



NORSK
PSYKOLOG
FORENING

UTFYLLENDE BESTEMMELSER

FOR DET OBLIGATORISKE PROGRAMMET I
SPESIALITETEN PSYKOTERAPI



Utfyllende bestemmelser for det obligatoriske programmet i spesialiteten psykoterapi

(Vedtatt av sentralstyret 9.april 2015 med ikrafttredelse 1. mai 2015)

Definisjon

Spesialister i psykoterapi yter tjenester til personer gjennom hele livsløpet, og til personer med et bredt spekter av psykiske tilstander og fenomener. På bakgrunn av inngående kunnskap om utviklingspsykologi, endringsteori og psykopatologi har spesialister i psykoterapi gode forutsetninger for å vurdere behandlingsbehov, behandlingsutsikter, hensiktsmessig behandlingsprogresjon og behandlingsresultat.

Psykoterapi kan ha kortere eller lengre varighet. Behandlingen kan skje i grupper eller individuelt. Psykoterapispesialistene har særskilt kompetanse i å anvende evidensbasert behandling innenfor en spesifikk behandlingstilnærming.

Psykoterapispesialiteten innebærer tilegnelse av en holdning der psykologen kan fremme psykisk helse på ulike samfunnsarenaer.

Evidensbasert praksis kan beskrives som en prosess hvor psykologen må bruke sin kliniske ekspertise, anvende og tilpasse generell forskning til unike individers forutsetninger og behov. Den kliniske ekspertisen vil se forskjellig ut for ulike psykoterapispesialister. Dette samsvarer med at befolkningen vil ha behov for ulike tilnærminger.

Praksis

Av totalt 5 årsverkene praksis som psykolog skal minst 4 av årsverkene være i regelmessig praksis innen anerkjente og etablerte psykoterapeutiske metoder. I løpet av de 5 årsverkene skal psykologen arbeide på minst 2 tjenestesteder. **Minst 2 av årsverkene må være innen psykisk helsevern eller fra fagfelt med dokumentert ekvivalens til psykisk helsevern, eksempelvis praksis fra rusfeltet eller andre fagfelt hvor man har arbeidet i tverrfaglige team .**

En må ha erfaring med undersøkelse og behandling av et variert spekter av psykiske lidelser og problemer, inkludert erfaring med alvorlige sinnslidelser og psykotiske tilstander. En må ha arbeidet med et bredt aldersspekter og med begge kjønn. I minst 1 av årsverkene skal psykologen ha jobbet i minimum 20 % med valgt behandlingstilnærming.

I løpet av praksisperioden forventes at psykologen etablerer en tilknytning til sitt fagspesifikke miljø, som muliggjør tilegnelse av kliniske holdninger gjennom identifisering, modell-læring og kollegialitet, og der

fagetiske og allmennmenneskelige holdninger som toleranse, åpenhet og respekt for klienters autonomi utvikles.

Psykologen skal ha omfattende erfaring med (tilsvarende ukentlig):

- Utredning og diagnostisering av et bredt spekter psykiske lidelser
- Å utvikle behandlingsopplegg med utgangspunkt i pasientens preferanser og mål - et bredt spekter av intervensjonsstrategier skal anvendes.
- Å gjennomføre behandlingsplan og revidere denne ved behov
- Å samarbeide med andre tjenesteytere
- Å vurdere, avdekke og arbeide med faktorer som påvirker psykisk helse som vold, traumer, rus og psykososiale belastninger
- Å formidle kunnskap som gir familien/brukerne grunnlag for å gjøre egne valg
- Å vurdere andre behandlingstilnæringer / tiltak
- Brukermedvirkning

Psykologen skal ha hyppige erfaringer med (tilsvarende en gang i måneden):

- Utredning og behandling av alvorlige psykiske lidelser
- Arbeid med minoritetsutfordringer
- Arbeid med pasienter i krise

Noe erfaring med:

- Utredning og behandling av den pasientgruppen som du har minst praksis med for eksempel: barn og ungdom eller eldre
- Parterapi og familieterapi dersom det ikke er egen hovedretning
- Co-terapier

Veiledning

Det kreves minimum 180 timer veiledning av en spesialist i psykoterapi. Etter særskilt vurdering av fagutvalget for spesialiteten i psykoterapi kan annen type psykologspesialist godkjennes som veileder hvis denne har tilsvarende kompetanse. I spesielle tilfeller, og etter individuell søknad, kan psykologen få forhåndsgodkjent veiledning i inntil 40 timer av erfaren psykolog som ikke er spesialist.

Veiledning på praksis og skriftlig arbeid skal bidra til utvikling av spesialistkompetanse.

Veiledningen reguleres av egne utfyllende bestemmelser for veiledning. Veiledningen skal ta utgangspunkt i den kunnskap, verdier og erfaringer som utgjør grunnlaget for arbeid som psykologspesialist. Veiledningen skal gi en erfaren kollegas perspektiv på

psykologens arbeid og skal bestå av faglig tilførsel, korrigeringer og råd, samt gi psykologen mulighet for kontinuerlig selvrefleksjon.

Det inngås en gjensidig standardkontrakt for veiledning før veiledningen starter og gjøres løpende i veiledningstimene og gjennom veiledningsattest etter endt veiledning.

Det er et mål at veiledningen skal bidra til å øke psykologens kompetanse (kunnskaper, ferdigheter og holdninger) gjennom utviklingsstøttende og korrigerende tilbakemeldinger på praksis. Veiledningen skal også fremme etisk forsvarlig praksis og høy kvalitet på tjenestene. Det er et mål at veiledningen skal føre til økt bevissthet om egne holdninger og holdningsendringer.

Veileder vurderer psykologens faglige progresjon samt læringsutbytte i tråd med målbeskrivelsen for utdanningen. Veileder skal se til at psykologen arbeider i overensstemmelse med gjeldende lover, prinsipperklæringen om evidensbasert praksis og etiske prinsipper for nordiske psykologer. Psykologen skal motta veiledning som har som formål å evaluere integriteten i behandlingspraksisen som gjennomføres av psykologen. Særlig vekt legges på psykologens forståelse av behandlingens utfall og eget bidrag til prosessen.

Det skal kunne dokumenteres veiledning av **minst to og opptil flere** pågående eller gjennomførte behandlingsprosesser.

Veileder har ansvar for både formativ og summativ vurdering av psykologens kompetanser. Den formative vurdering har til formål å vurdere psykologens progresjon og utvikling underveis i veiledningen. Utviklingsmålene gjennomgås og det reflekteres over hva som er hensiktsmessige læringsaktiviteter og fremtidige mål. Den summative vurderingen har som formål å vurdere psykologens læringsutbytte etter endt veiledning.

Formativ vurdering skal gjøres så ofte som det er formålstjenlig med utgangspunkt i innlevert materiale/dokumentasjon/demonstrasjon av kompetansene og de kriteriene som er fastsatt av spesialistutvalg i målbeskrivelse. Veileder har ansvar for å vurdere psykologens kompetanser både underveis i veiledningsprosessen og ved avslutning. Det forutsettes at psykologen blir gjort kjent med veileders vurdering fortløpende i veiledningen.

Summativ vurdering av det faktiske læringsutbyttet skal gjøres ved avslutning av veiledningsforholdet og dokumenteres i attest. Veileder skal utstede veiledningsattest ved avsluttet veiledningsforhold etter Norsk psykologforening mal for veiledningsattest innen 4 uker etter at veiledningen er avsluttet.

Obligatoriske kurs

Målet med kurssekvensen på minimum 160 timer over 2 år er å øke deltakernes forutsetninger for å kombinere forskningsbasert kunnskap, klinisk ekspertise, pasientens og foresattes ønskemål i tråd med prinsipperklæringen om evidensbasert praksis og i lys av den konkrete yrkesutøvelsen.

På kursene presenteres teori og metoder som er i tråd med både den generelle og den spesifikke kompetansen som er beskrevet under kapittel 3 om *kompetanse* i målbeskrivelsen for spesialiteten i psykoterapi.

Kursene må dekke disse hovedkompetansene:

- Utvikle og opprettholde terapeutiske relasjoner
- Differensialdiagnostikk
- Utvikle behandlingsplan
- Gjennomføring av behandlingsplan
- Evaluering av behandlingsintervensjonen og forløp
- Oppdage når allianseproblemer står i fare for å forhindre fremdrift i behandlingen
- Styrke allianse når det oppstår samarbeidsproblemer

Det forutsettes at utdanningen også her består av kurs eller moduler som bygger på hverandre i en sammenhengende rekkefølge.

Kurs holdt av andre enn Norsk psykologforening kan søkes ekvivalent. De vil bli vurdert etter individuell søknad med utfyllende dokumentasjon om faglig innhold, kursholders kompetanse, og antall deltakere og deres bakgrunn.

Egenerfaring

Det kreves minimum 100 timers egenerfaring, forstått som et utvidet læringsfokus på hvorledes egen person er med i den terapeutiske prosess overfor pasienten. Dette gjøres gjennom fokus på empatiutvikling, i forhold til seg selv som person og til andre, sikre god affektiv regulering og støtte, og til refleksiv tenkning. Dette vil kunne gi psykoterapeuten/psykologspesialisten nødvendige forutsetninger for å ivareta seg selv og forhindre utbrenthet. Videre refleksjonsevne fremmer ekspertise og utvikling av relasjonskompetanse uavhengig av valgt behandlingstilnærming.

Egenerfaring kommer i tillegg til de obligatoriske 180 timer veiledning, men kan innfris som form av veiledning, egenerapi eller tilsvarende mer tilpasset den enkelte behandlingstilnærming.

Skriftlig arbeid

- a) Arbeidet skal bygge på materiale fra egen psykoterapeutisk praksis. Her skal det fremgå hvordan psykologens egen refleksjon og intervensjon anvendes i dennes kliniske praksis.
- b) For øvrig gjelder de generelle utfyllende bestemmelser for skriftlig arbeid.