MELLANRUMMET
NORDISK TIDSKRIFT FÖR BARN- OCH UNGDOMSPSYKOTERAPI
NORDIC JOURNAL OF CHILD AND ADOLESCENT PSYCHOTHERAPY

Pia Litzell Berg, Rebecka Nietsche
Stockholm

Ljusa utsikter för barn- och ungdoms-psykoterapeuter i Sverige

Utbildningarna i de nordiska länderna ser olika ut. I Sverige är det numera bara Ericastiftelsen som ger den legitimationsgrundande utbildningen i psykodynamiskt inriktad barn- och ungdomspsykoterapi.

Vi har intervjuat Anna Norlén[1]; verksamhetschef och rektor, behandlare och lärare, Agneta Thorén[2]; forskningsledare, behandlare och lärare, Björn Tingberg[3]; behandlare, lärare, handledare och studierektor, Anders Schiöler[4]; behandlare, lärare, kursledare och handledare.

Ericastiftelsens utbildningsplan

Utbildningen pågår under tre år, omfattar 90 högskolepoäng och ges som en sammanhållen utbildning. Antagningskraven följer vad som har fastslagits av Universitetskanslersämbetet:

- Psykologexamen (enligt 1982 års studieordning), läkarexamen med specialistkompetens i barn- och ungdomspsykiatri eller annan närliggande specialitet.
- Socionomexamen i kombination med grundläggande psykoterapeututbildning eller sökande med motsvarande högskoleexamen omfattande 180 hp.
- Minst två års erfarenhet av psykoterapeutiskt inriktat arbete, varav viss del med barn och ungdomar efter förvärvad grund-

Copyright. Alla rättigheter förbehållna. Mångfaldigandet av innehållet, annat än för privat bruk, är enligt lag om upphovsrätt (1960:729) förbjudet utan medgivande av redaktionen.
Ansvarig utgivare: Respektive författare/Institutt for barne- og ungdomspsykoterapi (IBUP). Original: mbj.

läggande psykoterapeutisk utbildning. Undantag från detta krav görs för läkare med specialistkompetens i psykiatri eller barn- och ungdomspsykiatri.

- Erfarenhet av egenterapi omfattande minst 25 timmar individualterapi (alternativt 50 timmars gruppterapi) hos legitimerad psykoterapeut.

Den schemalagda undervisningen koncentreras till en heldag per vecka. Antalet undervisningstimmar inom ramen för teoriundervisningen är cirka 500. I kursdagen ingår schemalagd handledning i grupp. Därutöver innehåller utbildningen moment av självstudier och kliniska arbetsuppgifter. En genomgående didaktisk strategi är att den teoretiska kunskapen ska kunna omsättas i praktiken och kunna observeras och tränas.

År 1

Den teoretiska undervisningen ägnas i huvudsak åt utvecklingspsykologi, bland annat teorier om anknytning och mentalisering, samt konsekvenser av trauma och andra påfrestningar. Spädbarnsobservationer med veckovis lärarledda seminarier ingår också i kursen utvecklingspsykologi. Det första året inbegriper även en översikt gällande psykodynamisk teori och psykoterapiforskning, samt undervisning om bedömning inför psykoterapi, psykodiagnostik, psykopatologi och barnpsykoterapeutisk teknik.

Det första utbildningsärendet, psykoterapi med barn och föräldrar/övriga omsorgspersoner, påbörjas under kontinuerlig veckovis grupphandledning.

Under termin två startar det andra utbildningsärendet, psykoterapi med ungdom, också det under regelbunden grupphandledning.

Organisationspsykologiska frågeställningar och samhälleliga perspektiv, liksom etiska och juridiska aspekter samt likabehandlingsperspektiv på psykoterapi och psykoterapeutprofessionen, ingår i den teoretiska undervisningen under det första året, och återkommer sedan löpande under utbildningens gång.

År 2

Den teoretiska undervisningens fokus är adolescensutveckling med fördjupning avseende barn- och ungdomspsykoterapeutisk diagnostik och teknik. Specifika frågeställningar i arbete med vårdnadshavare och övrigt nätverk fördjupas.

Under termin tre hålls undervisning om vetenskapsteori och behandlingsforskning, och arbetet med examensuppsatsen påbörjas. Handledning ges i grupp under hela året i såväl barn- som föräldrapsykoterapi samt i ungdomspsykoterapi.

År 3

Undervisning med ytterligare fördjupning av kunskaper i psykopatologi, psykodiagnostik och psykoterapeutisk teknik ges samtidigt som en stor del av utbildningen nu ägnas åt det självständiga examensarbetet. Handledning inleds som fokuseras på det tredje utbildningsärendet, tidsbegränsad psykoterapi med barn eller ungdom.

Orienterande undervisning ges i andra för barn och ungdomar verksamma terapimetoder. Exempelvis ges undervisning om kognitiv beteendeterapi (KBT), familjeterapi, Eye Movement Desensitization and Reprocessing (EMDR) för barn och unga, samt den integrativa metoden Child – Parent Psychotherapy (CPP).

Utbildningens övergripande mål

Syftet med Ericastiftelsens psykoterapeutprogram är att förmedla en fördjupning i barn- och ungdomspsykoterapi på psykodynamisk grund. Utbildningen baseras på utvecklingspsykologisk forskning, psykoterapiforskning och beprövad klinisk erfarenhet.

Barnets/ungdomens problem förstås i ett bio-psyko-socialt sammanhang. Det psykoterapeutiska arbetet innefattar som en följd också direkt arbete med omvårdnadspersoner

MELLANRUMMET © 2025 BY-NC-ND • ISSN 2000-8511 • WWW.MELLANRUMMET.NET • INFO@MELLANRUMMET.NET
Copyright. Alla rättigheter förbehållna. Mångfaldigandet av innehållet, annat än för privat bruk, är enligt lag om upphovsrätt (1960:729) förbjudet utan medgivande av redaktionen.
Ansvarig utgivare: Respektive författare/Institutt for barne- og ungdomspsykoterapi (IBUP). Original: mbj.

och nätverk. Medvetenhet om intersektionalitet, kulturell påverkan och etiska aspekter samt ett systematiskt arbete för likabehandling skall genomsyra utbildningen.

Lärandemålen är reglerade i högskoleförordningen (SFS 2006:1053).

Efter avslutad utbildning skall studenten kunna:

Kunskap och förståelse

- visa kunskap om områdets vetenskapliga grund och insikt i aktuellt forsknings- och utvecklingsarbete samt kunskap om sambandet mellan vetenskap och beprövad erfarenhet och sambandets betydelse för yrkesutövningen
- visa fördjupad kunskap om och förståelse för olika psykoterapiformer, olika psykiska sjukdomstillstånd samt psykiatrisk diagnostik
- visa kunskap och förståelse för relevanta samhälls- och familjeförhållanden som påverkar individer och grupper

Färdighet och förmåga

- visa förmåga att på ett fördjupat sätt integrera teoretisk kunskap och klinisk tillämpning
- visa sådana fördjupade färdigheter som krävs för att självständigt genomföra diagnostiska bedömningar samt upprätta, genomföra och kritiskt utvärdera psykoterapeutiska behandlingsprogram
- visa förmåga att kritiskt och självständigt granska, bedöma och använda relevant information samt diskutera nya fakta, företeelser och frågeställningar med olika grupper och därmed bidra till utveckling av yrket och verksamheten
- visa förmåga att med berörda parter muntligt och skriftligt redogöra för åtgärder och behandlingsresultat samt i enlighet med relevanta författningar dokumentera dessa.

Värderingsförmåga och förhållningssätt

- visa förmåga att fortlöpande utveckla självkännedom och empatisk förmåga
- visa förmåga att med helhetssyn på människan göra åtgärdsbedömningar utifrån relevanta vetenskapliga, samhälleliga och etiska aspekter med särskilt beaktande av de mänskliga rättigheterna
- visa förmåga att identifiera etiska aspekter på eget forsknings- och utvecklingsarbete
- visa fördjupad förmåga till ett professionellt förhållningssätt gentemot klienter och deras närstående
- visa insikt om betydelsen av lagarbete och samverkan med andra yrkesgrupper
- visa förmåga att identifiera sitt behov av ytterligare kunskap och att fortlöpande utveckla sin kompetens.

För psykoterapeutexamen skall studenten inom ramen för kursfordringarna ha fullgjort ett självständigt examensarbete (se Ericastiftelsens hemsida).

Ericastiftelsens särställning

De intervjuade utgår från grunden för psykoterapi, med synen på barn, barnens rätt och barnens behov. De vill att deras studenter ska ge barnets röst en plats, och visa att det går att prata med barn och ge barn behandling. Förutsättningarna att erbjuda barnpsykoterapi är idag försämrade inom BUP men även inom socialtjänsten och i andra delar av samhället behövs kunskapen. Att möta barnets berättelse, det är något Ericastiftelsen ger utbildning i.

Förutom den psykodynamiska inriktningen vill de lyfta fram det exklusiva i att ha en hel utbildning som fokuserar på barns och ungas mående. Huvudspåren med utvecklingspsykologi, mentalisering och trauma vill

MELLANRUMMET © 2025 BY-NC-ND • ISSN 2000-8511 • WWW.MELLANRUMMET.NET • INFO@MELLANRUMMET.NET
Copyright. Alla rättigheter förbehållna. Mångfaldigandet av innehållet, annat än för privat bruk, är enligt lag om upphovsrätt (1960:729) förbjudet utan medgivande av redaktionen.
Ansvarig utgivare: Respektive författare/Institutt for barne- og ungdomspsykoterapi (IBUP). Original: mbj.

Björn särskilt betona. ”Vi är de enda som fokuserar på yngre barn, förskolebarn och skolbarn”, poängterar Anna. ”Tittar man på litteraturen på de andra lärosätena som skriver att de har familjeperspektiv eller barn- och ungdomsperspektiv så är det ju en tyngdpunkt på ungdomar”, fortsätter hon.

Anna tar upp att utbildningen, till skillnad från andra specialistutbildningar för psykologer som innebär att man plockar ihop sina egna kurser, är sammanhållen för de psykologer som väljer att bli specialist i psykologisk behandling/psykoterapi. Det är en väl sammansatt helhet där också de praktiska delarna med handledning, ger en helt annan robusthet.

De senaste åren har det varit övervägande socionomer som sökt utbildningen och föregående omgången var första och hittills enda gången då psykologer helt saknades bland kursdeltagarna. Annars har det varit övervägande psykologer och i den senaste gruppen är hälften psykologer efter en riktad satsning mot den yrkesgruppen. Till den grundläggande utbildningen i psykoterapi söker även andra med annan grundutbildning, som sjuksköterska eller master i psykologi.

Kraven på egenterapi för att vara behörig att söka och också för att bli godkänd på utbildningen har sänkts. Det krävs nu tjugofem timmar för att bli behörig att söka och sammanlagt femtio timmar individualterapi för att bli godkänd, och något fler timmar gäller för gruppterapi. Bakgrunden är att de på Ericastiftelsen behövt synkronisera sig med universiteten som minskat sina krav på egenterapi av ekonomiska skäl. Det kan också vara svårt att examinera egenterapi enligt kraven i högskoleförordningen.

Den vetenskapliga grunden

Agneta som ansvarar för forskningsmomentet i utbildningen beskriver hur den delen av utbildningen är upplagd. Den löper under fyra terminer från termin tre då ämnet forskningsmetodik introduceras. Det är viktigt att studenterna får lära sig ett kritiskt synsätt och ha ett vetenskapligt tänkande.

Alla ska sedan göra ett självständigt empiriskt arbete som ska hålla sådan vetenskaplig stringens till form och genomförande att det skulle kunna publiceras. Man lägger stor vikt vid de etiska aspekterna som ska genomsyra examensarbetet. De flesta gör intervjustudier och oftast är det intervjuer med terapeuter eftersom det blivit allt svårare att få etiskt godkännande att intervjua patienter. Alla studenter får tilldelat sig disputerade handledare. Dessa ska helst också vara psykoterapeuter. Det är en stabil och väl kvalificerad handledargrupp. Varje studerande får 8 timmar enskild handledning. Om två skriver ihop medges 12 timmar handledning och det ska framgå i uppsatsen vem som gjort vad.

En utmaning är att få in den kompetens som krävs för att utbilda och handleda. Lärosäten som tidigare haft utbildningen till barn- och ungdomspsykoterapeut har haft svårt att rekrytera handledare, erfar Anna. Agneta är lärare och handledare, Anders är kursledare, lärare och handledare, Björn är studierektor och handledare och Anna är rektor och undervisar också. På ett litet lärosäte så är alla involverade i allt så det gäller att ha koll på i vilken roll man möter studenterna. Det är sådant som lyfts fram som positivt i en del granskningar av UKÄ att utbildarna på Ericastiftelsen även är kliniker. Annars kan det ju vara så att den kliniska erfarenheten ligger många år tillbaka i tiden. De vill samtidigt underlätta för medarbetarna att vara doktorander eller involveras i forskningsprojekt eftersom de inte har någon egen forskarutbildning. De har flera formaliserade forskningssamarbeten med Stockholms universitet kring anknytning men också psykoterapiforskning. Centrum för barn och unga vid Karlstads univer-

MELLANRUMMET © 2025 BY-NC-ND • ISSN 2000-8511 • WWW.MELLANRUMMET.NET • INFO@MELLANRUMMET.NET
Copyright. Alla rättigheter förbehållna. Mångfaldigandet av innehållet, annat än för privat bruk, är enligt lag om upphovsrätt (1960:729) förbjudet utan medgivande av redaktionen.
Ansvarig utgivare: Respektive författare/Institutt for barne- og ungdomspsykoterapi (IBUP). Original: mbj.

sitet är de knutna till i tvärfacklig forskning kring barnhälsa.

Att lära sig hantverket

Målmedveten träning (deliberate practice) är ett utbildningsinslag för att pröva och träna på HUR man gör terapi, inte bara det teoretiska, som vuxit fram och blivit en större del. Det går att jämföra med en musiker som ska spela skalor för att hålla färdigheten levande, beskriver både Anders och Agneta. Handledare och lärare ger kontinuerlig respons på detta. Man använder exempelvis rollspel och videoinspelning. Många kan tycka att det är läskigt i början men tycker efter hand att det är värdefullt lärande.

Den psykodynamiska barnpsykoterapins plats i barnpsykiatrin

Hur ser ni på barn- och ungdomspsykoterapins framtid? ”Mycket ljust”, svarar Anna direkt och de andra skrattar instämmande. ”Det beror på från vilket håll man tittar på det. Men vi som jobbar med det vet att det är en arbetsmodell som behövs inom många olika behandlingsverksamheter”, fortsätter hon. Agneta är övertygad om att metoden är användbar och kommer att överleva olika vårdtrender då den också har gott forskningsstöd numera. Sedan kan det se dystrare ut om man tittar på riktlinjer, både nationella och lokala, och hur olika BUP-organisationer formulerar sig. Och då kan man fråga sig hur man tänkt kring differentierat vårdutbud för de patientgrupper som inte är så väl utrustade kognitivt, de som är små eller omogna eller bara vill ha ett annat sätt att förändras och uttrycka sig. ”Hur går det ihop med barns och ungas rättigheter när det gäller tillgång till stöd och vård?”, undrar Björn. Det finns vissa patientgrupper som BUP inte lyckas så bra med, exempelvis deprimerade tonårstjejer, och då behövs det mer variation, inte att göra mer av samma som det tyvärr ofta blir.

”Vi har även bra metoder och teorier för att arbeta med föräldrar. Vi försöker ha ett helhetsperspektiv och håva in föräldrar, syskon, nätverk och aktiviteter. Även om man inte träffar alla så kartlägga, vad befinner sig barnet i för sammanhang. Inte alltför raskt fokusera på vad är problemet med den här ungen utan titta på ett helhetsperspektiv”, konstaterar Anna.

Det finns en massa utmaningar, men när de träffar beslutsfattare upplever Anna att de inte har svårt att förstå att det behövs en variation i metoder och behandlingsmöjligheter. Man behöver förklara det för dem. Politiker vet inte alltid hur det fungerar så man behöver ge sig tid att beskriva, då är det inte svårt att få gehör. Det svåra är att få de stora organisationerna som är så pressade att slimma sina resurser, att veta hur de ska tänka kring det här behovet. Men allt hänger ihop, politikerna är ju uppdragsgivare.

Anders poängterar att det varit svårare med barnpsykiatrin att få ihop sammanhållna behandlingskontakter för barn och den krisen märks. Förr var det lättare att ha utbildningsterapier på sin arbetsplats, alternativt någon BUP-mottagning. Nu har en ökande andel av studenterna sina utbildningsterapier på Ericastiftelsen.

Framtiden

Ett sätt att mäta framtidsutsikterna är att titta på söktrycket till psykoterapiutbildningen som ökat igen. Det verkar finnas ett behov hos både individerna att utbilda sig och hos organisationer att öka kompetensen om barn. ”Sedan att det är utbildningsstopp i olika regioner gör att det är färre som kan gå utbildningen”, menar Björn.

MELLANRUMMET © 2025 BY-NC-ND • ISSN 2000-8511 • WWW.MELLANRUMMET.NET • INFO@MELLANRUMMET.NET
Copyright. Alla rättigheter förbehållna. Mångfaldigandet av innehållet, annat än för privat bruk, är enligt lag om upphovsrätt (1960:729) förbjudet utan medgivande av redaktionen.
Ansvarig utgivare: Respektive författare/Institutt for barne- og ungdomspsykoterapi (IBUP). Original: mbj.

Idag finns bara Ericastiftelsen, men de är eniga om att det vore bra om det kom fler barnpsykoterapiutbildningar av olika slag, oavsett inriktning. Problem kan vara komplexa och se så olika ut, det behövs olika lösningsmodeller.

Utbildningen har ändrats över tid. Ericastiftelsen har en ambition att utvecklas och hänga med och planerar nu för utvecklingen framåt. ”Mentaliseringsbaserad terapi har en stor del i arbetet som är viktig”, menar Anders. Det tredje benet för en högskola är att möta samhället och det styr också innehållet i utbildningen. Det är en balansgång att möta samhällets krav på möjligheter att bedriva terapier, det är inte lika gynnsamt med långa barnterapier idag. Björn säger att studenterna ska vara rustade att möta hur samhället ser ut idag och samtidigt inte tappa grundvärderingar som handlar om barnens rätt till exempelvis långa barnterapier om de behöver det. ”Vi vill inte släppa de gamla tankarna heller utan balansera vad samhället kräver och vad vi vill ge. Exempelvis stämmer inte Socialstyrelsens riktlinjer för behandling av barn med olika ohälsoproblem helt överens med vad vi tänker barn och familjer behöver. Vi möter samhällskraven som ett påverkansarbete. Vi tänker fler terapier, men kortare”, svarar Anders. Utbildningen ska passa för de som ska jobba i verksamheter och då kommer detta med tidsbegränsade, fokuserade och integrativa metoder in, vilket mestadels är en positiv utveckling.

Det är mer och mer tyngdpunkt på de akademiska kraven från tillsynsmyndigheten, UKÄ, examensarbetet omfattar 15 hp, forskning ska integreras i alla kursmoment mycket tydligare, man ska samverka med andra lärosäten.

Spädbarnsobservationer är ett mindre kursmoment än tidigare men de funderar framåt på hur även behandling av späda barn ska finnas med i utbildningen. En brottningsmatch att väga olika delar mot varandra för att få plats med olika moment.

De har i den kliniska verksamheten jobbat med olika stödinsatser i samhället kring skjutningar och suicid. ”På ett sätt står det högt på agendan men det är inte så många som arbetar behandlingsmässigt med det. Vår modell att närma sig de här barnen och ungdomarna har ju visat sig väldigt framgångsrikt”, berättar Anna. ”Det grundar sig i en barn- och ungdomsterapeutisk kunskap, det är inte bara att åka ut till Farsta torg och hjälpa till. Ska man göra ett jobb i en familj där en förälder just tagit sitt liv så krävs det en rätt så gedigen grund och det kan man ha en barn- och ungdomspsykoterapeut till”, fortsätter hon.

En utbildning på Ericastiftelsen ger både det långa perspektivet och en anpassning till hur samhället ser ut nu, en bred kompetens. Politiker gillar att prata om förebyggande insatser men få vet vad det är. Det har de bra kunskap om, att t ex redan när barn är tre år behöver vi arbeta med insatser.

Digital behandling är också något som sannolikt kommer bli mer integrerat i utbildningen då det är mycket digitalt behandlingsarbete som bedrivs och det kommer mer forskning på området (Mechler, m fl., 2024).

Vad önskar ni?

Utbildningen finansieras av statliga medel. Den mindre administrativa avgift som studenterna betalar går till utbildningsmaterial och Ericastiftelsens berömda fika, konstaterar de med ett leende.

Så ett större finansiellt stöd framför allt för handledningstimmar hade varit önskvärt. ”Vi har nyligen träffat ministern och önskar ökat antal utbildningsplatser just för att det bara är Ericastiftelsen som ger utbildningen”, säger Anna.

De informerade ministern om att en barn-

MELLANRUMMET © 2025 BY-NC-ND • ISSN 2000-8511 • WWW.MELLANRUMMET.NET • INFO@MELLANRUMMET.NET
Copyright. Alla rättigheter förbehållna. Mångfaldigandet av innehållet, annat än för privat bruk, är enligt lag om upphovsrätt (1960:729) förbjudet utan medgivande av redaktionen.
Ansvarig utgivare: Respektive författare/Institutt for barne- og ungdomspsykoterapi (IBUP). Original: mbj.

och ungdomspsykoterapeut ger så mycket mer till en verksamhet än att bara bedriva terapi. Eftersom kompetens är en stor resursbristvara, som SKR konstaterat, så bidrar barn- och ungdomsterapeuter med robust kompetens kring bedömningar och hur man bedriver behandlingsarbete.

Slutligen

Alla poängterar att den psykodynamiska inriktningen behövs inte minst för att alla är olika och vi behöver olika inriktningar. Det är inte framkomligt att ha ett för ensidigt perspektiv om man ska jobba med barn och unga. ”Och det är svårt är arbeta med barn! Det krävs träning. Det är lättare för vuxna att jobba med vuxna för att man har mer gemensamt”, konstaterar Anna och fortsätter: ”Det finns utmaningar med yngre barn, inte minst språkligt och då behöver man vägledning och träning, hur man kan göra.”

Källor

Utbildningsplan, Ericastiftelsens hemsida (www.ericastiftelsen.se)

Mechler, Lindqvist, Philips, Midgley & Lilliengren (2024). Internet-Delivered Affect-Focused Psychodynamic Therapy for Adolescent Depression: Treatment Principles and Clinical Application in the ERiCA Project, *Journal of Infant, Child, and Adolescent Psychotherapy, 23*(2), 123-141. DOI: 10.1080/15289168.2024.2339523

Pia Litzell Berg och Rebecka Nietsche
Mellanrummets redaktörer

Noter

1. Anna Norlén; Fil. Dr, leg. psykolog, leg. psykoterapeut.

2. Agneta Thorén; Fil. Dr, leg. psykolog, leg. psykoterapeut.

3. Björn Tingberg; Med. Dr, leg. sjuksköterska, leg. psykoterapeut, master i pedagogik.

4. Anders Schiöler; Leg. psykolog, specialist psykologisk behandling, leg. psykoterapeut, leg. fysioterapeut.

Copyright. Alla rättigheter förbehållna. Mångfaldigandet av innehållet, annat än för privat bruk, är enligt lag om upphovsrätt (1960:729) förbjudet utan medgivande av redaktionen.
Ansvarig utgivare: Respektive författare/Institutt for barne- og ungdomspsykoterapi (IBUP). Original: mbj.