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

Desirée Sjöbom
Åbo/Turku

Barn- och ungdomspsykoterapeut-utbildningar i Åbo, Finland

Intervju med Kristiina Ojanen-Järvikoski

Barn-, ungdoms- och vuxenpsykoterapeut Kristiina Ojanen-Järvikoski och jag träffas en höstdag i Åbo centrum för att prata om hennes erfarenheter och tankar runt psykoanalytiska/psykodynamiska barn- och ungdomspsykoterapeututbildningar i Finland. Kristiina har varit ansvarig utbildare för flera finskspråkiga psykoanalytiska barn- och ungdomspsykoterapeututbildningar, som anordnats i samarbete med Åbo universitets barnpsykiatri i Åbo.

Kristiina berättar att de psykoanalytiska traditionerna var starka i Åbo redan 1973 då hon gjorde sin psykologpraktik. Hon utexaminerades som psykolog år 1975. Hon började då arbeta som psykolog på Familjerådgivningen i Åbo. I början av 1980-talet utbildade hon sig till vuxenpsykoterapeut och fick i samband med utbildningen ha förutom en vuxen patient även ett barn som skolningspatient. Vid sidan av arbetet på Familjerådgivningen grundade hon en privatmottagning. Hon utbildade sig till barn- och ungdomspsykoterapeut under 1990-talet. På Familjerådgivningen fick hon sedan själv arbeta med barnpsykoterapier och även koordinera arbete med barnpsykoterapier.

Efter några år övergick hon till att enbart arbeta som privatpraktiserande psykoterapeut med barn, ungdomar och vuxna. Hon blev utbildningspsykoterapeut inom barn- och ung-

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.

domspsykoterapi år 1999 och efter det har hon mellan åren 2003–2023 fungerat som ansvarig utbildare för 5 finskspråkiga barn- och ungdomspsykoterapeututbildningar. Hon har även under lång tid fungerat som handledare. Hon avslutade patientarbetet för några år sedan och har därefter arbetat enbart med utbildning och handledning.

Om Utbildningsprogrammet

Kristiina berättar om hur grundstrukturen för de utbildningar som hon varit ansvarig för har sett ut. Grunden har bestått av att de studerande har skolningspatienter. Under utbildningen hålls många fallseminarier, där de studerande följer med och diskuterar sina skolningspatienter. De studerande går dessutom i egen handledning för sina skolningspatienter.

I de första barn- och ungdomspsykoterapeututbildningarna som Kristiina var ansvarig för, hade de studerande som skolningspatienter ett barn som skulle vara i åldern under 10 år och en ungdom i åldern 13-25 år. I de senare utbildningarna har det även ingått en skolningspatient under 6 år. I början var skolningsterapierna 2-3 år långa med besöksfrekvens på 2 besök per vecka. I dag är skolningsterapierna mellan 1-2 år långa, besöksfrekvensen är fortfarande 2 besök per vecka. Förutom arbete med skolningspatienter har de studerande även 20 timmar handlett föräldraarbete. I utbildningarna ingår även babyobservation, som innebär att de studerande under ett års tid observerar en babys utveckling, babyns växelverkan med sin omgivning och även de känslor som väcks i den studerande (motkänslor) i samband med observationstillfällena.

Teoridelen handlar bland annat om barns och ungdomars normala och patologiska utveckling, terapiprocessen, grundbegrepp inom psykoanalytisk psykoterapi. Det ingår också en del undervisning om forskning och andra teman kring barns utveckling. De studerande skriver ett slutarbete som ska behandla ämnen som har med arbetet som barn- och ungdomspsykoterapeut att göra. Dessutom ska de studerande gå i egen psykoterapi minst 250 timmar med frekvensen 2 besök i veckan. Det rekommenderas att de studerande ska gå i psykoanalys, vilket många även har gjort.

Kristiina berättar att för henne som ansvarig lärare för barn- och ungdomspsykoterapeututbildningar har det varit speciellt viktigt att de studerande ska få kunskap om barn- och ungdomars normala och patologiska psykiska utveckling inom den psykoanalytiska teorin. Hon säger att det är väldigt viktigt att man som barn- och ungdomspsykoterapeut inte börjar behandla normal utveckling som patologi. Det är viktigt att behärska den analytiska tekniken och ha kunskap om grundläggande psykoanalytiska begrepp. Kristiina betonar den psykoanalytiska teorin som grund för det psykoterapeutiska arbetet. Den ger psykoterapeuter strukturer för att kunna gestalta och förstå barnens svårigheter och behov samt för att kunna genomföra nödvändiga interventioner med barnen.

Arbete med föräldrar inom barn- och ungdomspsykoterapi är viktigt

Kristiina berättar att arbete med föräldrar och föräldraskap har alltid varit viktiga delar i hennes arbete som barn- och ungdomspsykoterapeut. Hon berättar att Erna Furman besökte Finland flera gånger runt 2000-talet och undervisade i barnpsykoterapi. Erna Furman betonade hur viktigt det är med intensivt arbete och samarbete med föräldrarna under barnets psykoterapi. Ofta träffade barnets eller den unges psykoterapeut även föräldrarna. Kristiina inspirerades även av psykoterapeutisk litteratur där det beskrivs hur viktigt det

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.

är att under en psykoterapi med barn även arbeta med föräldrarna. Utbildningarna i Åbo har varit föregångare i Finland i att betona vikten av att barnets psykoterapeut även regelbundet träffar barnets föräldrar. Målet för träffarna är att stöda föräldrarna att utvecklas i sin förmåga att kunna möta sitt barns eller ungdoms utvecklingsbehov. Dessutom ingår en ny form av att arbeta med barnet ”Barnets vård via föräldern” som en del i den utbildningsdel som heter ”Att arbeta med föräldrarna”.

Kristiina säger att det kan finnas risk för lojalitetskonflikt då samma psykoterapeut arbetar både med barnet och föräldrarna – det kan vara svårt att se saker och ting ur både barnets och förälderns synvinkel och att förstå dem båda två. I vissa specialfall är det bättre att två psykoterapeuter arbetar skilt med barn och föräldrar.

Även i psykoterapiarbete med ungdomar är föräldraarbete viktigt, vilket bland annat Kerry Kelly Novick & Jack Novick har betonat i sin bok *”Working with Parents make Therapy work”*. Kristiina berättar att även här har det skett en förändring under de 20 år som hon har varit ansvarig för utbildningar. Hon påminner om att ibland kan det vara tungt att arbeta med både barn och föräldrar, men när samarbetet mellan psykoterapeut och föräldrar verkligen fungerar så underlättar det även psykoterapiarbetet med barnet eller ungdomen. Kristiina funderar att det tidigare kan ha ansetts enklare att inte involvera föräldrarna så mycket i barnet eller den unges psykoterapi som man gör idag. Det kan dock hända att barnen som tidigare kom till psykoterapi var psykiskt friskare – och därför var arbetet med föräldrarna inte lika viktigt som det är med de barn med tidiga och allvarliga störningar som i dagens Finland oftast blir rekommenderade psykoterapi.

– Under de tidiga åren av min yrkeskarriär remitterades oftare bättre strukturerade barn och ungdomar till terapin, säger Kristiina. Då fokuserade terapin i högre grad på att utforska försvarsmekanismer och bearbeta inre konflikter. Numera har de barn som allt oftare kommer i behandling utvecklingsmässiga deprivationer och brister som har hindrat en sund utveckling. I dessa fall strävar psykoterapeuten efter att fungera som ett utvecklingsobjekt för patienten och terapirelationen kan i bästa fall komplettera och föra vidare en utveckling som blivit avbruten. Barn och ungdomar som har blivit svårt traumatiserade i tidiga livsskeden kan hjälpas med ett mentaliseringsinriktat förhållningssätt. Goda resultat har här uppnåtts genom att i högre grad än tidigare involvera inte bara föräldrarna utan också barnets övriga nätverk i vården.

Egen utbildningspsykoterapi

Vi funderar tillsammans över vilken betydelse den egna psykoterapin har i barn- och ungdomspsykoterapeututbildningen.

Kristiina säger att den egna psykoterapin är helt avgörande för de studerande i deras utveckling till barn- och ungdomspsykoterapeuter. Kristiina säger att hon upplever att hon genom den egna psykoanalysen lärde sig allra mest om psykoterapirelationen, sådant som hon inte skulle ha kunnat lära sig på något annat sätt. Det är väldigt viktigt för en kommande psykoterapeut att förstå sig på sin egen bakgrund och hur den påverkar hen idag. Den blivande psykoterapeuten behöver ha förståelse för sina egna inre konflikter samt kunna känna igen och reflektera över överförings- och motöverföringskänslor.

Kristiina påminner om att psykoterapeuten behöver vara så medveten som möjligt om vilka de egna sårbara punkterna är som kan aktiveras i mötet med barnets problem. Det är inte lätt och ingen lyckas med det till hundra procent, men vetskapen om den egna

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.

sårbarheten hjälper psykoterapeuten i arbetet med psykiskt sköra barn och ungdomar.

Att arbeta som ansvarig lärare för barn- och ungdomspsykoterapeut utbildningar

Jag frågar Kristiina hur henne erfarenhet som lärare för barn- och ungdomspsykoterapeut-utbildningar har påverkat henne. Kristiina berättar att det är mycket givande på ett personligt plan att få leda utbildningar för nya psykoterapeuter, som ofta är begåvade och mycket motiverade att lära sig arbetet.

– Jag har sett många utvecklas till psykoterapeuter och jag har haft möjlighet att i handledning följa deras professionella utveckling i efterhand. Det har varit mycket intressant och givande. Det är också mycket givande och stimulerande att arbeta tillsammans med de kolleger som fungerar som lärare på utbildningarna.

Kristiina menar att om man har valt studerande med kapacitet, utvecklingsförmåga och vilja att lära sig, är det inte svårt att undervisa i barn- och ungdomspsykoterapi. Det kan ändå finnas sådana som efter att ha utbildat sig till barn- och ungdomspsykoterapeuter tycker att det är ett svårt arbete. Kristiina påminner om att i arbete med barn krävs både mod, kreativitet och flexibilitet. Det är viktigt att de studerande också hittar sina egna styrkor.

Kristiina säger att med åren blir psykoterapiarbetet lättare. Självförtroendet växer med åldern. Arbetet är inte enkelt, men det är mycket tillfredsställande. Som utbildare upplever jag att jag får mer än jag ger – man lär sig hela tiden något nytt, säger hon.

Forskningen inom psykoanalytisk barn- och ungdomspsykoterapi

Jag frågar ännu av Kristiina: – Hur ser du på forskning och teori inom psykoanalytisk barn- och ungdomspsykoterapi?

Kristiina svarar att det är väldigt beklagligt att det finns så lite forskning om psykoanalytisk barnpsykoterapi. Bra forskning är också väldigt svår att genomföra. Det skulle behövas betydligt mer forskning inom området. Det finns också lovande forskning, särskilt vid svåra störningar. Kristiina ger som exempel Peter Fonagys forskning om *”Sleeper effect”* som visar att de positiva effekterna av en psykoterapi ofta fortsätter även efter avslutad terapi.

Kristiina säger ännu: – Innerst inne vet jag att terapin hjälper. Symtominriktad behandling saknar ofta ett utvecklingsperspektiv. I psykodynamisk terapi fungerar terapeuten som ett utvecklingsobjekt för barnet eller ungdomen. Det är i den psykoterapirelation som en positiv förändring kan komma till stånd i barnets eller den unges liv.

Hon berättar att hon med åren har blivit allt mer övertygad om psykoterapins betydelse och om värdet av egen terapi. Hon säger att i början av hennes karriär var det mycket viktigt för henne att ”göra rätt” och strikt följa psykoanalytiska regler. Med mer erfarenhet och bredare teoretisk kunskap, till exempel via Anne Alvarez, har hennes arbetssätt blivit friare. Man kan göra mycket, så länge man vet vad man gör, säger hon.

– Ibland har jag använt jag kognitiva inslag, beröm, belöning och praktisk vägledning. Mitt arbete med barn har blivit mer flexibelt. Arbets- och livserfarenhet leder till större mod att pröva olika metoder och vissa teoretiska uppfattningar har också förändrats.

Framtiden

Till slut frågar jag ännu av Kristiina om vilka tankar hon har om framtiden för barn- och ungdomspsykoterapin? Hon bekänner att hon känner en viss oro inför framtiden. Med

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.

tiden blir det tydligt att många barn inte får tillräckligt varaktig hjälp, trots att psykodynamisk psykoterapi skulle kunna erbjuda det. Därför är forskningsunderlaget så viktigt. Korta terapier räcker inte för alla. Korttidsterapier är lättare att forska på, även inom psykodynamisk tradition, men de är inte alltid tillräckliga.

– Jag tror inte att psykodynamisk psykoterapi kommer att försvinna, men vi går mot svårare tider. Därför är det avgörande att lyckas rekrytera nya studerande till utbildningarna, avslutar Kristiina.

Desirée Sjöbom
Redaktionen Åbo/Turku

Bilaga 1

Anordning av psykoterapeut-utbildningar i Finland

I Finland är ”psykoterapeut“ en skyddad yrkestitel, vilket betyder att man måste ha rätt utbildning och godkännande från Valvira.

Valvira eller Tillstånds- och tillsynsverket för social- och hälsovården är en finsk centralmyndighet underställd social- och hälsovårdsministeriet. Den övervakar verksamheten inom social- och hälsovården. Den som vill verka som psykoterapeut och använda titeln måste alltså både uppfylla vissa utbildningskrav och registrera sig hos Valvira.

Det finns rekommendationer från nationella Konsortier för psykoterapeut- och psykoanalytikerutbildningar. Dessa rekommendationer styr hur utbildningarna bör vara upplagda. Bestämmelserna är särskilt viktiga för de som utbildar utbildningspsykoterapeuter.

Universiteten i Finland kan själva anordna psykoterapeututbildningarna, men ofta koordineras utbildningarna i samarbete med externa expertorganisationer (t.ex. psykodynamiska/psykoanalytiska eller andra psykoterapiföreningar). Universiteten ansvarar dock formellt för utbildningarna.

För att komma in på psykoterapeututbildningarna behöver man en lämplig högre högskoleexamen eller annan motsvarande utbildning. Erfarenhet från arbete inom psykiatrin eller motsvarande (t.ex. missbrukarvård, barnskydd) brukar krävas. Hur mycket som krävs varierar, men ofta är det minst ett par års erfarenhet som behövs för att söka till

MELLANRUMMET © 2025 • 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.

en psykoterapeut utbildning. Om man inte är psykiater, läkare, psykolog eller sjuksköterare som är specialiserad i psykiatri behövs förutom den egna grundexamen även minst 30 studiepoängs studier inom psykologi eller psykiatri för att få söka till psykoterapeut utbildningar. De som blir godkända som sökande genomgår ännu 1-3 lämplighets- intervjuer innan de slutligen kan godkännas till utbildningen. De psykodynamiska utbildningsgrupperna består vanligtvis av 6–12 studerande. I Finland anordnas både finskspråkiga och svenskspråkiga psykoterapeut utbildningar.

Psykoterapeututbildningarna betraktas som fortbildningar och det är meningen att den studerande ska kunna arbeta vid sidan av studierna. Utbildningarna tar runt 3-4 år. Utbildningarna är avgiftsbelagda för de studerande och kostnaderna är vanligtvis höga från 15 000 euro och uppåt. I dessa priser ingår terminsavgift, egen handledning och egen psykoterapi/psykoanalys.

I de psykodynamiska psykoterapeut utbildningarna är kravet på egen psykoterapi oftast minst 250 timmar. Dessa krav ställer de psykodynamiska psykoterapiföreningar som är de som i praktiken sköter om utbildningarna. De nationella konsortierna kräver minst 80 timmar psykoterapi, som kan indelas i 40 timmar egen psykoterapi och 40 timmar grupp psykoterapi. När utbildningen är klar och alla krav uppfyllda kan man ansöka till Valvira för att få titulera sig psykoterapeut. Efter det kan man ännu söka in för att gå en 3-4 årig fortsättningsutbildning för att bli utbildningspsykoterapeut. Då har man rätt att fungera som utbildare för psykoterapeut utbildningar.

Desirée Sjöbom
Redaktionen Åbo/Turku

MELLANRUMMET © 2025 • 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.