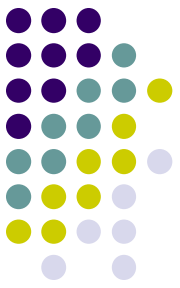


# *Hur ska vår kompetens se ut - och hur når vi den?*

Gunnar Bohman  
Med. Dr. Univ. lektor  
Leg psykolog/leg psykoterapeut  
Stockholms universitet  
gbn@psychology.su.se



# *Vad menar vi med en "kompetent psykoterapeut"?*



- **Teoretisk nivå: Nomotetisk inriktning**

Kan redogöra för -, kritiskt granska -, analysera -, värdera teoretisk kunskap...

- **Praktisk nivå: Nomotetisk och ideografisk inriktning**

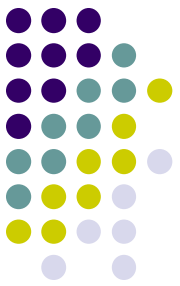
Kan tillämpa teoretisk kunskap, behärskar olika färdigheter, som bedömningsamtal, diagnostik, avslutningsarbete, tillgodogöra sig handledning...

- **Emotionell/relationell nivå: Ideografisk inriktning**

Har förmåga till empati, autenticitet, mod, omsorg, gränssättning, affektreglering, bekräftelse, reflektion...

# *...och hur når man dit?*

## *Från akademiska kurser och "Vilda Västern" till kvalificerad Psykoterapeututbildning*



### **- 1970-talet:**

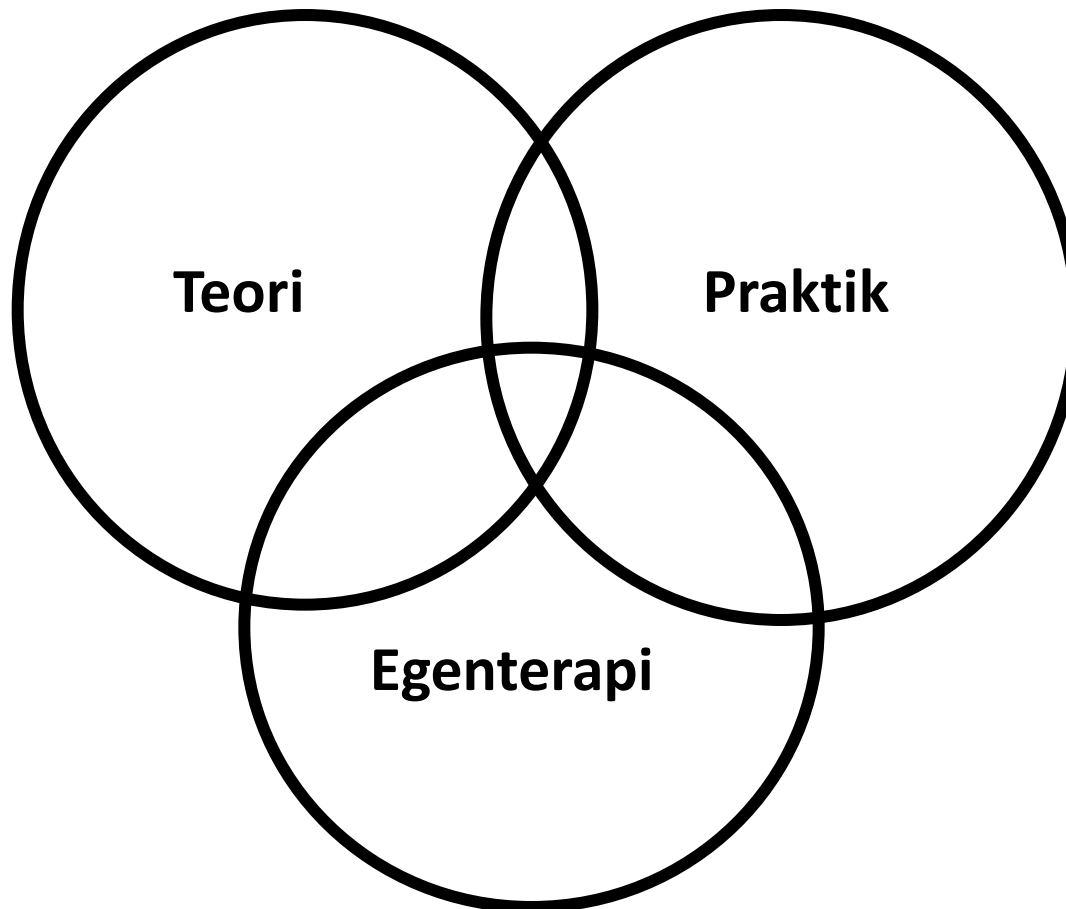
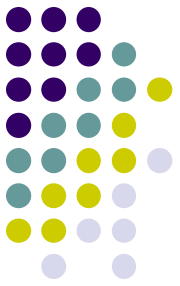
- **Psykolog:** En akademisk examen i psykologi. Ett antal teoretiska kurser. Ingen praktik, ingen klinisk utbildning, ingen legitimation.
- **Psykoterapeut:** Vem och vad som helst. Inga statliga utbildningskrav för psykoterapeuter, ingen tillsyn, ingen legitimation.
- **Kompetens:** Självcertifiering, "autodidakter" (psykologer, läkare, övriga)
- **Psykoterapiutredningen (UKÄ):** 1971-1975

### **1978 - 2016:**

- Statlig psykoterapeututbildning (PTU), examensrätt, legitimation, tillsyn och granskning (UKÄ), universitetsanknytning, högre krav
- Psykologutbildningen blir basutbildning i psykoterapi med direkt behörighet till PTU, via bl.a. egenterapi
- PTU utgör idag Specialistutbildning för psykologer i klinisk psykologi

# Modell för klinisk kompetens: Integrering av kunskap

- Sverige och internationellt



# *Professionell utveckling:*



## **Betonar integrering över tid av:**

### **Teori:**

- Från enkla modeller till mer komplexa och omfattande modeller  
- med kritiskt förhållningssätt och vetenskaplig förankring

### **Praktik:**

- Från enkel behandlingserfarenhet till mer komplex nivå  
- med fokus på relation, grupprocesser och organisation

### **Egenterapi:**

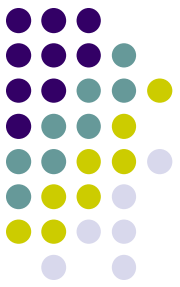
- Från enkel modellinlärning till prövning och utveckling  
av det professionella jaget, dess styrkor och svagheter

# Teoretiskt stöd för modell med teori, praktik och egenterapi:



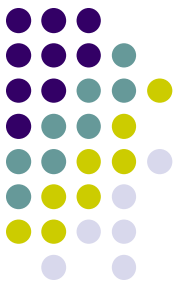
- Mer kunskap och mer erfarenhet är bättre än mindre
- En integrerad kunskap och erfarenhet är bättre än en ensidig för att förmåga till emotionell och intellektuell rörlighet, empati och kritiskt förhållningssätt (SBU, 1999)
- En utbildning med alla tre momenten (teori, praktik och egenterapi) är unikt för psykologer och psykoterapeuter - är efterfrågad och har konkurrensfördelar (EAP, 2009)
- Egna erfarenheter av arbete med självreflektion och revidering fyller ett flertal olika funktioner (HSV, 2010):
  - Terapeutisk funktion
  - Modellfunktion
  - Empatisk funktion

# Empiriska stöd för egenterapi:



- Flertalet av de som arbetar med psykoterapi (psykologer, psykiatrer, socionomer, psykoterapeuter) har egenterapi: pdt: 82-97%, kbt: 44-66%.  
(Norcross et al, 2005, 2009; Orlinsky et al. 2005)
- Stor tillfredsställe med egenterapi (120 tim) hos psykoterapeutstudenter i Tyskland (600 studenter):  
KBT- studenter: 3,7% för mycket, 34,4% adekvat, 44,2% för lite  
PDT- studenter: 8,9% för mycket, 65,6% adekvat, 18,9% för lite  
Tyska regeringens inventering (Gesundheitsministerium)

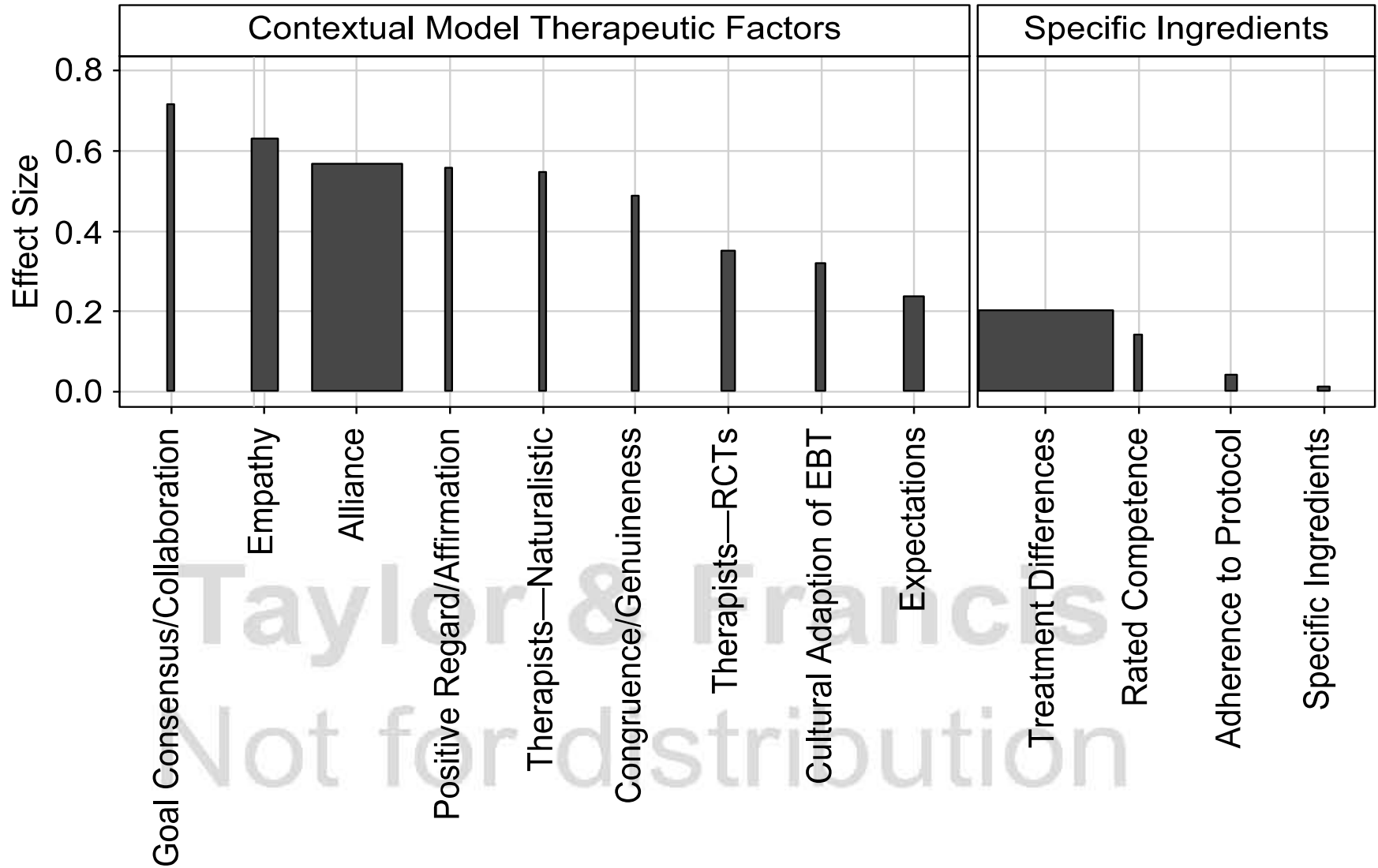
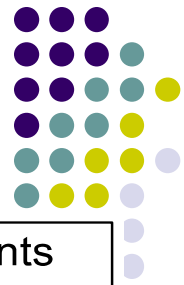
# Empiriska stöd för egenterapi:



- Terapeuter med tryggt anknytningsmönster får bättre resultat än terapeuter med otrygg anknytning  
(Slade, 2008; Schauenburg, 2010)
- Egenterapi bidrar till en ökad mentaliseringsförmåga under utbildningen  
(Trowell et al. , 2008)
- Egenterapi med högt skattad alliance korrelerar positivt med behandlingsutfall  
(Gold et al. ,2015)



# Vad har betydelse?



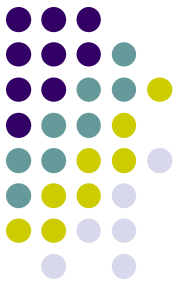
Taylor & Francis  
Not for distribution

# Resolution från APA (2012):



- Amerikanska Psykologförbundet (APA) har i en aktuell forskningsöversikt (aug. 2012) slagit fast att:
  - Psykoterapi har en kraftfull effekt som i många fall visat sig mer varaktig och gynnsam än effekten av psykofarmaka.
  - Att olika psykoterapimetoder har lika stor effekt
  - Att effekten av psykoterapi är mer beroende av egenskaper hos patienten och terapeuten än metod eller teknik.

APA, Resolution on the Recognition of Psychotherapy Effectiveness – Approved August 2012



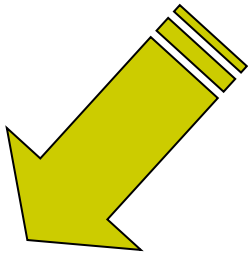
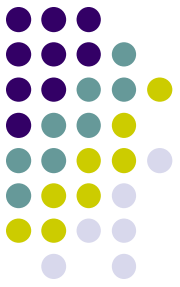
# Vad tror man på i Sverige?

*”Psykiatrins utgångspunkt är att psykiska sjukdomar och funktionshinder liksom normalpsykologi självklart har hjärnas biokemi/fysiologi som direkt orsak.”*

DN-debatt: 5/1- 2014: 19 ledande psykiatrer, 4 psykologer

- Var finns motbilden?

# Olika framtida utvecklingsvägar – för psykoterapeutyrket:



## Mer av:

Teknokrati, dogmatik

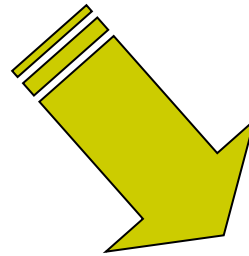
Likriktning, enfald

”Psykofobi”

Kvantitativa metoder

Minskad relevans

/marginalisering



## Mer av:

Kritiskt tänkande

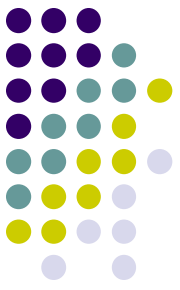
Mångfald

Intresse

Kvalitativa och  
kvantitativa metoder

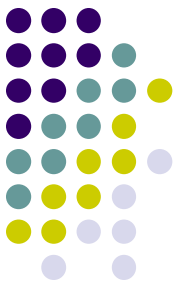
Ökad relevans

/göra skillnad



# Avslutande kommentarer:

- Kunskapen om människan som subjekt, hennes ansvar och möjligheter, är utan tvekan en bristvara i de flesta delar av vårt samhälle - trots att det är vår kulturs och vår tillvaros största gåva.
- Människan som objekt, som lika, som reducer- och kontrollerbar, dominerar istället bilden (ett tekniskt kunskapsintresse).
- För att kunna hävda ett emancipatoriskt kunskapsintresse, för att kunna verka för subjektet, krävs kunskap där teori, praktik och självkänedom är avgörande för resultatet.
- - **Så....**



**- Psykoterapeuter behöver värna om sin kunskap än mer, utveckla den och tillämpa den på fler och nya områden.**