

10.17 Referansegruppe for kognitiv terapi (KT i AM)

Janecke Thesen (leder, kurskomitemedlem), Nils Kolstrup (nestleder), Jon Aga, Bente Aschim, Bjarte Storaas (kurskomitemedlem), Morten Laudal (kurskomitemedlem, webmaster), Lars Moland, Randi Kasin, Reidun Kismul, Eldrid Liljedal, Ellen Scheel, Karin Breckan, Paul Odberg, Steven Crozier, Unni Ringberg, og Sverre Lundevall. Ove Lintvedt er assosiert medlem.

Grappa ble planlagt våren 2008, på siste samling i første etterutdanningsopplegg for kognitiv terapi i allmennmedisin på Lovund på Helgelandskysten. 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. Grappa 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, dels via kurs, dels via artikler, og dels via nedlastbare presentasjoner. Målgruppa er allmennleger. Vi har i denne første fasen prioritert kurs, og ikke laget noen webpresentasjoner.

- Grappa arrangerte kurs 23. og 24. april 2009 på Utstein, ved Stavanger, i KT i AM. Vi bygget 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, tok oss gjennom de to dagene, der vi brukte egne erfaringer i utforskning av muligheter innen KT. Kurset var fulltegnet. Vi gjentar suksessen i april 2010, med 2,5 dagers kurs der også leder av norsk forening for kognitiv terapi, Torkil Berge, foreleser.
- Grappa arrangerte nytt kurs 10-12. juni 2009 i Nyvågar rorbuer, Kabelvåg. Vi utforsket web-ressurser og KT, samt brukte egne ressurser på felles gruppearbeid. Dette skjedde i samhandling 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 finns 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 referansegruppa 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.
- Janecke Thesen deltok på møte med lederne i NFAs referansegrupper i oktober 2009.
- Bente Aschim er fra november 2009 møtende varamedlem i Norsk forening for kognitiv terapi - NFKT. Hun er den første allmennlegen i styret.
- Det tredje langsgående innføringskurset i kognitiv terapi i Osloområdet startet i desember 2009. Dette kurset arrangeres i et samarbeide mellom NFKT og NFA ved Referansegruppen i KT i allmennpraksis. Sverre Lundevall og Bente Aschim er kursledere.
- Jon Aga har skrevet artikkel I Utposten nr 4/2009 om Kurs i kognitiv terapi - bedre behandling og bedre samhandling: <http://www.utposten-stiftelsen.no/LinkClick.aspx?fileticket=8bavgIusbQ0%3D&tabid=480&mid=1117>. Det er også utført en Enquete i samme nummer om allmennpraktikeres erfaringer med KT: <http://www.utposten-stiftelsen.no/LinkClick.aspx?fileticket=NxJ4r20ILfo%3d&tabid=480&mid=1117>