

Den vilde psykologen Kjell Björfors

I denna artikel berättar Sven Sjöqvist om den skånska psykologen Kjell Björfors liv och yrkesverksamhet, särskilt med fokus på åren efter 1970, då han var som mest aktiv. Kjell Björfors drogs med i den vänsterrörelse, som dominerade Lund vid den tiden och har framför allt sysslat med olika former av grupppsykoterapi, psykosbehandling inspirerad av den brittiske psykiatern Ronald Laing, utbildning av vårdpersonal samt individuell psykoterapi utifrån den danske psykoanalytikern Sigurd Næsgaards läror – metoder som under senare år mer eller mindre kommit att försvinna ur psykoterapiarsenalen.

När jag utbildade mig till psykolog vid psykologiska institutionen vid Lunds universitet under 1990-talet, befann sig den brittiska objektrelations-teoretiska inriktningen av psykodynamisk psykoterapi i högsätet vid institutionen och vi fick knappt lära oss något om vare sig kognitiv beteendeterapi eller systemisk familjeterapi. Efter utbildningen jobbade jag många år på en psykiatrisk öppenvårdsmottagning i Malmö. Jag valde psykiatri som mitt arbetsfält, eftersom jag antog att jag där skulle få störst möjligheter att bedriva psykoterapi. Mot slutet av 1990-talet hade den psykodynamiska psykoterapin dock förlorat sin hegemoniställning som psykoterapimodalitet inom psykiatri och decimerats, dels av den antidepressiva revolutionen och dels av familjeterapeuternas och de kognitiva beteendeterapeuternas framstegsmarsch – något som blev särskilt tydligt på den mottagning jag arbetade eftersom många var familjeterapeuter där. Jag började med andra ord att jobba med psykoterapi när den psykodynamiska *festen redan var över*.

För att försöka förstå vad som hade hänt med den

psykodynamiska psykoterapi som jag kämpat med att lära mig, har jag i flera artiklar i denna tidskrift sökt mig tillbaka till begynnelsen av den psykoterapeutiska behandlingseran. I denna artikel fokuserar jag på Kjell Björfors, som utbildade sig till psykolog innan den psykodynamiska psykoterapin etablerat sin ställning och innan det överhuvudtaget fanns någon psykoterapiutbildning i Skåne – en tid då fältet stod öppet för en mängd olika psykoterapivarianter, vilka många med tiden kom att rensas ut.



En socialistisk psykolog

Att jag i detta arbete fokuserar på Kjell Björfors beror mest på tillfälligheter. Det hela började med att jag råkade få ögonen på en artikel som publicerades i *Psykolognytt* 1970. Artikeln bar den tidstypiska titeln "Vad gör en revolutionär psykolog?". Författaren, psykologen Kjell Björfors, hade inspirerats av en liknande artikel i *Arkitekttidningen*. Björfors intresserade sig för frågan om det var möjligt att verka som socialistisk psykolog i ett samhälle som uppfattades som kapitalistiskt:

Hur ska en yrkesverksam psykolog handla för att tjäna ett revolutionärt syfte. Skall han fortsätta lappa samman den ruttna samhällssäcken i botten och på så sätt bidra till konserverandet av ett samhällssystem han inte alls solidariserar med? (Björfors, 1970 s 21).

I artikeln kommer Björfors fram till att det trots allt kan vara möjligt att arbeta som socialistisk psykolog inom ett kapitalistiskt samhällssystem och avslutar den korta artikeln med tio tips på hur man kan förhålla sig till samhället. Ett exempel på ett sådant tips är "Vägra övertidsarbete och utnyttja arbetstiden till revolutionärt arbete" (Björfors, 1970 s 22).

Efter att ha läst artikeln bestämde jag mig för att ta kontakt med författaren. Kjell Björfors svarade genast på mitt mail och berättade att han då och då tänkte på sin artikel – och passade på att göra reklam

” När man träffar honom
slås man av hur naturlig
och okonventionell han är

för ett annat arbete i samma anda. För mig var det en ganska märklig upplevelse av att tiden nästan stått stilla i fyrtio år och jag föreslog att vi skulle träffas för en intervju. När man träffar honom slås man av hur naturlig och okonventionell han är, och det gör också att man själv känner sig avslappnad i hans sällskap.

Kjell Björfors kommer till Lund

Kjell Björfors föddes i Stockholm 1940. Han kommer från en borgerlig miljö där pappan arbetade som ämbetsman på Kungliga fondinspektionen. Kjell läste ekonomi på handelsgymnasium 1957-1959 och arbetade ett par år som revisorsassistent. Han började därefter på folkhögskolan Biskops-Arnö 1965 och träffade sin första fru Vibe. De gifte sig 1966 och flyttade ned till Skåne för att läsa vidare vid Lunds universitet. Björfors målsättning var att bli folkhögskollärare i filosofi och psykologi, och han började med att läsa teoretisk och praktisk filosofi. 1967 studerade han pedagogik och sociologi vid pedagogiska institutionen och därefter psykologi, men då hade intresset för behandlingsarbete tagit överhanden och han bestämde sig istället för att bli psykolog.

Efter att första tiden ha bott i en lägenhet i Malmö, flyttade Vibe och Kjell in i ett kollektiv i Lund tillsammans med fem andra. Vid den här tiden fanns en rad kollektiv i Lund och i många av dem fanns ett intresse för psykoterapi och personlig utveckling. Kjell har fortfarande kontakt med många av dem han lärde känna under kollektivtiden.

Gruppledare i Gruppterapeutiskt forum

Åren kring 1970 var intensiva och när jag intervjuar Kjell Björfors är det ibland svårt för honom att komma ihåg i vilken ordning händelserna inträffade. Kjell berättar att han var med och startade en vänsterorienterad och samhällskritisk förening med namnet *Alternativa psykologer*, vilken var aktiv några år under den här tiden, men som idag sedan länge är nedlagd. Han var med och höll samtalsgrupper på fängelset i Malmö, träffade och blev vän med den danske psykologen Arne Sjølund, som höll kurser i Lund och blev 1969 amanuens vid pedagogiska institutionen. År 1971 fick Kjell och Vibe sitt första barn, Tilde (som med tiden skulle bli känd som cirkusdirektör för *Cirkus Cirkör*). Tre år senare fick Björfors sin andra dotter.

År 1971 fick han ett uppdrag som biträdande psykolog på halvtid på ett behandlingshem i Viborg på Jylland, där han sysslade med att utveckla ett särskilt inlärningsprogram. Kjell pendlade mellan hemmet i kollektivet och uppdraget i Danmark. År 1973 slutförde Björfors sin psykologutbildning och blev självständig psykolog, som det hette innan psykologlegitimationen kom. Examensarbetet handlade om erfarenheterna på behandlingshemmet i Danmark (Björfors, 1972). När han återvände till Lund kom Björfors i kontakt med föreningen *Gruppterapeutiskt forum* (GF).

En av de stora inspirationskällorna för verksamheten i GF var den danske psykologen Wulff Feldman (Marke, 2012). Feldman höll kurser och internat om gruppprocesser och gruppsykologi. Utbildningen under dessa internat handlade inte om att lära sig teorier utan om att skaffa sig en praktisk erfarenhet av gruppprocesser. Feldman uppmuntrade sina deltagare att själva starta egna grupper och verka som gruppledare för att skaffa sig denna erfarenhet. Björfors deltog i fem till sex internat med Wulff Feldman och ibland kunde det vara uppåt 60 personer på dessa.

Psykologens roll i det kapitalistiska samhället

Kjell Björfors skriftställning är i sammanhanget mager, men särskilt ett av hans arbeten kan vara intressant att titta närmare på. Det är en fempoängs-uppsats, med liknande tema som den tidigare nämnda artikeln i *Psykolognytt*, som han lade fram på pedagogiska institutionen under titeln ”Psykologens roll i det kapitalistiska samhället”. Vänskapen med den tidigare nämnde Arne Sjølund, ledde till att uppsatsen kom att publiceras i den danska vänstertidskriften *Kurasje* samt i en antologi som Sjølund var redaktör för (Björfors, 1971a). Det sistnämnda arbetet har en längre utläggning och tydligare struktur, innehåller en utredning om psykologens klasstillhörighet och funktion i det kapitalistiska samhället. Den avslutas med en diskussion om hur den socialistiskt övertygade psykologen kan förhålla sig till det kapitalistiska samhälle, som han upplevde sig vara en del av. Uppsatsen bärs upp av långa citat från kommunistiska manifestet och andra marxistiskt inspirerade texter från denna starkt politiserade och vänsterorienterade tid.

Björfors brottas i uppsatsen med frågan om det är möjligt att verka som psykolog, utan att bli korrumpad av samhällets kapitalistiska strukturer. Han frågar sig hur man definierar sig som socialistisk psykolog och konstaterar att ”psykologen endast kan bevisa sin klasstillhörighet genom politisk handling”, men frågar sig också om inte psykologen samtidigt tillhör en överklass och att ”psykologen i sin yrkesverksamhet hjälper till att bevara och försvara det kapitalistiska samhället” (Björfors, 1971b s 11). ”Innebär detta att den socialistiska psykologen dagligen i sin yrkesverksamhet tvingas utföra politiska handlingar som strider mot hans övertygelse? Denna paradox tycks leda till att man måste sluta som psykolog” (Björfors, 1971b s 11). Efter en del vidare resonemang konstaterar Björfors dock, på liknande sätt som i det förstnämnda arbetet, att psykologen kan fortsätta att verka inom systemet, om han på olika sätt använder arbetstiden för att sprida propaganda och verka för socialism. Psykologen kan verka inom sitt yrke genom att söka:

blottlägga motsättningarna inom det kapitalistiska samhället och kapitalismens försök att dölja klassmotsättningarna, påvisa dem för andra, undvika att dras in i konsumtions- och prestationstänkandet, utnyttja det kapitalistiska samhällets resurser för propaganda och politiskt arbete (Björfors, 1971b s12).

Vi kan enligt Björfors resonemang, med andra ord fortsätta att arbeta som psykologer och psykoterapeuter om vi utnyttjar vår arbetsgivare och använder en del av arbetstiden till kamp för det socialistiska samhället.

” Jag ställde mig då frågan om jag skulle sluta som psykolog eller fortsätta inom psykiatrin och därmed legitimera en verksamhet som jag kände mig kritisk till

Att jag uppehållit mig vid Björfors tankegångar i dessa frågor, hänger samman med att de påminner om dem jag själv brottades med under min tid som psykodynamisk psykolog inom psykiatrin. Jag ställde mig då frågan om jag skulle sluta som psykolog eller fortsätta inom psykiatrin och därmed legitimera en verksamhet som jag kände mig kritisk till – och vars metoder och förhållningssätt jag upplevde delvis bidrog till de svårigheter, som jag som psykodynamisk psykolog och psykoterapeut var satt att åtgärda.

Næsgaardiansk egenerapi

Under den tid som Björfors utbildade sig till psykolog fanns inte den egenerapi, som idag är självklar i psykolog- och psykoterapeututbildningen. Björfors sökte därför egenerapi hos den enda etablerade psykoterapeut, som hade praktik i Skåne vid den här tiden, Nils Nielsen (Sjöqvist, 2012). Nielsen hade dock långa väntetider och Björfors vände sig istället till Christer Baadstøe, en psykoterapeut som skaffat sig utbildning i den danske psykoanalytikern Sigurd Næsgaards (1883-1956) läror och startat en psykoterapipraktik i Malmö 1972. Kjell gick i psykoterapi hos Baadstøe under åren 1973-1978.

Christer Baadstøe hade själv ingen psykologutbildning eller annan akademisk grundutbildning och utbildade sig till ”vild” psykoanalytiker genom att gå i utbildning hos lärjungar till Sigurd Næsgaard under åren 1967-1972. Dessa var bland andra Grethe Jensen, Nina Thymark och Merete Brandt från Köpenhamn, vilka höll teoretiska seminarier, praktiska seminarier i gruppprocesser samt gav utbildningspsykoterapier och handledning.

Sigurd Næsgaard – en av psykoanalysens pionjä-



Kjell Björfors när det begav sig.



Teckning av Kjell Björfors.

rer i Danmark – var en mycket produktiv författare, som skrev ett tjugotal böcker och ett stort antal artiklar om psykoanalys (Hjort, 1989). Næsgaard hade lärt sig psykoanalys på egen hand och följaktligen inte utbildats av psykoanalytiker, som var godkända av *International Psychoanalytic Association* (IPA). Han gjorde även egna kreativa omformuleringar och ibland tämligen radikala vidareutvecklingar av Sigmund Freuds psykoanalys. Næsgaard kom därför att betraktas som "vild" analytiker (Gyldendahl, 2011). Detta var innan de objektrelation-s-teore-

tiska och relationella vidareutvecklingarna inom psykoanalysen slagit igenom och Næsgaards variant av psykoanalys kom att i hög grad bygga på Freuds tidigare driftteorier (Olsen, 2012). Ett av huvudverken i den Næsgaardianska undervisningen var Otto Fenichels (1897-1946) klassiska verk *The psychoanalytic theory of neurosis* som gavs ut 1946. Boken översattes för övrigt till danska av Næsgaards lärjungar.

Kontakten med Christer Baadstøe ledde till att Kjell Björfors sedan själv kom att gå i "vild" psyko-

analytikerutbildning hos Grethe Jensen i Köpenhamn. Han föredrog dock i sin psykoterapeutiska praktik att jobba med gruppbehandlingar.

En resa genom själens mörker

År 1985 gifte sig Björfors med sin andra hustru Eva och de flyttade till Hammenhög på Österlen. Kjell blev far till ytterligare två barn som föddes 1991 och 1995. Han arbetade som psykolog och handledare på vuxenhabiliteringen i Kristianstad, men var även involverad i en mängd aktiviteter och höll kurser i gruppdynamik, familjeterapi och kroppsterapi. Han jobbade med gruppterapiutbildningar för vårdpersonal på S:t Lars sjukhus i Lund, bedrev utvecklingsarbete på miljöterapeutiska avdelningar och hade terapigrupper för psykotiska patienter, men var även ledare för mansgrupper och handledare för familjerådgivare i Malmö och Lund.

Mot slutet av sjuttioalet pyste luften ur vänsterörelsen och förlusten av revolutionsdrömmarna var stundom svår att hantera för många. Kjell drog sig delvis undan det hektiska livet i Lund; han blev sjukskriven under långa perioder och kom att brottas med de alkoholproblem, som redan tidigare blivit uppenbara. Under 1970-talets gruppbehandlingar hände det till och med att Björfors var berusad under grupp-sessionerna, men toleransen för detta var större än idag. Han behandlades flera gånger med Antabus och har idag kontroll över sitt drickande.

Björfors var, som det hette under 1970-talet, A-medlem i *Psykotericentrum* och använde delvis medlemskapet som legitimitet för sin psykoterapikompetens. När den statliga och universitetsanknutna psykoterapiutbildningen, som ledde till psykoterapeutlegitimation, kom till Skåne under 1980-talet, valde Björfors att ställa sig utanför, för att kunna behålla sin terapeutiska frihet.

I det här sammanhanget vill Björfors gärna berätta om en behandling, som inspirerats av Ronald Laings experiment på Kingsley Hall i London under 1960-talet (Laing, 2006). Det rörde sig om en psykotisk patient som led av svår ångest, skrämmande hallucinatoriska röster och tvångsföreställningar, vilka hindrade henne från att leva ute i samhället. Björfors berättar att han bestämde sig för att låta henne stanna kvar i en stuga som han själv hade byggt för att använda till kursgård, tills hennes ångest hade gått över. Efter flera dygns intensiv terapi, som huvudsakligen bestod i

att Björfors ”fanns till hands och utövade sitt lugnande inflytande”, upplevde patienten en stark befrielse från sina inre plågoandar och därmed ångestfrihet. Efter behandlingen kunde hon sluta med psykofarmaka och leva ett självständigt liv ute i samhället. Tyvärr återkom sjukdomen efter några år och när patienten åter sökte upp Björfors hade han inte möjligheter att ta emot henne. Denna patient tog senare sitt eget liv.

Ett annat, mer lyckosamt, behandlingsfall, finns beskrivet i en självbiografisk bok: *En sanslös resa*. Författaren berättar i boken om hur Björfors hjälpte henne att befrias från en ångest, som hon plågats av under femton års tid, så till den grad att hon under de senaste åren inte ens kunnat lämna sitt hus. Ur berättelsen får man delvis en inblick i hur Björfors arbetar med sina okonventionella (och kanske tvivelaktiga) metoder:

Nej, det var ingen slump, slumpen finns inte, att Kjell kom precis då han kom. Det var heller ingen slump att det var just Kjell som kom, istället för någon annan terapeut. Han passade precis in i mitt liv! Han var ovanlig. Han kom hem till oss och ”terapeutade” ett helt dygn, fyra gånger. Han använde sig av samtal, rollspel, aggressionsutagerande, lite massage. Han gav mig böcker att läsa. [...] Han ville få fram min livslust. Det var han som visade mig vikten av att lyssna i total närvaro. Det var han som lärde mig att tolka mina drömmar och som visade mig kopplingen mellan kropp och själ. Och det var han som visade mig hur en manlig sida i balans ser ut! Han gav mig precis det jag behövde (Ann-Christin A, 2011).

Denna sprudlande livsglädje återfinns också i ett opublicerat manus med titeln *Inbjudan till tankar om vild, tam och odlad psykoterapi* från 1982, där Björfors formulerat en del av sina tankegångar och sin syn på terapi: ”Tam psykoterapi älskar våra försvar. Våra försvar är förtryck av behov, liv och lust. Tam terapi gnatar och gnetar, strävar och kämpar med och mot våra försvar” (Björfors, 1982 s 2). Istället förespråkade han mer av ”... livslust, varm hängivenhet, genialitet och solidaritet” (Björfors, 1982 s 3).

Evigt ung rebell med psykoterapeutisk experimentlusta

Kjell Björfors har kanske inte bidragit med några genomgripande insatser inom psykoterapiens utveck-

ling i Sverige, men jag har velat gestalta Björfors liv och professionella utveckling, eftersom jag upplever att han framstår som en intressant representant för den tid, då det fanns en lekfull experimentlusta inom psykoterapiområdet; men också som representant för en tid, då samhällsfrågor togs på stort allvar och psykologer och personal i människovårdande yrken ifrågasatte sin egen roll och funktion i samhället.

När Björfors utbildade sig till psykolog var psyko-

” *Det är intressant att ställa det lekfulla klimatet som då rådde mot det som rådde tre decennier senare, då jag utbildade mig*

terapiområdet jungfrulig mark och de krav som finns idag, ställdes inte på de som utövade psykoterapi. Hungern efter behandling var dock stor och många aktörer klev in på marknaden och fyllde tomrummet. En del varianter av psykoterapi var, sett utifrån dagens synvinkel, mindre lämpliga och bidrog säkert till ett dåligt rykte för psykoterapin, samt till ett behov av sanering av området. Det är intressant att ställa det lekfulla klimatet som då rådde mot det som rådde tre decennier senare, då jag utbildade mig – och kanske ännu mer mot det som råder idag när kvalitetskraven skärps ytterligare. Vi har helt klart fått en bättre och mer djupgående psykoterapeututbildning, men vi kanske också förlorat en del av den leklust som fanns tidigare.

När Björfors utbildade sig stod kollektivet och frågor som rörde solidaritet i fokus, därför kom också gruppbehandlingar, åtminstone i Skåne, att vara den psykoterapimodalitet som dominerade. Senare kom en ökad inriktning på individens unika behov att tjäna som måttstock – och därmed längre och mer djupgående behandlingar. Man skulle förändra personligheten och arbeta med ”tidiga störningar”, något som tog lång tid i anspråk, medan man idag vill fokusera på snabba behandlingar och kostnads-effektiva metoder; hjälpa människor att hitta strategier för att få en stressfylld vardag att gå ihop.

Den psykoterapiform som kom att bli ledande när psykoterapiutbildningskraven skärptes och formerades, det vill säga en löst sammanhållen och vagt definierad psykodynamisk psykoterapi, har till större delen ersatts av nya psykoterapiformer som knappt

ens fanns när en psykoterapi för allmänheten initierades – samtidigt som kraven på kvalitet och effektivitet har förändrats. Den hantverksskicklighet som tidigare betonades har ersatts med kunskapskrav som framhåller teoretisk kompetens, mätbarhet och forskningsanknytning.

Björfors problematiserar i sina arbeten behandlarrollen och frågar sig om den står i motsatsställning till hans politiska uppfattningar. Han kommer dock snabbt fram till att det är möjligt att förena dessa. I Björfors arbeten anar man en vilja att försöka förändra behandlarrollen och dess betydelse i samhället. I slutet av 1970-talet diskuterades till exempel om hur psykiatrins företrädare vid sidan av behandlarrollen även skulle ägna sig åt en kritisk granskning av de sociala system i samhället som antogs ge upphov till de problem som man sedan skulle behandla (Eliasson, 1979). Björfors var med andra ord tidigt ute och satte ned spaden, men viljan till uppror tycks ha mattats av när tiderna förändrades.

Kjell Björfors är idag 72 år och har fortfarande kvar sina sympatier till vänster, *frihetlig socialist* vill han själv kalla sig. Han har en liten psykologpraktik i hemstaden och när jag träffade honom senast berättade Björfors att han just blivit kontrakterad av Region Skåne för en större utbildningsinsats om suicidprevention.

Jag säger hej till den evigt unge rebellen, som vandrar hem i ett vintertäckt Ystad för att skjutsa sin tonårsdotter till sin hästräning. ”Har man tonårsbarn, har man vare sig råd eller lust att gå i pension”, säger Kjell Björfors. □

Referenser

- A, Ann-Christin. (2011). *En sanslös resa*. Visby: Books on Demand.
- Björfors, K. (1970). Vad gör en revolutionär psykolog? *Psykolognytt*, 9, 21-22.
- Björfors, K. (1971a). Psykologens rolle i det kapitalistiske samfund. Ett diskussionsunderlag. *Kurasje*, 4, 39-46. Även publ. i Sjølund, A. *Introduktion till marxistisk psykologi*, (s 321-336). Gyldendals samfundsbibliotek, 1974.
- Björfors, K. (1971b). *Psykologens roll i det kapitalistiske samfund. Ett diskussionsunderlag, plus tillæg*. Manus, 14 sidor.
- Björfors, K. (1972). *Behandlingshem i Danmark: presentation, metodutveckling*. Lund: Lunds universitet. Institutionen för tillämpad psykologi.
- Björfors, K. (1978). Ångest och kapitalism. *Bokcafés månadsbulletin*, Nr. 28, 18-20.
- Björfors, K. (1978). Ångest och kapitalism (II). *Bokcafés månadsbulletin*, Nr. 33, 21-22.
- Björfors, K. (1982). *Inbjudan till tankar om vild, tam och odlad psykoterapi*. Opublicerat manus, 4 sidor.
- Eliasson, R. (1979). *Den nya psykiatrin i korseld*. Stockholm: Prisma.
- Gyldendal (2011). *Sigurd Næsgaard*. Den store danske. Gyldendals åpne encyklopædi. <http://www.denstoredanske.dk>
- Hjort, S.D. (1989). *Sigurd Næsgaard. Det naturlige menneske*. Köpenhamn: Gyldendal.
- Laing, A. (2006). *R.D. Laing. A life*. Gloucestershire: Sutton Publishing.
- Marke, S. (2012). *Professionsväg*. Opublicerat manus, 36 sid.
- Olsen, O.A. (2012). *Psychoanalysis in Denmark*. <http://www.enotes.com/denmark-reference/denmark>
- Sjöqvist, S. (2012). Nils Nielsen – Skånes första psykoterapeut. *Insikten*, 4, 42-46.



SVEN SJÖQVIST

är psykolog, psykoterapeut och specialist i klinisk psykolog. Han är med i Psykoterapis redaktion och arbetar på vårdcentralen i Södra Sandby och på S:t Lukas psykoterapimottagning i Lund. s.sjoqvist@telia.com