

Målbeskrivelse for utdanning i kognitiv atferdsterapi (KAT) for barn og ungdom

Målbeskrivelsen for den 2-årige terapiutdanningen i KAT er dekkende for læringsmålene som omhandler terapiutdanning i den nye spesialistutdanningen (vedlegg 1). Målbeskrivelsen følger Norsk Forening for Kognitiv Terapi (NFKT) sine standarder for godkjent terapiutdanning i kognitiv terapi. Kursleder må selv ha KAT terapiutdanning, være godkjent veileder i NFKT og sørger for koordinering av programmet. Dersom kursleder selv ikke har KAT veilederutdanning, må et ev flere medlemmer i kurskomiteen inneha KAT veilederutdanning.

Formål

Kognitiv atferdsterapi, også kalt kognitiv terapi, er en behandlingstilnærming for barn og unge med psykiske problemer. Det er en av de valgfrie terapiformene som LIS kan velge i spesialiseringssløpet i barne- og ungdomspsykiatri.

Utdanningen skal gi en klinisk utdanning i kunnskapsbaserte behandlingsmetoder for barn og ungdom. Deltakerne skal tilegne seg det teoretiske og forskningsmessige grunnlaget i kognitiv atferdsterapi. Det vektlegges praksisferdigheter i anvendelse av sentrale metoder i arbeidet med barn, ungdom, deres familier og nettverk. Ferdig utdannede kandidater skal ha tilegnet seg tilstrekkelig med kunnskap til å kunne vurdere indikasjonsområde for bruk av metodene og ha et reflektert forhold til egen kompetanse og erfaringsbakgrunn.

Selv om utdanningsprogrammet er metodespesifikt, har det et overordnet mål å utvikle deltakernes kompetanse med utgangspunkt i hele bredden av de behandlingsoppgaver som en spesialist møter innenfor psykisk helsevern for barn og unge. Undervisning og veiledning vil ha et metodespesifikt fokus, men utviklingspsykologisk kunnskap og andre sentrale prosesser skal også ha en viktig plass. Den metodiske tilnærmingen tilpasses barnets alder og utviklingsmessige funksjonsnivå. Sentralt står både å etablere terapeutisk allianse og dialog og anvendelse av de konkrete tilnærminger som barnet, ungdommen og familien kan ta i bruk. I undervisning og veiledning inngår tilegnelse av grunnleggende terapeutiske holdninger, kunnskaper og kommunikasjonsferdigheter med vekt på å få til samarbeid med klienten.

Læringsmål

Etter gjennomført utdanning skal legen i spesialisering ha tilegnet seg:

a) Kunnskaper og forståelse

- grunnleggende kunnskap om teoretiske aspekter ved kognitiv atferdsterapi og anvendelse av tilnærmingen for barn og ungdom
- kjennskap til forskning som ligger til grunn for kognitiv atferdsterapi

b) Ferdigheter

- kunne anvende kognitiv atferdsterapeutisk metode i endringsarbeid ved definerte problemområder i arbeid med barn og unge
- kunne anvende kognitiv atferdsterapeutisk metode i foreldrearbeid
- kunne tilpasse tilnærmingen egen profesjonsutdanning og eget arbeidsfelt
- kunne vurdere indikasjon og kontraindikasjon for kognitiv atferdsterapi
- kunne anvende metoden basert på bruker og pårørendes erfaring og tilbakemeldinger
- kunne foreta fagetiske vurderinger i alle faser av behandlingsarbeidet
- kunne etablere terapeutiske relasjoner og reflektere over egen rolle som terapeut
- kunne formidle egen kunnskap om kognitiv atferdsterapi til brukere og samarbeidspartnere
- kunne anvende tilnærmingen i tverrfaglig samarbeid og teamarbeid
- kunne evaluere og dokumentere eget terapeutisk arbeid

c) Kompetanse

Utdanningen gir kompetanse i å anvende kognitiv atferdsterapi som redskap i teamarbeid og i selvstendig terapeutisk arbeid med barn og ungdom. Praktisk kompetanse vil avhenge av kandidatens arbeidsarena, som er utgangspunktet for klinisk veiledning og fordypningsarbeid.

Studiet skal bidra til ferdigheter i å evaluere og dokumentere eget arbeid med kognitiv atferdsterapi og kunne formidle dette til brukere og faglige medarbeidere.

Målgruppe

Leger i spesialisering i barne- og ungdomspsykiatri. Seminarene kan være åpne for psykologer og profesjonsutøvere med helse- og sosialfaglig høgskoleutdanning med relevant tilleggstudning (klinisk spesialisering, mastergrad eller tilsvarende) og klinisk erfaring. Søkere må arbeide direkte med barn og ungdoms psykiske helse under utdanningen.

Samlingsbaserte kurs

Fellessamlinger på 2-3 dagers varighet med 4-5 samlinger per semester i 4 semester. Undervisningen vil være både i form av forelesning, ferdighetstrening (øvelser), gruppediskusjoner og klinisk veiledning gjennom studiet. Veiledningen vil inkludere videofremvisning og veiledning på kasus, og kan gjerne være gruppebasert. Emnene i studiet bygger på hverandre slik at det er progresjon i innlæring av teori, og økende kompleksitet i praksis, ferdighetsopplæring og tilstandsbilder

Sammensetning

Gruppene bør være gjennomgående med faste deltakere.

Veiledning

I tillegg til samlingene skal hver enkelt deltager få minst 65 timer veiledning. Veiledningen foregår i gruppe med inntil 6 deltakere. Gruppeveiledning er basert på pedagogiske prinsipper som team- og kasusbasert læring og er valgt for at deltakerne skal lære av hverandres arbeid og få erfaring med og innsyn i flest mulig kasuistikker hvor kognitiv atferdsterapi anvendes. Det kreves at alle deltakerne i gruppen må være aktive både ved å

fremlegge egne saker og i drøftinger av de andres terapier. Veiledningen skal i hovedsak gis i forhold til video- eller lydbåndopptak som deltaker har gjort av egen terapi med barn/ungdom. Hver deltaker i veiledningsgruppene skal ha vist minimum to video- eller lydbåndopptak som godkjennes av veileder.

Krav til lærere og veiledere

Faglig leder av utdanningen og veileder vil fortrinnsvis være spesialist i barne- og ungdomspsykiatri eller spesialist i klinisk barne- og ungdomspsykologi og fylle NFKT's krav til godkjent veileder i kognitiv terapi, samt ha erfaring i kognitiv atferdsterapi med barn og ungdom. Underviserne vil ha spesialkompetanse i kognitiv atferdsterapi ved ulike tilstandsbilder samt ha ferdigheter i undervisning.

Krav til klinisk praksis

Kandidaten må være i minimum 50 % klinisk praksis med barn og ungdom hvor han/hun har mulighet for å utøve kognitiv atferdsterapi selvstendig.

Eksamen

Det vil være skriftlige evalueringssoppgaver. Bestått evalueringssoppgaver er en forutsetning for at kandidaten mottar kursbevis.

Godkjennelse av kurset

Kursbevis vil bli utskrevet etter godkjent deltagelse i undervisning og veiledning (80% oppmøte på samlingene og 100 % fullført veiledning), godkjent video- eller lydbåndopptak og bestått evalueringssoppgaver.

Utdanningen er godkjent som grunnleggende terapiutdanning for godkjenning som kognitiv atferdsterapeut etter regler gitt av Norsk Forening for Kognitiv Terapi (NFKT). Utdanningen er en forutsetning for å kunne gå videre til å utdanne seg som veileder i kognitiv terapi i henhold til NFKTs reglement.

Litteratur

Undervisningen bygger på den til enhver tid gjeldende litteraturliste.

Vedlegg 1

Læringsmålene på Hdir sine sider: https://helsedirektoratet.no/Documents/Godkjenning_og_auorisasjon/Spesialistutdanning/Læringsmål_og_læringsaktiviteter_for_LIS_2-3/Barne-_og_ungdomspsykiatri_ versjon_1.0_publicert_30.8.2018.xlsx

Læringsmål 022 og 023 med utdypende tekst i den nye spesialistutdanningen lyder:

(022) Beherske basale ferdigheter i systematisk psykoterapeutisk behandling og samtalebehandling av barn og ungdom med ulike problemstillinger over kortere og lengre tid og forstå den psykoterapeutiske prosessen og veiledningsprosessen.

Utdypende tekst: Læringsmålet oppnås gjennom behandling av barn og ungdom med psykoterapeutisk metode under psykoterapiveiledning.

(023) Selvstendig kunne anvende elementer og intervensjoner i en anerkjent spesifikk psykoterapimetode.

Utdypende tekst: Psykoterapiutdanning oppnås gjennom utdanning i 2 år i valgt metode og systematisk psykoterapiveiledning. Eksempler på aktuelle metoder er psykodynamisk orientert psykoterapi, kognitiv metode, familieterapi og gruppepsykoterapi.

I fanen «Anbefalte læringsaktiviteter V1», er det oppført under Prosedyrer og Terapeutiske metoder «Gjennomført 2-årig godkjent psykoterapiutdanning i valgt metode».