellt perspektiv. Den präst som 1918 ställdes inför rätta för att han agat sina bakbundna barn hade enligt domstolen rätt till det! Idag skulle ett sådant förhållningssätt förstås vara otänkbart, men det blir också ett uttryck för samhällets förändrade karaktär och att vi tvingas till ständiga reflektioner kring hur vi skall förstå olika företeelser i vår tid.

## En ny social grammatik

Det betyder bl.a. att villkoren för postmoderniseringens människa förändrar villkoren för balansen mellan individualitet och gemenskap. Det växer fram en ny ”social grammatik”, som kan be-

skrivs som om vi lever ett ”turboliv”. (Förutom att man kan vara sambo och särbo, kan man numera också vara turbo, dvs ”min tur att bo hos dig”). Tidigare skulle man göra som man blev tillsagd – nu skall man utforska situationens möjligeter och snabbt integrera sig själv i den aktivitet som pågår. Det kräver en lyhördhet, att kunna tona in i skiftande sammanhang. Idag kanske ett barn *under en dag* träffat lika många barn som ett barn för 100

”

*Det växer fram en ny ”social grammatik”, som kan beskrivas som om vi lever ett ”turboliv”.*

år sedan träffade under ett helt liv. Då behövde man kanske inte tala med varandra, eftersom man visste vad som hände – idag måste man tala med varandra och man rör sig mellan olika sociala arenor och man måste kunna skifta om. Trygghetsnarkomanens och rutinfetischisternas tid är förbi. Nu är det ”pit-stop” som gäller, som blir en metafor för hur familjelivet tenderar att bli, dvs det som händer i depån (däckbyte etc.) avgör hur det skall gå. Man kommer hem stressad ifrån jobbet och skall tona in i familjen. Man får slänga de stressiga känslorna i frysen och relatera till en förhandlingsfamilj och en konfliktfylld gemenskap, där kompromissandet innebär att man inte kan få som man själv vill. Det skapar viss frustration och man kan söka sig till och behöva konfliktfria ytor som t.ex. after-work, spa, sköna stränder för att vila, hitta andningshål och oaser.

Referensramarna blir alltmer globaliserade med ökad pluralitet vad gäller livsstilar och hur man skall leva sitt liv. Det finns så många olika möjligheter – är det här rätt? Är det grönare gräs där borta? Är det verkligen det här tåget jag skall hoppa på? Samtidigt som det finns ett större engagemang med fler kunniga och insatta föräldrar finns också en ökande föräldrarådvil-

lighet med en ökande känsla av att inte vara ikapp – en slags epidemisk otillräcklighetsupplevelse. Samtidigt kan man se en större grad av frihet och maktlöshet. Allt står öppet, men man kan inte påverka något. En paradoxal känsla som kan leda till en självdyrkan uttryckt genom olika tatueringar som kan komma att stå för en känsla av oföränderlighet och att visa att man är någon – skild från alla andra!

Frågan är också hur man skall räcka till som förälder, som partner i arbetslivet. Störst utbrändhet har man i Danmark identifierat hos barnmorskor! Något paradoxalt kan man tycka. Det kan lätt bli nedåtgående spiraler i de ökade kraven i arbetsliv, kärleksliv och familjeliv. Det tycks vara vanligare att fler män blir utkuggade. De kan lättare haverera i yrkeslivet och blir utkastade ur familjelivet. Livet tycks kräva större grad av självförtroende, självdisciplin och att man måste klara omställningarna och de utmaningar som man identifierat inom socialpsykologin.

#### **Skillnaden mellan ideal och krass verklighet skapar frustration**

Man finner ökade skillnader mellan ”ideal-jaget” och ”real-jaget” och mellan värden och normer – skillnader som genererar såväl ökande frustrationer som ohälsa. Individens lösning tycks vara att sträva efter ett allt större *oberoende* och förutsättes då kunna *pendla (oscillera)* mellan flera arenor och anpassa sig till dess olika förutsättningar; en *prekär balansakt* som blir en utmaning vad gäller pålitlighet (konsekvens) och pragmatism (flexibilitet) förenat med en *uttunning* och brist på social förankring som följd.

Detta leder in på begreppen *gemeinschaft* och *gesellschaft* och vad dessa förhållningssätt kan leda till. Det handlar om att å ena sidan separera ut sig och å andra sidan kunna integrera sig i gemenskapen och exploatera olika situationer utan att förlora självkontrollen. Man rör sig i sin ensamhet, men relaterar som om man vore på ett cocktailparty och använder sig av sitt nätverk på ett framgångsrikt sätt. Det innebär att man som människa riskerar att få allt flyktigare relationer med

mindre känslomässiga bindningar, men där suget efter tillhörighet hela tiden gör sig gällande.

#### **Bort från någon istället för mot någon**

I mer psykodynamiska termer skulle jag beskriva det som att man har svårigheter att tillstå sitt beroende som människa och försöker maskera detta genom en till synes större självständighet (oberoende) med en utveckling bort från någon istället för en utveckling mot någon. En ökad grad av självständighet kräver en ökad grad av beroende och en ökad grad av beroende kräver en ökad grad av självständighet – i en slags spiralliknande process.

Den samtida tendensen till ökad individualisering kopplad till den starka, oftast dolda längtan, efter tillhörighet leder till ett ökande interrelationellt främlingskap. I upplevelsesamhället blir det alltmer centralt hur man upplever sig själv och sina relationer – hur skall man vara och vilka relationer skall man ha. De globaliserade referensramarna kan leda till en slags epidemisk känsla av otillräcklighet, som man måste göra så mycket som möjligt för att maskera.

Det gäller att ha timing – ”timing is everything”. Rätt timing är viktig både på det personliga mellanmänniska planet, men förstås också på det professionella planet. Frågan blir hur man balanserar i interventionsdramat. När skall man ”sätta in stöten”, det är en risk med att gå in såväl för tidigt som för sent. (Pre-matura vs post-fatala interventioner). Profylaxens domän skiljer sig från behandlingens domän ibland på ett ödesdigert sätt. Stor ödmjukhet krävs i profylaxarbetet. Det kompliceras också av att det blir allt svårare att förutsäga hur framtiden skall te sig. Det blir mestadels inte som man tror. På det privata planet kan tillfället gå förlorat eller man kanske gör bort sig.

#### **Håller kärnfamiljen på att försvinna?**

Det ökande interrelationella främlingskapet lever vid sidan av att familjen erbjuder möjligheten att tanka tillhö-



*Fortsättning nästa sida*

”

*Det krävs ökad förmåga att läsa av varandra, men också ett intresse för hur den andre (de andra) har det i sin vardag.*

righet. Var och en i en familj har sina nätverk samtidigt som de interagerar med varandra. Det krävs ökad förmåga att läsa av varandra, men också ett intresse för hur den andre (de andra) har det i sin vardag. I detta sammanhang kan det vara värt att notera de *myter* som omger modernitetens familjesituation. Myterna säger att kärnfamiljen håller på att försvinna, att människor föredrar att leva som "single" och att man inte önskar barn. Nya familjeformer träder fram där mödraskapet blir mer demokratiserat och faderskapet mer intimiserat med ett mer fokuserat föräldraskap. Detta sker parallellt med att det som man upplevt som förälder som relevant tycks svårare att föra vidare (tendensiellt tilltagande tradersirrelevans). Det verkar som detta gap successivt ökar och som om barnen intuitivt förstår, att det är andra regler som gäller nu. Det verkar som föräldrarnas "modellmakt" är i avtagande och ersätts med en "struktureningsmakt". Frågor som i vilken skola skall barnen gå och hur arrangerar föräldrarna sina uppgifter.

Vuxenblivandet verkar inte utgöra någon större lockelse för barnen. Man lever alltmer i en förhandlingstillvaro, där kraven på att själv vara ett kraftfullt jag ökar. Det gäller att ha självkänsla, självtillit och självdisciplin. Man får förvalta sig själv och iscensätta sitt eget själv för att vara någon på den scen som man för tillfället vistas på – samtidigt som konkurrensen om ytan hela tiden tycks öka. Det medför ökande behov för att kunna ha en "social radar" och snabbt läsa av vad som är gångbart och kunna ställa om sig till nya situationer och kunna använda sig av sin sociala och kommunikativa kompetens. Det blir särskilt viktigt att kunna hantera språket. Utöver en utvecklade uttrycksförmåga krävs också en ökad grad av inlevelseförmåga (empati). Det blir också viktigt att kunna härbärgera och hantera ständigt

spända relationer. Gränslinjen mellan att vara inne i gemenskapen eller utanför gemenskapen kan givetvis variera. Den som hamnar utanför kan lätt få klä skott för den enorma osäkerhet som de flesta kan känna (mobbing). Det kan bli många "spel som utspelas". Den som blir bäst på att spela det spelet kan lättare vinna. Det finns givetvis mer genuint förankrade med en emotionellt mer genuin kompetens, där man både kan härbärgera svåra situationer och också hantera ständigt spända relationer. Hur kommunikationen inom familjesystemen utvecklas avgör vilken riktning utvecklingen tar.

#### Vi är våra relationer

Det är inte familjen som sådan, inte heller de enskilda familjemedlemmarna, men individernas relationer till varandra som man bör fokusera på och vårda sig om. I vilket sammanhang lever individen, hur ser hans/hennes kontext ut? Vad finns det för nätverk? Vad finns det för resurser i omvärlden som kan vara tillgängliga för att bättre ta tillvara individens egen förmåga till utveckling. Allt som görs för att motverka individualiseringen och bredda kontaktytorna kan bidra till att skapa nya möjligheter i utsatta situationer.

Sammanfattningsvis en mycket innehållsrik och intressant analys av det framväxande turbosamhället presenterat av en stimulerande föreläsare, vars framställning gjordes i turbofart – så det gäller verkligen att hänga med, även när man sitter bekvämt tillbaka i den lyssnande positionen.

#### Jubileumsprogrammet

Därefter vidtog jubileumsprogrammet: 40 år med Mödra- och barnhälsovårdspedagoger. Bland de många hedersgästerna avtackades särskilt *Barbro Martell*. Hon var en av de få som fanns med 1953. Hennes önskan att vilja förstå vad som försiggick, när egenartade människor kom i hennes väg, drev henne bl.a. till Erica. Boken (0–20 år) som hon skrivit tillsammans med Karin Mangs har betytt mycket för många.

*Inga Gustafsson* var också hedersgäst. Hon gick på Erica samtidigt med Barbro och har varit en chefsideolog inom MVH-BHV och har skrivit flera böcker som inspirerat många.

*Kerstin Tode* var ännu en hedersgäst verksam i Skara, där hon slog ett slag för yrkeskåren och etablerade samarbete mellan institutioner. Antonia Reuter kunde senare under festmiddagen kärleksfullt beskriva hur viktig och inspirerande Kerstin var vid Antonias första steg borta i Skara för sitt fortsatta arbete inom MVH–BVH.

#### Paneldebatt

Eftermiddagen avslutades med en paneldebatt ledd av Eva-Lena Lindström från styrelsen, verksam i Sundsvall. Panelen bestod av Annika Selberg Lundberg från Luleå, Maja Bergling från Visby, Elisabeth Tullhage från Göteborg och Anna Sunér från Växjö. De talade om delvis olika förutsättningar, olika organisationer, hur långt man kommit i sin profession, tillgång eller avsaknad av kollegor, att vi är nykomlingar i förhållande till läkare och sjuksköterskor, hur det är att vara psykolog i ett medicinskt system. Det finns en uppdragsdel och en organisationsdel och frågan är hur de samvarierar. Vilket stöd finns från organisationen för att kunna fullfölja uppdraget? Svårigheten att vara hälsofrämjande med förebyggande arbete och samtidigt behandlare. Glöden kan finnas i det individuella behandlingsarbetet, samtidigt måste man få igång konsultationerna och samverka med institutioner och bli hälsofrämjande på ett bredare sätt. BVC som en samordnare in i ett folkhälsovårdsarbete och kanske verka för att via samverkan nå allt längre ut i samhället och påverka där och finnas till med sin kunskap *på de nya arenorna*.

#### Hyllningsceremonier och avtackanden

Efter denna hyllningsceremoni träffades konferensdeltagarna på restaurang Trägår'n där det serverades en festmåltid. Som skrivande gäst måste jag uttrycka en glädje över att fått möjligheten att närvara på konferensen och dessutom delta i en perfekt anordnad jubileumfest.

*Bengt Hedberg*



# Psykologer författar



**Under våren 2013 har två psykologer från västra regionen utkommit med var sin bok. Det är Bengt Hedberg och Åke Högberg. De båda och deras alster presenteras här av Gert Fredriksson**

**Åke Högberg** är leg. psykolog och leg. psykoterapeut. Han arbetade i 10 år som ingenjör på Volvo och Uddevallarvet. Efter ett år i Indien sadlade han om och har nu 40 års erfarenhet som leg. psykolog och leg. psykoterapeut. Han är grundare och ledare av Symbolon Sweden AB som utbildat ca 500 människor i symboliska uttrycksätt. Dessa är nu verksamma inom företag och terapimottagningar runtom i Skandinavien. Han har även utbildat ca 1.000 personer i kristerapi och samtalsmetodik på sjukhus och stödcentra. Han har varit handledare och mentor åt psykoterapeuter och företagsledare. Han har också tidigare gett ut flera böcker.

Den nu aktuella bokens titel är *Hela människan – Den kreativa ingången*.

Bokomslagets baksida säger följande: Välkommen till en färd i det inre, till själens hemliga vrår, till bortglömda minnen och aldrig sedda önskningar. En färd där oväntade bilder kan ge svar på livslånga frågor och gåtor. Du är i tryggt sällskap, andra har gått där före dig och du beledsagas av en kunnig och erfaren följeslagare.

I Åke Högbergs nya bok får vi möta några av hans klienter, ta del av deras upplevelser och hur de tolkas i ljuset av urgamla symboler. Det blir en lärobok för den som själv arbetar som terapeut, men också en spegel för dig som vill veta mer om dig själv.

Sagor, symboler och myter bildar en väv som sträcker sig långt bak i tiden och djupt ner i våra medvetande. I berättelserna gestaltas människans utveckling i äventyr, sällsamt lika för oss alla. Psykologen Åke Högberg har i många år använt sig av symboler och bilder i sin terapi, genom att hjälpa kli-

enten eller deltagaren att se inre bilder, likt drömmar, och sedan måla, dansa eller på annat sätt gestalta bilderna från det inre ögat. I flera böcker har Åke Högberg berättat om hur hans klienter befriats från låsningar och destruktiva föreställningar genom arbetet med symboler.

Dags nu att samla erfarenheterna från ett långt liv som terapeut, ställa de egna erfarenheterna i vetenskapens och auktoritetens ljus i en handbok, lättillgänglig både för en professionell fördjupning och ett allmänt intresse. I *Hela människan* varvas exempel ur Åke Högbergs erfarenhet med den teoretiska bakgrunden till metoden. Hur man än använder boken ger den ett nytt perspektiv på våra drömmar och fantasier.

**Bengt Hedberg** är fil. lic i psykologi, leg. psykolog och leg. psykoterapeut samt specialist inom klinisk psykologi. Han har arbetat inom vuxenpsykiatri och inom barn- och ungdomspsykiatri i cirka 20 år och därefter som privatpraktiserande psykoterapeut i drygt 20 år med vuxna, par och familjer. Han har haft många undervisnings- och handledningsuppdrag.

Bokens titel är: *Vad har du varit med om? Om rädsla, utsatthet, skam och skamlöshet*. I boken framhålls rädsla, utsatthet, skam och skamlöshet som viktiga faktorer för att förstå hur psykisk ohälsa kan utvecklas relaterade till såväl affektteori som anknytningsteori.

Bokomslagets baksida ger innehållet: *Skäms inte för att du är människa, var stolt* är en strof ur Tomas Tranströmers dikt *Romanska bågar*.

Men hur skall det gå till. Den här boken fokuserar på skammens problematik. Hur regleras och tonas affekterna in? Hur tryggt eller otryggt blir det växande barnets anknytningsmönster och vilket mönster bär vi med oss från vår egen uppväxt? I rädlans och utsatthetens fotspår följer otrygg-

het och skam. Utvecklande dialoger med medmänniskan försvåras. Ingen vill känna skam men många känner skam – ibland utan att förstå det. Skamkänslan berör självkänslan på ett djupt sätt. Skammens kompass visar skammens olika vägar och exemplifieras i boken genom att beskriva och resonera kring två kända personers utveckling. Några skönlitterära verk och ett par filmer exemplifierar och åskådliggör skammens och skamlöshetens omfattning och mäktiga krafters försök att dölja det skamlösa handlandet.

Dessutom analyseras Anders Behring Breiviks bakgrundshistoria med utgångspunkt från anknytningsteori och affektteori. Analysen mynnar ut i förslag om vad man kan göra för att hjälpa barn och föräldrar, när barnets anknytning har blivit otrygg eller till och med desorganiserad beroende på svårigheter att reglera och tona in i de viktiga affekterna.

Boken vänder sig till människor med olika professioner inom människovårdande yrken. Genom sitt anslag också till andra, som är intresserade av hur rädsla, utsatthet, skam och skamlöshet har påverkat och påverkar den växande och vuxna människan. För att bättre tillvarata kunskaperna om anknytningen och affekternas betydelse för den personliga utvecklingen ger boken också synpunkter på hur man skall kunna få till stånd en bättre utbildning inom dessa kunskapsområden. Boken vänder sig därför också till beslutsfattare inom den beteendevetenskapliga disciplinen och till politiker som är intresserade av att verka för förebyggande behandlingsinsatser.

Boken är rescenserad i *Psykologtidningen* nr 7/2013 och kan beställas från Recito förlag AB: [info@recito.se](mailto:info@recito.se)

*Gerty Fredriksson*

# Rapporter från regionerna

## Västra regionen

### "Sex personer sover i en bil"

#### *Om hemlöshet*

Under den vackraste dagen i september gjorde vi, en grupp seniorpsykologer, studiebesök på Gatljuset, en hjälporganisation i Göteborgs kyrkliga Stadsmissions regi – en politiskt obunden, idéburen organisation – vilken drivs utan vinstsyfte. Gatljuset är ett poetiskt ord, ett gatljus som står ute i ur och skur och lyser upp de mörkaste gränder och prång. Ja, dessa ord skulle kunna stå som en sammanfattning av denna verksamhet, vars syfte är att hjälpa Göteborgs hemlösa både med det mest elementära och med framtidsåtgärder, förändringsarbete.

#### **Hemlösa med personnummer**

Man kan tala om två olika grupper av hemlösa, de med personnummer och ofta med missbruksproblem, psykisk ohälsa mm. Och de fattiga EU-migranter, jobbsökande och tiggare, som enligt uppgift kan uppskattas till fem hundra personer i Göteborg.

Eldsjälen Gustaf Henriksson berättade rappt och informativt om hur 20 anställda håller "öppet hus" för de hemlösa i den första gruppen, 50–70 besökare per dag. Under förra vintern öppnades under sju månader verksamheten även för den andra gruppen pga stark vinterkyla. Dessa skulle annars behövt sova utomhus. Dock blev det näst intill anstormning (250 personer) och man var tvungen att fortsättningsvis exkludera denna grupp för att istället hänvisa dem till Cross-Roads (se nedan).

#### **Subventionerad mat och gratis kläder**

Huset öppnar klockan 8 och då serveras en riklig komplett frukost för 5 (!) kronor. Smörgåsar, inköpta separat, kostar 1 krona styck. Lunch, som har inhandlats från ett storkök i närheten, kostar 10 kr. (Kan tilläggas att en hemlös erhåller från kommunen ca 3800 kr i försörjningsstöd). Maten är kraftigt subventionerad. Under år 2012 serverades tillsammans med Johannes-

kyrkans verksamhet 38000 måltider. Inget krav på drogfrihet.

Sällskapsrum, tvättstuga och klädförråd med skänkta persedlar, finns tillgängliga på Gatljuset. Några dagrum är reserverade för enbart kvinnor. Besökaren väljer själv ut ur förrådet, vilka kläder som behövs. Stadsmissionens insamlingscentral samlade in 10000 plagg förra året. Verksamheten stänger kl 8 på kvällen. Kl 21.30 öppnar man nattloggin med 10 bäddar, fördelade på en-, två- och fyrbäddsrum. Ytterligare fyra sängplatser finns. Dock reserveras dessa av Cross-Roads mottagning, avsedda för stadens EU-migranter.

Nattloggin kan endast bokas under dagen. I samband med detta har man ett kort informationssamtal för att få en bild av den bostadslöses situation. Dock om någon kommer obokad, försöker man i mån av plats hjälpa till ändå. Om kvinnorummen är lediga, när manlig hemlös kommer, blir denne dock nekad plats. Vistelsetiden kan omfattas allt från ett par dagar till flera veckor.

#### **Välutbildad personal**

De anställda är samtliga välutbildade; beteendevetare, behandlingspedagoger och socionomer. Gustaf Henriksson betonar värdet av kvalificerad personal. Risken är annars att det kan vara svårt att förstå och därmed kunna hjälpa utsatta människor. Två personliga ombud arbetar som en "länk" mellan den hemlöse och olika myndigheter, varav Gustaf är den ene. Hans patos och engagemang kunde spåras till 29 års verksamhet med människor, först som vårdbiträde, mentalskötare, behandlingspedagog och nu personligt ombud.

Ett personligt ombud arbetar på den hemlöses uppdrag, är fristående gentemot myndigheter och skriver inga journaler. Tjänsten är kostnadsfri. Den hemlöse kan få hjälp med att identifi-



Wikipe dia

era och formulera sina hjälpbehov, få råd och stöd i kontakt med myndigheter samt ha ombudet närvarande vid dessa möten framför allt gällande sjukvård och socialtjänst. Ombudens tjänster är dock ingen rättighet, varför den hjälpsökande kan få nej på sin förfrågan. Gustaf kan ofta ha långvariga uppdrag och kontakt med brukaren, ibland upp till mer än ett år.

Gustaf betonar vikten av att hjälpa "framåt", inte bara nöja sig med det basala. Angeläget att människor inte fastnar på härbärgen utan att de får de resurser som behövs för att gå vidare i tillvaron. Inga volontärer finns i denna verksamhet, eftersom dessa behöver handledning och olika andra resurser. Gustaf återkom ofta till ordet värdighet. Miljö med "justa" möbler, god stämning etc skall tillhandahållas. Viktigt att ta fram det positiva hos varje människa. Våldsincidenter är sällsynta.

Besökarna består till 65 procent av män och 35 procent av kvinnor. Åldersgruppen 30 till 60 år är den mest frekventa. En grupp som på sistone har ökat kraftigt, är ensamkommande flyktingbarn, vilka efter att ha fått

”*ett felaktigt rykte som hänger sig kvar och som hindrar välmenande människor att ge sitt bidrag*

hjälp fram till ca 21 års ålder, efter detta släpps "vind för våg" ut i samhället. De har stora svårigheter med att få arbete, saknar socialt nätverk och kan då bli hänvisade till härbärgen och dylika.

I Gustaf Henrikssons engagemang kunde vi spåra besvikelser och frus-



tration över att Göteborgs stad, enligt honom, ännu inte har insett vidden av hemlösas undermåliga villkor. Uppger att Stockholm har gjort större satsningar på denna grupp och har t.ex. har tre olika centra för EU-migranter.

### Cross-roads för EU-migranter

Cross-Roads Göteborg är en verksamhet som riktar sig till EU-medborgare och öppnades i nov 2012. Fram till juni 2013 har 260 personer från 29 länder besökt dagverksamheten. I Göteborg beräknas finnas ca 500 EU-migranter som försörjer sig med att samla burkar, kortare svartjobb och tiggeri. De får inget ekonomiskt bistånd från kommunen. Dock framfördes att kommunen faktiskt har ett totalansvar för alla dem som vistas där.

Cross-Roads håller öppet varje vardag fram till kl 15. Ett rejält frukostpaket med ägg, yoghurt, bröd och juice utdelas till behövande. På centret talar anställda sammanlagt 12 olika språk. Man har möjlighet att få hjälp med kontakt med socialtjänst och arbetsförmedling. En del kan få hjälp med önskat hemvändande.

Undervisning i svenska ges tre gånger i veckan av oavlönade entusiaster, dvs volontärer. Flera tiggare drar sig för att söka kontakt, bl.a. på grund av att man under dagen inte vill lämna sin tiggarp plats.

Frågor framkom, om det ändå inte

är ligor som pressar tiggarna. Med eftertryck och emfas framhöll Gustaf Henriksson att det är ett felaktigt rykte som hänger sig kvar och som hindrar välmående människor att ge sitt bidrag.

I diskussionen efteråt framkom att några av mötets deltagare ger, förutom pengar, också filtar, egen lagad mat, nedfallna äpplen, upphittade handskar etc.

### Flest besökare från Rumänien

Den allra största gruppen är arbetsökande främst från Rumänien. Ren och skär fattigdom tvingar människor iväg. Enligt EU:s ekonomiska normer hamnar hälften av Rumäniens innevånare under fattigdomsstrecket. Socialhjälp och arbetslöshetsunderstöd är ca 250 kr i månaden. En snabbköpskasösörska tjänar ca 800 kr/mån, medelinkomsten uppges vara 1200 kr. En bussbiljett från Rumänien till Sverige kostar ca 800 kr. Dessa pengar lånas ofta ihop ifrån släkt och vänner.

Väl i Sverige hyr man en madrass i en lägenhet. Gustaf Henriksson uppgav att det förekommer att 20 personer sover i ett rum eller att 6 personer sover i en bil, i tält. En studie av 80 tiggande romer har visat att medelinkomsten per dag är ca 120 kr för 8 till 10 timmars tiggande. Tilläggas bör, att betherilagen är avskaffad, så det är således helt lagligt att tigga.

Tillsammans med kommunen planeras att inför vintern starta upp nattlogi för ca 30 personer. Fortfarande kommer dock de flesta av de 500 EU-migranterna få bekymmer med övernattningar under vinterns kyla.

Göteborgs Kyrkliga Stadsmission har ca 300 årsanställda och 160 volontärer. Verksamheten finansieras dels från avtalsverksamheter. T.ex finns det två upphandlade äldreboende som drivs av Stadsmissionen, dels från gävofinansier (39,8 milj. förra året). Göteborgs kommun bidrar med en mindre del och övrigt kommer bl.a. från kyrkans kollekt och privata gåvor. Gustaf Henriksson tycker det är märkligt att det just är äldre kvinnor som tillsammans åstadkommer en stor insats. I år fick Stadsmissionen 4,3 miljoner från Postkodlotteriet.

Frågor som väcktes var, HUR hjälpa? Inte OM hjälpa?

Vi var alla eniga om att lösningar måste till, framför allt på politisk nivå, EU-insatser etc. Dock, ”grannen” 300 meter ifrån mig, som sover i tält om natten och som nu sitter på kalla trottoaren i höstkylan, är ju inte nu hjälpt av lösningar som ligger framåt i tiden. Vad kan jag göra nu?

Vi avslutade mötet på ett café med mäktiga bakverk!

Marianne Nilsson

## Vill du intervjuas blivande mentorer?

Organisationen Mentor söker seniorpsykologer för att hjälpa till med intervjuer av sökande som önskar bli mentorer till ungdomar. Mentor är en partipolitiskt och religiöst obunden organisation som syftar till att förebygga våld och droganvändning bland ungdomar. Man uppmanar ungdomar mellan 13 och 17 år att söka programmet som innebär att var och en får en mentor. Man samarbetar med många skolor framför allt i Stockholms-trakten.

Mentorerna är volontärer som på ideell basis vill arbeta med ungdomar, vara ett slags ”vuxenkamrat”, någon att spendera tid med, tala med och som lyssnar.

Till mentorprogrammet önskar nu organisationen hjälp att intervjuas de som vill bli mentorer. Man har således vänt sig till oss som erfarna psykologer med förhoppningen att väcka intresse hos oss för detta.

Vidare information kan lämnas av verksamhetschef Annika Cripps, annika.cripps@mentor.se, telefon 08-789 11 80, mobil 0765-26 35 82

*Telefonservice  
startar efter jul*

*En gång i veckan  
svarar vi på frågor om  
livet efter 67.*

*Mer om detta kommer  
att redovisas på vår  
hemsida.*

## Meningsfullt frivilligarbete kryddar pensionärlivet

Volontärarbete är ett berikande sätt att som pensionär använda sitt engagemang för andra människor. Om detta berättade psykologerna Margareta Lindqvist och Birgitta Svanberg på östra regionens novembermöte. De arbetar båda med olika verksamheter inom Stadsmissionen i Stockholm. Båda har under yrkeslivet arbetat inom AMS och AMU med bl.a. rehabilitering och chefsutveckling. Och båda kände vid pensioneringen ett behov att få använda kunskaper och intresse i fortsatt arbete med människor. Och båda vände sig till Stadsmissionen och erbjöd sina tjänster som volontärer.

### Mångsidig verksamhet

Att den verksamhet som Stadsmissionen bedriver är så omfattande och mångfasetterad var nytt för flera av oss som lyssnade till Margaretas och Birgittas presentation. Verksamheten startade 1853 av en präst som insåg att det inte räckte med en predikan för att lindra den utbredda nöden. Det behövdes mat också! Under alla år som gått har så verksamheten utvecklats med hjälp av privata gåvor, donationer från enskilda, organisationer och företag.

Mottot är "Stockholms Stadsmission ska utifrån en kristen människosyn utmana och komplettera samhällets insatser för utsatta grupper och individer". Det främsta redskapet är, menar man, det personliga mötet, då relationer byggs. I detta arbete behövs nyfikenhet, mod att ifrågasätta, tid att lyssna, uthållighet, humor och en tro på människans förmåga.

Stadsmissionens verksamheter är många. Den rör sig inom fyra olika huvudområden: Social verksamhet; Sociala företag; Utbildning; Volontärdriven verksamhet. Förutom den omfattande sociala verksamheten bedriver man gymnasieutbildning med yrkesinriktning för unga. Man har sociala företag med bl.a. många secondhandbutiker och verkstäder där man reparerar uttjänata föremål och attiraljer för vidare försäljning. Och så volontärverksamheten dit Margareta och Birgitta hör. Det finns mycket mer att berätta om Stadsmissionens olika verksamheter. Har du tillgång till en



dator så gå in på [www.stadsmissionen.se](http://www.stadsmissionen.se) och läs mer.

### Populär äldreverksamhet

Birgitta och Margareta arbetar båda inom den del av Stadsmissionen som heter "Äldreverksamheten" och som har en lokal på Kungsholmen i Stockholm. Där har man öppet hus och man serverar soppa, smörgås och kaffe. Det brukar komma 20–30 personer dagligen, många med färdtjänst. Volontärernas uppgift är att sitta och prata med gästerna, att bl.a. avlasta anhöriga till dementa så att de kan vara med i samtalsgrupp för anhöriga. Man har litteraturgrupp, sånggrupp, matlagning för män m.m. Allt är mycket uppskattat. En donation nyligen har gjort

det möjligt att ha öppet varje dag.

Man har också en sommarverksamhet på en gård vid Mälaren. De gamla får vara där en till två veckor. Det är mycket populärt och många anmäler sig år efter år. Volontärernas uppgift är även här att vara med de gamla.

Birgitta och Margareta tycker att det är en krävande men rolig uppgift att vara volontär där.

Inom äldreverksamheten sker också hembesök hos ensamma som kanske har svårt att ta sig ut. Man sitter och pratar, umgås helt enkelt. Röda Korset har en liknande verksamhet.

### Kulturcafé för alla

Margareta arbetar också i Kulturcaféet. Där har man en aktivitet per vecka.



Margareta Lindqvist och Birgitta Svanberg berättade engagerat om sitt volontärarbete inom Stadsmissionen.

Foto: Birgit Lundin

## Rapport från regionerna/Östra

Man lagar middag, bjuder in föreläsare, har frågesport, musikerbesök m.m. Det kommer cirka 30 gäster varje gång och i olika åldrar, hemlösa, arbetslösa, ensamma mammor. Man har även aktiviteter ute på stan. Man gör museibesök och teaterbesök, arbetar på att få fribiljetter till olika institutioner som teater, opera m.fl. Programmet finns på Stadsmissionens hemsida under "äldre-sidan" men är öppet för alla åldrar.

### Läsläsning och matlagning

Birgitta är på Liljeholmens skola som nu drivs som friskola i Stadsmissionens regi. Hon hjälper bl.a. unga somaliska flickor med läsläsning. Där finns nu även äldre invandrarkvinnor i 26–50 års ålder som lär sig matlagning. Då är volontärernas uppgift att konversera, vara med och handla m.m. som språkövning.

Som volontär är man medmänni-

ska – ej terapeut. Men det är ändå viktigt att vara professionell och att ej bli för personlig. För att bli volontär krävs att man går en kurs på fyra dagar. Det sker intervjuer och uppföljning. Det är ett oerhört meningsfullt arbete säger båda två. Man gör en insats, träffar nya människor och man gör nytta!

*Birgit Lundin*

## Minneskonst som roar och förbryllar

Höstens första möte i östra regionen ägde rum på Bonniers konsthall vars hösttema handlar om minnets territorium. I en serie utställningar på konsthallen och på kringliggande museer vill man inringa vår tids föreställningar om minne och historia men också erbjuda alternativa berättelser om det förflutna. Vid vårt möte koncentrerade vi oss på de tre separatutställningar som konsthallen visade.

Gerhard Byrne, en irländsk konstnär, presenterade filminstallationer på TV-monitörer, som visade ögonblick ur det förflutna. Det var samtal mellan olika författare med tema från politik till sex och erotik. Via hörlurar kunde man ta del av samtalen som ofta var av ganska provocerande art. Konstnärens syfte var att genom återbesök av sedan länge förlorade ögonblick få oss att reflektera över hur vi konstruerar våra bilder av det förflutna och hur våra nuvarande idéer förutbestämmer vår historieskrivning. Det var intressant att lyssna på herrarna och deras synpunkter – men var är den konstnärliga aspekten? Den missade nog jag.

Alina Szapocznikow, en av Polens mest hyllade konstnärer, ägnade hela sitt konstnärsliv åt människokroppen. Hon drabbades tidigt av cancer och använde sin kropp och sjukdomen i sitt skapande. På utställningen visas deformerade kroppsdelar och lemmar insmälta i plastmassa. Hennes intresse för popkonst visas exempelvis i en lampa som är ett avtryck av hennes bröst. Flera av de utställda föremålen är obehagliga och provocativa men samtidigt starkt berörande. Hennes budskap är: "Det här är vad jag lämnar efter mig till dig!" Hon dog 1973 efter mångårig kamp mot cancer.

Den tredje konstnären är Cecilia Edefalk, som kallar sin utställning "Vit inuti". Här får vi se stora målningar med vaga motiv av en ängel. Hon låter historiens spöke framträda i dessa dukar som är omgivna av hennes egen historia i form av förstudier och dokumentation från tidigare platser där de visats. Inspirationen till ängeln fick hon i San Gimignano, en liten by i Italien, där i stadsmuseet fanns en bemålade 1400-tals ängel som var ungefär lika stor som hon själv. Den gjorde ett oerhört stort intryck på henne, blev något av en religiös upplevelse. Och är alltså den som återkommer i olika uttryck på de stora dukarna. Hon me-

nar sig ha haft inre samtal med August Strindberg där han haft åsikter om hennes kärleksliv och hennes konst, framför allt de stora målningarna med änglamotiven på utställningen. De lysande jordfärgerna, ockra, umbra, rå och bränd sienna behövs för att änglarna ska känna sig jordade men också för att de har sitt ursprung från trakten kring Siena.

En spännande och tankeväckande eftermiddag för vår lilla grupp som avslutade besöket med kaffe och dopp på konsthallens cafeteria.

*Birgit Lundin*

## Rapport från regionerna/Norra


### Programaktiviteter i Uppsala under hösten 2013

*Den 10 september. Studiebesök på Psykiatrins Hus.* I Uppsala har vi haft ett synnerligen omdiskuterat nybygge, som genomgripande har kommit att beröra aktiva psykologer och deras patienter. Därför var det viktigt för oss att med egna ögon få se insidan av byggnaden och ta del av arbetsmiljön för psykologerna. Tack Anne Martinell Vestin för att Du lät oss göra det! Vi fick även en introduktion i psykologernas aktuella roller i den nya organisationen som hade hunnit ändras rejält sedan några av oss seniorer hade rört oss i Uppsala-psykiatrin.

*Den 15 oktober. Seminarium om etiska frågor* med inledningar av Margareta Heden-Chami, Gustaf Ståhlberg, Margareta Sanner och Hans Åberg. Var och en av inledarna hade i olika

sammanhang arbetat med etiska frågor, inom forskning och psykoterapi, och som deltagare i etiska råd. "Tänkande kring rätt och fel", konflikter som uppstår mellan normer och en spännande bredd av etiska komplikationer presenterades. Tiden hade svårt att räcka till!

*Den 5 november. Gunilla Boblin* hade nyligen lämnat sin professur vid Institutionen för psykologi men inte sin forskning om barn och ungdomar. Hon introducerade och fördjupade ett par av sina projekt, bland annat en longitudinell studie. Frågor om förhållandet till kliniska erfarenheter, möjligheten att nå barn och ungdomar di-

 Fortsättning sid. 14

# Erfarenheter av habilitering och rehabilitering av barn och ungdomar

I det skånska höstmörkret fick vi i Södra lyssna till Christina Bergmans mångsidiga och intressanta erfarenheter av habilitering och rehabilitering av barn och ungdomar. Christina är leg. psykolog, numera pensionerad.

De sista yrkesåren arbetade Christina på BarnRehabSkåne (BRH), som är en av tre specialenheter inom habiliteringen. Utöver Skånes tio lokala habiliteringsenheter finns tre specialenheter: BRH, Skånes Kunskapscentrum för Elever med Dyslexi (SKED) och Riksgymnasiet i Kristianstad för elever med utvecklingsstörning.

### Mångsidig roll

Christina fick sin första kontakt med habiliteringen på Munkhätteskolan i Malmö, under de år då rörelsehindrade elever integrerades på vanliga skolor och i vanliga klasser. På Munkhätteskolan inrättades ett lokalt habiliteringsteam i vilket Christina ingick tillsammans med andra professioner. Rollen var mångsidig med bedömningar, samtalsgrupper med elever och med föräldrar, stödsamtal individuellt och i grupp. Att göra bedömningar med den tidens test krävde uppfinningsrikedom och förmåga att arbeta mycket flexibelt och okonventionellt. Hur bedöma ett icke-talande barn? Ett svårt rörelsehindrat barn? Ett blint barn? Utmaningarna var många och ibland fick Christina göra egna, anpassade uppgifter till grund för kvalitativa bedömningar.

När testmetoderna efterhand förnyades och utvecklades gavs helt andra möjligheter att göra utredningar, som gav ledtrådar för kommande insatser. Flera olika funktioner kunde också mätas och bedömas.

### Barn med förvärvade hjärnskador

Efter några år på habiliteringen i Malmö och ett par år med elever med epilepsi började Christina arbeta på BRH i Lund. Där är målgruppen barn/ungdomar med förvärvade hjärnskador. Barn tas emot tidigast från tvåårsåldern, då det måste kunna påvisas

att det efter en normal utveckling har inträffat något, som gjort att utvecklingen avstannat. Barnet ska vara medicinskt färdigbehandlat.

Hjärnskadorna kan vara lätta, medelsvåra eller svåra. Man skiljer på traumatiska skador (yttre orsaker genom trafik, ridning, drunkning, våld, skottskador) och medicinska skador (genom encefalit, meningit, hjärnblödning, hjärntumörer etc.) Remisser kommer från lokala habiliteringar, sjukhus, distriktsläkare. Egenremisser tas emot. Man tar emot 40 rehabiliteringsbarn. Det finns 6 vårdplatser med möjlighet för föräldrar att bo med sitt barn under utredningen.

Följande yrkesgrupper finns representerade i verksamheten: Psykolog, arbetsterapeut, barnskötare, logoped, specialpedagog, läkare, dietist. Rehabiliteringen bedrivs inom fyra kompetensområden: Nutrition, Uroterapi, Kommunikation och Rehabilitering.

### Nutrition en viktig fråga

Området rör barn som inte kan tugga, barn som inte kan svälja, barn som inte vill äta, barn som matas med sond, barn som inte känner mättnad pga. neurologiska skador och där föräldrarna behöver hjälp med gränssättning. I vissa fall kan det handla om att hålla ett barn/ungdom vid liv! Nutritionsteam, i vilket psykologen ingår finns runt barnet. På nutritionveckor kan föräldrar få hjälp och stöd i de många och svåra frågor som behöver hanteras.

*Uroterapi* är ett område där psykologen ibland deltar i arbetet i synnerhet då det gäller tonåringar med ryggmärgsbräck. Sjuksköterskan är en viktig person i detta arbetsområde.

### Flera metoder för kommunikation

I arbetet med *kommunikation* har psykologen en viktig roll. Det är angeläget att komma in tidigt i barnets utveckling eftersom inlärningsförmågan är långsam och utdragen. Frågor om alternativ kommunikation (AKK) han-

teras. Det händer att föräldrar anser att det är onödigt med AKK då de ju förstår sina barn. Detta är förstås inte tillräckligt; barnet ska kunna kommunicera också utanför familjen.

För barn med olika funktionshinder finns idag flera metoder som möjliggör kommunikation ex. BLISS och ögonpekning då kommunikationen sker med hjälp av infrarött ljus och bilder. Christina fick lära flera metoder för att bl.a. kunna genomföra bedömningar och kommunicera med barnen.

### Att hitta barnets nivå

Det fjärde kompetensområdet är *neuropsykologisk testning*. Dagens testmetoder är betydligt fler och bättre än tidigare, vilket underlättar både utredningar och kommande insatser. Inom BRH:s målgrupp finns flera svårutredda barn med multihandikapp, där psykologen får göra kvalitativa bedömningar och använda annat material än konventionella test. Ibland får man helt enkelt nöja sig med att hitta barnets nivå. Förutsättningar för tillförlitliga bedömningar är emellertid betydligt bättre på BRH än på habiliteringen genom att psykologen kan anpassa testtillfällena och testtider till barnets dagsform. Generellt kan man säga att bedömningar av dessa barn är svårare och mer tidskrävande än med oskadade barn. Ofta gör Christina bedömningar tillsammans med specialpedagog som kan bidra med nya ingångar och även ge förslag till kommande pedagogiska insatser. Uppföljande utredningar görs efter ett år.

### Viktigt med samarbete kring barnet

Krisarbete med föräldrar en viktig arbetsuppgift. Även personalen måste vara väl insatt i krisreaktioner för att kunna ge ett professionellt bemötande.

Samarbetet mellan BRH, den lokala habiliteringen och skolan är naturligtvis central och oftast sker det utan konkurrenstänkande. Barnet behöver komma igång i sin skolverksamhet så snart som möjligt, då det bidrar till rehabiliteringen. Tyvärr drabbas också dessa barn av skolans bristande resurser.

Christina betonar vikten av samarbete i personalgruppen och med föräldrar och barn/ungdom. Familjens förmåga att hantera en ny livssituation

med ett skadat barn sätter naturligtvis gränser. Det händer att föräldrar inte kan acceptera att barnet/ungdomen har ett bestående handikapp vilket naturligtvis får konsekvenser.

### En hjärnskada sätter alltid spår

På sitt lättsamma, sakliga sätt säger Christina att det alltid går att leva med en hjärnskada och att en neuropsykologisk förståelse underlättar. Men hon betonar att en hjärnskada alltid sätter spår. Den läker inte ut. Det är alltid svårt att säga vilka konsekvenser en skada får. Stora skador kan få små konsekvenser medan små kan få stora, vilket är en paradox. Vakenheten på-

verkas alltid liksom tempo och energitillgång. Hjärntrötthet och långsam processhastighet blir ofta konsekvenser. Arbetsminnet blir nästan alltid stort vilket också får konsekvenser för långtidsminnet.

Christina var den första psykologen på BRH. Idag finns det fyra stycken i verksamheten med en av dem som chef. Nu efter pensioneringen handleder Christina psykologerna.

Vi många seniorer, som hade nöjet att lyssna till Christinas föredrag tackade med en varm applåd, presentkort och liten blomma.

*Elisabeth Almroth*

## Höstutflykt till Ystad

Seniorpsykologerna i söder inledde hösten med en utflykt till Ystad i början av september.

Vi började vår Ystadsvisit med ett besök i den medeltida Mariakyrkan.

S:ta Mariakyrkan byggdes på 1200-talet som en basilika i romansk stil med tre skepp. Kyrkan har byggts om flera gånger och i vissa delar karaktäriseras den av sengotisk stil, andra delar har renässansprägel. I kyrkan finns många medeltida träfigurer, gamla gravstenar, epitafier och rikt snidade kyrkbänkar.

Sedan förflyttade vi oss i sakta mak via Östergatan, en trivsamt gågata till den vegetariska restaurangen Helsa på Kafe, där vi åt lunch. Vi satt utomhus i en kringbyggd skånegård från 1800-talet och njöt av en härlig sensommarsol.

Efter lunchen tog vi oss till Ystads

Konstmuseum, som har fina samlingar med skånsk konst. Här finns målningar av GAN, Inger Ekdahl, Bertil Herlow Svensson, Leo Reis, Torsten Esbjörnsson, Bengt Orup. Dessa kompletteras av dansken Richard Mortensen och ett par 40-talsverk av Olle Bonniér. Det danska och bornholmska är väl företrätt på konstmuseet av t ex Oluf Höst. Konstmuseet har också en omfattande samling och ett arkiv över trägravören Karin Persson, en stor samling målningar av Hans Billgren. Fotografen Carl Fredrik Ohlsson är rikt representerad.

Vi var inte så många denna gång, men vi hade en fin dag i ett mycket trivsamt Ystad.

*Anders Hallborg*

## En härlig dagsutflykt på Söderslätt och Malmöoperan den 14 maj.

Seniorerna i Södra regionen inledde dagen med en utsökt lunch på Ängavallens gård. Efter lunchen fick vi en entusiastisk presentation av Ängavallens verksamhet. Den gavs av Niclas Nordström, son till grundaren av familjeföretaget. Verksamheten bygger på en konsekvent genomtänkt ekologisk grund, och präglas av en stor respekt för djur och natur.

Så for vi till Håslövs kyrka som ritades av Helgo Zettervall på 1870-talet. Den kallas ibland för Katedralen på Söderslätt, och ersatte en gammal förfallen kyrka på samma plats. Man byggde en mycket stor kyrka eftersom det fanns planer på att Håslöv skulle bli en trafikknutpunkt. Så blev inte fallet, men kyrkan var byggd. Seniorerna visades runt av kyrkväktaren Kristina Knutsson som var mycket kunnig och som var glad för sitt arbete.

Efter en stunds förfriskningar hemma hos Ingrid på Ängslätts fantastiska gård for vi vidare till Hallongården, där vi kunde äta eller fika eller handla av deras produkter. Dessa är helt baserade på de egna hallonodlingarna. Det är en ganska stor verksamhet; det är Trelleborgs näst mest besökta turistmål – efter Smygehuk.

Så blev det avfärd till Malmö för dem som skulle se och höra Trollflöjten. Vi var ganska många som orkade detta också och det var en fantastisk föreställning.

Det var en dag med strålande vårväder, varierande programpunkter och upplevelser man oftast bara kör förbi. Alla var inte med hela tiden, men vi var många seniorer – 26 seniorer totalt.

*Anders Hallborg*



Foto: Kjell Lundin

Skånes södra kust i höstljus.

# Regionernas vårprogram 2014

## Norra

### Program Våren 2014 Uppsala-avdelningen

#### Januari-februari

Lokal: Samariterhemmet, Uppsala

Studiebesök på Habiliteringen för barn och vuxna i Uppsala län

#### Mars

Måndag den 3 mars  
Kl. 18

Ett spännande program tillsammans med Alumniföreningen

Lokal: Blåsenhus, Uppsala

#### April

Musikalisk och litterär salong i hemmiljö  
Värdar: Alf Gabrielsson och Hans Åberg

#### Maj

Preliminärt tisdag  
den 27 maj

Kombinerad seglings- och vandringstur i Mälaryttern och dess omgivning

Närmare uppgifter om tid och plats kommer att meddelas så snart det blir klart. För alla tillfällen, information och föransmälningar till Hans Åberg, [hans@hansaberg.se](mailto:hans@hansaberg.se)

Vi vill också pålysa att studiedagen och årsmötet för seniorpsykologer i hela landet i år kommer att äga rum i Göteborg den 9 maj. Vi förbereder eventuell samåkning från Uppsala.

#### Programkommittén:

Inga Hedberg-Sowa  
Hans-Olof Lisper  
Anita Olsson  
Margareta Sanner och  
Hans Åberg

## Södra

### Program Våren 2014

Onsdag 5 februari  
Kl. 15.30 – 17.00  
Södra Lasarettsområdet

Seniorföreningen träffar studenternas förening, Lundapsykologerna för ett erfarenhetsutbyte och eventuellt samarbete.

Onsdag 12 mars  
Kl. 15.30–17.00  
Rum P 206,  
Institutionen för psykologi, Lund

Vad tycker vi – psykologseniorerna?  
Diskussion kring aktuella ämnen utifrån vår livs- och yrkeserfarenhet. Leg. psykolog Sven-Lennart Lindlöf och leg psykolog Bertil Norbeck inleder

Torsdag 10 april  
Kl. 15.30–17.00  
Konferensrummet,  
P 124, Inst. för psykologi, Lund

Föräldrar – Förskola. Historiska ambitioner och nutida dilemman  
Professor Ingegerd Broman-Tallberg

Tisdag 22 maj  
Kl. 11.00–ca 15.00

Vårutflykt  
Vi samlas vid ingången till Slottsparken kl 11 för att njuta av Rhododendronblomningen och en gemensam lunch

Mycket välkommen!

#### Programkommitté:

Elisabeth Almroth tel: 075-555 68 33  
Anders Hallborg tel: 0736-166 054  
Anna Lindström Chylicki tel: 046-14 96 68  
Bertil Nordbeck te.: 044-24 18 44

Fortsättn. från sid. 11, **Norra**

rekt eller via föräldrarna berördes, liksom glädjen och lusten över att just få ägna sig åt barn, kliniskt och forskningsmässigt.

Kontakter har under hösten ägt rum även med grupperna av seniorpsykologer i Sundsvall och Umeå, liksom med yrkesföreningen Sveriges Forensiska Psykologer.

Den 17 december. Jullunch med knytkalas hos Anita Olsson, med gott och hemlagat, med gamla och nya jul- och snapsvisor.



## Noterat under Förbundskongressen

Till kongressen hade studenter lämnat in en motion om "Studenters möjlighet till mentorskap av legitimerade psykologer under sin psykologutbildning". Förbundsstyrelsen ställde sig positiv till motionen, och man tänker arbeta med frågan under kommande kongressperiod.

Men i sitt svar skriver man att "initiativ och utformning ska ske i dialog mellan universiteten och yrkesverksamma psykologer." Det påpekades att den formuleringen utestänger förbundets tusen kanske mest erfarna psykologer – seniorpsykologerna. Förbundsstyrelsen lovade att ändra skrivningen och stryka ordet "yrkesverksamma". Motionen bifölls.

Anders Hallborg

Ingrid Göranssons upplevelser av och synpunkter från kongressen kommer i nästa nummer av SeniorPsykologen.



## Västra

### Program Våren 2014

- Onsdag 29 januari  
Kl. 14.30 – 16.30  
**Hela människan – den kreativa ingången**  
Leg. psykolog och leg. psykoterapeut Åke Högberg presenterar sin bok
- Onsdag 26 februari  
Kl. 14.30 – 16.30  
**Västerländsk och österländsk filosofi**  
Prof. emeritus Jan Bärmark, Göteborgs universitet
- Onsdag 26 mars  
Kl. 14.30 – 16.30  
**Vad har du varit med om? Om rädsla, utsatthet, skam och skamlöshet.**  
Leg. psykolog och leg. psykoterapeut Bengt Hedberg reflekterar kring sin bok.
- Freitag 9 maj  
Kl. 10.00 – 10.30  
Kl. 10.30 - 10.40  
Kl. 10.40 – 13.00  
Kl. 14.00 – 15.00  
Kl. 15.00 – 15.45  
Kl. 16.00 – 17.00  
Kl. 19.00  
**Studiedag med efterföljande årsmöte**  
i Göteborg  
Registrering och kaffe  
Ordföranden hälsar välkommen, studiedagen presenteras  
Psykologiska inst. presenterar senaste forskning.  
Birgitta Rydén presenterar mödra-barnhälsovårds-psykologernas jubileumsskrift  
Information från psykologförbundet  
Årsmöte  
Gemensam middag

Anmälan till studiedag och gemensam middag senast den 28 april till Gerty Fredriksson tel 042-20 17 21, gerty.fredriksson@comhem.se

- Onsd. 28 maj  
**Utflykt med lunch till en skärgårdsö.**  
Konferensrummet, vån 3, psykologiska inst. i Göteborg  
Vi samlas till en kopp kaffe i kafeterian kl. 14.00

- Programkommitten:**  
Allan Bergman tel: 031-46 51 08  
Anita Berntsson tel: 031-16 49 57  
Ulla Davidsson tel: 031-26 30 53  
davidssonulla@gmail.com  
Gerty Fredriksson tel: 042-20 17 21  
gerty.fredriksson@comhem.se  
Åke Högberg tel: 0708-69 99 78  
hogbergake@gmail.com  
Torbjörn Stockfelt tel: 031-711 80 55  
torbjorn.stockfelt@telia.com

## Östra

### Program Våren 2014

- Onsdag 22 januari  
Kl. 12.45  
**Vi besöker Almgrens Sidenväverimuseum**  
Repslagargatam 15A. Visning kl. 13.00 av museet.  
Svenska Shiborisällskapet har dessutom utställning.
- OBS!**  
*Vi återgår nu till att ha våra möten på TORSDAGAR!*
- Torsdag 20 februari  
Kl. 16.45  
**Life Span Integration Therapy**  
Charlotta Lindahl, leg. psykoterapeut berättar om en ny psykoterapimetod
- Torsdag 20 mars  
Kl. 16.45  
**Doftsinnets och den åldrande hjärnan**  
Jonas Olofsson, docent vid psykologiska institutionen berättar
- Torsdag 24 april  
Kl. 16.45  
**Konsten att rädda liv: om att förebygga självmord**  
Ullakarin Nyberg, cancerläkare, psykiater och forskare föreläser
- Torsdag 26 maj  
**Vårutflykt till Psykiatrimuseet på Ulleråker Uppsala**  
Mer information i nästa nummer av Seniorpsykologen

Vi träffas om inte annat anges i Psykologförbundets lokaler, Vasagatan 48. Var och en tar med sig något att äta. Vin finns till självkostnadspris.  
Kolla gärna programmen i Psykologtidningen för ev. ändringar.

**VARMT VÄLKOMNA!**

*Östra regionens programkommitté*

- Ulla Bonnevier tel: 08-39 38 75  
Birgit Lundin tel: 08-731 98 72  
Brita Tiberg tel: 08-754 48 69  
Ulla-Britt Selander tel: 08-642 58 34  
Agneta Zotterman-Molin tel: 08-753 04 38  
E- post: agnetaz@hotmail.com

*Glöm inte  
att betala medlemsavgiften,  
100 kr för 2014!*

Rubriken "Medlemsregister" utgår i detta nummer p.g.a. omläggning men återkommer i nästa nummer med ny information.

## Varför vara kvar i Psykologförbundet efter pensioneringen?

Svaret är enkelt. Därför att du är intresserad av psykologi, av vad som händer både på fältet och inom forskningen. Du är nyfiken på åt vilket håll utvecklingen går och vill hålla dig ajour med det nya. Och du får Psykologtidningen som utkommer med 10 nr/år.

Psykologförbundet är ett gemensamt forum för psykologer nu och i framtiden. Du är psykolog även om du inte är yrkesverksam som sådan.

Ett andra skäl är att du då kan bli medlem hos oss Seniorpsykologer. Vår förening är mötesplats för alla riktningar inom psykologkåren. Du är välkommen på våra regionala möten som bjuder på varierande innehåll och social gemenskap. Och, om du vill, delta i föreningsarbetet. Du får också vår medlemstidning SeniorPsykologen som utkommer med tre nummer per år.

## Stora Psykologpriset till Siv Boalt Boethius

SeniorPsykologen vill gratulera psykolog och professor Siv Boalt Boethius, som i oktober i år fick ta emot Stora Psykologpriset på 100.000 kronor. Motiveringen löd:

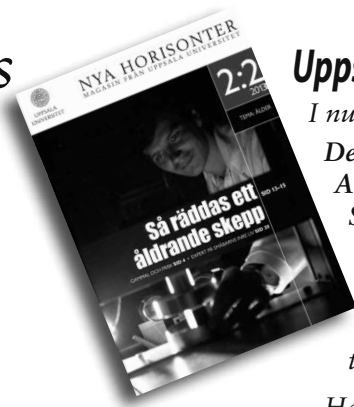
”Med sitt mångåriga arbete som praktiker och forskare har professor emerita Siv Boalt Boethius bidragit till att sprida psykologisk kunskap till många olika yrkesgrupper. Hennes arbete inom organisations- och grupputveckling har varit en pionjärgärning som bl.a. lett fram till en tvåårig utbildning i organisationspsykologi. Siv Boalt Boethius har också under många år gjort avgörande insatser inom området terapi och behandling av barn och unga.”

## Nya hedersledamöter

Vi har också fått två nya hedersledamöter i Psykologförbundet, Henry Egidius och Gunn Johansson. Båda har under många år bidragit till att utveckla och sprida psykologisk kunskap genom forskning och författandet av många böcker i psykologiämnet.

Vi är glada och stolta över att alla tre är medlemmar i vår förening.

## Lästips



### Uppsala universitet ger ut Nya horisonter.

I nummer 2:2 2013 var temat ålder. Där fanns bland annat:

*Det friska åldrandet – både gener och livsstil*

*Alzheimer – snart ett minne blott!*

*Språkbyte på äldre dagar*

*Kunskapslyft om äldre HBT-personer*

Magasinet kan beställas kostnadsfritt: Kommunikationsenheten, Uppsala universitet Box 256, 751 05 Uppsala eller tas hem som PDF på adressen [www.uu.se/nya-horisonter](http://www.uu.se/nya-horisonter).

Hans-Olof Lisper



## Seniorpsykologerna Sveriges Psykologförbund

**Brita Tiberg**, ordförande, Solängsvägen 45,  
192 54 Sollentuna, 08-754 48 69, mobil 070-739 85 95.  
E-post: [brita.tiberg@telia.com](mailto:brita.tiberg@telia.com)

**Ulla-Britt Selander**, vice ordf. Vintertullstorget 44,  
116 43 Stockholm, 08-642 58 34, mobil 073-600 15 67.  
E-post: [ulla-britt.selander@comhem.se](mailto:ulla-britt.selander@comhem.se)

**Gerty Fredriksson**, sekreterare, Badhusgatan 6,  
252 21 Helsingborg, 042-20 17 21.  
E-post: [gerty.fredriksson@comhem.se](mailto:gerty.fredriksson@comhem.se)

**Hans-Olof Lisper**, kassör, S:t Olofsgatan 50 B,  
753 30 Uppsala, 018-60 20 64.  
E-post: [hans-olof.lisper@psyk.uu.se](mailto:hans-olof.lisper@psyk.uu.se)  
Seniorpsykologernas Plusgiro 434 01 51-2

**Agneta Zotterman-Molin**, Mörbydalen 16, 6 tr,  
182 52 Danderyd, 08-753 04 38, 0248-404 33 F,  
mobil 070 - 658 52 48. E-post: [agnetaz@hotmail.com](mailto:agnetaz@hotmail.com)

**Anders Hallborg**, Hantverksgatan 42, 227 36 Lund,  
mobil 0736-166054, E-post: [anders.hallborg@swipnet.se](mailto:anders.hallborg@swipnet.se)

**Ann-Marie Frisendahl**, Zakrisvägen 4, 913 35 Holmsund,  
090-23 456. E-post: [frisendahl@telia.com](mailto:frisendahl@telia.com)

Redaktör SeniorPsykologen: **Birgit Lundin**, Lejonvägen 29,  
181 32 Lidingö, 08-731 98 72, mobil 070-497 57 17.  
E-post: [bi.lundin@glocalnet.net](mailto:bi.lundin@glocalnet.net) (OBS! fr.o.m. 1 jan 2014  
ny e-postadress: [bi.lundin@telia.com](mailto:bi.lundin@telia.com)).