

8.6.17 Referansegruppe for kognitiv terapi (KT i AM)

Jon Aga, Bente Aschim, Guri Svendsen (assosiert medlem, kurskomitemedlem), Janecke Thesen (leder, kurskomitemedlem), Lars Moland, Morten Laudal (kurskomitemedlem, webmaster), Nils Kolstrup (nestleder), Randi Kasin, Reidun Kismul, Satya Sharma og Sverre Lundevall.

Gruppen ble planlagt våren 2008, på siste samling i første etterutdanningsopplegg for kognitiv terapi i allmennmedisin på Lovund på Helgelandskysten. Oppstartsmøte ble avholdt på PMU 27.10.08. Hensikten er å ivareta det spenstige allmennmedisinske fagmiljøet som hadde vokst fram i løpet av etterutdanningen i KT i AM, og å rekruttere flere kolleger. Gruppen er faglig uavhengig og mottar ingen støtte fra farmasøytisk eller medisinteknologisk industri.

Referansegruppas medlemmer vil utvikle og dele sin kompetanse med kolleger på ulike måter. Målgruppen er allmennleger. Stoffet vi formidler bygger på egen erfaring og skal så langt mulig være underbygget med dokumentasjon og referanser som den interesserte leser selv kan vurdere. Ingen persongjennkjennbare opplysninger skal formidles. Faglig ansvar for den enkelte programpost ligger hos forfatteren, som kan bruke resten av referansegruppen som et kommentarpanel underveis i prosessen. Vi har lært fra andre grupper at en funksjon som formidlingsveileder er nyttig i prosessen med å bringe erfaringer fra teknikkene hentet fra kognitiv terapi i våre egne praksiser fram til web-publiserbare, nedlastbare presentasjoner eller artikler.

□ Gruppen arrangerer kurs 23. og 24. april 2009 på Utstein, ved Stavanger, i KT i AM. Vi bygger på erfaringene til Lee David, som har skrevet boka: *Using CBT in General Practice: The 10-minute consultation. (The only CBT book designed specifically for busy GPs and other health professionals)*. Hennes instruktør, Jeannie Bruce, tar oss gjennom de to dagene, der vi bruker egne erfaringer i utforskning av muligheter innen KT. Kurset er fulltøget.

□ Gruppen arrangerer nytt kurs 10-12. juni i Nyvågar rorbuer, Kabelvåg. Programmet er under utforming.

□ Vi samarbeider med prosjektet: *Internet-based cognitive therapy in the treatment of patients with mental health problems in general practice*. Formålet med prosjektet er å videreutvikle dataverktøy (MoodGYM) <http://moodgym.anu.edu.au/welcome> som allerede finnes til egenbehandling av depresjon og angst, slik at det kan brukes i allmennpraksis. Prosjektet er et samarbeidsprosjekt med Psykologisk Institutt og Allmennmedisinsk forskningsenhet ved ISM. Forskningsprosjektet og referansegruppen ser samarbeid som en win-win-situasjon, slik at de verktøyer som utvikles vil kunne implementeres i en allmennmedisinsk hverdag til glede for pasienter og leger.