

Senior Psykologen

Årgång 16. 2:2013



Efter årsmötet och studiedagen – några tankar i sommarvärmen!

För mig är det alltid fantastiskt att uppleva något som ger en skön magkänsla – en lyckokänsla som är svår att förklara men något som berör och samtidigt känns helt rätt. En plötslig ilning av lycka. En njutning som uppfyller alla sinnen.

Jag kände så när vi besökte psykologiska institutionen i Stockholm den vårdagen i maj när allt var på vår sida. Parken insvept i grönska, nya Gösta Ekman-laboratoriet med alla finesser, Brunnsviken glittrande och fågelsången bedövande, världshuset Kräftan med dess goda lunch och nya Psykoterapimottagningen. Man fick lust att bli student igen!

Årsmötet med skicklige klubbföraren William Petterson genomfördes elegant med redogörelser, frågor, önskningspunkter på vad vi behöver göra i styrelsen och påverka i förbundet – vi återkommer i höst! Protokollet finns med på sid. 16 i tidningen.

På kvällen blev den goda middagen på Gondolen med skön utsikt över Strömmen med dess blå vatten och idoga, vita båtar en lättsam avslutning på denna innehållsrika dag.

Sommaren blir som den blir, antingen storm, regn och åskväder eller sol, värme och milda vindar. Ingenting går att förutsäga men förmodligen blir det både och. Den är vår mest efterlängttade årstid och det är då vi har möjligheten att vila ut! Gör det! Hur än vädret blir!

Drömmen om den perfekta sommaren upphör aldrig!

I augusti vet vi svaret!

Programmen för hösten ger oss nya infallsvinklar, vi ses då!!

Och kom ihåg att alla är välkomna till alla regioners program – bra att veta om du råkar ha vägarna förbi.

*Brita Tiberg
brita.tiberg@telia.com*

I detta nummer:

Rapport från årsmöte och studiedag	2
Spännande forskning och omfattande terapiutbud vid psykologiska institutionen	2
Dofter väcker tidiga minnen	2
Bullrig ljudmiljö i fokus	3
Omfattande psykoterapi vid "Psykologen"	4
Information från Psykologförbundet	4
Rapport från Mödra- och barnhälsovårdspsykologernas höstkonferens 2012	5
Några reflektioner kring affektreglering, affektintoning och intersubjektivitet	8
<i>Rapporter från regionerna</i>	10
Östra	10
Erfarenheter av mentorskap – omedelbara effekter och varaktiga spår	10
Det friska åldrandet	11
Västra	12
Möte med Jan Bärmark – ett möte som bär över vidsträckt marker	12
Södra	13
Glädje, hopp, magi – om sjukhusclowners arbete	13
Norra	15
Segling och vandring på och runt Mälaren	15
Protokoll från årsmötet	16
Minnesord	17
Regionernas höstprogram 2013	18
Medlemsregister 2013	20

Rapport från studiedag och årsmöte i Stockholm

Spännande forskning och omfattande terapiutbud vid psykologiska institutionen

Fräsch grönska och strålände sol inramade vårt årliga möte för regionerna den 17:e maj, denna gång i Stockholm. Närmare bestämt på psykologiska institutionen vid Stockholms universitet som övertagit Skogshögskolans lokaler vid idylliska Brunnsviken. Vi var omkring 30 personer som fick ta del av det välmatade program som institutionens prefekt och forskare sammanställt åt oss.

Vi samlades i Gösta Ekman-laboratoriet där vår ordförande Brita Tiberg hälsade välkommen. Sedan tog Ann-Charlotte Smedler, sagda prefekt, över och informerade om institutionen och

om det arbete som bedrivs där. Psykologiska institutionen är en stor institution med 170 personer på lönelistan. Mejllistan omfattar c:a 200 personer inkluderat forskare och professorer em. Det sker en omfattande forskningsverksamhet med spännande resultat.

För studenterna finns c:a 1000 årsstudieplatser. Till skillnad från flera andra institutioner har man många sökande. Här bjuds på utbildning i kognitiv, biologisk och klinisk psykologi, perceptionspsykologi, arbets- och organisationspsykologi samt social- och utvecklingspsykologi. Verksamheten är uppdelad i psykologprogrammet, psy-



koterapiprogrammet, forskarutbildningen samt enstaka kurser i psykologi och olika kommittéer.

Därefter fick vi träffa tre forskare på laboratoriet som representerade var sin forskningsinriktning som handlade om dels samband mellan luktförmåga och kognitiv förmåga, dels om hur ljud och buller påverkar oss samt om känsloeffekter på uppmärksamhet och minne. Vi blev indelade i tre grupper.

Bullrig ljudmiljö i fokus

Docent Mats Nilsson berättade om sin forskning kring ljudmiljöer. Frågor som, hur reagerar människor för buller i boendemiljön är aktuella. Hur ska ljudmiljön se ut för att vi ska må bra? Man vill i projektet inte enbart fokusera på störande faktorer utan även undersöka vad i ljudmiljön som kan få oss att må bra. En positiv vinkling alltså. Som verktyg för denna forskning har man en modell av en människa med inbyggd mikrofon för att spela in ljud så det ska efterlikna verkligheten så mycket som möjligt.

Man har också studerat flygbuller på uteplatser, sju svenska flygplatser har granskats. Det finns dock olika syn hos myndigheterna, säger Mats, om vad som är skadlig bullernivå. Här handlar det om nybyggnationer, var man får bygga eller ej.



Psykologiska institutionens prefekt, Ann-Charlotte Smedler, informerade om arbetet som bedrivs vid institutionen. Utbildningen sker i kognitiv, biologisk och klinisk psykologi, perceptionspsykologi, arbets- och organisationspsykologi, social- och utvecklingspsykologi samt i psykoterapi.

Rapport från studiedag och årsmöte i Stockholm



Docent Jonas Olofsson menar att luktsinnet är underskattat. Lukten signalerar före smaken hur maten smakar.

Dofter väcker tidiga minnen

Docent Jonas Olofsson, som undersöker samband mellan doftförmåga och kognitiv förmåga, berättade att dofter kan skapa bilder i hjärnan och att lukter som väcker tidiga minnen också kan bli möjliga att bearbeta psykologiskt. Man har också funnit att sämre luktsinne kan ge ökad risk för att drabbas av Alzheimers sjukdom. Det är då en specifik gen som det handlar om.

Enligt Jonas är luktsinnet underskattat. Oftast är det lukten före smaken som signalerar hur maten smakar. Då luktsinnet blir dåligt kan det medföra att man förlorar matlusten, något som ofta drabbar äldre personer på sjukhus.

Forskargruppen har gjort ett "doftspel", som ett slags Memoryspel med syfte att pröva om det går att träna upp sitt luktsinne. Det är en maskin

med sexton olika delar som var och en kan prepareras med olika dofter som sedan ska bedömas av försökspersoner. Försöken startar snart och de av oss som var intresserade kunde anmäla sig som försökspersoner. Vi fick också prova på att känna på dofter och med tre alternativ försöka avgöra vad det var.

Elektronisk "badmössa" avslöjar allt



Professor Stefan Wiens är intresserad av hur känslor påverkar uppmärksamhet och minne.

Professor Stefan Wiens forskar om emotioners effekter på uppmärksamhet och minne. Han är intresserad av kopplingen mellan fysiologi och psykologiska funktioner. Enligt honom kan man idag mäta allt bl.a med hjälp av en slags "badmössa". Denna mössa, som har massor av hål för elektroder, träs över försökspersonens huvud. Sen anbringas ett varierande antal elektroder som registrerar och förmedlar hjärnvågor till en dator. Hjärnan är oerhört snabb att registrera t.ex. ljud. Sorterar ut mening, tolkar det och placerar in i rätt sammanhang.

Då det gäller känslor registreras dessa omedelbart även fysiologiskt. Vi tror kanske att vi inte visar något utåt men det är fel. Man har gjort försök med att placera elektroder på ansiktsmuskulaturen och funnit att även om försökspersonen ser helt oberörd ut så ger elektroderna utslag. Man har

också kollat hur snabbt fp läser av ansiktsuttryck genom att visa bilder av ansikten med olika uttryck i dator. Försöken visar att hjärnan registrerar det man ser innan man blir medveten om det.



Efter denna väldigt intressanta förmiddag var det dags för lunch på restuarang Kräftriket vid Brunnsvikens strand. En välbehövlig paus för att smälta all information.

Omfattande psykoterapi vid "Psykologen"

Eftermiddagen inleddes med att Aina Lindgren, psykolog, psykoterapeut och verksamhetsansvarig samt Thomas Lindgren, fil dr och psykolog gav en fyllig redogörelse för den utbildningsverksamhet och forskning som bedrivs inom Psykoterapiprogrammet. Verksamheten i dess nuvarande form har funnits sedan 80-talet. Omkring 120 studenter bedriver terapi med c:a 3500 besök årligen. Man erbjuder både KBT och PDT. Både studenter och klienter får välja vilken terapiform de föredrar och fördelningen är c:a 50 procent av respektive terapiform.

Undervisningsdelen omfattar, förutom introduktion, handledning i 120 timmar under terminerna 7–9. Det är grupphandledning med fyra personer i varje grupp. Behandlingsdelen kan omfatta både lång- och korttidsterapi, dock ej längre än tre terminer. Många klienter kommer via Vårdguiden, Studenthälsan eller genom tips från tidigare klienter. Man gör ej



Fotograf under studiedagen: Hans-Olov Lisper

Thomas Lindgren och Aina Lindgren, verksamhetsansvarig, berättade om den utbildning och forskning som bedrivs i psykoterapiprogrammet.

psykologutredningar. De 50 timmar egenterapi som är obligatorisk för studenterna ska vara klar senast termin 6. Terapeut till sin egen terapi söker studenterna utanför institutionen.

Krävande kursavsnitt

Alla terapissessioner videofilmas. Hur man gör om någon visar sig olämplig som terapeut är en svår och delikat fråga men händer väldigt sällan enligt Aina och Thomas. De pekar också på att terapikursen är en krävande kurs för studenterna. Många deltidsarbetar, man ska skriva journaler, titta på sina videofilmer och få handledning. Klienterna väljs ut med tanke på problematik som passar för utbildnings-

ändamål. Ej allvarliga symtom, ej missbruk eller psykos. Vanlig klient är kvinna mellan 35–40 år med relationsproblem, ångest, lättare depression eller nedsatt självkänsla.

Utökad forskning planeras

Som klient måste man ge sitt samtycke både till att terapiamtalen spelas in på video och att materialet används till forskningsändamål. Man vill utöka forskningen genom att även videospela handledningen för att också dokumentera lärandeprocessen. Då kan data från klienten, terapeuten och handledaren ge ett multiperspektiv.

Information från Psykologförbundet

Förbundssekreterare Mahlin Lenerius berättade att just nu har förbundet den kommande psykologkongressen i höst som primärt fokus. Man arbetar på att ta fram underlag till kongressarbetet. Det finns f.n. 36 motioner att ta ställning till för kongressen. En proposition från förbundet handlar om organisation och om specialistutbildningen.

Flera trycksaker har producerats sedan senaste kongressen. "Jag känner mig så konstig" som är en bok med frågor från klienter och svar från terapeuter, "En bok för vem som helst" och "Håll koll på titlarna" är ett par andra exempel.

I diskussionen efteråt påpekades att förbundet borde göra reklam för att även pensionerade psykologer har glädje av att vara kvar som medlemmar.



Förbundssekreterare Mahlin Lenerius gav information om förbundets verksamhet. Här tillsammans med ordförande Brita Tiberg.

Detta inte minst med tanke på att för medlemskap i Seniorpsykologförbundet krävs att man är medlem i Psykologförbundet.

Efter årsmötet, se protokoll på sidan 16, avslutades dagen med gemensam middag på restaurang Gondolen.

Birgit Lundin

Barnets perspektiv - till vardags och när omgivningen brister

Så var titeln på mödra- och barnhälsovårdpsykologernas nationella konferens i höstas, 2012, i Stockholm. Innan det blir dags för nästa konferens i början av hösten 2013 vill jag dela med mig av några tankeställare som jag fick vid konferensen om barnets perspektiv. Barnperspektiv talar vi mycket om. Många bland oss psykologer som har arbetat i olika verksamheter riktade mot barn har säkerligen haft ett barnperspektiv. Vi har velat ordna det så bra som möjligt för barnen i verksamheten. I samhället i stort talas det om barnperspektiv, inte minst när ekonomiska resurser skall fördelas. Och det är mycket gott i det. Men om vi skulle fråga barnen, att verkligen ta reda på hur de uttrycker sin bild av verkligheten, då handlar det om barnets perspektiv, vad de tycker och tänker och hur de förmedlar sina åsikter till oss vuxna. Hur ofta frågar vi efter barnens synpunkter och hur ofta sätter vi oss in i vad de säger, vad de svarar om vi vuxna frågar? Sätter vi oss på allvar in i vad de säger?

Lyssna på barnen

Elisabeth Arnér, fil. lic. i pedagogik vid Örebro universitet, har ställt frågor direkt till barn för att höra deras åsikter, om hur de har det i förskolan, om vad de vill ändra på, hur deras förslag ser ut och vad de tycker om de andra barnen i gruppen, om fröknarna och om att vara på dagis. Hennes bok "Barns inflytande i förskolan - en fråga om demokrati" gavs ut 2009 på Studentlitteratur och före den kom "Barns syn på vuxna - att komma nära barns perspektiv" (2006, Studentlitteratur).

Det Elisabeth Arnér vill förmedla - och det gör hon på ett medryckande och införstått vis - är att vi sällan riktigt sätter oss in i vad barn uttrycker och säger. Vi lyssnar, kanske med ett halvt öra, förhoppningsvis är vi någorlunda närvarande och svarar och tar till oss vad barnet säger, men inte sällan utifrån en attityd: "så fint

du säger", "det var bra att du tycker så" osv. Men bryr vi vuxna oss om att förändra barnets vardag efter deras önskemål? Och då inte för att man inte orkar säga nej som lärare eller förälder.

Bekvämt att säga nej

Det handlar inte om det. Hennes studier visar att det är vanligt att pedagoger ofta säger nej. Både för att det är bekvämt att inte behöva sätta sig in i något nytt sätt att tänka eller behöva förändra en rutin. Eller - och det är det vanligaste - att man som lärare i en grupp med andra inte vågar tänka till och ta ett nytt beslut för man är rädd

”

*viktigt att visa respekt
för barnens initiativ och
synpunkter*

för vad kollegerna skall tycka. De har ju tillsammans bestämt hur rutinerna skall vara. Och då kan jag som pedagog väl inte lyssna på barnen och göra något annat än det vi kommit överens om, även om jag vid tillfället själv har ansvaret för gruppaktiviteterna. Man kan också säga nej för man är rädd för att tappa kontrollen om man skulle låta barnens förslag gå igenom. Som när barnen ville ta ut vatten på gården. Nej! Men varför nej? Elisabeth Arnér höll seminarier i två år med förskollärare och man prövade att förändra sitt arbetssätt. Barnen fick ta ut vatten och fick igenom andra förslag. Och då visade det sig att de blev koncentrerade, kreativa, glada och uthålliga, en märkbar skillnad. Hon menar att det är viktigt att visa respekt för barnens initiativ och synpunkter. Och inte minst reflektera över den maktutövning som vi vuxna utsätter barn för. Det är våra initiativ som gäller, vad vi har lust till, vad vi har bestämt, vad vi tycker är bekvämast.

Släpp invanda rutiner

Hon gav några andra exempel från barnens vardagsmiljö i förskolan. På lärarens fråga "vad tycker ni att vi skall göra nu?" var svaret "vi vill gå ut och leka". Då var svaret: "men det kan vi inte göra nu, utelek har vi inte den här tiden". Det visade sig att det blev en lättare stämning och fungerande lek när man prövade modellen att barnen fick föreslå aktivitet istället för att följa uppställda rutiner. Det gick alldeles utmärkt att ha utelek på andra tider än de beslutade. Kreativiteten blomstrade. Ett annat exempel var snickarbänken. "Fröken, kan vi inte flytta ut den så många får plats?". "Men den har ju sin plats vid väggen". När bänken sedan flyttades ut fick flera plats och det blev en grupp som kunde arbeta tillsammans.

Elisabeth Arnér gav exempel också på hur relationerna i gruppen kan förstås och utvecklas om var och en i gruppen får möjlighet att uttrycka sin syn både på den vuxne, fröken, och sina jämnåriga och vad som händer i gruppen. Flera av oss som arbetat med barn kände igen en del exempel, bl.a. hur lätt det är för vuxna att sätta etikett på barn, "han är så bråkig". Ja, men varför?

Uppmärksamma barnets känslor

När en vuxen tar sig tid och sätter sig och talar med Kalle, i det här fallet, och försöker förstå varför han "är så bråkig" så gav det mycket att tänka på. Barn kan bli störda av mycket som vi vuxna inte tänker på: de kanske blir avbrutna i sin aktivitet, blir avvisade av fröken eller något barn, blir inte sedda i det lilla, kanske när de försöker visa något för de andra men inte når fram, ingen såg att Kalle ville något särskilt. Han får uppmärksamhet bara när han bråkar. Det är inte ovanligt att även en välvillig vuxen avfärdar barnet.



Fortsättning sid. 6

T.ex. om ett barn gråtande kommer och säger: "hon/han slog mig". Då är det vanligt att den vuxne säger: "det är nog inte så farligt". Ofta med en följdmening: "kom så går vi och ser vad de andra gör". Men barnets känslor, varför togs inte de på allvar och varför brydde sig den vuxne inte om att ta reda på vad som hände. Det är nog inte bra för barnet som slog heller, att inte uppmärksamma. Hon/han skulle också behöva berätta om vad som skedde. Visst, menar Elisabeth Arnér, detta förhållningssätt kan ta extra tid, men det ger en annan grupp som är mer stimulerande och engagerande att arbeta med. Det kan behövas att den enskilde läraren vågar ta sällning mot systemet, vanemönstret som så ofta sätter sig fast i skolor, förskolor ja, inom våra olika organisationer.

Hon redovisar en dansk studie som visar att vuxna skåller på barnen varje dag. Hur känner sig barnen i gruppen när den vuxne skåller? Tar vi reda på hur barnen upplever detta? Vad går varje barn och bår på under en sådan dag med mycket skåll? Ingen tar reda på det. Ofta råder sådan bryskhet, krånkning, envågskommunikation och tillrättavisande nästan vanemässigt i vissa inrättningar. Och, menar Elisabeth Arnér, som själv arbetat som förskollårare i många år, sedan som arbetsledare för förskollårare, innan hon började forska och blev universitetslårare, mycket små barn är också människor och de kan kommunicera på sitt sätt.

Ett relationellt perspektiv

Hon önskar att alla lårare och andra vuxna i kontakt med barn har ett relationellt perspektiv och inte ett punktuellt i sin syn på barn. Punktuellt, det är att hålla sig till sin bestämda uppfattning om ett barn och den rubbar man inte på: du är sån! Kalle är bråkig! Den relationella synen på andra: vi är inte utan vi blir i relationen till andra. Den synen ger barnet möjlighet att bli öppet och samspela med sin omgivning. Det punktuella seendet dömer ut. Det relationella inser att en människa svarar på hur hon blir bemött.

Förelåsaren avslutar med att ivra för samtal med barn. Låta barnet berätta.

Och detta gäller alldeles särskilt i nutid med allt för stora grupper och ofta mycket små barn i grupperna. Så viktigt att barnet får berätta, i förskolan och hemma. Vad har barnet att berätta efter en hel dag i förskolan borta från mamma och pappa? Säkert mycket. Vem lyssnar, och hur lyssnar vi vuxna på de smås berättelser? Även riktigt små barn kan berätta – på sitt sätt.

Spådbarns sätt att kommunicera

Den andra tankeställaren kom av en förelåsning som just handlar om de riktigt små barnen, hur mycket spådbarn kan berätta för oss vuxna och för jämnåriga om vi sätter oss in i deras sätt att kommunicera. Det var Anna Malmquist Saracino, socionom och legitimerad psykoterapeut som föreläste. Hon arbetar i Stockholm BUP i spådoch småbarnsteamet Mellanvård Sydost. Hennes förelåsning utgick från hennes rapport: "Spådbarn vill ha kul med jämnåriga: uppmärksamma, benämner och använder sig terapeuter av kraften i spådbarnens interaktion i gruppbaserad psykoterapeutisk relationsbehandling?"

Det handlar om gruppterapi med spådbarn och deras mödrar. Behandlingen omfattar en grupp med spådbarnen och deras mammor. Dessutom omfattar den individuella samtal med mamman och spådbarnet och ett familjesamtal då fadern är med, 1-2

gångar i månaden. Behandlingen erbjuds mödrar som inte får kontakt med sina barn, deprimerade mödrar och barn som visar på reglerings-svårigheter.

Spådbarn i grupp stimulerar varandra

Det viktiga är att barnet är med i behandlingen och det är tydligt hur barnen hämtar kraft i gruppen av sina jämnåriga. Anna Saracino visade videofilmer från sådana seanser och det är en brist att jag inte kan vidarebefordra upplevelsen av dessa filmsekvenser som så tydligt visar hur tidigt barn har glädje av varandra och hur sensitiva de är för varandras uttryck. Och som terapeuten kunde visa, så kunde ett ledset, dämpat och hämmat barn utvecklas i gruppen ofta långt innan mamman kunde uppleva och visa en förändring hos sig själv och i relationen till barnet. Och, menade terapeuten, så kunde kontakten, intersubjektiviteten i gruppen, hjälpa barnet med anknytningen till föräldern, modern. Genom att få trygghet och stimulans i gruppen med andra spådbarn så kunde barnet klara sig fastän mamman inte förmådde ge det gensvar som barnet sökte. Genom sin nyvunna glädje och aktivitet kunde barnet istället stimulera samspelet med mamman, så att låsningar kunde öppnas upp. Gruppen blev som en social överlevnad för det spåda barnet och kunde, inte ersätta



Vad berättar barnet efter en dag i förskolan? Och vem har tid att lyssna?

samspelet med modern, men bidra till att det vände till det positiva. Det är helt avgörande, menar Anna Saracino, att de positiva affekterna överväger i kommunikationen tidigt. Och så är inte fallet i alla de mor-barn-par där mamman t.ex. har en post partum depression. För dessa barn blev gruppen ett andningshål, en kompensation, men inte bara det, en glädje och stimulans som således kunde överföras till kontakten med modern och på så sätt rubba en stängd kommunikation.

”

Den store hade makten i gruppen. De andra försökte göra likadant

Det var roligt att titta på de här filmerna. T.ex. på barns beundran för det äldsta barnet ca 10 månader som kunde göra mer än de som var 7–8 månader. Den store hade makten i gruppen. De andra försökte härma och göra likadant. Det var inte att ta fel på det intresse som strålade ur ögon och den sprittande kroppen hos de andra när det stora 10-månadersbarnet kunde resa sig upp och fingra med ett spännande handtag på en dörr. Ett av de andra barnen, som kunde krypa men inte ställa sig upp, tog sig snabbt till dörren och gjorde alla försök att resa sig och nå handtaget. Och det ännu mindre barnet som inte kunde krypa gjorde allt för att försöka ta sig fram och på kort tid tog till sig kryprörelser och började krypa. De stimulerade varandra, inte minst blev ”den store” stimulerad av de andras beundran. De hade roligt under hela seansen. Och barn behöver ha roligt, de positiva affekterna måste överväga – varje dag i ett spädbarns liv. Om det inte är så, då är det oerhört viktigt att det ges sådana möjligheter så ofta som möjligt så att barnet får lustfyllda erfarenheter som bär över dagar som är tunga och olustiga till nästa gång då det blir positivt igen och det får chans att interagera och umgås med sina jämnåriga. Vi vet från neuropsykologisk forskning hur mycket som händer i hjärnan under spädbarnsåret. Det är viktigt att de positiva upplevelserna överväger, att ”de sätter sig” så att grundstämningen

i de första upplevelserna inspirerar till nyfikenhet och lust. Att få ta del av denna gruppterapi med spädbarn, hur de lär sig av varandra och av att de lyckas, göra rätt, efter många försök och få gensvar – det gav en rejäl tankeställare. Och den spännande frågan till sist: hur kan anknytningen i dyaden – till föräldern – stimuleras av gruppaktiviteten, intersubjektiviteten med jämnåriga?

Koncentrerade och lyssnande spädbarn

Barnets närvaro i dessa sammanhang påminner mig om spädbarnets närvaro och medverkan i många familjekontakter då oroliga föräldrar kom med sitt spädbarn till mig som psykolog på barnavårdscentralen med oro över att barnet inte sov eller inte åt eller inte betedde sig som föräldrarna förväntade sig. Jag brukade föreslå att barnet, kanske kunde det vara 6–8 månader – för det kunde sitta – skulle sitta på bordet mellan mig och de oroliga föräldrarna. Och så vände jag mig lugnt till barnet och sa: nu har vi samlats här för att dina föräldrar är så oroliga över att du inte sover. Vad skall vi göra? Barnets koncentration i sådana möten gick inte att ta miste på, det intensiva lyssnandet och, som det verkade, en förståelse för att det är något viktigt som gäller mig.

Vad som var viktigast i sådana möten är kanske svårt att utvärdera. Handlade det om att föräldrarna upplevde att jag som psykolog inte var orolig alls, att jag visade på hur viktigt det var att ta barnet på allvar och samtala, även med det späda barnet. Eller var det kanske den tydliga responsen hos barnet, att det var viktigt med mig som barn och viktigt *hur det var* med mig. Eller kanske det handlade om att föräldrarna vågade ta steget att träffa en psykolog. Förmodligen samverkade alla dessa faktorer och kanske – som i videofilmerna vi fick se – så var det den trygga kontexten i sig, där det mesta är tillåtet och får uttryckas, en läkande kraft i sig.

Ett observandum är om ett barn inte alls visar något intresse för andra. Då är det viktigt att gå vidare och göra en utredning.

De teoretiska resonemang och de forskare som Anna Saracino nämnde

som betydelsefulla för sitt behandlingsarbete och för sina studier var: Stein Bråtens studier om kommunikationen mellan spädbarn, dialogen dem emellan; S. H. Foulkes, gruppanalysens grundare, och hans teori om människobarnet i flocken – gruppen – barnets tillhörighet till en grupp från allra första början, om den mellanmänniska väven.

Colwin Trevarthen och hans forskning om intersubjektivitet; Daniel Stern och hans begrepp: det kompetenta spädbarnet och John Bowlby med anknytningsteorin var viktiga influenser. Och viktiga begrepp som nämndes var främlingsrädsla, spegling och imitation.

Spädbarn vill ha roligt

Några påpekanden till sist: barnen var inte blyga för varandra, den främlingsrädsla som allmänt finns hos barnet i utvecklingen någon gång kring 6-8 månaders ålder, den ser man inte mellan de jämnåriga spädbarnen, de är istället mycket nyfikna på varandra. Man ser också i dessa spädbarnsgrupper att relationen med de jämnåriga är utvecklingsbefrämjande, uppammar till känslomässig reglering och är meningsskapande.

Spädbarnet känner in de andras känslotillstånd, de är selektiva i sina kontakter och de visar hur förälskade de kan bli i någon av de andra. Barn har ett särskilt intresse för andra barn och spädbarn vill ha roligt. Och barn vill att det finns en trygg och självklar omgivning runt dem.

Det här var tankeställarna från mödra- och barnhälsovårdpsykologernas förra nationella konferens.

Nästa konferens äger rum i Göteborg den 18–20 september och har temat ”Från främjare till behandlare till främjare?”. Konferensen ägnar en eftermiddag åt föreningens 40-årsjubileum. Hösten 1973 hade Barnhälsovårdpsykologernas förening sitt första årsmöte. Jubileumsskriften om 40 års psykologinsatser inom först barnhälsovården och sedan slutet av 70-talet också mödrahälsovården kommer då att vara färdig och delas ut till medlemmarna.

Birgitta Rydén



Några reflektioner kring affektreglering, affektintoning och intersubjektivitet

Leg. psykoterapeut Ted Schröder höll en stimulerande föreläsning om existentiell psykoterapi, när seniorpsykologerna i västra regionen träffades den 20 mars i år. Han framhöll bland annat närvarokänslan i det existentiella varandet. (Se referat av Christer Radebrink och Gerty Fredriksson i nr 1 av SeniorPsykologen, årgång 16). Psykolog och psykoterapeut Bengt Hedberg inspirerades att tränga djupare i ämnet. Här följer hans tankar och synpunkter.

– Jag blev stimulerad att försöka infoga de tänkbara synpunkterna i ett affektteoretiskt sammanhang. Hemkommen återvände jag till boken *Vi är våra relationer* av Tor Wennerberg (NoK) och läste igen om affektreglering och intersubjektivitet (kapitel 3) i ett försök att bättre förstå den existentiella känslan från våra vägledande affekter och med dem sammanhängande tidiga upplevelser av att finnas till.

Affekterna visar styrkan och arten av stimuli

Från de tidigaste strukturerna inom hjärnan kommer de medfödda affekterna till uttryck och vägleder det nyfödda och växande barnet så, att det för omgivningen kan "tala om" ifall det har blivit för mycket eller för litet av något. Hur väl omvårdnadssystemets förmåga till affektintoning är utvecklad reglerar den visade affekten så, att barnet antingen kan komma i ett slags viloläge eller hamna i ett ökat stressstillstånd. De affektiva strukturerna anser man finns medfödda i de "äldre" delarna av hjärnan (amygdala, limbiska systemet). Utifrån eller inifrån kommande stimuli uppfattas, tolkas och kommer till uttryck genom



Foto: Göran Bergqvist

Psykolog Bengt Hedberg

affekterna. Är det något farligt som barnet skall undvika eller är det något gott som barnet kan närma sig? Såväl de positiva som de negativa affekterna samt den neutrala affekten vägleder barnet till olika reaktioner. (Förväning, glädje, intresse, rädsla, ilska, sorg, avsmak, avsky, skam).

Barnet lånar föräldrarnas affektmönster

Eftersom barnet är helt beroende av sin/sina vårdnadshavare, är det utomordentligt viktigt, att han eller hon är inställd på att vilja *lära känna sitt barn* och försöka förstå vad det är som det *blivit för litet eller för mycket av*. Under de första levnadsåren utväxlas hundratusentals skeenden mellan barnet och modern/fadern. Det betyder, att det är av stor betydelse hur den vuxne själv har kunnat lära sig att reglera sina affekter och vilken förmåga till lyhörddhet (intoning) han eller hon har utvecklat under sitt eget liv. I bästa fall har deras medfödda affekter nyanserats och strukturerats så, att de på ett konstruktivt och nyanserat sätt

kan vägleda föräldern i hans/hennes handhavande av *såväl* sina egna *som* sitt nyfödda och växande barns affekter. Man kan kortfattat våga påstå, att barnet "lånar" föräldrarnas hjärnbark (cortex) i dessa affektintonande

”
När någon rör vid mig,
förvandlas jag till den
jag alltid velat vara och
en gång kanske var, men
nära nog glömt bort

och affektreglerande sekvenser och att barnet under denna "lånetid" lägger **sin** vitala grund för sin egen affektreglering och affektintoning. Det är i gesterna, mimiken, ansiktsuttrycken, tonen och framför allt blicken i den andres blick, som affekterna visas och som avgör om det finns ett *genuint intresse, som kan övergå i en glädje över att finnas till och vara någon i den andres ögon och medvetande*.

Att finnas till för sin egen skull

Om den vuxne har lyckats integrera de medfödda affekterna i hjärnbarken och därmed ha en mer *nyanserad tillgång* till sina medfödda affekter, kan hon/han möta det växande barnet med en större lyhörddhet, kan då också på ett mer konstruktivt sätt reglera barnets affekter med adekvata gränser vid dess utforskande av sin omvärld. Det lilla barnet skulle då kunna uttrycka sin tillvaro med Donald Winnicotts ord; "When I look I am seen and therefore I exist and I can see". Barnet ser att någon ser honom/henne, barnet existerar i meningen att det verkligen finns till för sin egen skull och att det

kan börja förstå vad det är för en värld det har kommit till. Det har skapats och skapas fortlöpande en mening med att finnas till i denna värld.

Är det denna ursprungliga kontakt med de medfödda affekterna, och då framför allt den positiva affekten **intresse**, som dels kan stimulera att affekten **glädje** uppstår över att någon är intresserad av just mig. Och dels kan möjliggöra att även de negativa affekterna (rädsla, skräck, ledsnad, kval, ilska, vrede, avsky, avsmak, skam) kan komma att visas i och talas om i det mellanområde som uppstår i mötet mellan t ex en terapeut och en konfident. Terapeuten visar med sitt intresse på ett djupt plan att han/hon vill förstå vad konfidenten talar om. I boken **Det sanna livet** skrev Göran Tunström en mening, som på ett omedelbart sätt beskriver den djupa existensiella grund som vi människor kan förnimma och få kontakt med. ”När någon rör vid mig, förvandlas jag till den jag alltid velat vara och en gång kanske var, men nära nog glömt bort.” Det är som att få kontakt med sitt själv – bortom orden – från en preverbal tid – så som man en gång i tiden i bästa fall ”blev till” i sin omvårdnadshavares ögon.

Förmåga att ta emot det som gives

Den vuxna människan kan då också bli mer verklig för sig själv, om hon *blir rörd vid och förmår att ta emot det hon får*. Hon kan då på nytt sägas bli till i den andres ögon och att detta möte också sker på en slags preverbal

och precortikal nivå. De synapsbildningar som en gång i tiden kanske gick förlorade på grund av bristfällig affektintoning och affektreglering, kan börja återstimuleras genom den affektintoning som skett i mötet. Det kan komma att bidra till ökade möjligheter för konfidenten eller vilken människa som helst att på ett bättre sätt reglera sina egna affekter och på så sätt ta ett större ansvar för sina egna handlingar. Är det detta som sker t ex vid förälskelser eller andra viktiga möten med medmänniskor? Man får en djupare kontakt med sina medfödda positiva affekter – intresset och glädjen. I detta skeende erbjuds man också möjligheten att på ett djupare plan efterhand dela med den andre (den man förälskat sig i, är nära vän med eller går i terapi hos) sina negativa affekter. På det sättet skapar man förutsättningar att förstå sig själv, sin livsberättelse och sitt livssammanhang på ett bättre sätt. Mening har skapats och man behöver inte skämmas för sitt eget liv, vilket knyter an till några vackra strofer i Tomas Tranströmers dikt *Romanska bågar*:

*En ängel utan ansikte omfamnade
mig*

och viskade genom hela kroppen:

*”Skäms inte för att du är människa,
var stolt.*

*Inne i dig öppnar sig valv bakom
valv oändligt.*

*Du blir aldrig färdig och det är som
det skall.”*

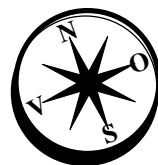
Är det något av den tidiga stolthet som det lilla barnet en gång kände, när det såg in i sin mammas eller pappas kärleksfulla ögon och de med ohöjd blick stolta såg in i sitt lekande barns glada ögon? Är det minnen från en preverbal tid som kan komma att aktiveras? Är det tidiga strukturer i de äldre delarna av hjärnan som stimuleras och som på ett knappt förnimbart sätt aktiveras i en känsla av att finnas till i en djupare existentiell mening? Starka ögonblick av lycka och närvaro bryter igenom och får människan att blomma, trots den samtidiga större medvetenheten om tillvarons alla svårigheter och ofullkomligheter i en vuxen människas komplexa medvetande. Men just nu finns jag – I exist and I can see! Det ögat ser i den andres öga eller i ögonblicket av t ex en stark naturupplevelse kan innebära en plötslig stark existentiell närvarokänsla.

Bengt Hedberg

Leg. psykoterapeut

Specialist inom klinisk psykologi

Sökes!
Fler manliga kollegor till vår förenings-
verksamhet och våra möten.
Vi behöver era erfarenheter och er medverkan.
Seniorpsykologerna



Erfarenheter av mentorskap – omedelbara effekter och varaktiga spår

Professor emerita Gunnela Westlander var gäst vid vårt marsmöte. Utifrån sin mångåriga erfarenhet som mentor och forskare gav hon oss en omfattande re-



Gunnela Westlander trycker på vikten av att skilja på mentorskap och psykoterapi.

dovisning av ämnet mentorskap. Hon berättade att det finns mycket forskning inom området. Den amerikanska litteraturen dominerar, men Gunnela menade att den forskningen är tämligen ytlig och inte bidrar i nämnvärd grad till att förstå mentoring på djupet. Det finns tre svenska avhandlingar på temat och ett antal handböcker som alla är läsvärda. Exempel är Ulla Lindgrens doktorsavhandling "En empirisk studie av mentorskap inom högre utbildning" som handlar om utfallet av att adefterna knyter kontakter med arbetslivet under studietiden. Exempel på litteratur finns i Gunnela Westlanders egen undersökning "När mentorskap och coaching sätter djupa spår. Mellanchefer blickar bakåt" (GML Print on Demand AB 2010 Stockholm).

Mentorskap är mest frekvent i undervisningssammanhang, för nyblivna lärare, doktorander och elever i såväl grundskola som i högre stadier. Men-

torskap i näringslivet är också vanligt, särskilt för nyblivna chefer. Inom sjukvården räknas mentorskap som en merit, varför det oftast är överläkare som åtar sig uppgiften.

Mentorskap kontra handledning

Det som i första hand skiljer mentorskap från handledning är att man med en mentor ska kunna diskutera många olika frågor, såväl på det personliga planet (psykosocialt) som det som gäller framtiden (karriärorientering), medan handledningen främst inriktar sig på de metodiska aspekterna i arbetet. Ett mentorskap är ett tidsbegränsat uppdrag och dess syfte är att mentorer ska förmedla sina erfarenheter till de mindre erfarna, ett uppdrag som utövades redan under antiken. Ett försök att särskilja mentoring från

”

Det är enligt Gunnela en grannliga uppgift att välja en mentor åt en adept

coaching är att coaching ska kännetecknas av snabbhet och en tydlig målinriktning som ska leda till större effektivitet såväl i arbete som socialt. Men det går inte alltid att dra klara gränser mellan de båda, vilket bl.a. kommer till uttryck att det finns organisationer där båda företeelserna innefattas. I Sheffield finns t.ex. ett stort centrum för den europeiska forskningen inom området mentoring/coaching.

Mentor och adept i parrelation

Gunnela påpekade att det finns skillnader i olika länder. Medan man i USA endast har mentorer för enskilda

personer, ett slags parrelation, har man i Sverige utvecklat mentorsprogram för grupper av adefter, som förutom en personlig kontakt med en mentor också innefattar föreläsningar, t.ex. om stress. Den undersökning hon själv genomfört handlar dock i huvudsak om en parrelation. En fråga som behandlades var hur mentorn valts ut. I hälften av fallen hade adefterna själva sökt upp en mentor som känts inspirerande och resterande del hade blivit tilldelade en mentor. Flertalet hade också haft flera mentorer under loppet av sin karriär. Gemensamt var att det sällan funnits någon klar idé om vad kontakten skulle gå ut på, inte heller för dem där företagsledningen erbjudit mentorskap. Det befanns att ingendera metoden är en säker väg till en utvecklande relation. Det är enligt Gunnela en grannliga uppgift att välja en mentor åt en adept. Vid en "påtvungad" kontakt finns risk för att engagemanget brister från i första hand adeptens sida, kanske från båda. När adepten väljer mentor, eller man väljer varandra, finns en risk för att likheterna dem emellan inte ger utrymme för nytänkande. Det fungerar inte heller om en nyfiken och kreativ person får en strikt mentor som inte tycker om att "brainstorma". Det som i Gunnela Westlanders undersökning verkade vara mest uppskattat var att mentorn hade stor erfarenhet av det man själv inte prövat på.

En annan diskussionspunkt handlade om hur mycket mentorn ska ge av sig själv utifrån idén att överföra sina erfarenheter. Gäller det även negativa erfarenhet eller en knepig situation som mentorn själv befinner sig i? Hur nära är det lämpligt att relationen blir? Här fanns exempel på att en adept fann det föga meningsfullt att lyssna

på en mentor som klagat över sin egen arbetssituation. Det fanns också uppgifter som pekade på att man både saknade närhet eller kom för nära. Detta har naturligtvis samband med det personliga förhållandet till närhet och avstånd.

Vad ska mentorskapet innehålla?

En annan fråga rörde vad mentorskapet gick ut på. Adepterna menar att syftet ofta var oklart för såväl mentor som adept, att det i relativt vaga termer har handlat om förbättra sin arbetsinsats, utveckla sig själv eller att företagsledningens haft behov att utveckla sin personal. När företagsled-

ningen är inblandad uppstår naturligt frågan om sekretess. I vilken utsträckning ska arbetsgivaren få information om vad som avhandlas mellan mentor och adept och ska arbetsgivaren få ta del av mentorns bedömningar av sin adept? Viktigt är här att det finns något slags kontrakt så att både målsättning och informations- och bedömningsfrågor kan fastställas. En annan viktig synpunkt är att den egna chefen inte bör vara mentor utan finnas på en annan enhet eller t.o.m. i en annan verksamhet. Det är enligt Gunnela också viktigt att framhålla att mentorer/coacher inte ska ge sig in i knepiga psykologiska frågeställningar, även

om personen i fråga har psykologbakgrund.

Erfarenheterna av att ha haft en eller flera mentorer är mycket skiftande, men några direkta slutsatser av vad som är framgångsrikt eller riskerar att misslyckas går inte att dra. Sammanfattningsvis menar Gunnela Westlander att det behövs mer forskning av analytiskt slag för att förstå vad kärnan i mentoring är för att veta hur den kan utvecklas och tydliggöras. Det är inte tillräckligt med sambandsstudier mellan mentoring och t.ex. framgång i yrkeslivet, även om också det är viktigt.

Ulla-Britt Selander

Det friska åldrandet

Det talas och skrivs mycket om åldrande och de krämpor och även allvarliga sjukdomar som åldrande ofta medför. Mer sällan berättas om det friska åldrandet och vad det innebär. Geropsykologi handlar om det friska åldrandet och till vårt aprilmöte i Östra bjöd vi därför in leg. psykolog Birgitta Ingridsson, ordförande i Geropsykologiska föreningen för att hon skulle berätta om sitt arbete och dela med sin av sina kunskaper inom detta område.

Ordet "åldrande" skapar olika föreställningar beroende bl.a. på var vi själva är i åldersprocessen. Åldrandet i sig är en process med olika stadier enligt Birgitta. Forskning kring det friska åldrandet är ännu så länge ett ganska nytt område. Det var först under 60-talet som geropsykologi blev ett forskningsämne och då i USA. Göteborg var först i vårt land med att ha en utbildning i geropsykologi men den är numera nedlagd. I Umeå bedrivs dock forskning i ämnet. Birgitta som har kurser för psykologistuderande i geropsykologi, tycker att genväret är dåligt bland de studerande. Kanske finns det för många negativa föreställningar kring åldrande som gör att området känns för tungt. Sverige har inte en enda geropsykologisk tjänst! Och vi som bara lever allt längre och längre...

Vad innebär då friskt åldrande?



Att vara tillfreds med sig själv och kunna njuta av sitt liv är bra för det friska åldrandet.

Enligt Birgitta är grundstenen att acceptera sig själv, att våga vara sig själv. Att vara tillfreds med sin ålder. Vi diskuterade hur man bemöter vänner och andra som tycker att man ser mycket yngre ut än man faktiskt är. Ska man bli glad? Ja, varför inte. Men befäster man då attityder som att det inte är bra att se äldre ut? Birgitta tycker att man ska acceptera sin ålder och stå för den.

Viktigt att anpassa sig till sin förmåga. Det tar lite längre tid att lära sig nya saker, vi minns inte heller lika bra som i yngre dagar. Bra att odla relationer, både de man redan har, men också att skaffa nya vänner. Att intressera sig för omvärlden. Ensamhet kan påskynda psykologiskt åldrande.

Ålderism är ett nytt begrepp som betyder särbehandling på ålder. Birgitta tycker vi behöver en ny lag mot åldersdiskriminering och att vi behöver arbeta för detta. I Holland är ålderism förbjudet enligt lag. Hon efterlyser tjänster för geropsykologer inom kommuner och landsting inte minst för att utbilda övrig personal i friskt resp. sjukt åldrande. Existentiella frågor behöver också ett forum bl a för att kunna prata med vuxna om deras åldrande föräldrar och deras livsbehov.

Birgit Lundin

Möte med Jan Bärmark – ett möte som bär över vidsträckta marker

Västra regionen hade möte med Jan Bärmark, professor emeritus i vetenskapsteori, den 24 april.

Jan ryckte med kort varsel in och ersatte leg. psykoterapeut Gunvor Bergquist, som stukat sin fot. Jan berättade om sin livsresa i det yttre (till avlägsna trakter) och det inre (till alla olika skrymslen och vrår som finns inom oss människor). Han har oförtröttligt sökt vidare under sin livsresa och formulerat sina erfarenheter i boken ”Jag vet inte. Självkänedom genom humor, buddhism och psykoterapi”. Bokens titel uppstod spontant, när Jan berättade för sin vän psykiatern Werner Silferskiöld, att han höll på att skriva en bok. Werner frågade vad boken skulle heta, varvid Jan svarade: ”Jag vet inte”, vilket Werner tyckte var en utmärkt titel.

Det ömsesidiga mötet

Jan berättade om sina otaliga möten under sitt liv med viktiga andra människor och hur kreativiteten kan uppstå i det ömsesidiga mötet med andra, varvid han refererade till Helm Stierlin, som skilde sådana möten från icke ömsesidiga och pseudoömsesidiga, där det senare är en relation, där ena parten försöker anpassa sig till den andre. I det icke ömsesidiga mötet finns inga intentioner att utveckla en relation (t ex att handla en vara). Hans intresse för filosofi tog kanske fart under gymnasietiden. Där mötte han sin filosofilärare, lektor Elvstam, som vid något tillfälle tyckte att Jans uppgift i livet skulle bli att förena västerländsk idétradition och filosofi med österländsk mysticism och buddhism. Redan under gymnasietiden blev Håkan Törnebohm ett stort namn för Jan och efter en tid i Stockholm hamnade han i Göteborg, där Törnebohm hade fått en professur i vetenskapsteori. Elvstam hade också betonat vikten av att lära känna filosoferna Gunnar Asplund och Ernst Cassirer. Men när en av Törnebohms favoritlever uppmanade Jan att läsa Mao Tse Tung trevade han nervöst i fickan efter tidtabellen för



Professor emeritus Jan Bärmark berättade om hur kreativiteten uppstår i ömsesidiga möten med andra.

tågtiderna till Stockholm. Taget ur boken för att illustrera Jans genomgående intresse för humor och konsten att kunna skratta åt sig själv.

Humor skapar kreativt utrymme

Humorn skapar ett kreativt utrymme för en omtolkning och kan befria oss från våra konventionella föreställningar och vända upp och ner på föreställningen om hur relationen skall vara. Aronsson var en fattig judisk skräddare i Göteborg, som inte skrädde orden. Vid en fest hos Dicksons, en förmoden familj, ramlade en takkrona i golvet. Den tryckta stämningen bröts av Aronsson med repliken: ”En krona mer eller mindre spelar ingen roll för Dickson”. Via humorn blir det lätt att komma in på kreativiteten och lekområdet och referenser till Donald Winnicott och det välbekanta lekområdet eller mellanområdet. Vidare till Bion och ”reverie” det drömska tillståndet mellan dröm och vakenhet, där kreativa och oväntade tankar kan uppstå, konst skapas, nya tankar och visioner föds, som många gånger leder till nya infallsvinklar eller nya produkter.

Terapi är ingen genväg till lycka

Jan fortsatte sitt sökande genom att utforska flertalet terapiformer. Han var tidigt tagen av Karen Horneys bok, ”Att förverkliga sig själv”, och kom att gå i terapi för bl a Arvids Zamuelis i Göteborg. Han gick i bioenergetisk terapi för Inga Allwood och Björn Blumenthal och var också på Daniel Casriels utlevande primalterapi, där han hamnade på golvet under en jättelik terapeut med namnet Leo Berlips.

Någon genväg till lycka fanns dock inte och den tibetanska buddhismens idé om ett stegvis sökande fick allt större fotfäste inom honom. Erik Götlind kom att inspirera honom att söka en metod som förenade västerländsk psykoterapi med österländsk filosofi. Man förenade massage och musik. Intresset kom att innebära ett möte med Harriet Andersson, som praktiserade Götlinds metod. Under två år träffades de en gång i veckan i Karlshamn, vilket innebar en tågrespa på sex timmar dit och sex timmar hem. Det blev också en slags regressionsresa i Göran Tunströms nu kanske väl kända mening: ”När någon rör vid en förvandlas man till den man alltid velat vara och en gång kanske var, men nära nog glömt bort”. Under fas två var Jan lindad i lakan under fyra timmar.

Trots att Jan från början sade sig orka tala under en halvtimme, förflöt tiden mycket fort och efter en timma och en kvart, blev han själv uppmärksam på att han faktiskt orkat prata så länge. Vi som fått förmånen att lyssna på honom inspirerades och förundrades över hans oförtröttliga sökande såväl inom de psykoterapeutiska teorierna och metoderna som inom den österländska buddhismens sökande efter det mer genuina och sanna självet. Undertecknad fick i efterhand till uppgift att skriva protokoll, men eftersom jag inte förde några anteckningar utan endast lyssnade, har jag förutom att



Fortsättning på sid. 14

Glädje, hopp, magi – om sjukhusclowners arbete



Foto: Kennet Fuona

Sjukhusclownerna ser som sin uppgift att ro barnen och skapa speciella relationer, ett magiskt rum, en frizon för varje barn.

I april fick vi i Södra lyssna till ett fängslande föredrag av Lotta Linge om sjukhusclownernas arbete och roll för barn på sjukhus.

Lotta är psykolog och pensionerad docent i psykologi vid Högskolan i Halmstad, där hon nyligen slutfört ett sjuårigt forskningsprojekt om sjukhusclowner, finansierat av Barncancerfonden. Projektet har utgått både från barnens och sjukhusclownernas perspektiv och även belyst föräldrars och vårdgivares upplevelser. Datainsamlingen har utförts under en femårsperiod genom öppna intervjuer med de olika grupperna. Projektet har utmynnat i sju olika publikationer, fyra artiklar i den internationella tidskriften *Int. Journal of Qualitative Studies on Health and Well-being* (2008, 2010, 2011, 2013), samt tre nationella artiklar i *Socialmedicinsk tidskrift* (2007, 2010, 2012).

Den teoretiska förankringen är huvudsakligen Tomkins affektteori, Sterns teori om känslomässig intoning,

Bowlbys och Ainsworths anknytnings-teorier och Winnicotts beskrivning av ”mellanområdet” och övergångsfenomen. Syftet med den teoretiska ramen var enligt en metaanalys, publicerad 2013 (se ref nedan), att främja en djupare psykologisk förståelse av ”det humor-område som finns mellan fantasin och verkligheten, ett mellan- eller övergångsområde”, där clownen psykologiskt sett blir ”tillgänglig som en ställföreträdande terapeutisk figur i en magisk värld ...”

Verktygen är kropp och mimik

Sjukhusclownerna, som ibland uppträder ensamma och ibland i par, använder för det mesta kroppen och särskilt mimiken som främsta resurs, men även rösten i en synkroniserad kommunikation. De ser som sin uppgift är att roa det enskilda barnet och skapa en speciell relation, ett ”magiskt rum” eller en slags frizon. För att åstadkomma detta närmar de sig barnet lätt sminkade med färgrik

klädsel, ibland med för stora skor och oftast spelande på olika instrument. I sin kommunikation skapar de med eller utan ord en annan atmosfär för barnet än sjukrummets.

Stern har beskrivit hur föräldrarnas förmåga till ”känslomässig intoning” är avgörande för att barnet ska utveckla en känsla av ”själv”. Detta innebär att vara lyhörd för och tolka barnets signaler och vara känslomässigt närvarande. På så sätt förmedlar en förälder sin förståelse av barnets känslor. På liknande sätt är sjukhusclownen lyhörd för det ”affektiva klimatet” i sjukrummet, läser av barnet känslor och ger tillbaka känslan på ett empatiskt och humoristiskt sätt, beskrivet som *humor-intoning*, enligt Lotta.

Att skapa ett magiskt rum

Att sjukhusclownens glädje och livliga beteende smittar av sig på barnet

► Fortsättning på nästa sida

bidrar till skapandet av ett magiskt rum. Rizolatti har beskrivit upptäckten av spegelneuroner, d.v.s. neuroner som avfyras både när ett djur handlar och när djuret ser samma handling utförd av någon annan. Neuronen speglar den andres beteende, som om observatören själv agerade. Även hos människor har man funnit sådan speglande hjärnaktivitet vid handling bl.a. i vissa motoriska områden. Flera forskare hävdar att spegelneuronsystemet också är involverat i känslor. Vissa hjärnregioner aktiveras både när man upplever någon känsla och när man ser en annan person uppleva en känsla och att spegelneuroner där för är involverade i empati.

De tre huvudtyperna av våra biologiskt betingade grundaffekter enligt Tomkins är positiva, neutrala och negativa affekter. Lotta menar att det är den neutrala affekten förvåning som sjukhusclownerna använder sig av först för att nollställa den mentala apparaten. Sjukhusclownerna har särskilda signaler för att väcka just affekten förvåning. För att fånga de positiva, aktiverande affekterna beter sig sjukhusclownerna på ett helt oväntat och överraskande sätt och de yttre, ovanliga attributen väcker också förvåning. Härigenom aktiverar sjukhusclownerna de positiva affekterna *intresse* och *nyfikenhet*, för att slutligen nå fram till affekten *glädje*, menar



Lotta Linge som i sju år har forskat om sjukhusclowner och vad deras arbete betytt för barnen och deras föräldrar.

Lotta. De tafatta, till synes korkade sjukhusclownerna kan bryta passiviteten hos barnet och stärka självkänslan. Barnet måste fångas in i glädjen som finns i den "friska sidan".

Skratta åt skammen

Sjukhusclownerna försöker vidare att överbrygga gapet mellan de negativa, hämmande affekterna, som rädsla, ledsnad, vrede, och de positiva affekterna glädje och intresse. Den negativa socialiseringsaffekten *skam* kan brytas genom att sjukhusclownerna gör sig löjliga, t.ex. genom att klä in hela rummet med toalettpapper med personalens godkännande. Skammen neutraliseras och blir rolig istället. Barnet skrattar.

Sterns känslointoning kommer åter in här, när sjukhusclownerna fortsätter att lyssna av det affektiva klimatet, härbärgerar barnets känslor och visar förståelse. Adekvat feedback ges såväl i kroppsspråket som i det verbala språket med lyhördhet och kreativitet. Sjukhusclownerna ger med sin *humorintoning* skeendet tillbaka i en roligare variant genom att presentera nya och oväntade humoristiska lösningar.

Samspel blir lekområde

Winnicott beskriver mellanområdet mellan mor och barn som platsen för barnets symboliserande och för övergångsobjekten. Med Johan Cullbergs ord: "Där hålls frågan om vad som kommer inifrån och vad som kommer utifrån svävande och befruktas av fantasi". I sjukhusclownernas samspel

med barnet skapas ett mellanområde i Winnicotts anda, där fantasin dominerar och lekandet tar form. Barnets tidiga anknytning blir här en form av magisk anknytning med andra förtecken. Samspelet blir ett lekområde. Relationen är anonym och rollerna omvända. Gränserna mellan sjukt och friskt, mellan fantasi och verklighet, överskrids och separationen blir odramatisk, menar Lotta.

Sjukhuspersonalen beskriver i intervjuerna hur det skapas en kravlös glädje i samspelet. Hur barnet upplever sjukhusclownerna är beroende av bl.a. barnets ålder och diagnos, sjukhusclownernas personlighet och det speciella sammanhanget i sjukhusmiljön. Det är lite svårare att skapa en frizon med yngre tonåringar som vill ha en personlig och mer verklighetsförankrad kontakt. Föräldrarna upplever att sjukhusclownerna är lyhörda för allas känslor, särskilt barnens och då inklusive syskonens, i och med att de kan avleda i svåra situationer.

Sjukhusclownerna i sjukhusmiljön har ett tydligt barnperspektiv i fokus och bidrar med en positiv, gränsöverskridande vårdkvalitet som är kravlös och avdramatiserande. Så blir Lottas nyckelord för sjukhusclownernas roll: att aktivera *glädje*, att ge *hopp* och att skapa *magi*, ett lekområde för fantasi.

Carin Dedijer

Referens:

Lotta Linge: "Joyful and serious intentions in the work of hospital clowns: A meta-analysis based on a 7-year research project conducted in three parts." *International Journal of Qualitative Studies on Health and Well-being*, Vol 8 (2013).

Fortsättn. Jan Bärmark
från sid. 12

rådfråga mitt minne, läst boken "Jag vet inte" och vid upprepade tillfällen sneglat i den för att i någon mån försöka göra Jan rättvisa. Vi var alla både imponerade och djupt berörda av Jans uthålliga sökande och stundtals befriande humor med ett slags distanserat självakttagande.

Bengt Hedberg

Fotografiska muséet i Stockholm den 13 april

Under våren har en grupp fotointresserade haft kurs med Hans-Olof Lisper som lärare. Docent Hans-Olof har hunnit med att vara läraren i samtalsmetodik mm. för alla oss som har passerat Psykologiska institutionen i Uppsala de senaste fyra decennierna. Men han har dessutom odlat fotografering och har under våren hållit kurs med inriktning på bildkomposition, disposition, redigering och layout. Mycket lägligt hade Fotografiska i Stockholm utställningen med den världsberömda fotografen Henri Cartier-Bressons verk (1904–2004). Fotogruppen och några andra tog sig förstås dit. Spännande!



Foto: Henri Cartier-Bresson

En av Bressons bilder på utställningen.

Segling och vandring på och runt Mälaren den 29 maj



Vacker natur, spännande vegetation och pastoral stämning berikar våra utflykter till sjöss och till fots.

Uppsala-gruppen har ett svårslaget koncept när det gäller utflykter. Vi har möjlighet att slå ihop segling på djärva vatten med vandring som passar vår generation särskilt bra. Denna gång styrde Hans-Olof Lisper sin segelbåt utöver Ekoln (som lär betyda oroligt vatten ungefär) in i Lårstaviken fram till Wiks slott. Där har slottsförvaltningen gjort i ordning slottsparken åt oss, med behagliga stigar, lämpliga rastplatser och vackra vyer som Hans Åberg hade provvandrat. Paddört (eller Svart trolldruva) smekte våra fötter, korpar har särdeles skarp syn men vi upptäckte minsann dem i deras bo, slottets och traktens historiska gestalter svävade runt oss i dikt och verklighet, nej nu märker ni att jag svävar ut i den pastorala stämning som rådde. Välkomna att haka på nästa utflykt i stället!

Hans Åberg

Foto: Hans-Olof Lisper



Protokoll från årsmötet 2013

Seniorpsykologer i
Sveriges Psykologförbund, Stockholm 2013 05 17



Närvarande: 22 personer enl bilaga 1

- § 1 **Mötets öppnande.**
Brita Tiberg öppnade mötet och hälsade de närvarande välkomna till årsmötet.
- § 2 **Fastställande av föredragningslista.**
Föredragningslistan fastställdes.
- § 3 **Val av ordförande för mötet.**
William Pettersson valdes till ordförande för mötet.
- § 4 **Mötets stadgeenliga utlysande.**
Mötet ansågs stadgeenligt utlyst.
- § 5 **Val av protokollförare för mötet.**
Gerty Fredriksson utsågs till sekreterare för mötet.
- § 6 **Val av två justerare tillika rösträknare.**
Christina Eriksson och Ingela Palmér utsågs till justerare tillika rösträknare.
- § 7 **Upprättande av röstlängd. (Bilaga 1)**
Beslöts att närvarolistan utgör röstlängd.
- § 8 **Styrelsens verksamhetsberättelse. (Bilaga 2)**
Brita Tiberg gav en kort redovisning av verksamhetsberättelsen, som har varit publicerad i SeniorPsykologen nr 1/2013. Hon poängterade vikten av att vi skriver vår historia samt därvidlag har samarbete med Psykologihistoriska Sällskapet. Verksamhetsberättelsen lades till handlingarna.
- § 9 **Ekonomisk redogörelse. (Bilaga 3)**
Hans-Olof Lisper redogjorde för resultat- och balansräkningen, Margareta Sanner föreslår att styrelsen prövar ändra distribueringen av SeniorPsykologen till ett nätutskick för att på så sätt hålla kostnaderna nere. Mötet beslöt i enlighet med Sanners förslag.
- § 10 **Revisorernas berättelse. (Bilaga 4)**
Revisionsberättelsen upplästes och lades därefter till handlingarna.
- § 11 **Beslut om resultatdisposition.**
Beslöts i enlighet med kassörens förslag.
- § 12 **Fråga om ansvarsfrihet för styrelsen.**
Årsmötet beviljade styrelsen ansvarsfrihet för det gångna verksamhetsåret enligt revisorernas förslag.
- § 13 **Ekonomisk situation för innevarande verksamhetsår.**
Hans-Olof Lisper redogjorde för föreningens ekonomiska situation under § 9. Samma förhållande gäller för innevarande år som förra året.

- § 14 **Val av ordförande.**
Margareta Holmberg redovisade valberedningens förslag. Brita Tiberg omvaldes till ordförande med en mandatperiod av ett år.
- § 15 **Val av styrelseledamöter.**
Anders Hallborg, Hans-Olof Lisper och Ulla-Britt Selander valdes till ledamöter med en mandatperiod av två år. Gerty Fredriksson, Ann-Marie Frisendahl och Agneta Zotterman-Molin kvarstår ytterligare ett år.
- § 16 **Val av två revisorer jämte två suppleanter.**
Inga Hedberg-Sowa, omval och Brittmarie Ullhammar, nyval till ordinare revisorer med en mandatperiod av ett år. Anne Bederoff, omval och Kjell Lindqvist, nyval till revisorssuppleanter med en mandatperiod av ett år.
- § 17 **Val av valberedning för en tid av ett år.**
Margaretha Holmgren, Bo Westman och Anita Berntsson omvaldes som ordinarie ledamöter. Anna Lindström Chylicke nyvaldes som suppleant. Margareta Holmgren utsågs som sammankallande.
- Samtliga val under §§ 14–17 var enhälliga.
- § 18 **Beslut om medlemsavgiftens storlek och giltighetstid**
Årsmötet beslöt i enlighet med styrelsens förslag om en oförändrad avgift av 100 kronor att gälla för budgetåret 2013.
- § 19 **Motioner inkomna till styrelsen.**
Inga motioner hade inkommit.
- § 20 **Årsmötets synpunkter på aktiviteter regionalt och centralt.** Hans Åberg väckte den ständiga frågan om ev. nya regioner eller regionala nätverk. Vissa initiativ är på gång i Karlstad och Linköping. Frisendahl har startat ett nätverk i Umeå. Frågan får diskuteras vidare i styrelsen.
- § 21 **Övriga frågor.**
Tack uttrycktes till programkommittéerna och till styrelsen för gott utfört arbete. Ingrid Göransson, som varit aktiv i styrelsen i flera år men nu avgick i och med detta årsmöte, avtackades av Brita Tiberg med träd planterade i VI-skogen samt en flaska champagne.
- § 22 **Avslutning.**
Ordföranden för mötet avslutade detsamma.

Vid protokollet:

Gerty Fredriksson
Sekreterare

Justeras: Christina Eriksson Ingela Palmér



Minnesord



Minnesord för Anne-Marie Ebenfelt, 23 september 1928 – 17 april 2013.

Anne-Marie hörde till psykologpionjärerna här i Sverige och började arbeta innan någon regelrätt psykologutbildning var etablerad från statens sida. Hon kom till Göteborg från Uppsala via Vänersborg i slutet av 50-talet efter avlagd fil.mag. examen och började arbeta på en öppenvårdsmottagning inom BUP. Hon arbetade där ett tiotal år innan hon sökte en nyinrättad tjänst som skolpsykolog i Partille. Hon byggde upp psykologverksamheten och var mycket uppskattad av såväl lärare som barn och föräldrar. Under tiden i Partille genomförde hon sin licentiatavhandling.

Anne-Marie återkom till BUP och arbetade där vid en öppenvårdsmottagning fram till sin pensionering. Samtidigt hade hon en privat psykoterapimottagning, som hon fortsatte efter pensioneringen.

Anne-Marie var en öppen och fördomsfri person – hon var en sökare. Efter ett par svåra förluster sökte hon även möjligheten för kontakt efter döden.

Det var också ganska naturligt för Anne-Marie att mer ingående studera Jungiansk psykologi med dess symbolik. Hon reste till Köpenhamn, där hon gick i analys hos en jungiansk analytiker, men nöjde sig inte med det utan åkte tre somrar i rad till Junginstitutet i Schweiz för att fullborda sin utbildning genom att delta i deras sommarkurser. Hon var också en av initiativtagarna till att starta en Jungförening i Göteborg år 1993, vilken ännu existerar.

Anne-Maries och min kontakt blev åter mer intensiv sedan seniorpsykologernas förening bildats. Anne-Marie var med från starten och var dess vice ordförande fram till år 2003, då hon lämnade styrelsen. Hon var under denna tid ett bra stöd för föreningens ordförande. Hon var också en klippa i västra regionens programkommitté, som hon tillhörde fram till att sjukdom omöjliggjorde hennes närvaro.

Anne-Marie fick snabbt efter flytten till Göteborg sin underbara stora våning på Aschebergsgatan dit hon mycket generöst ofta inbjöd oss för givande psykologträffar. Vi är många som minns Anne-Marie med tacksamhet och glädje!

Gerty Fredriksson



Minnesord



Barbro Genberg – Katz har lämnat oss.

Oväntat, trots att hon på senare tid inte kunnat närvara på våra möten. En skada i ett ben hindrade henne och hon var helt beroende av tillgängliga hissar. Sin vitalitet behöll hon dock ända tills nu då en cancersjukdom tillstötte.

Barbro var tidigt och under många år medlem i Östra seniorföreningens planeringsgrupp. Där deltog hon med mycket värme och med många kloka förslag – inte bara i psykologiska frågor utan också kulturhistoriska. Jag minns särskilt en minnesrik utfärd, som hon tog initiativ till och som föreningen gjorde till Härkeberga kyrka, där vi studerade Albertus Pictors medeltida kalkmålningar. Likaså en utfärd till Enköping, där vi fördjupade oss i Enköpingsdoktors historiska gärning, klarlagd i intressanta skrifter av Barbros make Gregor Katz. Hennes klokhet blev också använd i mer vardagliga sammanhang. När jag till exempel skrivit något som jag avsåg att publicera ville jag alltid att Barbro skulle läsa och kommentera. Jag litade på hennes synpunkter. Hon var aktiv även i föreningen Psykisk Hälsas föräldratelefon. Hon var med när den startade och hon satt som svarare i många år.

Barbro gick bort när våren var som allra vackrast och det minne hon lämnar efter sig är just så innerligt och ljust som våren själv.

Barbro Goldinger

Regionernas höstprogram 2013



Norras Program Hösten 2013

Tisdag 10 sept
Kl. 14-16

Studiebesök på Psykiatrins Hus, i sällskap med några av de psykologer som arbetar där. Även introduktion i psykologernas roller i den nya organisationen. Samling vid entrén.

Tisdag den 15 okt
Kl. 14-16

Seminarium om etiska frågor med inledningar av Margareta Heden-Chami, Gustaf Ståhlberg, Margareta Sanner och Hans Åberg. Var och en av inledarna har i olika sammanhang arbetat med etiska frågor, inom forskning och psykoterapi. Välkommen att delta i samtalet!

Lokal:
S:t Olofsgatan 50 B,
i Hans-Olof Lispers
BRF-samlingslokal.

Tisdag den 5 nov
Kl. 14-16

Prof emer Gunilla Bohlin fördjupar ett specialområde i sin barnforskning (t.ex. ADHD) som hon inte alls hann med vid föregående presentation. Lokal preliminärt på Blåsenhus.

17 dec
Kl. 12--

Jullunch
Knyt hemma hos Anita Olsson,
Vackra Birgers väg 65.

Föranmälan till samtliga tillfällen: mail till
hans@hansaberg.se eller 073-183 03 65.

Trevlig sommar och välkomna! Hälsar programkommittén Inga Hedberg-Sowa, Hans-Olof Lisper, Anita Olsson, Margareta Sanner samt Hans Åberg



Västras Program Hösten 2013

Onsdag 25 sept
Samling vid hållplatsen
på Ringön Kl. 13.45

Hemlösas situation i Göteborg
Studiebesök hos stadsmissionen,
Gjutjärnsgatan 3, Gbg, (spårvagn
5,6,10)

Onsdag 30 okt
Kl. 14.30 - 16.30

Västerländsk - Österländsk filosofi
Prof. emeriti Jan Bärmark ger en
föreläsning med diskussion.

Onsdag 27 nov
Kl. 14.30 - 16.30

Arbetspsykologins utveckling och ställning under senare år.
Leg. psykolog, leg. psykoterapeut
Gunvor Bergquist, ledamot
av Specialrådet och ordf.
i arbetspsykologiska utskottet.

Lokal vid mötena i oktober och november:
Konferensrummet, psykologiska inst., Haraldsg 1,
Göteborg.
Vi möts kl 14.00 för en kopp kaffe i kafeterian

December

Jullunch
Tid och plats meddelas senare

Hjärtligt välkomna!

Programkommittén:

*Allan Bergman, tel 031-46 51 08
Anita Berntsson, tel 031-16 49 57
Ulla Davidsson, tel 031-26 30 53
Gerty Fredriksson, tel 042-20 17 21
Torbjörn Stockfelt, tel 031-711 80 55*



Östras Program Hösten 2013

- Onsdag 18 sept
Kl. 13.00
Besök på Bonniers Konsthall,
Torsgatan 19 och utställningen
Minneskonst.
- Onsdag 16 okt
Kl. 16.45
**The 13th European Congress of
Psychology i Stockholm**
Wendela Lundh rapporterar från
sommarens stora kongress
- Onsdag 20 nov
Kl 16.45
**Ideellt arbete - Vi gör nytta -
våga vara volontär!**
Margareta Lindqvist och Birgitta
Svanberg inleder en diskussion
genom att berätta om sitt
engagemang inom Stadsmissionen
- Tisdag 17 dec
Kl. 13.00
**Sedvanlig jullunch i Kajutan i Hammarby
Sjöstad.** Styrbordsg. 23 (fortsätt till
vänster utmed kajen till fristående
hus) Anmälan senast 8 dec. till
Margaretha Holmgren,
margarethaholmgren@hotmail.com,
tel. 08 34 23 03 eller till
Agneta Zotterman-Molin,
se nedan

Vi träffas om inte annat anges i Psykologförbundets lokaler, Vasagatan 48. Var och en tar med sig något att äta. Vin finns till självkostnadspris.

Välkomna!
Östra regionens programkommitté

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

Södras Program Hösten 2013

- Tisdag 10 sept
Anmälan senast 3 sept
till Anders Hallborg
tel 0736-166 054
Dagsutflykt till Ystad med olika
intressanta inslag, sevärdheter,
utställningar mm.
Samling i Ystad kl 11.30, hem
färd kring 17.00. Tåg eller
sankörning med bil.
- Onsdag 16 okt
kl 15.30 - 17.00
Konferensrummet,
P 124, Institutionen
för psykologi, Lund
Psyko- och sociodrama i dag.
Leg psykolog och psykoterapeu
t Ingrid Göransson
- Måndag 18 nov
Kl. 15.30 - 17.00
Konferensrummet, P 124
Inst. för psykologi, Lund
**Erfarenheter av habilitering och
rehabilitering av barn och ungdomar.**
Leg psykolog,
Christina Bergman
- Onsdag 11 dec
Kl. 12.00 - 15.00
Gillestuga,
Vintergatan 2D, Lund
Jullunch.
Därefter talar docent och leg
psykolog Per Johnsson om
Måltiden i helg och töcken

Mycket välkommen!

Programkommitté:
Elisabeth Almroth tel 0755-555 6833
Ingrid Göransson tel 040-42 31 15
Anders Hallborg tel 046-14 55 25
Anna Lindström Chylicki tel 046-14 96 68
Bertil Nordbeck tel 044-24 18 44

Medlemsregister – förändringar fram till 25 juni 2013

Nya medlemmar

Arja Bäckström Landerigatan 15 C 416 70 Göteborg	V	Gun Saming Biblioteksgatan 4 352 32 Växjö	S
Christina Danielsson Skebokvarnsvägen 192 124 51 Bandhagen	Ö	Annelie Solberg Basgränden 21 224 68 Lund	S
Gunilla R.M. Eriksson Stenrösvägen 147 752 66 Uppsala	N	Ny adress Gunilla Iveberg Krukmakargatan 18, 4 tr. 118 51 Stockholm	S
Åke Högberg Linnégatan 56 413 08 Göteborg	V	Christer Radebrink Nordostpassagen 19, lgh. 1601 413 11 Göteborg	V
Gunnel Johansson Haga Kyrkogata 12 411 23 Göteborg	V	Ruth Rajamaa Skånegatan 101, 4 tr. 116 35 Stockholm	Ö
Charlotte "Lotta" Linge Pilångsvägen 7 Västra Karaby 244 95 Dösjebro	S		
Anna Romdahl Alvägen 17 183 63 Täby	Ö		

Avlidna

Ann-Marie Ebenfelt	V
Barbro Genberg-Katz	Ö



Är du medlem i Psykologförbundet?

Och har du betalat medlemsavgiften till Seniorpsykologföreningen? Då är allt bra. Om inte, kommer du under hösten att få ett brev där du får ta ställning till om du vill vara kvar i vår förening eller ej. Reglerna är sådana att du måste vara medlem i Sveriges Psykologförbundet för att vara medlem i Seniorpsykologföreningen. Som pensionär betalar du 70 kr/mån till förbundet och 100 kr/år till vår förening.

Vi hoppas naturligtvis att du som inte har uppfyllt dessa krav vill göra det. Du får Psykologtidningen som utkommer med tio nummer per år, vår medlemstidning SeniorPsykologen med tre nummer per år. Dessutom är du förstås välkommen till våra regionala möten som bjuder på varierande innehåll och social gemenskap.

Fotografer i detta nummer:
Hans-Olof Lisper och Kjell Lundin
där inget annat anges.



Seniorpsykologerna Sveriges Psykologförbund

Brita Tiberg, *ordförande*, Solångsvägen 45,
192 54 Sollentuna, 08 - 754 48 69, mobil 070 - 739 85 95.
E-post: 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

Gerty Fredriksson, *sekreterare*, Badhusgatan 6,
252 21 Helsingborg, 042 - 20 17 21.
E-post: 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
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

Ingrid Göransson, Ängslätts gård, Kantorsvägen 4-8,
235 91 Vellinge, 040 - 42 31 15, 070 - 601 79 65
E-post: 086406570@telia.com

Ann-Marie Frisendahl, Zakrisvägen 4, 913 35 Holmsund
090 - 23 456. E-post: 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@globalnet.net