

### **10.13 Referansegruppe for kognitiv terapi (KT i AM)**

I 2014 ble det også arrangert et ettårig innføringskurs i KT for allmennleger. Kursledere Bente Aschim, Sverre Lundevall. Nytt kurs i 2015 startes opp i februar, som før med fem samlinger og veiledningsgrupper mellom samlingene.

Påbygningskurs på Jeløy Radio våren 2014 hadde som tema: Kroniske smerter (Klinisk emnekurs). Kursleder: Sverre Lundevall, Bente Aschim, Randi Ofstad. Nytt kurs planlagt vår 2015: Motivering av pasienter. Kurskomite: Lillestrøm legesenter.

To allmennleger er godkjente veiledere i kognitiv terapi 2014 etter to-årig veilederkurs: Janecke Thesen og Anne Karin Hoftun. Vi er da ca seks allmennleger i Norge som er godkjente veiledere i KT.

Bente Aschim sitter i sin tredje periode som styremedlem i Norsk Forening for kognitiv terapi. Dette er et svært fruktbart samarbeid. Overskuddet fra innføringskursene deles mellom NFKT og NFA. I 2014 ble NFA-overskuddet brukt for å lage demonstrasjonsvideoer hvor Sverre Lundevall, Randi Ofstad og Bente Aschim var leger. Tre av videoene kan være av interesse: en smertepasient med Randi Ofstad brukt på Jeløy-kurset, en video med en pasient med sosial angst og en video hvor kasusformulering brukes. Disse ligger ikke på nettet, men interesserte kan henvende seg til Bente eller Sverre.

Internett basert KT (ICBT) er i vinden, dels som selvhjelp, dels som selvhjelp støttet av fastlege, eller selvhjelp støttet av samhandling fastlege/spesialisthelsetjeneste, evt selvhjelp støttet av spesialisthelsetjeneste. Referansegruppas medlem Nils Kolstrup er sentral i flere prosjekter om dette, dels på Europeisk nivå. Se fersk artikkel her:

<http://ojs.statsbiblioteket.dk/index.php/sygdомogsamfund/article/view/20027>

EQuIP (allmennmedisinsk utvalg for kvalitet og pasientsikkerhet, WONCA Europe) har laget et nettkurs om motiverende intervju, foreløpig på engelsk (godt forståelig for nordmenn), finsk og tysk. Det ferdigstilles våren 2015 og blir gratis tilgjengelig. Kurset er godt, og vi vil linke til det fra flere NFA-websteder. Janecke Thesen har deltatt i arbeidet.

Bente Aschim og Sverre Lundevall ble tildelt allmennlegeprisen 2014. De får prisen for sine mange år som veilederkoordinatorer i spesialistutdanningen i allmennmedisin, og for arbeidet med innføringen av kognitiv terapi i allmennpraksis.

Referansegruppa fungerer mer i kraft av aktive enkeltpersoner, enn i kraft av gruppeprosesser. Det er lite aktivitet på e-postlisen vår, og vi har ikke hatt møter i referansegruppa på flere år. Mange i Norge driver med godt arbeid i KT i allmennmedisin, uten at vi kjenner detaljene. Vi har allikevel valgt å opprettholde gruppa, delvis for å sikre innføringskurs/påbygningskurs i KT av allmennleger, for allmennleger. Vi planlegger et gruppemøte våren 2015 i tilknytning til Jeløy-kurset (oppfriskningskurset).