



psykologpartners

KBT för ST-läkare och specialister i allmänmedicin

Stockholm, våren 2010

Patienter betar sig hela tiden. Välkommen till en utbildning som hjälper Dig att förstå och förbättra samspelet mellan Dig och Dina somatiska och psykiatriska patienter! Utbildningen lär ut förhållningssätt och metoder förankrade i kognitiv beteendeterapi (KBT) samt inlärningsteori och riktar sig till Dig som är ST-läkare eller specialist i allmänmedicin. Du som deltagare får ta del av aktuella teorier och evidensbaserade metoder för att i ökad utsträckning kunna ge vetenskapligt förankrade, KBT-grundade råd till Dina patienter samt att bättre förstå varför de gör som de gör. Utbildningen är till stor del praktiskt utformad för att Du ska få ökad förståelse för vad som händer mellan Dig och patienten samt ge redskap för att påverka patienter i positiv riktning och öka följsamhet (compliance). Du får sedan träna på arbetsätten med patienter på Din egen vårdcentral med hjälp av handledning i liten grupp.

Innehåll & upplägg

Utbildningen sträcker sig över en termin och består av totalt åtta heldagar i storgrupp med föreläsning på förmiddagen och övningar på eftermiddagen samt fem halvdagar i liten grupp med handledning.

	Januari		Februari		Mars		April	Maj	
Veckonr:	3	4	5	6	9	12	15	18	20
Aktivitet:	F	F	F	H	H	H	H	H	F

F = Föreläsningar hålls två dagar den veckan, på måndagen och tisdagen.

H = Handledning hålls en halvdag den veckan.

Del 1: Föreläsningar och praktiska övningar två dagar per vecka under tre efterföljande veckor:

Beteendeanalys i 2 heldagar (teori och praktik) den 18-19 januari

Beteendeanalysen utgör grunden i alla former av KBT och fungerar som en sorts karta över patientens problematik och situation. Beteendeanalysen är baserad på inlärningsteori och innebär att man metodiskt analyserar relevanta beteenden för att förstå varför de förekommer. Detta ger ett nytt perspektiv på Dina patienters problem.

Motiverande samtal i 2 heldagar (teori och praktik) den 25-26 januari

Motiverande samtal (Motivational Interviewing, MI) är ett övergripande förhållningssätt och en kommunikationsmetod som visat sig vara mycket användbar när klienter är ambivalenta till förändring. Förhållningssättet syftar till att öka patientens egen delaktighet i sin förändring. MI lär man sig bäst genom praktisk träning och därför är övningar huvudfokus för dagarna.

Ångest, depression, missbruk i 2 heldagar (teori och praktik) den 1-2 februari

Ångest, depression och missbruk är mycket vanliga problemområden för patienter som söker sig till vårdcentraler. Det finns väl underbyggda kunskaper kring hur problemen uppstår och vidmakthålls. Föreläsningarna syftar till att orientera dig i evidensbaserade metoder för dessa problem. Detta för att Du i högre utsträckning ska kunna ge vetenskapligt förankrade, KBT-grundade, råd till Dina patienter. Stor vikt kommer att ligga på metoderna exponering och beteendeaktivering.



psykologpartners

Del 2:Handledning med leg psykolog i grupper om max 6 deltagare:

Syftet med handledningen är att omsätta teori i praktik. I handledningen ges möjlighet att ta upp svåra patienter både muntligt och med hjälp av videoinspelade samtal (frivilligt). Handledningen omfattar fem halvdagar utspridda under terminen.

Del 3: Uppföljande föreläsningar med praktiska inslag:

Två heldagar teori och praktik i helgrupp den 17-18 maj. Dag 1 behandlar hur de berörda arbetssätten kan implementeras inom primärvården utifrån *fokuserad klinisk beteendeanalys*, en metod som använts och utvärderats för att öka tillgängligheten även vid tidsbegränsade patientbesök. Dag 2 innehåller uppföljning och vidareutveckling utifrån deltagarnas erfarenheter och behov.

Utbildare

Samtliga utbildare är legitimerade psykologer med god vana att arbeta kliniskt med metoderna och att lära ut/handleda på desamma.

Syfte

Syftet med utbildningen är att deltagarna med grund i dagens KBT-vetenskap får möjlighet att utveckla sitt bemötande av både somatiska och psykiatriska patienter genom träning i analys- och kommunikationsfärdigheter. Deltagarna får kunskaper så att de i högre utsträckning kan ge råd som är vetenskapligt underbyggda. Dessutom syftar utbildningen till att ge deltagarna redskap för att kunna öka följsamhet vid livsstilsråd/medicininsättning samt ökad förståelse av patienters beteendemönster. Efter genomgången utbildning kommer deltagarna att:

- Ha ökad förståelse för inlärningsprinciper.
- Kunna utföra en avgränsad form av beteendeanalys för att öka förståelsen för patienter.
- Kunna arbeta med att öka följsamheten hos patienter med hjälp av samtalsfärdigheter utifrån Motiverande samtal, MI.
- I högre utsträckning kunna ge vetenskapligt underbyggda råd till patienter med ångest, depression och/eller missbruk.
- Ha en basal kunskap om huvudprinciperna i de centrala behandlingsmetoderna exponering och beteendeaktivering.

Utbildningen som ersättning för en del av psykiatrirandningen för ST-läkare

Denna utbildning kan vid första anblicken verka mer omfattande tidsmässigt än många andra. Dock tänker vi oss att man med utbildningen uppnår en del av målet med psykiatriavsnittet som man annars lär sig på en psykiatrirandning och denna kan därmed förkortas. Eftersom man tack vare handledningen tillgodogör sig psykiatrikunskaper på patienter på vårdcentralen så får vårdcentralen ersättning för patientbesök som annars skulle skett någon annanstans; detta faktum kan man ta i beaktande om kurspengen inte räcker till hela avgiften och man önskar få bidrag till en del av kursen t ex som en extra löneförmån.

Psykologpartners

Psykologpartners är ett konsultföretag med ca 55 leg psykologer varav flera även är psykoterapeuter samt ytterligare några handledare. Samtliga personal är KBT-utbildade och arbetar kliniskt med metoderna. Företaget är etablerat i Stockholm sedan 2003. På Stockholmskontoret arbetar idag 11 psykologer varav 3 är leg psykoterapeuter och 3 personer studerar till leg psykoterapeuter. Huvudsakliga arbetsområden i Stockholm är handledning, klinisk psykologi med behandling, och utredning. Utbildningsinsatser ges, från kortare 1-dagsworkshops till ”grundläggande psykoterapiutbildning i KBT” (tidigare steg-1) Den senare ges i samarbete med Beteendeterapeutiska föreningen (BTF) och följer deras kursplan som ger behörighet till psykoterapeutprogram med inriktning mot KBT (förutsatt att erforderlig grundutbildning finns). Vanliga utbildningsinsatser är mot Socialtjänst, vårdorganisationer, behandlingshem, skola och omsorg mm.

I Stockholm finns även Banyan Center för tillämpad beteendeanalys som arbetar med Tidig Intensiv Träning för autistiska barn i ett avtal med Stockholms läns landsting.

Litteratur

- Ramnerö, J. & Törneke, N. (2006). *Beteendets ABC - en introduktion till behavioristisk psykoterapi*. Stockholm: Studentlitteratur.
- Rollnick, S., Miller, W. & Butler, C. (2008). *Motivational Interviewing In Health Care*. UK, Guilford Publications.

Datum

Föreläsningar i helgrupp hålls den 18-19 januari, 25-26 januari, 1-2 februari samt den 17-18 maj. Samtliga dagar kommer att vara heldagar, kl 9.00-16.00. Datum och tid för handledning beslutas senare men den kommer med stor sannolikhet ligga på måndagar och tisdagar. Handledningen kommer att vara halvdagar, kl 9.00-12.00 eller 13.00-16.00.

Kostnad

Kostnaden är 16 500:- + moms per deltagare. För och eftermiddagsfika ingår samtliga dagar. Litteraturen ingår ej i kursavgiften. Vid anmälan av fem eller fler deltagare från samma arbetsplats ges 10% rabatt.

Lokal

Föreläsningarna hålls i CeFAM's lokaler i på Karolinska Institutet/Huddinge, Alfred Nobels Allé 12. Handledningen hålls i Psykologpartners lokaler på Drottninggatan 97 i Stockholm.

Anmälan

Anmälan görs via e-mail till utbildning@psykologpartners.se. Ange vilken utbildning det gäller, ditt namn, telefonnummer samt post- och fakturaadress. Sista anmälningsdag är den 1 december.

Observera att anmälan är bindande!

Samtliga anmälda är betalningsskyldiga även vid eventuellt bortfall. Om Du får förhinder kan din plats överlåtas.

Varmt välkomna!