

GÖTEBORGS UNIVERSITET  
PSYKOLOGISKA INSTITUTIONEN

**Utbildningsterapins diskurser**  
**En avgörande erfarenhet och ett olagligt tvång**

Staffan Wellander

Examensarbete 30 hp  
Psykologprogrammet  
PM 2519  
Vårtermin 2016

Handledare: Petra Boström  
Mats Eklöf

# Utbildningsterapins diskurser

## En avgörande erfarenhet och ett olagligt tvång

Staffan Wellander

*Sammanfattning.* Utbildningsterapi är ett obligatoriskt kursmoment på sju av elva psykologprogram i Sverige. Uppsatsen försöker förstå diskussionen kring momentet under 2000-talet då dess omfattning minskades. En diskursanalys av sexton tidningsartiklar och två fokusgrupper visar hur utbildningsterapi konstrueras genom uttalanden om kostnad, juridik, vetenskap och erfarenheter som kommer från studenter, utbildningsanordnare och psykologer/psykoterapeuter. Uppsatsen beskriver utvecklingen som leder fram till att kostnadsersättningen och obligatoriet minskas eller helt tas bort, samt tydliggör den erfarenhetsmässiga betydelsen av utbildningsterapin. Om utbildningsterapin bevaras bör utbildningsanordnare tidigt och tydligt förmedla information om momentet till studenter.

Utbildningsterapi är ett kursmoment som sedan 1950-talet funnits i den svenska psykologutbildningen. Under 2000-talet har utbildningsterapin diskuterats i tidningar, radio, seminarier och på internet. Parallellt med diskussionen i olika medier har psykologprogrammen på Uppsala och Umeå universitet under 2015 valt att ta bort utbildningsterapin som examinerande kursmoment. Tillsammans med Karolinska institutet och Mittuniversitet utgör de fyra av elva lärosäten<sup>1</sup> som tagit detta beslut. De andra lärosätena har minskat kravet på antalet timmar. Denna uppsats undersöker den diskussion som har förts om utbildningsterapi i olika medier sedan 1998. För mig har drivkraften bakom uppsatsen varit att förstå hur utbildningsterapin kan formas i den framtida psykologutbildningen.

### Utbildningsterapins historia i Svensk psykologutbildning

Idag finns momentet utbildningsterapi på både psykolog- och psykoterapeutprogrammen<sup>2</sup> i Göteborg. I vardagstal och på vissa andra lärosäten benämns momentet som "egenterapi". I kursplanen för psykoterapikursen i Göteborg finns en ganska typisk formulering: "Momentet omfattar egen erfarenhet av psykoterapi, s k utbildningsterapi. Denna kan antingen innebära individualterapi under 40 timmar eller grupppsykoterapi under 100 timmar. [...] Utbildningsterapin har som målsättning att den studerande och blivande psykologen skall förvärva sådan självkänedom och empatisk förmåga som krävs för att möta patienter under utbildningens gång och i framtida yrkesutövning. All terapi inom samma terapiram skall ske regelbundet med minst 1 session/vecka." (Kursplan för kurs 16: Psykoterapi, 2016)<sup>3</sup>. En förklaring till vad som har lett fram

---

<sup>1</sup> Följande lärosäten har tillstånd att utfärda psykologexamen: Göteborgs universitet, Karlstads universitet, Karolinska institutet, Linköpings universitet, Linnéuniversitet, Lunds universitet, Mittuniversitet, Stockholms universitet, Umeå universitet, Uppsala universitet och Örebro universitet. Åtta av lärosätena har dessutom tillstånd att utfärda psykoterapeutexamen.

<sup>2</sup> Psykologprogrammet är en grundutbildning på fem år och omfattar 300hp. Den leder till masterexamen i psykologi och efter minst ett års praktisk tjänstgöring kan psykologen ansöka om legitimation hos socialstyrelsen. Psykoterapeutprogrammet är en påbyggnadsutbildning för psykologer, läkare och sacionomer som sker på halvfart under tre år och omfattar 90hp. Utbildningen leder till psykoterapeutexamen och legitimation från socialstyrelsen.

<sup>3</sup> Studenten på psykologprogrammet i Göteborg får 400 kr i bidrag per session från institutionen, vilket för institutionens del innebär 620 kr per session när OH-kostnader läggs till. Institutionens sammanlagda kostnad för en student är 24800 kr och med ca 40 studenter per termin blir institutionens sammanlagda kostnad ca 990 000kr/klass

till utformningen av utbildningsterapi som kursmoment i psykologprogrammet kan utbildningsterapis historia ge.

Psykoanalys har under hela 1900-talet utövat ett starkt inflytande på psykoterapi och utbildningsterapi har sitt ursprung i den så kallade utbildningsanalysen. I artikeln ”Råd till läkaren vid den psykoanalytiska behandlingen” från 1912 skrev psykoanalysens grundare Sigmund Freud (1856-1939) att den som utbildar sig till psykoanalytiker själv bör gå i psykoanalys (Freud, 1912/2002). Freud skrev att psykoanalytikern genom sin egen psykoanalys kan känna igen sina egna komplex, uppleva en psykoanalytisk rening och upptäcka olösta bortträngda konflikter. Erfarenheten av att frivilligt tala om allt som faller en in och en analytiker som lyssnar med en jämnt svävande uppmärksamhet och svarar an på materialet ger en inre kännedom om psykoanalysen. 1937 följde Freud upp frågan om utbildningsanalysen i artikeln ”Den ändliga och den oändliga analysen” (Freud, 1937/2002). I artikeln betonades vikten av att psykoanalytikern är en själslig förebild för patienten. Utbildningsanalysen beskrevs som en viktig förberedelse för det framtida arbetet. Freud föreslog att psykoanalytikern regelbundet skulle gå i psykoanalys. Utbildningsanalysen skulle se till att den blivande analytikern mer genomgripande kunde använda sig av sig själv i det egna arbetet och inte störas eller bli upptagen av sig själv.

I Sverige fick psykologutbildningen sin första officiella utformning genom psykologutredningen 1955 (Göransson, 1997). I utredningen framgick det att utbildningsterapi var en del av utbildningen till klinisk psykolog. Utbildningsterapi hölls på avancerad nivå de sista två åren av utbildningen för de studenter som valde linje tre och fyra av följande fyra linjer: 1. skol- och småbarnspsykolog 2. Arbetspsykolog 3. *klinisk barnpsykolog* (psykoterapi med barn) och slutligen 4. *klinisk psykolog* (SOU, 1955).

År 1955 ansågs psykoterapi vara en medicinsk behandling som utfördes av läkare (SOU 1955:11, s. 26). Studenter med intresse för psykoterapi uppmuntrades därför att utbilda sig till psykiatriker (Johansson, 2009, s. 78). Istället för behandlingsarbete skulle den kliniska psykologen utreda, diagnostisera och testa (SOU, 1955, s. 53). Eftersom den akademiska psykologin vid denna tid endast representerades vid några få lärosäten som i stort saknade psykoterapeutisk kompetens fick de studenter som läste till klinisk psykolog utbilda sig i psykoterapi hos separata utbildningsanordnare. Dessa utbildningar var psykoanalytiskt influerade och hölls på exempelvis S:t Lukasstiftelsen i Göteborg och Ericastiftelsen i Stockholm. Utbildningsterapi var ett fast moment under dessa utbildningar (SOU, 1955, s. 58; Johansson, 2009, s. 156). I Göteborg uppstod en av universitet organiserad psykodynamisk psykoterapiutbildning först i slutet av 1960-talet (Johansson, 2009, s. 196).

Med den nya utbildningsordningen 1969 ökade utbildningens fokus på praktiska färdigheter i psykoterapi, medan den akademiska psykologins betoning minskade (Rigné, 2002, s. 233). 1972 infördes linjeutbildningen och PEG: psykologutbildningen efter grundexamen som betonade praktiska inslag. Med 1981 års betänkande *Ny psykologutbildning* (1981, s. 93) blev utbildningsterapi del av en femårig utbildning till psykolog under kursen ”Psykoterapi”.

Den senaste övergripande förändringen inom psykologutbildningen var målstyrningen som infördes med Högskoleförordningen (SFS, 1993). Den gjorde att varje universitet ansvarade för att uppfylla mål, istället för att följa en nationell utbildningsplan. Förändringen skapade en större frihet för utbildningsanordnare att profilera sig. Förordningen gjorde det också möjligt att integrera kognitiv beteendeterapi i psykologutbildningen. Med den ökade friheten och betoning på psykologiska positivistiska bevis skapades nya psykologprogram på 2000-talet utan utbildningsterapi.

## **Utbildningsterapin och forskning**

En vanlig rekommendation i samtida psykoterapilitteratur är att den framtida psykologen som utövar en viss psykoterapeutisk teori, teknik och metod också själv har upplevt och på olika sätt prövat på den. I vissa fall är utbildningsterapi en specifik rekommendation (Frederickson, 2013, s. 89; Almingefeldt & Lagerstedt, 2015, s. 179). I andra fall är kravet en övergripande personlig strävan och praktik av acceptans, meditation och mindfulness (Hayes, Strosahl, & Wilson, 2011, s. 160; Segal, Williams, Teasdale, & Trägårdh, 2014, s. 31).

Psykologisk forskning om utbildningsterapi har inriktat sig på hur utbildningsterapi påverkar studenten, studentens patients utfall samt aspekter av att ha obligatorisk utbildningsterapi (Phillips, 2010; Chaturvedi, 2013; Ivey, 2014; Gold, Hilsenroth, Kuutmann, & Owen, 2015). Studierna av utbildningsterapis effekter har inte pekat mot någon entydig slutsats. Hamreby (2006) poängterar bland annat att kvantitativa studier är otydliga med vad som gör en utbildningsterapi till en utbildningsterapi. Det leder till oklarheter om vem som går i utbildningsterapi, vem som bedriver den, vad den innehåller, vilken teori och metod som appliceras. Det uppstår också ideologiska debattinlägg i forskningsartiklar (Hamreby, 2006), vilket kan bero på utbildningsterapis koppling till psykoanalysens utbildningsanalys. Dessutom anses en "vanlig" psykoterapi vara en hyperkomplex process. Allt detta gör det svårt att dra några entydiga slutsatser av kvantitativ forskning om utbildningsterapi (Hamreby, 2006; Rizq, 2011; Hau, 2016). Att lyfta fram diskussionen om utbildningsterapi kan därför underlätta en gemensam framtida forskning.

De senaste tio åren går det att i kvalitativa studier se utbildningsterapis erfarenhets- och upplevelsemässiga betydelse för såväl studenter som psykoterapeuter. I huvudsak har forskare intervjuat studenter eller terapeuter och sedan använt sig av tolkande fenomenologiska analyser (IPA) av data (Daw & Joseph, 2007; Rizq & Target, 2008; Rake & Paley, 2009; Rizq & Target, 2010; Kumari, 2011; von Haenisch, 2011), men det finns exempel på andra designar med liknande resultat (Murphy, 2005; Moller, Timms, & Alilovc, 2009; Oteiza, 2010; Everson, 2013; Bäck & Dahlkvist, 2015). Sammanfattningsvis framstår utbildningsterapin som en värdefull erfarenhet och upplevs utvecklande för personen både personligt och professionellt. Dessutom beskrivs den som en viktig relation där ett känslomässigt band knyts mellan student och psykoterapeut. Utbildningsterapin kan också upplevas som både påfrestande och stressfylld då det exempelvis är obligatoriskt och studenten genom att tala om sig själv kan uppleva en förändringsprocess.

Sammanfattningsvis har utbildningsterapin inom den svenska psykologutbildningen en drygt 60 år lång historia. Det finns olika sätt att förstå och värdera utbildningsterapis funktion och betydelse i utbildningen. Forskningen om dess effekter är inte entydig. Forskning har dock visat att egenterapi kan upplevas både som utvecklande och som ett stressande krav.

## **Diskursanalys av texter**

Diskussionen om utbildningsterapin har skett i bland annat tidningar. En text i en tidning vänder sig till en specifik publik med en viss kunskap, finns där av en anledning, befinner sig i ett sammanhang och säger något om vem skribenten vänder sig till, vad skribenten vill åstadkomma och något om skribentens maktposition. Ett sätt att blottlägga hur olika sorters texter om utbildningsterapin skrivs är att undersöka hur utbildningsterapin konstrueras. Det görs genom en diskursanalytisk ansats. Inom diskursanalys är ord som "diskurs", "subjekt", "konstruera" och "position" centrala i förståelsen av människan, hennes familjer och samhällen. Därför följer ett försök att definiera och klargöra dessa fyra begrepp med början i en allmän beskrivning av diskurser.

Diskurs har sitt ursprung i latinets *discursus* som ungefär betyder kringlöpande och utvecklades genom franskans *discours* där det bland annat betyder tal, föreläsning och prat. I svenskan syftar diskurs på samtal och har historiskt kopplats till flera olika betydelser bland annat: tankens flexibilitet att gå från ett resonemang till ett annat (tes – antites = syntes), omständliga och vidlyftiga resonemang, en dispyt, och en resonerande skriftlig framställning med kåserande stil (Svenska Akademiens Ordbok, 2016; Nationalencyklopedin, 2016).

För Michel Foucault (1926-1984) får diskurs två allmänna betydelser. I den första betydelsen är allt yttrande av språk i frasens form en diskurs. I den andra betydelsen är diskurs de speciella yttranden som kommer från olika former av institutioner i och utanför samhället som både har makt och gör maktanspråk (Foucault, 1970/1993, s. 57). Diskurser upptäcks bäst genom att överträda gränsen för vad som är tillåtet. Genom att överskrida förbudet görs människan uppmärksam på vad som får och inte får sägas, göras eller upplevas. Detta skulle kunna kallas för människans begränsade förmåga att förstå världen och ställa rätt frågor. Det hela sammanfattas i följande citat: ”Alla vet att man inte får säga allt, att man inte kan tala om vad som helst när som helst och, slutligen, att inte vem som helst får tala om vad som helst.” (Foucault, 1970/1993, s. 7).

Det som går att säga om världen kommer inte enbart bli en avspegling utav en av människan oberoende verklighet (Foucault, 1970/1993, s. 19). Eftersom språket konstituerar en relationell verklighet är det ett stildrag inom diskursanalys att sätta objektiva objekt inom parentes och vända sig mot subjekt som konstruerar objekt. Alltså enskilda individer och deras tal om ting. För Foucault innebar det att undersöka texter och tal (diskurser) om de personer som personifierar ett visst objekt som exempelvis den vansinniga, fången eller vetenskapsmannen och beskriva hur de diskurserna blir till (konstruerar) vansinne, fängelse och vetenskap. Om objektet är utbildningsterapi saknas kanske det personifierande subjektet, men det går trots allt att undersöka vem som får tala om utbildningsterapi, när någon kan tala om utbildningsterapi, hur det går att tala om utbildningsterapi och även på vilket sätt allt detta inte går. Denna undersökning gör det möjligt att förstå hur utbildningsterapi konstrueras.

Genom att sätta subjektets tal främst blir begrepp som sanning eller kunskap begripliga framförallt i förhållande till institutionernas praktik och historia. Inom en viss institution, vid en viss tidpunkt, på en viss plats, så kan subjekt endast säga vissa saker. Ett subjekt intar en viss position som möjliggör och begränsar. Det kallas för diskursens ordning eller ibland normer. En grupp människor som talar med varandra förväntas agera på ett visst sätt. Genom att individerna dessutom följer en viss lära kommer en och samma idé och talet om den att bli allmängods och återges likriktat (Foucault, 1970/1993, s. 30). På detta sätt bildas en identitet och kriterier för in- och utestängningsprocesser. Subjektet ser och är i världen enligt institutionens krav.

### **Frågeställning och syfte**

Syftet med uppsatsen var att undersöka hur studenter, utbildningsanordnare samt yrkesverksamma psykologer och psykoterapeuter med anknytning till psykolog- och psykoterapeututbildningen har konstruerat utbildningsterapi i tidningsartiklar sedan 1998. Dessutom undersökte den hur studenter på psykologprogrammet i Göteborg förhöll sig till påståenden som framfördes i tidningsartiklarna. Undersökningarna lyfte tre frågor: 1. Vilka diskurser används? 2. Vem använder sig av diskurserna? 3. Vilka konsekvenser får användandet av en viss diskurs?

## Metod

Uppsatsen bygger på en diskursanalys av tidningsartiklar och fokusgrupper som utfördes i tre steg. I ett första steg undersöktes tidningsartiklar med utgångspunkt i uttalanden om utbildningsterapi och kodades tematiskt. Med hjälp av påståenden från tidningsartiklarna genomfördes i ett andra steg två fokusgrupper som transkriberades och kodades tematiskt. I ett tredje steg utfördes en diskursanalys på all tematiskt kodad material.

### Databassökning efter tidningsartiklar om utbildningsterapi

Sökningen efter tidningsartiklar om utbildningsterapi gjordes på *Mediearkivet* (2016), *Korp* (Borin, Forsberg, & Roxendal, 2012) och i *Psykologtidningen*. Dessutom söktes material från statliga myndigheter som lagar, uttalanden och pressmeddelanden.

Sökningen gjordes med sökorden: ”utbildningsterapi” eller ”egenterapi” och avgränsades i tid mellan åren 1998-01-01 – 2016-01-13. Tidsintervallets början sattes eftersom år 1998 var tiden för första sökträffen i *Psykologtidningen* och intervallets slut valdes av bekvämlighet. Sökningen resulterade i sammanlagt 381 artiklar. I data ökade antalet tidningsartiklar över tid och fler innehöll ordet egenterapi än utbildningsterapi. Egenterapi verkade användas synonymt med självhjälp. Samtliga 381 artiklar ögnades igenom och de som inte rörde psykologer eller psykoterapeuter togs bort vilket resulterade i 67 artiklar. Därefter gallrades de som behandlade utbildningsterapi i några få meningar eller saknade uttalande från utbildningsanordnare, student eller psykolog/psykoterapeut med anknytning till utbildningen vilket resulterade i 27 artiklar. I detta skede utfördes en första grov analys av textmassan vilket även ledde till ett intensivt reflexivt skrivande. Flera artiklar tangerade varandra innehållsmässigt vilket tog sig uttryck i upprepningar. Detta ledde till att jag valde 16 tidningsartiklar (tabell 1) som jag uppfattade bäst representerade materialet i sin helhet och därefter kodades dessa 16 artiklar tematiskt. I detta skede utfördes två fokusgrupper för att undersöka hur psykologstudenter förhöll sig till påståenden om utbildningsterapi som hämtades från tidningsartiklarna.

Tabell 1.

Tidningsartiklar som analysen utgick ifrån

Tidning	År	Titel	Författare
Psykologtidningen 23-24	1998	PS från SR: Rör inte egenterapi!	Stenberg
Sydsvenskan	2000	Psykologistudenter får inte lagstadgat bidrag	Björnsson
Dagens Nyheter	2001	Utbildning i psykoterapi får underkänt	Snaprud
Dagens Nyheter	2003	Psykologstudent tvingas betala utbildningsterapi	Svensk
Psykologtidningen 4	2004	Psykologstudenternas egenterapi: Vem ska betala?	Strömberg
Högskoleverket	2004	Psykologi populärt ämne som håller god kvalitet	Pressmeddelande
Psykologtidningen 10	2007	Egenterapi - terapi på annorlunda villkor	Rislund
Psykologtidningen 8	2008	Dubbel egenterapi	Ringborg
Psykologtidningen 7	2009	Psykologstuderande är positiva till egenterapi	Heinemann
Psykologtidningen 8	2011	"Vi bör bevara utbildningsterapi"	Johansson
Sydsvenskan	2012	Intervjun Albin Tingsvall	Silvander
Västerbottens-Kuriren	2015	Egenterapi kan inte krävas för examen	Eriksson
Västerbottens-Kuriren	2015	Förlegat inslag i utbildningen	Lundberg & Waara
Västerbottens-Kuriren	2015	Terapi behövs inte för att möta människor i kris	Lundberg & Waara
Psykologtidningen 7	2015	Egenterapi - en rättighet, ett krav eller ett lagbrott	Heinemann
Psykologtidningen 8	2015	"Ny forskning talar för egenterapi"	Löf, Risling & Pihlgren

## **Fokusgrupper**

Genom facebookgruppen ”Psykologprogrammet i Göteborg” rekryterades åtta studenter som hade erfarenhet av utbildningsterapi och som läste senare hälften av psykologprogrammet (termin 7 - termin 10). Åldern på deltagarna varierade mellan 24 till 40 år och bestod av tre kvinnor och fem män. De fördelade sig på två fokusgrupper som höll på i ca 45 minuter.

I enlighet med Willig (2013) strävade jag efter att skapa ett öppet samtal kring utbildningsterapin och uppmuntrade studenterna att tala om sin upplevelse, tro och attityd i förhållande till utbildningsterapin. För att få studenterna att fokusera på ämnen som tagits upp i tidningsartiklarna utgick fokusgrupperna från påståenden hämtade från tidningsartiklarna. Påståendena var utskrivna på varsitt A4-ark som lades på bordet och samtidigt läste upp högt. Om deltagarna inte förstod ett påstående lästes det utdrag ur tidningsartikeln som det kondenserats ifrån. Påståendena kan läsas i punktform nedan:

1. Utbildningsterapin är en medicinsk behandling och potentiellt olaglig
2. Utbildningsterapi är dyrt
3. Utbildningsterapi är inget för en normal välfungerande student
4. Utbildningsterapi är en form av utbildning och inlärningsituation
5. Utbildningsterapi är en avgörande erfarenhet och kännetecken för en god utbildning
6. Utan utbildningsterapi, så kan studenten betraktas som anonym och utbytbar robot
7. Med utbildningsterapi, så råder risk för grupptänkande som i fallet Quick

Utöver påståendena inleddes bägge fokusgrupperna med frågan: vad är utbildningsterapi? Detta följdes senare av frågan: om deltagarna i gruppen sökt psykologprogrammets för att de var intresserade av psykoterapi? Allra sist ställdes frågan: hur ser ni på studenter från psykologprogram som inte har utbildningsterapi? Dessa tre frågor ställdes spontant under den första fokusgruppen och ställdes därför även vid andra tillfället.

## **Foucauldsk diskursanalys**

Diskursanalysen i denna uppsats var en syntes sprungen ur en läsning av Foucault (1970/1993), Frost, o.a. (2010) och Willig (2013). Eftersom diskursanalys undandrar sig från tanken om en av människan oberoende och objektiv verklighet går det inte med enkelhet att beskriva några på förhand bestämda analytiska steg för att göra ”rätt” analys. Analysen utgick från de generella steg som beskrivs av Frost, o.a. (2010) och Willig (2013): först identifierades uttalanden som konstruerade utbildningsterapin, därefter identifierades flera uttalanden som tillsammans ingick i övergripande diskurser, efter det identifierades subjektpositioner och vilka subjekt som kunde handla och erfara utifrån dessa positioner, slutligen konstruerades analysen genom ett reflexivt skrivande.

## **Reflexivitet**

Som författare till en diskursanalytisk uppsats påverkade jag analysen genom min erfarenhet, förförståelse och antaganden om världen. Jag identifierar mig som psykologstudent, har erfarenhet av utbildningsterapi, har god ekonomi, arbetar vid sidan om studierna och intresserar mig för en kontinentalfilosofisk tradition, vilket influerar min syn på vetenskap som föränderlig samt vad som är möjligt och viktigt att säga om utbildningsterapi. Under diskursanalysen brottades jag med frågan om utbildningsterapin överhuvudtaget skulle finnas på psykologutbildningen men har under processen förespråkat utbildningsterapi. Min strävan har varit att göra en korrekt analys och representera materialet tydligt, transparent och korrekt med min egen subjektposition i

åtanke. Med detta sagt kunde inte diskursanalysen begränsas till de 16 tidningsartiklarna och två fokusgrupperna, utan analysen influerades även av de bortgallrade tidningsartiklar, radiointervjuer och andra debattinlägg på exempelvis internetforum som jag läst och influerats av.

### Resultat

Resultatet som följer är en diskursanalys av materialet från tidningsartiklarna och fokusgrupperna. Analysen avsåg beskriva hur utbildningsterapi konstruerades och fokuserade på vilka diskurser som användes, vem som använde sig av diskurserna, och vilka konsekvenser användandet av en viss diskurs hade. I utdrag från tidningsartiklarna *kursiverade* jag enstaka ord och meningar för att tydliggöra hur subjektet använde sig av en diskurs; och utdragen följer någorlunda en kronologisk ordning.

I resultatet presenteras först uttalanden som har att göra med ekonomi och konstruerade utbildningsterapi genom olika sorters kostnadsbeskrivningar. Denna kostnadsdiskurs användes mest av studenter och utbildningsanordnare, och användandet fick till följd att utbildningsterapins omfattning minskades. I resultatet presenteras därefter uttalanden som konstruerade utbildningsterapi genom juridiska beskrivningar. Diskursen användes mest kraftfullt av utbildningsanordnare och gjorde utbildningsterapin till en moralisk fråga om rätt och fel, bland annat i förhållande till sjukvård. Efter det presenteras uttalanden som belägger eller vederlägger utbildningsterapin med vetenskap. Diskursen användes i huvudsak av psykologer och psykoterapeuter. Användandet av diskursen skapade polemik och splittring i psykolog- och psykoterapeutkåren. I resultatet presenteras därefter uttalanden där utbildningsterapi konstrueras som en viktig erfarenhet. Denna diskurs användes mest av studenter och psykoterapeuter som bedrev utbildningsterapi. Användandet av diskursen skapade en bild av utbildningsterapin som betydelsefull och värd att bevara, vilket gav till följd att den utestängde de som inte hade denna erfarenhet. Slutligen presenteras i resultatet uttalanden om en framtid med eller utan utbildningsterapi, som en genomgående tendens i både tidningsartiklar och fokusgrupper.

### Utbildningsterapin som dyr eller prisvärd

Det mest framträdande argumentet som användes i tidningsartiklarna var att det var dyrt för studenter med utbildningsterapi och att det stod i konflikt med högskolelagen. Enligt högskolelagen (1992:1434) 4 kapitel 4 § ”ska [utbildningen] vara *avgiftsfri* för studenter som är medborgare i en stat som omfattas av avtalet om Europeiska ekonomiska samarbetsområdet”. Att rama in utbildningsterapin på detta sätt gjorde studenterna vid Lunds universitet. De intresserade vid flera tillfällen journalister från exempelvis Dagens Nyheter och Sveriges Radio (Björnsson, 2000; Svensk, 2003; Ishaq, 2007; Lindqvist, 2008). I tidningsartiklar beskrev studenterna att momentet var uppskattat och viktigt, men att de var tvungna att betala för utbildningsmomentet som borde vara avgiftsfritt:

Psykologiska institutionen har under de två senaste åren skjutit över flera av *kostnaderna* för psykologutbildningen på studenterna: Resebidragen för obligatoriska resor har dragits in. Det ges inte längre full *kostnadstäckning* för den obligatoriska egenterapin. [...] Det är ett brott mot högskoleförordningen och Lunds universitets rättighetslista. Enligt Högskoleverket omfattas både egenterapi och studieresor av kravet på *kostnadsfri* utbildning, säger han. - Vi tog upp saken med fakultetsledningen som höll med om att det är ett brott mot Högskoleförordningen. Varför man inte följt förordningen har kanske att göra med de *nedskärningar* man tvingats till. (Björnsson, 2000, 15 mars).



Utdraget visade på studenternas maktlöshet gentemot utbildningsanordnarnas beslut. Efter detta inlägg var det givet och självklart för varje student som värnade om sin och andra studenters ekonomi att kritisera utbildningsanordnare för kostnaden. Att studenterna ville kämpa för sina rättigheter att påverka utbildningen gick som en röd tråd genom materialet. Högskoleverket (2004, 6 april) uttalade sig om utbildningsterapin till förmån för studenterna: ”Högskoleverket anser att regeringen borde göra klart vem som ska stå för *kostnaderna* för terapin. Om det är högskolorna borde dessa få särskilda *anslag* till utbildningarna, är det studenterna borde de få extra *bidrag* eller studielån”.

När utbildningsanordnare minskade eller helt tog bort momentet från utbildningen använde de sig av kostnadsdiskursen och beskrev att utbildningsterapi var dyrt för studenten. Detta gjorde att de både skyddade sig mot kritik från studenterna och på samma gång sparade pengar i utbildningens budget. Studenternas begränsade ekonomi användes som argument för att dra ner på utbildningsterapin medan frågan om institutionens ekonomi hölls utanför diskussionen. Redan 2005 använde utbildningsanordnare diskursen:

Om vi får nya direktiv om *kostnadsfri* egenterapi men utan att det följer med extra pengar till institutionen är vi inte främmande för att ge alla en del individuell terapi och en del gruppterapi [...] Det är otillfredsställande att studenterna *måste betala* en hel del själva. Jag ser av flera skäl positivt på att minska egenterapin, exempelvis till 25 timmar, och i stället kombinera med andra kvalificerade former av feedback som ges i direkt anslutning till kursmomenten och är tillgängliga för sedvanlig kursvärdering. (Strömberg, 2004)

I stället för att arbeta för att studenten ersattes för kostnaderna valde vissa lärosäten att minska eller ta bort momentet som på Karolinska Institutet 2007 och Mittuniversitetet 2008. Strax innan Umeå och Uppsala universitet beslutade att ta bort utbildningsterapin 2015 använde utbildningsanordnarna diskursen:

Enligt högskolelagens [4] kapitel 4§, ska undervisning vara *kostnadsfri*. Psykoterapeutprogrammen bryter mot lagen då de tvingar studenten att *betala* egenterapin själv. För många studenter innebär det *kostnader* på långt över 50 000 kr [...] En annan orsak till att psykoterapeutkåren är så måna om att bevara egenterapin är sannolikt att egenterapin utgör en förhållandevis *stor ekonomisk marknad* relativt sett till psykoterapi som bedrivs med patienter/klienter med ett reellt behov. Grovt uppskattat *omsätter* egenterapin upp till 30 miljoner kr årligen. (Lundberg & Waara, 2015, 21 juli)

I utdraget kritiserar studierektorerna utbildningsterapin genom att göra den olaglig, psykoterapeuterna vinstintresserade och studenten, den framtida psykologen/psykoterapeuten, till en person utan behov av psykoterapi. Utbildningsterapi framstår i utdraget som en ekonomisk marknad för privatpraktiserande psykoterapeuter som stjälar tid från annat viktigare arbete inom exempelvis den skattefinansierade hälso- och sjukvården.

I fokusgruppen med studenter på psykologprogrammet var studenterna eniga om att utbildningen generellt borde vara avgiftsfri och studenterna värnade om rätten att kunna genomföra utbildningen trots begränsad ekonomi. Det hela sammanfattades av student 8:

- 8: Det finns ett problem som jag tycker att man borde försöka att lösa. Och det är att utbildningsterapin kostar pengar-
- 5: Ja!
- 8: och många människor har väldigt ont om pengar. Jag är principiellt emot nästan alla former av avgiftsbelagd utbildning (gruppen instämmer). Jag tycker att universiteten i

Sverige ska vara gratis. I många länder är de inte det. Vi är nästan unika i världen. Jag tycker att den här modellen borde vara helt dominerande i världen. [...] Det är ett reellt problem. Det finns trots allt fattiga människor.

Till skillnad från artiklarna så var en typisk beskrivning i fokusgrupperna att den enskilda studentens kostnad för utbildningsterapi inte var så stor utan kopplades till en personlig investering. En student beskrev att han ringde runt till flera psykologer och frågade vad utbildningsterapi kostade och hittade några stycken som bedrev utbildningsterapi för 400 kr per session vilket motsvarade ersättningen vid psykologiska institutionen i Göteborg. Studenten blev dock tveksam till dessa billiga psykoterapeuter och valde en som tog mer betalt.

Vidare jämförde studenterna kostnaden med kurslitteratur och skämtade om att man kan gå till en "begagnad" psykoterapeut liksom man kan låna och köpa kurslitteratur på second hand. En student berättade att "rent privat så känns det som att [min utbildningsterapi] är extremt *prisivärd*" vilket gruppen instämde i. När han ombads att berätta på vilket sätt den var prisvärd hänvisade han till sin mycket kompetenta terapeut. Detta replikerades blixtnabbt med "idealisering" vilket fick hela gruppen att skratta. På detta vis var det tydligt studenterna i fokusgrupperna använde uttalanden som liknade de i tidningsartiklarna, men samtidigt utökade de kostnadsdiskursen i en riktning där kostnaden blev motiverande och föremål för starka känslor. Exempelvis när de fick frågan "är kostnaden ett problem?"

- 2: Jo, Ibland blev jag förbannad för att jag inte fick valuta för pengarna. (gruppen skrattar) Eller asså, för jag kände i början av min egenterapi, att hon accepterade lite att jag inte hade några jättestora problemområden och det liksom hände inte nånting, och då tänkte jag, det här borde man ju kunna reklamera. (gruppen skrattar) Jag var ändå lite upptagen av det ekonomiska tänket.
- 3: Ja men det var jag också. Jag tyckte det var bra att jag var det. För då blev det ändå att jag liksom varenda gång såhär gick och jamen nu jävlar! Nu ska det bli nånting. Eh, men för mig kosta det 500kr per gång. Så jag betalade en hundralapp själv liksom, så det var inga stora pengar. Men det är ändå bra med en liten peng.

Den allra sista meningen i detta utdrag "det är ändå bra med en liten peng" var en åsikt som återknyter till en personlig investering. Studenten framställer betalningen för psykoterapeutens arbete som en del i ett arbete att lära känna sig själv och sina etiska förhållningssätt. Detta blir för studenten en betydelsefull erfarenhet. Studenterna beskrev att utbildningsterapi kunde vara prisvärd och att det kändes rätt att personligen betala psykoterapeuten för arbetsinsatsen.

Den ekonomiska diskursen var ett sätt att möjliggöra kritik av att studenter betalade för utbildning och även en motiverande faktor som värderade arbetet i utbildningsterapi. Tillsammans med denna diskurs sågs ofta en där subjektet använde sig av juridiska beskrivningar vilket leder till nästa kapitel.

### **Utbildningsterapins regelverk**

Ett juridiskt språk kan liknas vid beskrivningar av regler, lagar och förordningar. Denna sorts språk förekom vid flera tillfällen i tidningsartiklarna och användes av studenter, utbildningsanordnare och tjänstemän. Beskrivningarna användes för att uppmärksamma läsaren på utbildningens regelverk och låta någon annan avgöra om utbildningsterapi höll sig på rätt sida regelverket. I tidningsartiklarna var det ingen som beredvilligt stod för ett beslut, utan flera ansågs sig "tvingade" eller bad om "regler" för att överlämna ansvar till en annan institution som skulle

göra beslutet legitimt. Diskursen kan ses som ett önskemål om en ökad byråkratisering för att slippa personligt ansvar och som ett sätt att slippa tycka något som person.

I tidningsartiklarna växelverkade ekonomiska och juridiska uttalanden där kostnaden för utbildningsterapi knöts till högskolelagen, som i sin tur knöts till att handlingen kunde betraktas som brott. Dessutom kunde ett juridiskt språk uppstå i diskussionen kring betydelsen av att bara de som är sjuka bör gå i psykoterapi. Studenten ansågs vara frisk och skulle därmed inte gå i utbildningsterapi. Alternativt ansågs studenten ha ”issues” (ung. problem) som kunde bearbetas under utbildningsterapi. Oavsett frisk eller sjuk student uppstod en etisk utbildningsfråga där skribenten frågade vad som kunde anses vara rätt och fel.

Först presenteras hur studenterna i tidningsartiklarna använde juridiska uttalanden, därefter hur utbildningsanordnare förhåller sig till studenterna och hur utbildningsanordnarna i sin tur kritiserade Universitetskanslersämbetet (UKÄ). Slutligen presenteras hur fokusgrupperna förhöll sig till de juridiska uttalandena.

Utbildningsterapi blev tidigt en gemensam rättighetsfråga för studenterna. I utdraget ovan av Björnsson (2000, 15 mars) beskrev studenterna vid Lunds universitet att: ”det är ett *brott* mot högskoleförordningen och Lunds universitets *rättighetslista*”. Femton år senare var en student beredd att riskera sin psykoterapeutexamen för att motsätta sig kravet på utbildningsterapi som han inte uppfyllt. Han blev underkänd av Umeå universitet, överklagade beslutet och fick rätt av Överklagandenämnden (ÖNH, 2015). Studenten beskrev det som en ”... solidaritetshandling. Utgångspunkten var att det finns en *orättvisa* i att en del måste betala sin egenerapi själva, medan andra får den betald.” (Heinemann, 2015).

Liksom ett svar på studenternas krav hördes utbildningsanordnaren: ”Om utbildaren ska stå för hela egenerapi kan vi i Örebro bli *tvingade* att gå ner till 30 timmar. Samtidigt är jag glad och stolt att vi har så stort inslag av psykoterapi i den svenska utbildningen, det tror jag bidrar till bra psykologer” (Strömberg, 2004). De kände sig vid tiden ”tvingade” att minska utbildningsterapi som de samtidigt tyckte var bra. Senare ville de helt ta bort momentet, men gick innan dess via omvägen att beskriva studenten som antingen frisk eller sjuk och liknade utbildningsterapi med hälso- och sjukvård. Detta möjliggjorde frågan om det var rätt eller fel att bedriva utbildningsterapi:

Men hur *etiskt* är det egentligen att låta *friska* människor ockupera en stor del av de begränsade psykoterapiresurserna? En bekant till mig som hade turen att hitta en läkaranalytiker lyckades av denne få en *diagnos* och fick därigenom sin analys på högkostnadsskyddet! (Ringborg, 2008).

Denna dikotomi där endast den diagnostiserat sjuka sökte psykoterapi valde Lundberg och Waara (2015, 21 juli) att återge i en liknande formulering: ”Med tanke på den växande *psykiska ohälsan* i landet torde alla dessa timmar som psykoterapeuter lägger på *friska* välfungerande studenter kunna användas till att hjälpa personer med ett *riktigt hjälpbehov*.” När utbildningsterapi väl blivit föremål för en moralisk debatt om psykologstudenternas psykiska hälsotillstånd, så beskrev de dessutom utbildningsterapi fallerande regelverk i en kritik riktad mot UKÄ:

Det här är ett problem. Vi är starkt kritiska till UKÄ, som länge vetat om problemen, men valt att inte *granska* [utbildningsterapi]. Vi studierektorer måste få tydliga *riktlinjer* vad som gäller. [...] Det ställs frågor som inte har bäring i fakta, att det skulle vara ett *krav* från Socialstyrelsen – eller en *rättighet* att gå i egenerapi (Heinemann, 2015)

Genom Heinemanns (2015) försorg svarade UKÄ:s avdelningschef för utvärderingar på kritiken: ”Det vore fel att utlova [tydligare riktlinjer]. Vår senaste *granskning* hade fokus på examensmål [...] Jag tycker att vi utfört vårt uppdrag utifrån de *ramar* vi som statlig myndighet har”. Dessutom svarade UKÄ:s jurist: ”Jag ser inga hinder rent *juridiskt* mot att utbildningsmoment, främst då det gäller praktik och vid verksamhetsförlagd utbildning, innehåller *krav* på journalföring och sker under sekretess.” Slutligen fick minister för högre utbildning och forskning sammanfatta: ”Vi utgår från att myndigheter arbetar efter *regelverket* fram till dess att annan information från berörda instanser framkommer” (Heinemann, 2015).

I fokusgrupperna med studenter beskrevs utbildningsterapin sällan utifrån ett juridiskt språk. Det verkade svårt för studenterna att likna utbildningsterapin vid ett brott eller tvång och de beskrev sig inte som friska/sjuka, men de talade om behovet ta itu med ”issues”. En student från fokusgruppen beskriver obligatoriet på följande sätt: ”Strikt talat *tvingas* vi ju faktiskt att intressera oss för ganska många saker som vi från början inte var intresserade av under loppet av den här utbildningen.” För psykologexamen krävdes flera obligatoriska kursinslag. Utbildningsterapin var bara ett utav en lång rad moment där studenten behövde anpassa sig till institutionens vilja. Ett annat försök att från studenthåll närma sig ett juridiskt språk ses i följande utdrag:

- 1: Det är nånting väldigt luddigt med begreppet utbildningsterapi som gör att man kan undvika det som skulle kunna vara personligt och egenutvecklande. Om man vill. Det tycker jag är synd. Jag tycker att det kanske borde vara lite mer tvingande. Att det borde finnas en tydligare mall för vad det är man ska försöka genomgå med egeterapin.
- 2: Det är intressant det du säger. Det är just det där ”om man vill”. I praktiken är det ju inte alls tvingande, eftersom ingen tvingar dig att säga nånting i en terapeutisk situation.

I fokusgrupperna beskrev studenterna behovet av tydligare riktlinjer och ökade krav inom utbildningsterapin, men de beskrev obligatoriet som ett i mängden av tvingande moment i utbildningen. När intervjuaren använde juridiska beskrivningar av utbildningsterapin kom samtalen i gruppen av sig. De tystnade och påpekade att de inte hade haft den upplevelsen och inte såg utbildningsterapin som ett tvång. I utdraget nedan försökte gruppen närma sig intervjuarens fråga om vad utbildningsterapi var om den inte var terapi:

- 5. Det som är svårt är att den blir vad man gör den till, terapin. Alltså om man går in med inställningen att det här är något vi måste ta oss igenom så tänker jag att det kanske inte blir bra terapi (skratt). [...] Jag vet att min handledare på praktiken, hon har suttit typ 20 timmar och pratat om hur illa hon tyckte om att man är tvungen att gå i terapi. Hon tyckte det var fel. Så jag tänker att hon inte fick ut så mycket av det heller (skratt). Jag satt där och log.
- 8: Din fråga är oskarp och därför svår att svara på. Utbildningsterapi är någonting som krävs av de som går den här utbildningen. Av ett otal skäl. Vissa är ganska tydligt formulerade. Det jag hört här på utbildningen i Göteborg är att: ni ska gå i terapi för att bearbeta sådant som varit svårt för er att bearbeta på annat håll, så att ni ska kunna göra ett bättre jobb som behandlare och psykoterapeuter.

Att beskriva utbildningsterapin utifrån regelverk handlade i allmänhet om att få någon annan att ta sitt ansvar och användes i allmänhet av utbildningsanordnare och studenter. Men ingen ville ta ansvar för utbildningsterapin. Utbildningsanordnarna gick inte med på studenternas önskemål om en avgiftsfri utbildning och UKÄ svarade inte på utbildningsanordnarnas krav på tydligare riktlinjer. UKÄ:s svar och studenternas kritik gjorde det tydligt att utformningen av

utbildningen hörde till utbildningsanordnaren (den utbildande myndigheten) och de ansåg sig ”tvingade” att minska eller ta bort utbildningsterapi.

### Utbildningsterapi kläs i vetenskapens skrud

Uttalanden om forskning, vetenskap och effekt var något som utbildningsanordnare och psykologer/psykoterapeuter med anknytning till utbildning använde för att belägga eller vederlägga utbildningsterapi i utbildningen. I vissa fall framstod en föråldrad, ologisk, pseudo-vetenskaplig utbildningsterapi, å ena sidan, och en vetenskapligt förankrad, beprövad metod av stor betydelse för att reflektera och nå kännedom om sig själv, å andra sidan. Även om det inte gick att göra ett tydligt vetenskapligt ställningstagande i frågan, så använde utbildningsanordnare diskursen som ett sätt att förändra utbildningen och istället föra in andra kursmoment. Som en motreaktion påpekade vissa psykoterapeuter med anknytning till utbildningen momentets betydelse för studentens bildning och kårens enhet. I detta kapitel kommer de som vederlägger utbildningsterapi presenteras först och därefter de som belägger den. Slutligen presenteras studenterna i fokusgrupperna och deras reaktioner och uttalanden om vetenskap. Först bland tidningsartiklarna var Beteendeterapeutiska föreningens (BTF) kritik av Högskoleverket:

Det finns inget som helst *vetenskapligt stöd* för att terapeuter som själva gått i individuell terapi skulle vara bättre på att hjälpa sina patienter, säger han. Han har granskat alla tillgängliga *vetenskapliga undersökningar* av frågan, sammanlagt nio stycken. [...] [Utländska kollegor] upplever att det svenska samhället är kvar på sextioalet i den här frågan. (Snarud, 2001, 20 oktober)

I utdraget refererade ordförande i BTF till vetenskapliga undersökningar som kunde ge stöd för utbildningsterapi. De ansåg att det saknades stöd för att utbildningsterapi skapade en bättre terapeut. Vid några tillfällen återkom liknande beskrivningar av vetenskap i förhållande till utbildningsterapi. I följande utdrag fick en enskild terapeut klä skott för ovetenskaplighet och psykoanalys likställdes med utbildningsterapi:

*Forskningen* har inte kunnat påvisa några *systematiska effekter* av terapeutens egenterapi för klientens del. Resultaten pekar åt olika håll. Den stora Stockholmsundersökningen av PI:s patienter kom fram till noll *effekt* (av egenterapins längd, alla terapeuter hade egenterapi), utom för de fall där terapeuten hade genomgått mer än nio års psykoanalys. Då var utfallet för patientens del negativt (Ringborg, 2008).

Ytterligare exempel kom från utbildningsanordnare sommaren 2015 som i ett första steg förknippade utbildningsterapi med psykoanalys och bristande vetenskaplighet: ”Egenterapi härstammar från den psykoanalytiska skolan, som utan att ha någon egentlig *vetenskap* att falla tillbaka på, ansett denna varit nödvändig för att kunna bli en bra psykolog/psykoterapeut” (Lundberg & Waara, 2015, 21 juli). För att i ett andra steg beskriva utbildningsterapiens osäkra forskningsläge: ”När det gäller hänvisning till *forskning* i frågan så sker den i vaga termer, men utan att gå in i frågan närmare är vår bedömning av fältet, att något tydligt *forskningsläge* för vare sig den en eller andra ståndpunkten inom området inte finns. (Lundberg & Waara, 2015, 30 juli).

I tidningsartiklarna användes vetenskapliga uttalanden dessutom för att belägga utbildningsterapi. I följande utdrag refererade en student till forskare för att visa utbildningsterapiens fördelar och vikten av att bevara den: ”En del *forskare* menar också att institutionen starkt bör rekommendera studenterna att genomgå egenterapi men att den inte bör

vara obligatorisk” (Rislund, 2007). I en debattartikel med rubriken ”Ny forskning talar för egenerapi” gavs forskningen en styrkande roll:

Vi vill lyfta fram den *forskning* som på senare år bekräftat den psykodynamiska terapimodellens fokus på självreflektion. [...] De *studier* på egenerapi som finns ger ett stöd för egenerapins betydelse för psykodynamisk terapi. Därför ser vi med oro på viljan att avskaffa egenerapin. [...] Det vore ironiskt om man när *forskningen* om självreflektionens betydelse i psykodynamisk terapi tagit fart skulle avskaffa en central beståndsdel i utbildningen som gynnar utvecklingen av denna förmåga (Löf, Risling, & Pihlgren, 2015).

I fokusgrupperna med studenterna saknade de vetenskapliga belägg för sådant de exempelvis upplevt eller hört. Studenterna var tydliga med att uppvärdera forskning istället för sina upplevelser och känslor. Vetenskap var för studenterna ett viktigt begrepp att förhålla sig till och förhandla med:

- 2. Ett problem är ju att egenerapi har verkat så vettigt så länge att man inte har tagit reda på om det är bra. Alltså det finns för lite bevis för att det känns så uppenbart bra. Så man har inte undersökt det och det känns som att det bör man ta tag i nu och faktiskt hitta bevis för att funkar så bra som det känns (gruppen skrattar). Som det känns som att det skulle funka. Ja, nämen. Jag menar där finns ju ett grupp tänkande bland oss här: Fan va rimligt det här låter. Det är klart att våra metoder som funkar på våra patienter funkar på oss och då funkar vi bättre i terapin. Det är så rimligt så därför har man nog liksom slöat till sig lite grann.
- 4. Men om man tänker typ: det finns jätte mycket forskning på att terapi funkar så tycker jag att det blir fånigt att såhär: är det säkert att det gör oss bättre? Men ba Jaa! Annars skulle det vara helt onödigt att terapi fanns överhuvudtaget. Det är som att man förkastar hela sin egen metod om man tänker att terapi inte ska hjälpa en.

I utdraget ovan berättade studenterna att de inte kände till forskning om utbildningsterapi. Den ena studenten ville bevisa att utbildningsterapi stämde överens med känslan av att den var bra. Den andra menade att det borde räcka med känslan och befintlig psykoterapeutisk kunskap och beprövad erfarenhet. Det sista utdraget i detta kapitel var från den andra fokusgruppen där en student kommenterade tendensen att evidenspröva allt möjligt och omöjligt:

- 8. Det är en märklig sak att kräva av just det här utbildningsmomentet, bevis på effektivitet, effekt. När man inte ställer det kravet på andra delar av utbildningen.
- 7. Liksom varför läser vi sociologi. Det finns ingen evidens.
- 8. Det finns ingen utvärdering som säger att människor som har läst arbets- och organisationspsykologi ett nödvändigtvis blir... Den sortens studier finns inte. Det vore intressant om de fanns.
- 6. Ja hela programmet är ju utformat på ett visst sätt.
- 8. Vi har inte en utbildning som är evidensprövad. Lyckligtvis! Det kan vara bra att utvärdera effekten av olika kurser tycker jag absolut, men det är inte alltid det är nödvändigt. Ibland så kan man komma fram till en slutsats utan att använda våg och linjal och andra mätinstrument. Det är inte så jätte ofta man ber studenter i litteraturvetenskap att bevisa att de fått ut någonting av att läsa Hjalmar Söderberg (gruppen skrattar). Det tas för givet att den litteraturen har ett värde. Att läsningen av den litteraturen har ett värde.
- 7. Och ändå är också det en statlig utbildning (gruppen instämmer).

## Utbildningsterapi som en viktig erfarenhet

I detta kapitel presenteras uttalanden om erfarenheten av utbildningsterapi. Uttalandena var de som kom allra närmast vad en utbildningsterapi var och även vad den bör vara för studenterna och psykologerna/psykoterapeuterna. Vanliga uttryck kunde röra sådant som upplevelsen av sårbarhet, att studera sig själv, något personligt, förtroende för en annan människa och att sitta i den andra stolen. I såväl tidningsartiklarna som fokusgrupperna beskrev studenter och psykoterapeuter upplevelsen av utbildningsterapi; att som student få tala ocensurerat, känna, önska och försöka minnas tillsammans med en annan människa (psykoterapeuten) som lyssnar och svarar an. I första hand beskrevs utbildningsterapin som ett utforskande av sig själv som ibland ledde till förståelse, symptomlindring och beteendeförändring. Att konstruera utbildningsterapin utifrån erfarenhetstermer krävde något slags minne av utbildningsterapi.

Vissa studenter och flera utbildningsanordnare uttalade sig inte om erfarenheter eller upplevelser i utbildningsterapin. En förklaring kan vara att de inte hade någon erfarenhet av utbildningsterapi eller att de föredrog att tala om regelverk. Utan erfarenhetsbeskrivningarna blev utbildningsterapi i huvudsak ett målstyrt moment i utbildningen där idén var att studenten skulle uppnå en kritisk mängd självkännet och etisk reflektion för att därigenom bli en bättre psykolog/psykoterapeut. Uttalanden om erfarenheten ledde till en utestängningsprocess. De som saknade erfarenheten utelämnades till att tala om hur andra moment precis lika gärna kunde uppnå samma kursplansmål.

Flera studenter i tidningsartiklarna beskrev sin erfarenhet av psykoterapi. Redan 1998 kommenterade ordförande i psykologförbundets studeranderåd att utbildningsterapi vid Umeå universitet hade flyttats från termin två till termin sju:

Bland annat *erfar* vi att det finns en *risk* för att man som *oerfaren* terapeut, med egenerapimomentet så sent i utbildningen, i allt för stor utsträckning använder sin egenerapi som en *modellinlärningsituation* inför det handledda klientarbetet som ju också påbörjas vid den här tiden. [...] och vi ser det som oerhört viktigt att man då själv har *provat på patient/klientrollen* och har någon egen *erfarenhet* av hur det är att '*sitta i den andra stolen*'. (Stenberg, 1998)

En annan student valde att genom sitt examensarbete betona betydelsen av utbildningsterapi. I artikeln "Psykologstudentens egenerapi" beskrevs utbildningsterapi utifrån psykoterapeuternas erfarenhet och i följande utdrag betonade studenten hur utbildningsterapi kunde avvika från en gängse psykoterapi:

Med en framtida psykolog i klientstolen låg det därför nära till hands att betrakta terapin som en form av *utbildning*. Detta kunde ske antingen genom att terapin i sig *upplevdes* som en viktig *utbildningssituation* eller genom att samtalen fick explicita inslag av *teoridiskussion* eller *handledning*. (Rislund, 2007)

Båda de föregående utdragen beskrev avvikelser i utbildningsterapi. Avvikelse från något som studenterna i första hand menade var psykoterapi. Studenterna hade en implicit förväntan på att utbildningsterapi skulle vara psykoterapi och inget annat. Eventuella avvikelser från psykoterapi skulle i så stor utsträckning som möjligt stävjas. En annan student beskrev i en intervju hur utbildningsterapi inverkar på hans upplevelse av sig själv: "[Utbildningsterapi] är *spännande*, men man blir helt *tom i huvudet* efteråt som käre Axner har märkt. [...] *Man börjar*

*tänka på saker* som kanske inte gör en till en bättre handbollsspelare i stunden.” (Silvander, 2012, 27 oktober).

I ett samtal om utbildningsterapin så kommenterade en psykologstudent som saknade erfarenhet av detta moment: ”Jag har inte fått information att egenerapi skulle göra mig till *den bästa* psykoterapeuten. Jag är övertygad om att *det finns andra sätt* att bli det på” (Heinemann, 2009). I uttalandet tydliggörs att studenten inte kunde tala om en inre upplevelse av utbildningsterapin utan talade istället om aspekter som information och en strävan mot yrkesmässig skicklighet. I samma samtal spelade en utbildningsanordnare ned betydelsen av utbildningsterapi: ”Min erfarenhet är att våra studerande är mer intresserade av psykologi än psykoterapi. Många söker arbete inom privata företag och reklambyråer” (Heinemann, 2009). Vilket skulle kunna implicera att psykoterapeutiska inslag i utbildningen reduceras.

Till skillnad från studenterna som genom avvikelser påtalade vad de ville att utbildningsterapin skulle vara, så beskrev psykologer och psykoterapeuter vad utbildningsterapi borde vara genom att fokusera på erfarenheten av utbildningsterapi. Följande var ett exempel från tidningsartiklarna:

Det är också avgörande att den som utbildar sig till psykolog får erfara att *de egna konflikterna* och *den egna sårbarheten* är möjliga att bearbeta tillsammans med en psykolog som han eller hon har gett sitt *förtroende*. Att den framtida psykologen har en *erfarenhet* av utbildningsterapi är ett uttryck för såväl god yrkesetik som ett sätt att hålla patientsäkerheten högt. (Johansson, 2011)

Utdraget beskrev utbildningsterapin som en potentiell möjlighet för studenten att få en erfarenhet av något som kunde vara avgörande. Studenten framstod i beskrivningen som sårbar med personliga konflikter och inre spänningar som en lyckad utbildningsterapi skulle kunna omforma till något talbart. Detta tal kunde också leda till en större yrkesmässig säkerhet och en god moral.

I fokusgrupperna beskrev studenterna utbildningsterapin utifrån sådant de mindes av den och de känslor den väckt. Intervjuarens stimulusmaterial med påstående nummer 5 och 6 vilka beskrev utbildningsterapin som en avgörande erfarenhet och en form av utbildning presenterades aldrig eftersom grupperna redan från början beskrev den på detta vis. Fokusgrupperna talade bland annat om en erfarenhet av att uppleva inre konflikter, ge uttryck åt känslor och att få sitta på den där andra ”stolen” samt genomsyrades av idéer om hur utbildningen på bästa sätt skulle inkorporera den:

- 2: [...] Jag tänker att studieobjektet [i utbildningsterapin] som jag uppfattar det är både själva situationen att befinna sig i rummet med psykologen och en själv.
- 1: Det är väl så jag ser det. Det finns två delar liksom. Det ena att få en första kontakt med vad terapi är och få en egen upplevelse av att vara i den stolen. Sen är det ju att lära känna sig själv. Eftersom man själv är en väldigt stor del av terapier man själv kommer utföra, så behöver man lära känna sig själv och liksom använda sig själv vid terapin framåt.
- 3: [...] Jag har en sån här känsla av att tanken med det från skolans sida är liksom att folk ska få bearbeta sina issues, så att man inte reproducerar dom i behandlingen med människor (gruppen instämmer). Att man inte har blindspots. Att man är så hämmad av den här rädslan asså. Så ser jag det.
- 4: Det tänker jag också att det är ett sätt att få mer kunskap om det eviga analysmomentet överföring motöverföring. Ha lite mer koll på vad man själv går igång på och varför. [...] Syftet med egenerapi är också att få en djupare förståelse för hur terapi fungerar.



Studenterna hade en vilja att göra någonting av erfarenheten av utbildningsterapi. Detta kunde ta sig uttryck i att studenten kopplade psykoanalytisk teori, teknik och metod till sin egen erfarenhet av utbildningsterapi. Vilket i sin tur gjorde att studenten i sitt eget kliniska arbete upplevde större tillförsikt. Följande utdrag kan exemplifiera detta:

- 7: För mig har det nog varit det viktigaste med egenterapi: att prova på patientrollen ordentligt. Amen såhär: första gången jag satt och grät i terapi. Det. Det går liksom inte att rollspela sig till-
- 5: Nej
- 7: För det har ju hjälpt mig, när mina egna patienter nu, liksom, har gråtit. Jag hanterar den situationen mycket bättre, upplever jag. När jag har varit i den själv.
- 8: Men asså att utsättas för någonting som man upplever förändrar ens person... Kan ju vara skrämmande. Förhoppningsvis är det sällan kränkande att gå i egenterapi. Men det kan hända att människor upplever det som kränkande. Människor som har en, som man säger, otroligt stark integritet. Men det här är ju någonting man utsätts för i andra former på en massa andra utbildningar [jämför med polis, brandkår, militär, piloter, präster etc. och gruppen instämmer].
- 8: [Utbildningsterapi] är inte bara en vanlig psykoanalytisk det är också en psykoanalytisk för blivande kliniska psykologer och därför någonting mer.
- 6: Det där mervärdet tänker jag att man har ett ansvar för. Om och hur man tillgodogör sig terapi. Om man inte har den förmågan eller viljan själv att tillgodogöra sig terapi på alla sätt som går att tillgodogöra sig den på (skratt), så blir jag skeptisk till den blivande psykologens lämplighet överhuvudtaget.

### **Framtiden med eller utan utbildningsterapi**

Majoriteten av subjekten som skrev eller talade om utbildningsterapi ledde ofta sina beskrivningar till en önskan om en framtida utbildning med eller utan utbildningsterapi. Grovt förenklat beskrevs utbildningsterapi antingen som en gemensam erfarenhet som enade kåren och möjliggjorde ett samtal mellan psykologer från olika studieorter, skiftande åldrar och i övrigt skilda erfarenheter, eller som ett tveksamt och ovetenskapligt utbildningsmoment med ett traditionstyngt arv som inte var något i en modern framtida utbildning. Dessa två framtidsscenarier kan ses i följande två utdrag:

”Att se utbildningsterapi som en del i psykologens utbildning innebär att de studerande – de *framtida* psykologerna – förenas i en gemensam erfarenhet inom en utbildning med kvalitet. Det skiljer dem också från utbildningar som premierar en ytlig och ovetenskaplig form av psykologi där utbildningsterapi har låg status och i långa stycken betraktas som överflödigt.” (Johansson, 2011)

”Vad vi vill hävda är att *det finns olika vägar* att arbeta för att studenter utvecklar empati och förmågan att reflektera över sig själv. Vi vill också hävda att en specifik lärandeform, som haft *i princip oförändrad form sedan 70-talet och med ursprung långt innan dess*, inte kan ges monopolställning bara för att den är en av det egna skräet omhuldad tradition.” (Lundberg & Waara, 2015, 30 juli)

Framtidsbeskrivningarna ovan syftade båda till att påverka psykologutbildningen antingen genom att bevara utbildningsterapi eller genom att pröva något nytt. Att bevara innebär att fortsätta enligt beprövad erfarenhet som skisserades i kapitlet Utbildningsterapiens historia i Svensk psykologutbildning. Att pröva olika vägar innebär att ersätta kursmomentet med exempelvis gruppterapi. De kursmoment som på Karolinska institutet och Mittuniversitetet ersatte

utbildningsterapin stod att läsa i kursplaner. Kursplanerna beskrev i ena fallet uttryckligen gruppterapi och i det andra gavs liknande beskrivningar (Självkännedom och kliniska färdigheter, 4,5 hp, 2016; Egenterapi, 3 hp, 2016). I de nya kursmomenten ökade utbildningsanordnarens insyn och möjlighet att påverka momentets teori, teknik och metod genom exempelvis ändring av kursplan och anställning av en specifik psykoterapeut.

Tillsammans med framtidsbeskrivningarna uppstod motsatta beskrivningar där synen på vad människan är och hur vi får kunskap om henne skiljde sig åt. Denna skillnad kunde liknas med den mellan behaviorism och psykoanalys. Ofta utgick tidningsartiklarna från ett intresse av en specifik tanketradition och dess teoretiska arv, men detta uttrycktes explicit endast om uttalandet kom från en företrädare för en förening eller dylikt. Möjligtvis var det ett tecken på en ovilja att benämna att en grundläggande förståelse av vad människan är skiljer sig åt.

För att omspanna och förstå en komplex psykoterapi önskade studenterna i fokusgrupperna att utbildningen ändrades till förmån för en specialisering under den första delen av psykologprogrammet. De ville så tidigt som möjligt välja studier i psykoterapi och önskade att det skapades svenskt psykologprogram som hade den inriktningen:

- 3: [...] Alltså, psykologprogrammet är problematiskt för att man försöker göra lite av allting. Det kanske hade varit bättre om det hade funnits ett psykologprogram för de som var intresserade av att jobba kliniskt och ett program för de som var intresserade av att jobba forskningsmässigt. För det blir den här frågan som 4. sa innan såhär: Om man vill jobba med rekrytering varför måste man då genomgå egenterapi? Eller till exempel arbetspsykologi? Eller man kanske vill ta en forskarbana efteråt?  
[...]
- 8: Större valfrihet tycker jag vore önskvärt. Både för högskolorna, i deras utformning och olika specialiserade program. Psykologprogram. [...] det är viktigt att i det här utbytet som kommer växa fram, att det i det finns något psykologprogram, nånstans i landet, som ger en någorlunda god kompetens i psykoterapi. [...] Det hade varit skönt att kunna välja bort [kurser som inte är inriktade på psykoterapi] och få in ett steg 2 moment omfattande 90 poäng, tre terminer, på den här utbildningen, så att jag var legitimerad psykoterapeut med den kompetensen.

Utbildningens utformning var något som studenterna i fokusgrupperna ansåg sig ha rätt att påverka och de uttryckte en vilja att bevara utbildningsterapin och tillsammans med institutionen vidareutveckla momentet snarare än ta bort det. Framtidsbeskrivningarna verkade vara en bakomliggande drivkraft för varje subjekt som lutade sig mot en diskurs. Denna övergripande slutpunkt var något som kunde igenkännas i samtliga diskurser med start i den ekonomiska.

### **Diskussion**

Uppsatsens syfte var att undersöka hur studenter, utbildningsanordnare och yrkesverksamma psykologer och psykoterapeuter med anknytning till psykolog- och psykoterapeututbildningen konstruerar utbildningsterapi i tidningsartiklar; och dessutom undersöka hur psykologstudenter vid Göteborgs universitet förhåller sig till påståenden från tidningsartiklarna om utbildningsterapi. För att uppnå syftet analyserades sexton tidningsartiklar och två fokusgrupper diskursivt. Övergripande och förenklat beskriver resultatet att utbildningsterapi konstrueras genom fyra diskurser som berör uttalanden inom områdena kostnad, juridik, vetenskap och erfarenhet.

Sammanfattningsvis konstruerade kostnadsdiskursen utbildningsterapi genom ekonomiska uttalanden. Diskursen användes av studenter och utbildningsanordnare och fick till följd att

utbildningsterapins omfattning minskades. Den juridiska diskursen konstruerade utbildningsterapi genom ett juridiskt språk. Den användes mest av utbildningsanordnare och gjorde utbildningsterapi till en fråga om det juridiskt hållbara i att utbildningsterapi kan medföra kostnader i ett system där utbildning annars är kostnadsfri och även till en moralisk fråga i förhållande till sjukvård. Den vetenskapliga diskursen konstruerade utbildningsterapi genom hänvisningar till psykologisk forskning och vetenskaplighet och användes i huvudsak av psykologer och psykoterapeuter, vilket skapade polemik och splittring. Till sist konstruerades utbildningsterapi genom erfarenhetsbeskrivningar som mest användes av de studenter och psykoterapeuter som ägnade sig åt utbildningsterapi. Diskursen användes för att skapa en bild av utbildningsterapi som betydelsefull och värd att bevara, vilket fick till följd att de utan erfarenhet utestängdes från diskursen. En övergripande effekt av att använda någon av diskurserna var att subjekten kunde uttala sig om en framtid med eller utan utbildningsterapi.

### **När studenterna ställer krav på avgiftsfri utbildning tas utbildningsterapi bort**

Det i mitt tycke intressantaste fyndet i resultatdelen var konsekvensen av psykologstudenternas kritik som pågått sedan åtminstone år 2000. I resultatdelen beskrivs hur studenter kritiserade utbildningsanordnare för att de behövde vara med och betala för den obligatoriska utbildningsterapi och hur utbildningsanordnare använde sig av studenternas kostnadskritik för att minska eller ta bort utbildningsterapi. Innan utbildningsanordnare minskade eller tog bort momentet beskrev de hur de kommer att tvingas till det. En tolkning av resultatet är att när studenterna ställer krav på utbildningsanordnare om en avgiftsfri utbildning leder det till att utbildningsanordnare minskar eller helt tar bort utbildningsterapi från psykolog- och psykoterapeutprogrammen. Den tvingande beskrivningen ger ansvarsfrihet från potentiellt provocerande beslut och jag antar att den tvingande figuren byggs upp av högskolelagen och budget. Det verkar som att utbildningsterapi tagits bort som ett led i en kostnadseffektivisering där utbildningsanordnare anser att momentet var för dyrt, hade svårt att motivera det och hade svårt att hålla budget. Att i ett sådant läge ta bort utbildningsterapi har inte särdeles mycket att göra med juridiska spörsmål, vetenskapliga belägg eller erfarenhetsmässiga uttalanden utan desto mer en önskan om att klara budget och kostnadseffektivisera.

För studenter som vill bevara en subventionerad utbildningsterapi är en möjlighet att sluta kritisera utbildningsanordnaren för kostnaden och istället leta efter alternativ som att välja en psykoterapeut som tar mindre betalt, söka stipendier eller göra ett politiskt påverkansarbete. Vidare kan psykoterapeuter som är välvilligt inställda till att bedriva utbildningsterapi erbjuda subventionerade priser till studenter. Om ersättningen som psykologstudenterna idag erhåller skulle tas bort så tas den troligtvis bort för gott.

En uppmaning från mig till studenter på lärosäten där utbildningsterapi tagits bort är att granska vad utbildningsanordnare istället gör med de pengar som tidigare specifikt avsattes till studenterna. På psykologprogrammet i Göteborg är det en summa på ca SEK 990 000 för 40 studenter. En viktig fråga är om pengarna fortfarande kan spåras till studenterna på psykologprogrammet. Min erfarenhet som aktiv i studentkår och fackförbund säger mig att när en kostnadspost försvinner så flyttas överskottet sällan till studenterna utan hellre till generella budgethål.

Dessvärre är resultatet i denna uppsats en indikation på att frågan om en avgiftsfri utbildning bollas runt mellan UKÄ, politiker och utbildningsanordnare, vilket gör att studenternas ekonomiska bryderier inte löses utan frågan kvarstår. För psykologprogram som fortfarande har utbildningsterapi är ersättningen per session kvar på samma nivå, men kravet på antalet sessioner

har minskats. Därmed har studenternas ursprungliga ersättning minskat och pengar har plockats från utbildningen, vilket studenterna i längden troligtvis förlorar på.

### **Utbildningsterapi är mer än bara sjukvård**

Allmänt betraktad är psykoterapi en behandling av psykiska problem. På psykologprogrammen ska studenten få erfarenhet av psykoterapi inom ramen för kursmomentet utbildningsterapi. Som behandling har psykoterapi en rad olika företrädare och inriktningar som ibland inte är överens om grundläggande ontologiska och epistemologiska frågeställningar. Till exempel kan frågan om vad ett psykiskt problem är ges flera olika svar. Detta aktualiserades i resultatet där utbildningsanordnare beskrev att studenter var friska och välfungerande och att psykoterapeuter som bedrev utbildningsterapi kunde göra ett viktigare arbete på annat håll. Om utbildningsanordnarnas beskrivning negeras, så blir kravet för att få gå i utbildningsterapi att studenten är sjuk eller fungerar dåligt. Implicit ställde utbildningsanordnarna den moraliska frågan om det var rätt eller fel att bedriva utbildningsterapi om studenten inte var sjuk.

Frågan om den friska studenten ska gå i utbildningsterapi är intimt förknippad med psykoterapeutiska metoder som i första hand bygger på att behandla psykiatriska diagnoser. Med denna utgångspunkt kan det bli svårt att förhålla sig till en frisk student utan psykiatrisk diagnos, vilket i sin tur gör det svårt att med denna metod bedriva utbildningsterapi. Att som utbildningsanordnare använda dikotomin frisk/sjuk om människan som går i psykoterapi kan tolkas som ett utslag av en psykoterapeutisk metod som fokuserar på symptomreduktion av psykiatriska diagnoser. Från denna synvinkel kan utbildningsterapi inte vara något annat än sjukvård som avser att behandla till exempel social fobi. Om en student inte har en diagnos så omöjliggörs utbildningsterapi. Ett förslag och en utmaning i förhållande till dikotomin sjuk/frisk skulle i detta sammanhang vara begreppet hälsa och försöka att förbättra studentens hälsa.

I såväl äldre som mer samtida psykoterapeutisk litteratur finns en allmän rekommendation att psykoterapeuten ska sträva efter psykologisk flexibilitet och praktisera mindfulness för att därigenom hitta vägar att frodas och trivas som arbetande människa (Hayes, Strosahl, & Wilson, 2011; Segal, Williams, Teasdale, & Trägårdh, 2014). Rekommendationerna är mycket utmanande och kräver ansvar, ihärdighet och en daglig praktik som med enkelhet skulle kunna bli del av en utbildningsterapi. Målet med utbildningsterapi kan i dessa psykoterapiformer vara att reflektera, fundera och agera utifrån sina värderingar. Att behandla en diagnos blir utifrån denna synvinkel sekundärt. Min rekommendation är att förhålla sig flexibelt till utbildningsterapis möjligheter, istället för att likt utbildningsanordnarna fokusera på dikotomin frisk/sjuk.

Om studenten är frisk, sjuk, välfungerande eller har en diagnos har knappast utbildningsanordnare att göra med, så länge det inte inverkar på studentens studieresultat. Utbildningsterapi är ett kursmoment inom ramen för en universitetsutbildning och bör därför inte sammanblandas med sjukvård. Om studentens allmäntillstånd påverkar studieresultat kanske utbildningsanordnare via studievägledare eller studenthälsa kan hjälpa studenten att förbättra sina studieresultat.

En student i fokusgruppen sa: "[Utbildningsterapi] är inte bara en vanlig psykoterapi, det är också en psykoterapi för blivande kliniska psykologer och därför någonting mer." (Student 8 i kapitlet Utbildningsterapi som en viktig erfarenhet). Att studenten inom ramen för utbildningsterapi får behandling för diagnoser är utmärkt, om student och psykoterapeut är överens om denna sorts behandling. Men som student 8 i fokusgruppen antyder, så är utbildningsterapi även någonting mer där beteendeförändringen ledsagas av en personlig och professionell utveckling där studenten till exempel är i kontakt med sin vilja, sina val, kan tala om

sig själv, sin historia och kan säga något om sin framtid. Detta skapar en ökad psykologisk flexibilitet och är grogrunden för en värderad riktning.

### **Utbildningsterapi och vetenskap**

Allt sedan psykologins instiftande i Sverige på 1950-talet har det varit otydligt vilken fakultet ämnet tillhör, vilket återspeglas i det faktum att psykologisk forskning idag finns inom ämnen som medicin, samhällsvetenskap och humaniora. Således spänner psykologin över en mängd olika ämnesområden som försvårar bildandet av en psykologisk kanon samt en gemensam syn på psykologisk vetenskap, kunskap och historia. Inom psykologin finns det flera olika sätt att forska på som leder fram till ibland motsägelsefull kunskap om ett och samma objekt exempelvis utbildningsterapi. Ibland gör denna komplexa akademiska verklighet att psykologer och forskare visar ointresse för psykologins och psykoterapiens historia och hellre vänder blicken mot framtiden och de upptäckter som hägrar där. I värsta fall blandas detta med en aversion och nonchalans i förhållande till psykologisk och psykoterapeutisk forskning äldre än 30 år. Till detta förs en tro på att de senast publicerade artiklarna är överlägsna äldre litteratur. Med uppmärksamheten fäst endast på framtiden blir utbildningsterapi en obegriplig relik som undandrar sig den direkta observationen. För utbildningsanordnaren innebär utbildningsterapi avsaknad av direkt inblick i en verksamhet som delvis sker utanför institutionens ramar. Det kräver tillit, mod och omdöme av utbildningsanordnaren.

Psykologins skakiga grund och spretande kunskapssyn går att igenkänna i resultatdelen. Där ses uttalanden om att vetenskapligt belägga eller vederlägga utbildningsterapi genom referenser till i huvudsak kvantitativ forskning. När kunskap om utbildningsterapi endast förknippas med framtida forskning som använder sig av en viss sorts statistiska metoder, så finns kunskap aldrig här och nu och har aldrig tidigare funnits. Historien kan då endast användas som ett avskräckande exempel. George Orwells ord från 1984 ligger nära till hands: ”Den som kontrollerar det förflutna kontrollerar framtiden. Den som kontrollerar nutiden, kontrollerar det förflutna.”

### **Riktlinjer och information om utbildningsterapi**

Studenterna i såväl tidningsartiklarna som fokusgruppen beskrev utbildningsterapi som en omvälvande upplevelse som påverkade dem personligt och professionellt, vilket är i linje med kvalitativ forskning på området av exempelvis Rizq (2011) och Everson (2013). Dessutom beskrev studenterna en önskan om att tidigt i utbildningen tydliggöra krav och möjligheten att specialisera sig, vilket är i linje med exempelvis Kumari (2011) och Ivey (2014). Givet att utbildningsterapi är en personlig och professionell förändringsprocess som studenten kan uppleva omvälvande, så uppmanar jag utbildningsanordnare att hörsamma studenternas önskemål om tydligare krav och information. Informationen hade dessutom gjort det enklare att uppfylla kursmål.

Förändringsprocessen i utbildningsterapi kan i tekniska termer ske genom beteendeförändringar eller kognitiv omstrukturering och i vardagliga termer genom att studenten fritt får lov att tala om sig själv, sin historia och framtid. För att förbereda denna process vill jag betona vikten av att i ett tidigt skede informera studenten om vad utbildningsterapi kan vara. Min rekommendation är att utbildningsanordnaren tillsammans med praktisk information presenterar sådant som studenten skulle kunna tala om i utbildningsterapi som generella teman och möjliga utvecklingsområden. Dessutom bör utbildningsanordnaren ge exempel på hur momentet utvärderas och examineras. Det hade varit bra om studenten får klart för sig på vilka sätt det går att använda utbildningsterapi i studier och i ett framtida yrke. Informationen kan exempelvis ske

i seminarier och inläsning av lämplig psykoterapeutisk litteratur. Ytterligare en rekommendation är att psykoterapeuten är tydlig med vilken teori, teknik och metod som kommer att praktiseras i utbildningsterapin. I mitt tycke kräver utbildningsterapin att studenten har tillit till en psykoterapeutisk process och bör förberedas på olika sätt. Detta gör dialogen mellan utbildningsanordnare, studenter och de psykoterapeuter som bedriver utbildningsterapi oerhört viktig och jag anser att den bör hållas levande. Till sist krävs det att studenten ”har den förmågan eller viljan själv att tillgodogöra sig terapin på alla sätt som går att tillgodogöra sig den på” (student 6, i kapitlet Utbildningsterapi som en viktig erfarenhet). I annat fall återstår tystnaden.

Min tolkning av resultatet från erfarenhetsdiskursen är att utbildningsterapin saknar en entydig avgränsning och definition i förhållande till teori, teknik och metod, vilket även antyds i forskningsöversikter av Hamreby (2006) och Chaturvedi (2013) som beskriver det som ett hinder för kvantitativ forskning. I korthet får studenten genom att välja psykoterapeut också välja en psykoterapeutisk teori, teknik och metod. Att inte utbildningsanordnaren entydigt bestämmer vad utbildningsterapi är möjliggör för studenterna att differentiera sig och säkrar en vitalitet i förhållande till psykoterapi och psykologiska behandling. I mitt tycke gör detta utbildningsterapin till ett spännande och utvecklande individuellt val under utbildningen som är en stor tillgång för studenterna.

### **Metoddiskussion**

Fokusgrupperna begränsades till åtta studenter som alla studerade psykologprogrammet på Göteborgs universitet. Psykologiska institutionen i Göteborg har uttalat sig positivt till utbildningsterapi och försvarat den i nationella samtal. Dessutom hade alla studenterna i fokusgrupperna erfarenhet av utbildningsterapi. Denna kombination var en stor tillgång i analysen, men jag tycker att det är rimligt att anta att detta påverkat utfallet. Frågan om psykologstudenter från ett universitet som saknar utbildningsterapi skulle reagera på ett annat sätt är viktig och bör undersökas. Troligtvis hade erfarenhetsbeskrivningar fått en mindre framträdande plats. Möjligtvis hade studenterna fokuserat mer på information och regelverk.

De påståenden som användes i fokusgrupperna syftade till att studenterna skulle fokusera på ämnet och tala fritt. Ambitionen var att skapa en fokusgrupp i enlighet med Willig (2013). Denna min ambition och fromma förhoppning kan ha försvårats av en rad omständigheter. För det första valdes påståendena eftersom de fick både skribenter i tidningsartiklarna och intervjuaren att reagera. Detta styrde och begränsade studenternas möjlighet att tala fritt. De inriktades att tala utifrån materialet i tidningsartiklarna. För det andra är påståendena hämtade från auktoriteter och forskare inom psykologi som både har makt och gör maktanspråk. Jag antar att studenterna hamnade i ett maktunderläge och var tvungna att förhandla med dessa diskurser. För det tredje kan frågan om hur studenterna i fokusgrupperna såg på psykologprogram som inte har utbildningsterapi orsakat att studenterna identifierade sig med ett *vi* som har utbildningsterapi ställt mot ett *dem* som saknar utbildningsterapi. Slutligen kan tidsbegränsningen ha varit för snäv eftersom studenterna fortsatte att tala på egen hand ytterligare 15 minuter efter att fokusgruppen avslutats

Diskursanalys som metod möjliggör en närmare läsning av flera olika sorters texter om utbildningsterapi vilket medfört att materialet som analyserats varit svårt att begränsa. I analysen syns det genom exempelvis kompletterande kursplanstexter och radiointervjuer. Metoden gör även att utbildningsterapin ges en historisk beskrivning och sätts i ett sammanhang. Det hela gör det förhoppningsvis lättare för läsaren att själv fråga om utbildningsterapin ska finnas eller försvinna från utbildningen. Till sist utfördes analysen endast av mig med stöd från mina handledare och den

blir därför en subjektiv framställning. Analysens transparens och giltighet hade vunnit på att ta in ytterligare en forskare som tagit sig an materialet och analyserat det. I framtida forskning skulle det vara intressant att ordna fokusgrupper med studenter som har erfarenhet av utbildningsterapi och studenter som saknar erfarenhet av utbildningsterapi för att undersöka hur det talar om utbildningsterapi och psykoterapi i stort.

### Slutsats

Utbildningsterapi är ett obligatoriskt kursmoment på sju av elva psykologprogram i Sverige. I tidningsartiklar och två fokusgrupper konstruerades utbildningsterapi genom uttalanden om kostnad, juridik, vetenskap och erfarenheter. Sammanfattningsvis konstruerade kostnadsdiskursen utbildningsterapi genom ekonomiska uttalanden. Diskursen användes av studenter och utbildningsanordnare, och fick till följd att utbildningsterapins omfattning minskades. Den juridiska diskursen konstruerade utbildningsterapi genom ett juridiskt språk. Den användes mest av utbildningsanordnare och gjorde utbildningsterapin till en fråga om det juridiskt hållbara i att egenerapi kan medföra kostnader i ett system där utbildning annars är kostnadsfri och även till en moralisk fråga i förhållande till sjukvård. Den vetenskapliga diskursen konstruerade utbildningsterapin genom hänvisningar till psykologisk forskning och vetenskaplighet och användes i huvudsak av psykologer och psykoterapeuter, vilket skapade polemik och splittring. Till sist konstruerades utbildningsterapin genom erfarenhetsbeskrivningar som mest användes av de studenter och psykoterapeuter som ägnade sig åt utbildningsterapi. Diskursen användes för att skapa en bild av utbildningsterapin som betydelsefull och värd att bevara, vilket fick till följd att de utan erfarenhet utestängdes från diskursen. En övergripande effekt av att använda någon av diskurserna var att subjekten kunde uttala sig om en framtid med eller utan utbildningsterapi. Uppsatsen pekar på att studenternas kostnadsersättning kan vara på väg att försvinna och att momentet minskas i omfattning. Utbildningsterapi kan komma att bytas ut mot grupperapi. Om utbildningsterapin bevaras bör utbildningsanordnare tidigt och tydligt förmedla information om momentet till studenter.

### Referenser

- Almingefeldt, A., & Lagerstedt, J. (2015). *Två psykologer talar ut om KBT, psykoanalys och andra roliga saker*. Stockholm: Carlsson.
- Bäck, S., & Dahlkvist, J. (2015). Psykologstudenters upplevelse av utbildningsterapi. Studentuppsats (Psykologexamen): Örebro universitet.
- Björnsson, E. (den 15 Mars 2000). Psykologistudenter får inte lagstadgat bidrag. *Sydsvenskan*, s. Sektion C.
- Borin, L., Forsberg, M., & Roxendal, J. (2012). Korp - the corpus infrastructure of Språkbanken. *Proceedings of LREC 2012* (ss. 474-478). Istanbul: ELRA.
- Chaturvedi, S. (2013). Mandatory personal therapy: Does the evidence justify the practice? in debate. *British Journal of Guidance and Counselling*, 4, 454-460.
- Daw, B., & Joseph, S. (2007). Qualified therapists' experience of personal therapy. *Counselling & Psychotherapy Research*, 7, 227-232.
- Egenerapi*, 3 hp. (den 3 Maj 2016). Hämtat från Mittuniversitetet: <https://www.miun.se/utbildning/kurser/sok-kursplan/kursplan?kursplanid=15166>
- Everson, E. (2013). The Impact of Personal Therapy on Graduate Training in Psychology: A Consensual Qualitative Research Study. Paper 302. Hämtat från Dissertations: [http://epublications.marquette.edu/dissertations\\_mu/302/](http://epublications.marquette.edu/dissertations_mu/302/)

- Foucault, M. (1970/1993). *Diskursens ordning: Installationsföreläsning vid collège de france den 2 december 1970*. Stehag: Stockholm: Brutus Östlings bokförlag Symposion.
- Frederickson, J. (2013). *Co-creating change: Effective dynamic therapy techniques*. Kansas City, MO: Seven Leaves Press.
- Freud, S. (1912/2002). Råd till läkaren vid den psykoanalytiska behandlingen. i *Samlade skrifter VIII: Psykoanalysens teknik* (ss. 139-151). Stockholm: Natur och Kultur.
- Freud, S. (1937/2002). Den ändliga och den oändliga analysen. i *Samlade skrifter VIII: Psykoanalysens teknik* (ss. 315-354). Stockholm: Natur och Kultur.
- Frost, N., Nolas, S. M., Brooks-Gordon, B., Esin, C., Holt, A., Medhdizadeh, L., & Shinebourne, P. (2010). Pluralism in qualitative research: The impact of different researchers and qualitative approaches on the analysis of qualitative data. *Qualitative research, 10*, 441-460.
- Gold, S. H., Hilsenroth, M. J., Kuutmann, K., & Owen, J. J. (2015). Therapeutic Alliance in the Personal Therapy of Graduate Clinicians: Relationship to the Alliance and Outcomes of Their Patients. *Clinical Psychology and Psychotherapy, 22*, 304-316.
- Göransson, B. (1997). *Profession på väg, markering etablering. Sveriges psykologförbunds start och förhistoria*. Lund: Sveriges Psykologförbund.
- Hamreby, M. (2006). Bortkastad tid? Empirisk forskning om psykoterapeuters egenterapi. *Matrix, 23*, 4-31.
- Hau, S. (Artist). (den 18 Mars 2016). *Egenterapi - aktuell forskning*. Clarion Hotel Post, Göteborg, Västra Götalands län, Sverige.
- Hayes, S. C., Strosahl, K. D., & Wilson, K. G. (2011). *Acceptance and commitment therapy*. London: The Guilford press.
- Heinemann, K. (2009). Psykologstuderande är positiva till egenterapi. *Psykologtidningen, 7*, 10-11.
- Heinemann, K. (2015). Egenterapi - en rättighet, ett krav eller ett lagbrott. *Psykologtidningen, 7*, 14-15.
- Högskoleverket. (den 6 April 2004). Psykologi populärt ämne som håller god kvalitet. *Pressmeddelande*.
- Ishaq, T. (den 5 November 2007). *Terapisoffan för dyr för studenter*. Hämtat från Sveriges Radio P3 Nyheter: <http://sverigesradio.se/sida/artikel.aspx?programid=1646&artikel=1698441>
- Ivey, G. (2014). The Ethics of Mandatory Personal Psychotherapy for Trainee Psychotherapists. *Ethics & Behavior, 24*(2), 91-108.
- Johansson, P. M. (2009). *Freuds psykoanalys. Bd 4, inblickar i psykiatrins och den psykodynamiska terapins historia i Göteborg 1945-2009*. Göteborg: Daidalos.
- Johansson, P. M. (2011). "Vi bör bevara utbildningsterapi". *Psykologtidningen, 8*, s. 36-37.
- Kumari, N. (2011). Personal therapy as a mandatory requirement for counselling psychologists in training: A qualitative study of the impact of therapy on trainees' personal and professional development. *Counselling Psychology Quarterly, 24*, 211-232.
- Kursplan för kurs 16: Psykoterapi*. (den 4 April 2016). Hämtat från Psykologiska institutionen Göteborgs universitet: [http://psy.gu.se/digitalAssets/1557/1557417\\_pm2616-t8.pdf](http://psy.gu.se/digitalAssets/1557/1557417_pm2616-t8.pdf)
- Lindqvist, U. (den 10 September 2008). *Fortsatt dyr terapi på schemat*. Hämtat från Sveriges Radio P3 Nyheter: <http://sverigesradio.se/sida/artikel.aspx?programid=1646&artikel=2304944>
- Löf, J., Risling, U., & Pihlgren, M. (2015). "Ny forskning talar för egenterapi". *Psykologtidningen, 8*, s. 30.



- Lundberg, M., & Waara, J. (den 21 Juli 2015). Förlegat inslag i utbildningen. *Västerbottens-Kuriren*, s. 6.
- Lundberg, M., & Waara, J. (den 30 juli 2015). Terapi behövs inte för att möta människor i kris. *Västerbottens-Kuriren*, s. 6.
- Mediearkivet. (den 20 januari 2016). Hämtat från Göteborgs universitetsbibliotek: <http://www.ub.gu.se/sok/db/show.xml?id=9607518>
- Moller, N. P., Timms, J., & Alilovc, K. (2009). Risky business or safety net? trainee perceptions of personal therapy: A qualitative thematic analysis. *European Journal of Psychotherapy and Counselling*, 11, 369-384.
- Murphy, D. (2005). A qualitative study into the experience of mandatory personal therapy during training. *Counselling and Psychotherapy Research*, 5(1).
- Nationalencyklopedin. (den 24 April 2016). Hämtat från Diskurs: <http://www.ne.se/s%C3%B6k/?t=all&q=diskurs>
- ÖNH. (den 12 juni 2015). *Beslut 2015-06-12, reg.nr 243-348-15*. Hämtat från Överklagandenämnden för högskolan: <http://www.onh.se/avgoranden/2015/2015-08-24-beslut-2015-06-12-reg.nr-243-348-15.html>
- Oteiza, V. (2010). Therapists' experiences of personal therapy: A descriptive phenomenological study. *Counselling & Psychotherapy Research*, 10, 222-228.
- Phillips, S. B. (2010). Up Close and Personal: A Consideration of the Role of Personal Therapy in the Development of a Psychotherapist. i R. H. Klein, H. S. Bernard, & V. L. Schermer, *On Becoming a Psychotherapist: The Personal and Professional Journey*. Oxford: Scholarship Online.
- Rake, C., & Paley, G. (2009). Personal therapy for psychotherapists: The impact on therapeutic practice. A qualitative study using interperative phenomenological analysis. *Psychodynamic Practice: Individuals, Groups and Organisations*, 15, 275-294.
- Rigné, E. M. (2002). *Profession, Science and State. Psychology in Sweden 1968-1990*. Göteborg: Sociologiska institutionen, Göteborgs Universitet.
- Ringborg, M. (2008). Dubbel egenerapi. *Psykologtidningen*, 8, s. 24.
- Rislund, S. (2007). Egenerapi - terapi på annorlunda villkor. *Psykologtidningen*, 10, s. 21-23.
- Rizq, R. (2011). Personal Therapy in Psychotherapeutic Training: Current Research and Future Directions. *Journal of Contemporary Psychotherapy*, 41, 175-185.
- Rizq, R., & Target, M. (2008). Not a little mickey mouse thing: How experienced counselling psychologists describe the significance of personal therapy in clinical practice training. Some results from an interperative phenomenological analysis. *Counselling Psychology Quarterly*, 21, 29-48.
- Rizq, R., & Target, M. (2010). "We had a constant battle". The role of attachment status in counseling psychologists' experiences of personal therapy: Some results from a mixed-methods study. *Counselling Psychology Quarterly*, 23, 343-369.
- Segal, Z. V., Williams, J. M., Teasdale, J. D., & Trägårdh, E. (2014). *Mindfulnessbaserad kognitiv terapi vid depression*. Stockholm: Natur och Kultur.
- SFS. (1993). *Högskoleförordning* (Vol. 1993:100). Stockholm: Svensk författningssamling, Utbildningsdepartementet.
- Silvander, H. (den 27 Oktober 2012). Intervjun Albin Tingsvall. *Sydsvenskan*, s. C 24.
- Självkännedom och kliniska färdigheter*, 4,5 hp . (den 3 Maj 2016). Hämtat från Karolinska institutet - ett medicinskt universitet: <http://ki.se/selma/syllabus/2PS017/19718>

- Snaprud, P. (den 20 Oktober 2001). *Utbildning i psykoterapi får underkänt*. Hämtat från Dagens Nyheter: [http://www.dn.se/arkiv/inrikes/vetenskap-utbildning-i-psykoterapi-far-  
underkant/](http://www.dn.se/arkiv/inrikes/vetenskap-utbildning-i-psykoterapi-far-underkant/) Hämtad: 2016-04-25
- SOU. (1955). *Psykologisk utbildning och forskning: Betänkande* (Vol. 1955:11). Stockholm: Statens offentliga utredningar, Ecklesiastikdepartementet.
- Stenberg, J. (1998). PS från SR: Rör inte egenerapin! *Psykologtidningen*, 23-24, 16.
- Strömberg, U.-B. (2004). Psykologstudenternas egenerapi: Vem ska betala? Bollen hos regeringen. *Psykologtidningen*, 4, s. 8-11.
- Svensk, J. (den 21 mars 2003). Psykologstudent tvingas betala utbildningsterapi. *Dagens Nyheter*, s. 5.
- Svenska Akademiens Ordbok*. (den 24 April 2016). Hämtat från Diskurs: <http://g3.spraakdata.gu.se/saob/>
- UHÄ. (1981). *Ny psykologutbildning: Betänkande*. (Vol. 1981:14). Stockholm: Universitets- och högskoleämbetet.
- von Haenisch, C. (2011). How did compulsory personal therapy during counselling training influence personal and professional development. *Counselling & Psychotherapy Research*, 11, 148-155.
- Willig, C. (2013). *Introducing qualitative research in psychology (third edition)*. Maidenhead: McGraw Hill Education, Open University Press.