

## Grundläggande psykoterapiutbildning för ST-läkare november 2015 – februari 2017

### Bakgrund

I april 2012 fastställdes en nationell utbildningsplan avseende psykoterapiutbildning för ST-läkare i psykiatri. Utgångspunkten har varit Socialstyrelsens nya föreskrifter om läkares specialisttjänstgöring (SOSFS 2008:17). Utbildningsplanen har tagits fram av Metis och godkänts av Ipuls respektive Svenska psykiatriska föreningen. Utbildningsplanen uppfyller kompetensmål 9 (psykoterapi) och delvis kompetensmål 8 (utvecklingspsykologi) samt kompetensmålet kommunikativ kompetens. Studierektorn i varje sjukvårdsregion har tillsammans med Ipuls ansvar att engagera lämplig utbildningsanordnare. Inom västra sjukvårdsregionen (Västra Götaland och norra Halland) har man valt att ge utbildningen i egen regi med Sahlgrenska akademin/Göteborgs Universitet som samarbetspartner.

### Ansvar

Verksamhetschefer är ansvariga för finansiering och för att skapa förutsättningar så att målbeskrivningen för ST-utbildningen avseende psykoterapi uppnås. Sahlgrenska psykiatriska forsknings- och undervisningscenter (SPFU) har ett övergripande ansvar för utbildningsplanen följs. SPFU är en centrumbildning bestående av Sahlgrenska akademin/GU och Sahlgrenska Universitetssjukhuset. Kursledning knyts till SPFU och består av Tobias Nordin som kursansvarig och Mathias Alvidius som kursledare. Båda är verksamma inom Psykiatri Affektiva, Sahlgrenska Universitetssjukhuset. Kursledningen består även av Per Magnus Johansson, Claudia Fahlke, Suzanne Guregård, Mats Leffler, Iris Förstberg och Stefan Lundberg. Kursledningen ansvarar för examination och i samråd med SPFU sker ett slutligt godkännande. Kursansvarig ansvarar för allt administrativt runt utbildningen såsom säkring av lärare, handledare, avtal, lokaler och ekonomi.

### Innehåll

Utbildningen omfattar en teoridel och en handledningsdel och behandlar följande kunskapsområden

- Introduktion
- Bedömning och diagnostik
- Vetenskapshistoriska och vetenskapsteoretiska aspekter på psykoterapi
- Etiska och juridiska aspekter på psykoterapi
- Psykoterapeutisk praxis, teori och metoder inom kognitiv beteendeterapi, psykodynamisk terapi och familjeterapi.

- Reflekerande praktik och kommunikativ kompetens
- Komparativa och integrativa perspektiv på psykoterapi
- Uppföljning och utvärdering av behandling
- Psykoterapiforskning
- Farmakologisk och psykoterapeutisk kombinationsbehandling
- Orientering avseende andra psykoterapeutiska metoder
- Sammanfattning och avslutning

I **introduktionen** görs en presentation av utbildningens mål, innehåll och genomförande. Förutsättningar att gå utbildningen, liksom förväntningar och farhågor tas upp. Deltagarna ges möjlighet att bekanta sig med varandra för att skapa en god lärandemiljö.

Inom området **bedömning och diagnostik** ingår relevant diagnostik och metoder för psykoterapeutisk bedömning, såsom beteendeanalys, konceptualisering, familjediagnostik och psykodynamisk bedömning och diagnostik. Dessa relateras även till gängse modeller för psykiatrisk diagnostik och bedömning.

Inom området **vetenskapshistoriska och vetenskapsteoretiska aspekter på psykoterapi** förmedlas kunskap avseende psykoterapins framväxt och historiska betingelser, samt grundläggande frågor behandlas som gäller människo- och kunskapssyner inom området psykoterapi. Här tas även upp frågor som rör evidensbaserad av psykoterapi.

Inom området **etiska och juridiska aspekter på psykoterapi** behandlas frågor som rör den psykoterapeutiska praktikens förhållande till gällande lagstiftning och moraliska dilemman och frågor belyses.

Inom området **psykoterapeutisk praxis, teori och metoder** ingår moment som beskriver och problematiserar teoretisk grund och viktigaste metoder inom traditionerna psykodynamisk psykoterapi, kognitiv beteendeterapi/kognitiv terapi och familjeterapi.

Inom området **reflekerande praktik och kommunikativ kompetens** ingår frågeställningar som rör samtalsteknik och alliansskapande, ramar, roller och gränser. Här behandlas även relations- och bemötandeaspekter, samt reflektionens plats och funktion inom psykoterapeutiskt arbete och handledning. Därtill belyses riskaspekter och situationer och hur dessa kan hanteras.

Inom området **komparativa och integrativa perspektiv på psykoterapi** behandlas likheter och skillnader utifrån teoretiska grundantaganden och synsätt, såväl som likheter och skillnader avseende teknik och terapeutiskt förhållningssätt inom och mellan de olika traditionerna.

Inom området **uppföljning och utvärdering av behandling** ingår utvärderings- och mätmetoder för uppföljning av psykoterapeutisk behandling, samt metoder för att i interaktion med patient, närstående, medarbetare och/eller andra aktörer pröva utfallet eller lämpligheten av en pågående terapi och även kunna dra slutsatser av utvärdering i relation till exempelvis vårdplan.

Inom området **psykoterapiforskning** ingår grundläggande forskningsmetodik, samt att lära sig söka, läsa och använda vetenskaplig litteratur.

Inom området **farmakologisk och psykoterapeutisk kombinationsbehandling** presenteras erfarenhetskunskap och forskning kring kombinationsbehandling och problematisering kring detta.

Inom området **orientering avseende andra psykoterapeutiska metoder** presenteras sådana, exempelvis interpersonell terapi och specifika vidareutvecklingar inom psykodynamisk respektive kognitiv beteendeterapi, såsom mentaliseringsbaserad terapi och dialektisk beteendeterapi.

Inom området **avslutning och utvärdering** får deltagarna möjlighet att sammanfatta och reflektera över utbildningen, och den betydelse som densamma kan ha för dem själva som individer och yrkesutövare.

Inom följande områden, a) **psykoterapeutisk praxis, teori och metoder**, b) **bedömning och diagnostik** och c) **reflekterande praktik och kommunikativ kompetens** ingår helt eller delvis handledningsmoment i individuellt patientarbete.Handledning sker inom en vald inriktning och ska omfatta minst två patienter.Handledningsmomentet innefattar, utöver traditionell patienthandledning av processkaraktär, även en grundläggande empiriskt förankrad teoretisk inskolning i psykoterapeutisk metodik och är därmed av specifik utbildningskaraktär.

### Kursens övergripande mål

Syfte med utbildningen är att ge teoretisk kunskap i de olika psykoterapeutiska inriktningarnas teoretiska och kliniska grund och grundläggande praktiska färdigheter vad avser psykoterapeutiska metoder för behandling av psykisk ohälsa. Vad gäller det senare sker detta i huvudsak genom att deltagarna under handledning själva ger psykoterapeutisk behandling. Därtill ska kursen förmedla ett vetenskapligt och sakligt förhållningssätt till frågor av såväl praktisk som teoretisk karaktär som rör det psykoterapeutiska området och en förståelse för de olika inriktningarnas likheter och skillnader vad avser mål, metoder, grundantaganden och resultat.

**Kompetensmål: Introduktion, (1 heldag)**

- Kunna redogöra för och reflektera över förväntningar och farhågor avseende utbildningen och tankar kring densammas plats och funktion i ST-utbildningen för psykiatriker.

**Kompetensmål: Bedömning och diagnostik, (2 heldagar, samt handledning)**

- Genomföra utredning som innefattar psykoterapeutisk bedömning och relevant psykiatrisk diagnostik, samt föreslå psykoterapeutisk behandling när sådan är lämplig.
- Utifrån evidens och patientens individuella förutsättningar kunna pröva lämpligheten av föreslagen terapi.
- Förstå och kunna hantera den påverkan som risksituationer, avseende suicidalitet och utagerande beteende, har på behandlingsarbetet.

**Kompetensmål: Vetenskapshistoriska och vetenskapsteoretiska aspekter på psykoterapi, (1 heldag).**

- Förstå grundläggande historiska betingelsers betydelse för psykoterapins framväxt och utformning.
- Förstå grundläggande vetenskapsteoretiska frågeställningar som rör psykoterapi, till exempel avseende människo- och kunskapssyn och aktuell diskussion som rör evidensbaseringsparadigmets relation till psykoterapin som teori och praktik.

**Kompetensmål: Etiska och juridiska aspekter på psykoterapi, (1 heldag).**

- Kunna reflektera över och ta ställning till relevanta etiska frågor och dilemman som kan uppstå i psykoterapeutiskt arbete.
- Ha kännedom om lagstiftning som är tillämplig på psykoterapeutiskt arbete.

**Kompetensmål: Psykoterapeutisk praxis, teori och metoder, (10 heldagar, samt handledning).**

- Kunna beskriva och förklara grundläggande psykologiska kunskapsområden (till exempel utvecklingspsykologi, personlighetspsykologi, inlärningspsykologi, systemteori, kognitions- och emotionspsykologi och neurovetenskap) som är relevanta för psykoterapeutisk praktik.
- Kunna redogöra för grunderna i kognitiv beteendeterapi, psykodynamisk psykoterapi och familjeterapi, såväl vad avser deras teori som tekniker och metoder.
- Genomföra och analysera eget psykoterapeutiskt behandlingsarbete under handledning i vald metod.

**Reflekterande praktik och kommunikativ kompetens, (handledning)**

- Kunna identifiera och reflektera över egna reaktioner i professionella kontakter.
- Kunna ta emot återkoppling och använda sig av densamma i professionell utövning.
- Kunna förstå och känna igen gränserna för de egna kunskaperna och färdigheterna gällande psykoterapeutiskt arbete.
- Kunna förstå, dra slutsatser kring och reflektera över hur utövarens person, yrkesroll och relation till patienten påverkar behandlingsarbetet.
- Kunna genomföra samtal i syfte att patienten (och närstående) ska känna sig förstådda genom att lyssna, visa intresse, omsorg och respekt.
- Kunna förstå skillnader mellan samtal med psykoterapeutiskt förhållningssätt och andra typer av samtal (till exempel utredande och informerande samtal) och därmed kunna anpassa samtalet utifrån patientens behov och samtalets sammanhang.
- Kunna reflektera över psykoterapins betydelse och målsättning i relation till närstående, medarbetare och andra aktörer och när det är indicerat kunna inleda ett situationsanpassat samarbete med dessa.
- Uppvisa färdighet i att skapa och upprätthålla ramar för psykoterapi.

**Kompetensmål: Komparativa och integrativa perspektiv på psykoterapi, (3 heldagar)**

- Förstå och kunna redogöra för likheter och skillnader avseende relevanta aspekter av olika psykoterapeutiska inriktningar och utifrån desamma kunna ta ställning till eventuellt lämplig behandling utifrån patientens specifika karakteristika, behov och önskemål.

**Kompetensmål: Uppföljning och utvärdering av behandling, (1 heldag)**

- Utifrån vedertagna utvärderings- och mätmetoder kunna följa upp den psykoterapeutiska behandlingen.
- I interaktion med patienten själv och övriga direkt och indirekt involverade kunna dra slutsatser av utvärdering i relation till behandlingsplanering och vårdplan.
- Utifrån evidens och patientens individuella förutsättningar kunna pröva lämpligheten i pågående psykoterapi.

**Kompetensmål: Psykoterapiforskning, (1 heldag)**

- Förstå grundläggande forskningsmetodik och ha kännedom om aktuellt forskningsläge och resultat inom området psykoterapi.
- Kunna söka, läsa och använda vetenskaplig litteratur inom området psykoterapi.

**Kompetensmål: Farmakologisk och psykoterapeutisk kombinationsbehandling, (1 heldag)**

- Förstå och kunna tillämpa aktuell kunskap och forskning inom området kombinationsbehandling.
- Vid kombinationsbehandling kunna bedöma om medicineringen är stödjande eller hindrande i den psykoterapeutiska behandlingen och kunna anpassa medicineringen därefter.

**Kompetensmål: Orientering avseende andra psykoterapeutiska metoder, (1 heldag)**

- Ha kännedom om andra relevanta psykoterapeutiska inriktningar och metoder.

**Kompetensmål: Avslutning och utvärdering, (1 heldag)**

- Kunna reflektera över utbildningsprocessens upplägg och innehåll utifrån professionella och yrkesmässiga behov.
- Kunna reflektera över utbildningsprocessens eventuella betydelse för de själva som individer.

**Behörighetskrav**

Kursen är utformad för ST-läkare inom psykiatri och utgör en del av deras specialistutbildning inom psykiatri.

**Undervisningens uppläggning**

Kursen går över 3 terminer och studietakten är på deltid, 30 %, i genomsnitt över året. Kursort är Göteborg. Den teoretiska undervisningen sker inom ramen för 8 teorisessioner, med 3 sammanhängande heldagar per tillfälle. De studerande förväntas inför varje teorisession ha tillägnat sig förkunskaper om sessionens tema genom litteraturstudier enligt kursledningens läsanvisningar och/eller förberedande av exempelvis fallpresentation. Efter varje teorisession examineras sessionen i enlighet med examinationsformer som beskrivs nedan.

Handledning i individuellt patientarbete sker inom ramen för respektive metod, psykodynamisk och kognitiv beteendeterapeutisk, och ges i grupp om 3 – 4 ST-läkare, 3 timmar varannan vecka, totalt 120 timmar. De 3 första teorisessionerna är övervägande orienterande och kunskapsförmedlande, men deltagarna förväntas bidra med personliga och professionella erfarenheter i mer interaktiva undervisningsmoment (till exempel fallrollspel). De efterföljande teorisessionerna ska ha en mer erfarenhetsbaserad inriktning. Det tema som rör reflekterande praktik och kommunikativ kompetens genomsyrar utbildningen i dess helhet; detta gäller även temat kring komparativa och integrativa aspekter på psykoterapi.

Behandlingsarbetet under handledning har i första hand inriktning mot psykoterapeutisk behandling av ångest-, depressions- och tvångstillstånd, men kan även omfatta psykoterapeutisk tilläggsbehandling vid mer komplexa psykiatriska sjukdomstillstånd. Val av lämpliga utbildningspatienter sker i samråd med handledare och utbildningsledning. Utbildningsanordnaren svarar dock ej i sig för rekrytering av potentiella patienter, vilket förväntas ske inom den studerandes hemklinik eller i kontakt och samverkan med primärvårdsaktörer på egen verksamhetsort. Minst två ärenden ska presenteras och följas över tid så att det blir möjligt för handledaren att examinera enligt de kriterier som gäller för respektive inriktning. Om en terapi avslutas oplanerat avgör handledaren i samråd med utbildningsledning om det genomförda patientarbetet kan godkännas som handledd psykoterapi eller ej. Dokumentation av patientarbetet sker i enlighet med gällande journallagstiftning, samt i utbildningssyfte genom presentation av videoinspelade sessioner och/eller som skriftlig redovisning av processanteckningar. Därtill kommer skriftlig behandlingsrapport eller fallredogörelse enligt särskild mall. I dessa moment ingår reflektion kring centrala moment och ska även inkludera den studerandes egna reaktioner, färdigheter och begränsningar.

Undervisningen som inryms i de olika momenten sker i form av föreläsningar, seminarier, och gruppdiskussioner. Men där så är tillämpligt förekommer även fallrollspel och analys och diskussion av kliniskt material, till exempel i form av text eller film. Den studerande förväntas förbereda sig inför teorisessionerna genom läsning av och reflektion över anvisad litteratur, genom genomgång av instuderingsfrågor och fördjupningsuppgifter, samt i förekommande fall genom förberedelse av fallbeskrivningar och presentationer.

## Examination

Betygsgraderna är godkänd (G) eller underkänd (U). För att bli godkänd på hela kursen krävs att samtliga examinationer och obligatoriska moment är godkända. Betyget utgör en sammanfattande bedömning av resultaten vid examinationens olika delar och sätts först när alla obligatoriska moment är godkända.

Den studerande förutsätts närvara och aktivt deltaga i alla kursens moment. För kursen gäller obligatorisk närvaro, vilket betyder att studenten får kompensera frånvaro med olika former av kompletteringsuppgifter inom det missade området. Detta ska ske i samråd med aktuell lärare och kursledning.

Examination av teoretiska moment sker i samband med eller efter varje delmoment i form av skriftliga inlämningsuppgifter, gruppuppgifter, fallstudier etc, i enlighet med anvisningar från kursledning och aktuell lärare. Kursledning och berörd lärare fastställer för varje moment vilka kriterier som ska uppfyllas för betyget godkänt.

Kompetensmål **reflekterande praktik och kommunikativ kompetens** examineras genom godkänt aktivt deltagande i handledning enligt särskilt styrdokument för handledningsmomentet. Flera övriga kompetensmål, **psykoterapeutisk praxis, teori och metoder, bedömning och diagnostik**, respektive **uppföljning och utvärdering av behandling**, examineras delvis genom godkänt aktivt deltagande i handledning. Handledningen utvärderas kontinuerligt under handledningens gång. Utvärderingen har både fokus på studentens utveckling som kliniker och på handledningssituationen som en gruppprocess. Studentens förmåga att omsätta teoretiska kunskaper i praktisk handling beaktas och även dennes förmåga att ta till sig handledning och interagera i gruppssammanhanget. Behandlingsarbetet dokumenteras fortlöpande i journalanteckning och i en sammanfattande behandlingsrapport efter avslutad behandling. Behandlingsrapporten ska även omfatta reflektioner kring egna reaktioner och interventioner under behandlingsförloppet.

Klinisk kompetens och förmåga att integrera teori och praktik examineras (utöver handledningen) genom aktivt deltagande i fallpresentationer och seminarier, och diskussioner av anförd litteratur.

Ansvarig examinator äger rätt att i samråd med berörd handledare och kursledning besluta att underkänna student som under pågående kliniskt arbete i de fall denne uppvisar sådana brister avseende kunskaper, färdigheter eller förhållningssätt att dessa, enskilt eller i kombination, medför en påtaglig risk för att studenten under pågående behandling kan komma att skada någon annan person fysiskt eller psykiskt. Studenten avbryter då sin behandling i förtid och får betyget underkänd på den aktuella kursen.

I samband med ett sådant beslut ska en individuell utvecklingsplan upprättas av examinator i samråd med studenten. Utvecklingsplanen ska ange vilka kunskaper, färdigheter och förhållningssätt som studenten behöver tillägna sig för att få återuppta det kliniska arbetet, samt en tidpunkt vid vilken kontroll av detta ska ske. Studenten har rätt till två sådana kontrolltillfällen per år. Totalt ska dock inte antalet kontrolltillfällen uppgå till mer än 4, såvida inte synnerliga skäl föreligger. Om studenten vid sådant kontrolltillfälle visar att denne tillgodogjort sig de kunskaper, färdigheter och förhållningssätt som utvecklingsplanen anger ska studenten ha rätt att genomföra en ny period av kliniskt arbete, under förutsättning av studenten ej redan förbrukat dessa.

För studerande som inte blivit godkänd vid ordinarie examination anordnas ytterligare ett tillfälle, så kallad reexamination.

### Kurslitteratur

Se separat lista.



## Appendix 1

### Struktur för teorissessioner och handledning

#### Termin 1

##### Teorissession 1

- 2015-11-02 Introduktion (1 heldag).
- 2015-11-03 Vetenskapshistoriska och vetenskapsteoretiska aspekter på psykoterapi (1 heldag).
- 2015-11-04 Etiska och juridiska aspekter på psykoterapi (1 heldag).

##### Teorissession 2

- 2016-01-25 Bedömning och diagnostik inom kognitiv beteendeterapi (1 heldag).
- 2016-01-26/27 Psykoterapeutisk praxis, teori och metoder inom psykodynamisk psykoterapi (2 heldagar).

##### Teorissession 3

- 2016-03-14/15 Psykoterapeutisk praxis, teori och metoder inom kognitiv beteendeterapi (2 heldagar).
- 2016-03-16 Bedömning och diagnostik inom psykodynamisk psykoterapi (1 heldag).  
I samband med teorissession 3 tilldelas handledare och deltagare ska vid hemkomst inleda kliniskt arbete och handledningsarbete uppstartas.

#### Termin 2

##### Teorissession 4

- 2016-05-16/17 Psykoterapeutisk praxis, teori och metoder inom psykodynamisk psykoterapi (2 heldagar).
- 2016-05-18 Komparativa och integrativa aspekter på psykoterapi (1 heldag).

##### Teorissession 5

- Psykoterapeutisk praxis, teori och metoder inom kognitiv beteendeterapi (2 heldagar).
- Komparativa och integrativa aspekter på psykoterapi (1 heldag).

##### Teorissession 6

- Psykoterapeutisk praxis, teori och metoder inom familjeterapi (2 heldagar).
- Farmakologisk och psykoterapeutisk kombinationsbehandling (1 heldag).

### Termin 3

#### Teorisession 7

- Orientering avseende andra psykoteraeutiska metoder (DBT/MBT) (1 heldag)
- Psykoteraeutiforskning (1 heldag).
- Komparativa och integrativa aspekter på psykoteraeut (1 heldag).

#### Teorisession 8

- Uppföljning och utvärdering av behandling (1 heldag).
- Sammanfattning och avslutning (1 heldag).
- Avslutning av kliniskt arbete och handledning sker i samband med teorisession 8.