

## VEDR. SPESIALISTUTDANNINGEN I PSYKIATRI

### **Retningslinjer**

I spesialistutdanningen i psykiatri er det obligatorisk med tre års psykoterapiveiledning. I det tredje året kan kandidaten velge terapiform; enten psykodynamisk terapi, gruppepsykoterapi eller kognitiv terapi. Dette innebærer at kandidaten skal behandle pasienter etter valgt terapiform, lese teori og ha 35 timer veiledning med godkjent psykoterapiveileder. Det vises til Norsk Psykiatrisk Forenings notat vedrørende tredje år med psykoterapiveiledning.

### **Målsetting med veiledningen i kognitiv terapi**

Veiledningen har som mål å gi kandidaten en første innføring i kognitiv terapi, teori og metode. Kandidaten skal få trening i å forstå pasienters problematiske følelser og atferd i lys av en kognitiv modell og erfaring med rollen som kognitiv terapeut. Veiledningen skal med utgangspunkt i konkret pasientarbeid utvikle kandidatens ferdigheter til alliansebygging, sosialisering til metode, kassformulering og bruk av de viktigste endringsteknikkene.

### **Gjennomføring**

Gjennomført 50 timer veiledning gitt i tilknytning til Videreutdanning i kognitiv terapi i regi av Nasjonalt Institutt for Kognitiv Terapi (NIKT), er godkjent som tilsvarende 3. års psykoterapiveiledning av Psykoterapiutvalget. En må før oppstart sikre seg at veiledningen gis av veileder godkjent av Den norske lægeförening. Dersom slik veileder ikke er tilgjengelig, kan en søke Psykoterapiutvalget om dispensasjon for å bruke psykolog som veileder. Dette må imidlertid gjøres FØR veiledningen startes opp. Det er ikke nødvendig at de andre deltagerne i veiledningsgruppen er leger. Liste over veiledere godkjent av NFKT og Legeföreningen finner du [her](#).

Dersom kandidaten ikke går på videreutdanning, gis veiledningen som individuell veiledning. Veiledningen kan gis i form av ukentlige enkelttimer (45 minutter) eller i form av dobbelttimer (90 minutters varighet) hver annen uke.

### *Egnet pasient*

Det anbefales at det gis veiledning på pasient som er egnet for korttids symptomrettet kognitiv terapi, som moderat til lett depresjon og angstlidelser. I tillegg vil det være aktuelt å vise hvordan kognitiv terapi kan anvendes ovenfor andre typer pasienter som kandidaten møter i sitt arbeid.

### *Video-/lydopptak*

Det er ønskelig at veiledningen i hovedsak baserer seg på video-/lydopptak fra terapitimer. I løpet av de 35 timene bør minst fire terapitimer være tapet og gjennomgått.

### *Krav til kandidat*

Kandidaten skal forberede seg før hver veiledningstime og tilstrebe å skrive et refleksjonsnotat i forkant. Dette skal leveres til veileder før veiledningstimen. Ved opptak skal

kandidaten ha sett/hørt gjennom opptaket og skrevet et refleksjonsnotat som leveres sammen med opptaket.

Det bør innhentes skriftlig informert samtykke til video-/lydopptak fra pasienten. Forslag til samtykkeerklæring er vedlagt. Opptakene er ikke del av pasientjournalen, men må oppbevares i h.h.t. Forskrift om pasientjournal (<http://www.lovddata.no/cgi-wift/ldles?doc=/sf/sf/sf-20001221-1385.html>). Utdanningsinstitusjonene har ansvar for at sikkert arkiveringssystem opprettes. Opptakene makuleres etter bruk, så fremt ikke annet er avtalt skriftlig med pasienten.

#### *Krav til veileder*

Veileder må før veiledningen ha lest kandidatens refleksjonsnotat og sett gjennom opptaket når et slikt foreligger. Kandidaten bør få strukturert tilbakemelding på enkelte av timene ved hjelp av Cognitive Therapy Scale, Cognitive Therapy Adherence and Competence Scale eller lignende skåringsverktøy.

Veiledningsåret skal attesteres med separat attest.

#### **Anbefalt litteratur**

Hawton K (Ed.), Salkovskis PM (Ed.), Kirk J (Ed.), Clark DM (Ed.) (1989) Cognitive behaviour therapy for psychiatric problems: A practical guide. Oxford University Press.

Beck JS (1995). Cognitive therapy. Basics and beyond. New York. The Guildford Press

Wells A (1997). Cognitive therapy of anxiety disorders. John Wiley & Sons Ltd

Wilhelmsen I (2004). Sjef i eget liv – en bok om kognitiv terapi. Hertervig Forlag.

Beck JS (2005). Cognitive therapy for challenging problems. New York. The Guildford Press

Mørch MM, Rosenberg NK (2005). Kognitiv terapi. Modeller og metoder. Hans Reitzels forlag

Det oppfordres til at veileder gir løpende referanser til artikler som passer til tema i veiledningen.

04.09. 2007

Bjørn Ravneberg  
Overlege

Margaretha  
Dramsdahl  
Overlege

Egil W. Martinsen  
Professor, dr. med.  
Leder av NIKT