

# **Innhold i psykoterapiveiledningen.**

**(06.02.2012)**

Innføringen av fordypningsdel i psykoterapiveiledning på valgfri terapiform, psykodynamisk psykoterapi, gruppeterapi eller kognitiv terapi, nødvendiggjør en gjennomgang av innhold og læringsmål for den grunnleggende veiledningen og for veiledning innen de enkelte fordypningsområder.

## **Grunnleggende psykoterapiveiledning:**

Innholdet i det som nå blir grunnleggende psykoterapiveiledning, har vært evaluert av Psykoterapiutvalget med jevne mellomrom. Målsettingen, slik den ble formulert i innstilling gitt av Psykoterapiutvalget til styret i NPF i 1994 beholdes som læringsmål:

## **Læringsmål for den grunnleggende psykoterapiveiledningen:**

- Utvikle forståelse for og kjennskap til de grunnleggende elementer i lege - pasientforholdets dynamikk. Utvikling av terapeutisk allianse.
- Utvikle forståelse av og kunnskap om hvordan tidligere objekterfaringer påvirker lege-pasientforholdet - overføring - motoverføring
- Utvikle forståelse for og kunnskap om hvordan lege-pasientforholdet gir diagnostisk informasjon, og er et avgjørende element i all psykiatrisk behandling.

Utdanningskandidatene skal lære disse grunnleggende prinsippene gjennom evaluering av flere ulike pasienter og systematisk arbeid med dem over tid.

I all psykiatrisk behandling, vil et lege-pasientforhold etableres. Kunnskap om, og erfaring med rasjonelle og irrasjonelle sider av dette forholdet er en forutsetning for adekvat yrkesutøvelse.

Kandidaten skal utvikle en grunnleggende forståelse av lege-pasientforholdet, som danner basis for møtet med alle typer pasienter, uansett grad av sykdom. Den obligatoriske veiledningen bør derfor begynne så tidlig i utdanningsforløpet som mulig. Kandidaten må da bringe til veiledningen materiale fra de pasienter han/hun møter i sin arbeidssituasjon, f.eks over kort tid i en akuttavdeling.

Minst en terapiprosess må følges over tid, og institusjonen må legge til rette for at dette kan gjennomføres. Kandidaten må ha minst to timer pr. uke avsatt til dette arbeidet, for forberedelser, veiledning og etterarbeid.

"Egnet pasient": Også med alvorlig forstyrrede jeg-svake pasienter etableres et lege-pasientforhold. Det er vel kjent at slike pasienter har større vansker med å etablere et stabilt, godt lege-pasientforhold som følge av forstyrrede objektreelasjoner og overvekt av primitive forsvarsmekanismer. Det er derfor helt vesentlig at kandidatene får erfaring med, og veiledning på den intense og utfordrende dynamikk som lege-pasientforholdet har med slike pasienter."

Den grunnleggende veiledningen skal gi en forståelse av lege-pasientforholdet som danner en felles basis for all utøvelse av psykoterapi.

Den grunnleggende veiledningen skal attesteres med separat attest.

I følge legeforeningens regler er det bare veiledere i psykodynamisk psykoterapi som er godkjente veiledere for grunnleggende psykoterapiveiledning.

Grunnleggende veiledning skal gjennomføres først. Av praktiske hensyn vil det av og til kunne bli en viss grad av parallelle veiledningsforløp. Kun unntaksvis vil det kunne godkjennes at fordypning blir startet opp før grunnleggende veiledning.

## **Fordypningsdel.**

### **Psykodynamisk psykoterapi.**

#### **Læringsmål:**

- Evaluere pasienter for denne terapiformen, etablere arbeidsallianse og forstå betydningen av rammer og kontrakt.
- Følge behandlingsforløp over tid og få kjennskap til grunnleggende elementer som overføring-motoverføring, motstand, forståelse av innhold og prosess.
- Kunnskap om nivåer av intervensjoner og deres betydning.

\* Den psykodynamiske terapien og veiledningen skal være i tråd med anerkjente psykodynamiske prinsipper

Dette gjøres best ved at minst to pasienter følges over tid. Det bør brukes bånd eller timereferater. Kandidaten skal lese teori, og sammen med veileder knytte denne til utøvelsen av behandlingen. Innføringsseminar ved Institutt for psykoterapi eller utdanning ved psykoanalytisk institutt vil kunne godkjennes som det tredje året. For de som ikke velger en slik utdanning, anbefales to-årig teorikurs ved psykoanalytisk institutt.

### **Gruppepsykoterapi.**

#### **Læringsmål:**

- Kunnskap om og erfaring i gruppepsykoterapi som behandlingsmetode
- Kunnskap om, og bruk av behandlingsmiljøet og gruppeterapi i institusjonsbehandling
- Kunnskap om dynamisk administrering av grupper

Kandidaten må være terapeut eller ko-terapeut i pasientgruppe som arbeider med verbal utveksling. De fleste typer regelmessige, strukturerte samtalegrupper vil kunne godkjennes. Det er ikke tilstrekkelig å være observatør. Kandidaten skal ha erfaring med terapeutrollen. Teori skal lese og knyttes til utøvelse av behandlingen.

Veiledningen gis fortrinnsvis som gruppeveiledning. Det anbefales ukentlig veiledning, men 90 min. veiledning annenhver uke vil også kunne godkjennes. Andre faggrupper kan delta i veiledningsgruppen, men veilederen må være godkjent

veileder i gruppepsykoterapi.

### **Kognitiv terapi.**

#### **Læringsmål:**

Veiledningen har som mål å gi kandidaten en første innføring i kognitiv terapiteori og metode. Kandidaten skal få trening i å forstå pasienters problematiske følelser og atferd i lys av en kognitiv modell og erfaring med rollen som kognitiv terapeut.

Veiledningen skal med utgangspunkt i konkret pasientarbeid utvikle kandidatens ferdigheter til alliansebygging, sosialisering til metode, kasusformulering og bruk av de viktigste endringsteknikkene. Det er ønskelig at veiledningen i hovedsak baserer seg på video-/lyddopptak fra terapitimer. I løpet av de 35 timene bør minst fire terapitimer være tapet og gjennomgått. Kandidaten bør få strukturert tilbakemelding på enkelte av timene ved hjelp av CognitiveTherapyScale, CognitiveTherapyAdherence and CompetenceScale eller lignende skåringsverktøy. Veiledningen kan foregå i gruppe. Det anbefales ukentlig veiledning, men 90 min. veiledning annenhver uke vil også kunne godkjennes.

#### **Ansvarsforhold:**

- Kandidaten bør ved oppstart av veiledningen få informasjon om veiledningens innhold og hva som kreves av kandidaten. Timer som eventuelt ikke kan godkjennes bør oppsummeres ved halvårsevalueringene.
- Medisinsk faglig ansvar for kandidatens pasienter legges til den avdeling kandidaten er ansatt
- Klinisk veileder har ansvar for å følge opp evaluering av kandidatens utvikling sammen med psykoterapiveileder hvert halvår.