

Psykotera­pibetænknin­gen

Dansk Psykiatrisk Selskabs (DPS) psykotera­pibetænknin­g udstikker rammerne for danske psykiateres psykotera­peutiske uddannelse. Betænknin­gen udkom første gang i 1993 og er siden revideret flere gange, sidste gang i 2011 (se historisk gennemgang i bilag 1).

Den nuværende 2015-revision sigter på en tilnærmelse til de europæiske standarder for psykotera­peutisk uddannelse og på en ensretning af kravene til forskellige psykotera­peutiske retninger og derved åbne plads for nye psykotera­piformer.

Revisionsarbejdet er foretaget af DPS' udvalg for psykotera­peutiske behandlingsformer (psykotera­piudvalget) ved Randi Luggin, Alice Rasmussen, Kirsten Melander, Lasse Mosegaard Schmidt, Hanne Stubbe Teglbjærg, René Sjølland, Tove Mathiesen og Per Sørensen.

Indledning

Alle psykiatere skal have grundlæggende træning i psykotera­pi – dels for at kunne anvende psykotera­peutiske interventioner, når det er indiceret, dels for at kunne inddrage psykotera­peutisk forståelse i diagnostik og behandling i den daglige kliniske praksis. Det er derfor nødvendigt at have kendskab til forskellige tera­piformer og deres anvendelse i behandlingen af patienter fra forskellige diagnostiske kategorier og med forskellige personlighedstyper.

Psykotera­pi er en specialiseret behandling af psykiatriske lidelser, som kræver en særlig uddannelse og træning. Af denne grund er det afgørende for kvaliteten af psykiatrisk behandling, at en del af psykiaterne behersker denne behandlingsform på specialistniveau.

De tre niveauer i uddannelserne

Danske psykiateres psykotera­piuddannelse er organiseret på 3 kompetenceniveauer:

- **Grunduddannelsen** som er en obligatorisk del af speciallægeuddannelsen. Denne giver et grundlæggende bredt kendskab til psykotera­pi og psykotera­piens anvendelse i psykiatrien.
- **Specialistuddannelsen** som er en egentlig psykotera­piuddannelse inden for en anerkendt psykotera­peutisk retning.
- **Supervisoruddannelsen** som tilvejebringer kompetence til at uddanne specialister hos erfarne psykotera­peuter.

De europæiske anbefalinger

Den europæiske forening for medicinske specialister (UEMS) har udarbejdet en anbefaling for indhold og omfang af psykoterapiuddannelse som led i uddannelsen til speciallæge i psykiatri. Her citeres fra indledningen:

"Psykiatri er defineret som en bio-psyko-social disciplin. De senere år har man set en betydelig udvikling i opfattelsen af psyke/hjerne-spørgsmålet med en ny og mere kompleks forståelse af hjernen og den måde biologi og psykologi interagerer, som påvirker såvel hjernens morfologi som komplekse udviklingsprocesser. Forståelsen af psykoterapi udvikler sig i takt med at psykologiske interventioner anvendes på en mere og mere struktureret, fokuseret og evidensbaseret måde i behandling af psykiatriske lidelser.

...

Psykiske sygdomme er ikke isolerede enheder, men dele af komplekse og dynamiske helheder. Symptomerne finder sted i en unik person med en personlighed, følelser og en specifik kognitiv og relationel stil.

...

Psykoterapi forstås som en specifik og systematisk form for psykologisk behandling, der er baseret på videnskabelig erfaring. Som sådan omfatter den som minimum psykodynamiske, kognitive og adfærdsterapeutiske psykoterapier. Der skal være en kontrakt mellem patient og terapeut. Målet er at behandle psykiatriske symptomer, at opnå bedret social og følelsesmæssig funktion og at fremme personlig udvikling."

(http://www.uems.eu/__data/assets/pdf_file/0009/1332/424.pdf)

UEMS anbefaler at uddannelsen bl.a. giver psykiateren tilstrækkelig viden og erfaring til at

- *Etablere den indledende kontakt med patienten*
- *Etablere og fastholde en terapeutisk alliance*
- *Stille en psykiatrisk diagnose og lave en psykoterapeutisk konceptualisering*
- *Opstille en behandlingsplan som passer til diagnose og personlighed*
- *Vurdere hvilken psykoterapeutisk metode der er bedst egnet til patienten*
- *Få erfaring med den psykologiske proces i den psykiske lidelse*
- *Få erfaring med de psykoterapeutiske processer og med psykoterapiens rolle som del af en integreret behandling*
- *Evaluere effekt af terapien*
- *Holde grænserne i den professionelle relation på en etisk måde*
- *Få erfaring med hvordan ens egne tanker og følelser påvirkes af og interagerer med kontakten med patienten, og hvordan dette kan undersøges og bruges terapeutisk*

Den danske grunduddannelse er kortere end det af UEMS anbefalede (120 timers teori og 100 timers supervision) og indeholder ikke egenerapi eller systematisk selvrefleksion. Der er derfor indarbejdet en præcisering af kravene til kompetencer indenfor den givne tidsramme.

Hvor grunduddannelsen skal give et bredt kendskab til de terapeutiske hovedretninger og psykoterapiens mange målgrupper vil specialistuddannelsen fordybe sig i en enkelt terapeutisk retning og ofte rette sig mod forskellige objekter (børn, voksne, grupper, par, familier) og forskellige diagnosegrupper (angst, depression, personlighedsforstyrrelser, psykoser, sexologiske forstyrrelser mv.)

Elementer i den danske uddannelse

Hovedelementerne i psykoterapiuddannelserne er teori, supervision, eget terapeutisk arbejde og på specialisniveaue personligt udviklingsarbejde, f.eks. i form af egenerapi.

Teoriundervisning stiler mod en fælles forståelsesramme, hvori den terapeutiske proces og den enkelte patients psykopatologi kan konceptualiseres. Den danner grundlaget for etablering af hypoteser, som kan afprøves i terapien og valideres gennem forskning.

De mange forskellige psykoterapeutiske retninger er udtryk for bevidsthedens og psykiske sygdommes kompleksitet. Ingen enkelt retning er i stand til at gribe hele denne kompleksitet. Hver retning vælger nogle vigtige omdrejningspunkter, som er forskellige teoretiske perspektiver på samme problemfelt. Disse perspektiver skal opfattes som komplementære. Kun psykoterapeutiske retninger med teoretisk konsistens og forskningsmæssig evidens for effekt vil blive godkendt. Det er dog nødvendigt at udvikle nye terapeutiske veje, som i sagens natur må være eksperimentelle i en udviklingsfase. Dette arbejde skal også foregå indenfor psykiatrien. Her er det vigtigt, at den kommende psykiater kender til psykoterapiforskning og lærer om fagets specifikke forskningsmetoder.

Den teoretiske del af specialist- og supervisoruddannelsen indeholder endvidere træning i skriftlig formidling af teori og praksis (i form af opgaveskrivning) samt drøftelse af etiske problemstillinger forbundet med psykoterapi.

Teorien understøtter det terapeutiske arbejde, men er langt fra tilstrækkeligt. Man må også prøve teori og teknik af i praksis og have en supervisor, der kan støtte i at udvikle teknikken og forstå processen.

Supervision indebærer en gennemgang af terapisesioner (ved hjælp af video, audio eller detaljerede procesnoter) sammen med en supervisor. Sigtet er at træne de interventioner, der anvendes i den pågældende terapiform og at reflektere over og forstå, hvad der foregår i sessionen. Supervision kan foregå individuelt eller i gruppe. Afhængig af supervisandens erfaringsniveau samt terapeutisk referenceramme kan supervisionen have karakter af en tæt vejledning med påpegning af uhensigtsmæssige kontra effektive interventioner eller en fælles refleksion. Supervisionen kan være overvejende sagsorienteret (fokus på patienten) eller mere procesorienteret (fokus på relationen mellem terapeut og patient).

I den tidligere betænkning var der krav om egenterapi for kommende specialister i psykodynamisk og systemisk terapi og krav om feedback på egen stil i kognitiv adfærdsterapi. Dette er nu slået sammen til et generelt krav om **personligt udviklingsarbejde**, som vil kunne tage sig forskelligt ud i forskellige terapiretninger. Begrundelsen for denne ændring er et ønske om omfangsmæssigt at sidestille uddannelseskravene til de forskellige terapeutiske retninger.

Som psykoterapeut anvender man sin personlighed og kommunikationsevne til sammen med patienten at skabe forandring. Det kræver en stor opmærksomhed på, hvordan egne reaktioner udspilles i terapien og får indflydelse på det terapeutiske arbejde. Det personlige udviklingsarbejde er derfor nødvendigt for at blive en effektiv psykoterapeut. Det personlige udviklingsarbejde tager sigte på, at terapeuten lærer sine egne reaktioner bedre at kende og forstår, hvad der sker i samspillet med patienten. At have fokus på sig selv i en terapeutisk ramme giver desuden værdifulde erfaringer med at sidde i "den varme stol" i det terapeutiske rum. For nogle psykoterapeuter vil det terapeutiske arbejde og supervisionen sætte fokus på personlige konflikter eller interpersonelle vanskeligheder, som står i vejen for terapeutens udvikling. Da kan et personligt udviklingsarbejde, evt. som egentlig egenterapi, være nødvendig for at udvikle de terapeutiske kompetencer.

Formålet med **egenterapi** er at give terapeuten større selvindsigt, og dermed forebygge at egne uløste psykiske konflikter griber forstyrrende ind i terapien i form af uhensigtsmæssige reaktioner. Egenterapi gør terapeuten mere sensitiv for, hvordan de terapeutiske processer og teknikker virker, da man får afprøvet rollen som patient og oplever den relation, der opstår til en terapeut.

Feedback på egen stil er en tilsvarende selvrefleksion. De reflektive færdigheder er afhængige af, at terapeuten både kan opfatte klientens og sin egen indre tilstand. Feedback på egen stil er til forskel fra egenterapi mere bundet til et konkret terapiforløb. Forskellen fra supervision er at fokus udelukkende er på terapeuten og dennes tanker og refleksioner omkring sessionen. Gennem sokratiske udspørgen og andre teknikker hjælpes

terapeuten til klarhed over egne uløste problemer (blinde pletter), der kan føre til, at man undviger særlige temaer eller undlader at konfrontere patienten, når dette ville være hensigtsmæssigt.

Forudsætningen for vellykket terapi er, at den bygger på en grundig forståelse af patienten og en vurdering af dennes mulighed for at arbejde psykoterapeutisk med at skabe forandringer. Det er derfor afgørende, at den kommende psykiater bliver i stand til at udføre **psykoterapiassessment**. Assessment til psykoterapi indebærer en vurdering af symptomer, adfærd, kognition, affektiv og emotionel stil, selvværd, tilknytning, evne til at danne relationer samt behandlingsmotivation. Dette trænes allerede på grunduddannelsen og udbygges under specialistuddannelsen.

En vigtig kompetence for specialister i psykoterapi er at kunne supervisere yngre kolleger og undervise på grunduddannelsen. I specialistuddannelsen indgår derfor også krav om supervision af en yngre kollega under supervision af godkendt supervisor.

At uddanne sig til psykoterapeut er en langvarig proces, som fortsætter hele ens professionelle liv. Det mest afgørende er, at psykoterapeuten finder sin egen terapeutiske identitet og føler sig tryk i den.

Grunduddannelsen i psykoterapi

Grunduddannelsen i psykoterapi er en obligatorisk del af speciallægeuddannelsen i psykiatri (jvf. Sundhedsstyrelsen bekendtgørelse nr. 1257 af 25. oktober 2007).

Det anbefales, at grunduddannelsen påbegyndes under introduktionsuddannelsen.

Målsætning

Målsætningen for Grunduddannelsen i psykoterapi er at give alle speciallæger i psykiatri:

- viden om psykoterapeutiske teorier og metoder
- kompetence til at henvise patienter til de forskellige former for psykoterapi
- evne til at udføre psykoterapi under supervision

Indhold

Formålet er at give kursisten en grundlæggende viden om psykoterapi. Uddannelsen består af teori og supervision af udøvet terapi. Teoriundervisningen skal give kursisterne en forståelse af de psykoterapeutiske hovedretninger; hvad der adskiller dem fra hinanden og hvordan de forholder sig til klinisk psykiatri. Samtidig skal kursisterne opnå forståelse af, hvorledes kendskab til psykoterapi kan udnyttes i den daglige klinik.

Teoriundervisningen skal indeholde:

Seneste version: 100322

- retningspecifikke metoder for udøvelse af psykoterapi
- det teoretiske grundlag for forskellige psykoterapeutiske behandlingsmetoder
- det psykoterapeutiske assessment (*bilag2*)
- beskrivelse af psykoterapi i forbindelse med forskellige psykiatriske lidelser.
- koblingen til neurovidenskab
- forskning inden for psykoterapi
- etiske overvejelser i forbindelse med psykoterapi og supervision

Der lægges vægt på aktiv deltagelse. Det tilstræbes, at grundkursus og H-kursus udbydes som et kontinuerligt forløb for at sikre sammenhæng og undgå gentagelser. Det anbefales, at kursisten påbegynder dette i introduktionsuddannelsen.

Herudover udøver den uddannelsessøgende løbende psykoterapi under supervision.

Kompetencer jvf. logbog

- I-stilling:
 - Basal psykoterapi I (bilag 3).
- H-stilling:
 - Basal psykoterapi II (bilag 3)
 - Basale psykodynamiske færdigheder (bilag4)
 - Specifikke psykodynamiske færdigheder (bilag 4)
 - Basal kognitiv adfærdsterapi (bilag 5)
 - Specifikke kognitive terapeutiske færdigheder (bilag 5)
 - Specifikke adfærdsterapeutiske færdigheder (bilag 5)

Referencer:

Kognitiv Adfærdsterapi:(http://www.ucl.ac.uk/clinical-psychology/CORE/CBT_Competences/CBT_Competences_Map.pdf)

Psykodynamisk psykoterapi: (http://www.ucl.ac.uk/clinical-psychology/CORE/Psychodynamic_Competences/Psychodynamic_Competences_Map.pdf)

Omfang

En teoretisk undervisningstime defineres i det følgende som 45 min. effektiv undervisning og 15 min pause. En kursusdag fra 9-16 med frokostpause regnes derfor som 6 timers teori.

Ved udøvet terapi og supervision defineres en sessions varighed på 45 min. En terapisession kan også have længere varighed f.eks. 60 min, men tæller forsat som en session.

Teori

Mindst **60** timer.

- 22 timer kognitiv adfærdsteori (KAT).
- 22 timer psykodynamiske teorier.
- 16 timer generelt om psykoterapi (fx forskning, evidens, metoder til assessment, etik)

Udøvet terapi

Mindst **60** terapisessioner.

- Mindst 20 sessioner indenfor KAT.
- Mindst 20 sessioner indenfor psykodynamisk terapi.
- Mindst 20 sessioner valgfri indenfor en eller flere af de godkendte retninger.

- Mindst 10 sessioner skal være i sammenhængende forløb i gruppe. Psykoedukationsgrupper kan godtages, såfremt der indgår et væsentligt element af dialog med eller mellem deltagerne og lægen er aktiv leder.
- Mindst 40 sessioner skal være individuel terapi.
- I psykodynamisk terapi skal mindst ét forløb være på minimum 20 sessioner.

Supervision

Supervision kan udføres af:

- a. en kollega, der er under uddannelse til specialist, og som modtager time til time supervision af sin supervision (dokumentation herfor vedlægges) ved en af DPS godkendt supervisor.
- b. en af DPS godkendt lægelig psykoterapeutisk specialist
- c. en af DPS godkendt lægelig psykoterapeutisk supervisor

Herudover kan en psykolog, der er DPS godkendt psykoterapeutisk specialist eller supervisor inden for retningen give op til 20 timer (33%) af supervisionen.

Supervisionssessionerne skal følge samme retning som den udøvede terapi. Supervisor skal være specialist indenfor samme retning.

Supervision skal være med fysisk tilstedeværelse i min. 50% af hvert forløb. On-line supervision godkendes kun som individuel supervision, ikke som gruppesupervision.

Supervisionen bør omfatte assessment, indikation for den valgte terapiform ved den aktuelle sygdomsproblematik, behandlingskontrakt samt planlægning af terapiens fokus og forløb.

Mindst **60** supervisionssessioner.

- Supervision af gruppeterapi kan foregå ved, at den uddannelsessøgende læge deltager som aktiv co-terapeut sammen med en godkendt specialist i psykoterapi med kompetence til at supervisere på grunduddannelsen. Der skal aftales for- og eftermøde ved hver session.
- Mindst 30 supervisionssessioner skal ydes individuelt
- Den resterende del kan foregå i mindre grupper med højst 8 deltagere.
- Mindst 5 sessioner i KAT og mindst 5 sessioner i psykodynamisk terapi skal superviseres via video.

Supervision i gruppe kan ikke defineres som individuel supervision.

Forankring

Grunduddannelsen foregår på den enkelte hospitalsafdeling som led i ansættelsen. Den teoretiske del af grunduddannelsen bør etableres som ét kontinuert kursusforløb i samarbejde mellem flere afdelinger eller i regionen. Hvis ikke dette kan effektueres, kan de teoretiske timer på regionernes psykoterapeutiske grunduddannelse og H-kursus indgå i det samlede timeantal i den teoretiske uddannelse.

Undervisere

Specialister i psykoterapi godkendt af Dansk Psykiatrisk Selskab. Se listen over godkendte specialister i psykoterapi på:

<http://www.dpsnet.dk/uddannelse/psykoterapiuddannelsen/grunduddannelse/>

Godkendelse

Dokumentation for terapiforløb, de enkelte supervisionsforløb samt for gennemgået teoriundervisning indsendes til Dansk Psykiatrisk Selskabs Videreuddannelsesudvalg, som godkender grunduddannelsen.

Det er supervisoren, der er ansvarlig for at afgøre, om supervisanden har de beskrevne kompetencer på grunduddannelsesniveau. Hvis dette ikke er tilfældet, skal disse opnås ved gennemførelse af yderligere terapi, supervision samt evt. supplerende undervisning. Således er de angivne antal timer og sessioner minimumskrav for, hvornår det forventes, at lægen kan have opnået de beskrevne kompetencer. Supervisandens kompetencer skal løbende evalueres af supervisor.

Der er således specifikke krav fra de enkelte retninger om det kompetenceniveau, der skal være opfyldt for at få godkendt grunduddannelsen.

Ikrafttræden

Betænkningen træder i kraft 1/3-2022 for de læger, der påbegynder hoveduddannelse (neurologisk sideuddannelse) denne dato. Hoveduddannelsesforløb, der er påbegyndt inden, falder ind under overgangsordning og skal opfylde krav i henhold til den tidligere betænkning. I forhold til andelen af lægelig supervision skal kravet være opfyldt for supervisioner efter årsskiftet 2025/26.

BILAG 1

Historisk baggrund for betækningsarbejdet

Siden 1972 har Dansk Psykiatrisk Selskab gennem udvalgsarbejde udformet retningslinier for uddannelse i psykoterapi af læger i psykiatrisk og børne- ungdomspsykiatrisk speciallægeuddannelse. De tidligere psykoterapiudvalg er fremkommet med følgende betænkninger:

- **November 1973** foresloges obligatorisk vejledning i psykoanalytisk orienteret individuel psykoterapi. Alle psykiatriske institutioner skulle have tilknyttet en overlæge eller ledende psykolog med det psykoterapeutiske arbejde og undervisning som funktionsområde.
- **Oktober 1975** genfremsatte man et revideret forslag med anbefaling af nedsættelse af et permanent psykoterapiudvalg under Dansk Psykiatrisk Selskab og oprettelse af supervisorskollegier med henblik på udarbejdelse af uddannelsesprogrammer.
- **November 1976** foreslog man obligatorisk teoriundervisning i psykoterapi samt et praktisk kursus i samtaleteknik på 70 timer. Supervision skulle være obligatorisk i speciallægeuddannelsen. Forslaget blev vedtaget ved urafstemning.
- I **1979** blev 4 årlige supervisorskurser etableret.
- Først i **1987** blev kursus i samtaleteknik/psykoterapi en obligatorisk del af speciallægeuddannelsen. Kurset omfattede 30 timers superviseret individuel psykoterapi. Desuden krævede man en vis teoretisk undervisning, men mængden blev ikke specificeret. Til at varetage uddannelsen udpegede man en række vejledere. Udpegningen foregik ved de administrerende overlæger på psykiatriske afdelinger, og der blev ikke stillet formelle krav til vejledernes psykoterapeutiske eller kliniske uddannelse.
- **Februar 1993** blev der ved bestyrelsen vedtaget en omfattende betænkning om uddannelse i psykoterapi. Den beskrev 3 niveauer:
 - 1) Grunduddannelsen, som var den obligatoriske almene psykoterapi-uddannelse som led i speciallægeuddannelsen. Indholdet bestod i 2 patientforløb med mindst 60 sessioner, hvoraf de 20 skulle omfatte gruppe-, par- eller familiebehandling. Patientforløbene skulle følges med mindst 60 supervisionssessioner, hvoraf de 30 skulle modtages individuelt. Derudover skulle der modtages mindst 60 undervisningstimer i psykoterapeutisk teori. Supervisionen skulle varetages af terapeuter med vejlederuddannelse.
 - 2) Vejlederuddannelsen blev opdelt i hovedfag og bifag, hvilket skulle sikre en faglig bredde. Hovedfaget bestod af 60 timers teori samt 80 supervisionssessioner individuelt eller 90 i gruppe. Bifaget indeholdt 30 timers teori samt 30 timers supervision individuelt eller 33 timer i grupper. Desuden blev der krævet

egenterapi; enten 60 individuelle sessioner over mindst 2 år eller 100 timers gruppeterapi fordelt over mindst 2 år. Hovedfag og bifag skulle helst være indenfor hver sin referenceramme og mindst være indenfor hver sit behandlingsobjekt. Det blev forudsat at supervisorerne havde supervisoruddannelse.

3) Supervisoruddannelsen forudsatte 80 timers supervision individuelt eller i mindre grupper samt mindst 40 timers teori.

- I **1996** blev udvalget for psykoteraeutiske behandlingsmetoder, der var fælles for psykiatri og børne- og ungdomspsykiatri, etableret. Udvalgets første opgave bestod i at forestå implementeringen af betænkningen og sideløbende hermed at begynde revision af denne. Revision af betænkningen blev færdiggjort i 2000 efter de samme hovedprincipper som i 1993.
- Krav om godkendelse af supervisoruddannelse blev først indført i år **2000** med en overgangsordning løbende frem til sommeren 2003.
- I **2002** blev der indført en overgangsordning for godkendelse af specialiserede psykoteraeuter i kognitiv adfærdsterapi (KAT), som i overgangsordningen bl.a. ikke skulle opfylde kravene om bifag. Denne ordning skulle løbe frem til 2007, for at sikre godkendelse af tilstrækkeligt mange kognitive adfærdsterapeuter.
- De væsentlige ændringer i **2008-betænkningen** var i hovedpunkter: a) Betegnelsen vejleder/specialiseret psykoteraeut ændres til *specialist i psykoteraui*. På denne måde anvendes samme betegnelse som man anvender i Dansk Psykologforening. b) Grunduddannelsen skal indeholde uddannelse i både kognitiv adfærdsterapi og psykodynamisk terapi. c) De i selskaberne (BUP-DK og DPS) anerkendte psykoteraeutiske retninger er kognitiv adfærdsterapi (KAT), psykodynamisk terapi og systemisk terapi. d) Læger under uddannelse til specialist i psykoteraui har mulighed for at supervisere læger på grunduddannelsen, såfremt de modtager supervision. e) Uddannelse til supervisor er en overbygning på specialistuddannelsen og bør følge samme psykoteraeutiske retning som denne. f) Specialister i psykoteraui, som er under uddannelse til supervisor, har mulighed for at supervisere læger under uddannelse til specialist i psykoteraui, såfremt de modtager supervision af deres supervision. g) Autorisation til speciallæge indebærer en vurdering af opnåede kompetencer og færdigheder. Betænkningen fra 2008 forsøger på samme vis at beskrive kompetencer og færdigheder, der skal opnås på Grunduddannelsen, på specialistniveau og på supervisorniveau.
- Et forslag fra udvalget om at udvide timetallet på Grunduddannelsen for at imødekomme de krav der foreligger fra UEMS til psykoterauiuddannelser var i høring i DPS og BUP i marts 2008. Det fremgik af høringssvarene fra især de voksenpsykiatriske afdelinger, at der var generelt var opbakning til at danske krav

bør leve op til UEMS krav, men at man ikke fandt det realistisk muligt at udvide timetallet på grunduddannelsen i voksenpsykiatri på daværende tidspunkt.

Børne- og Ungdomspsykiatrisk selskab vedtog at følge forslaget om at øge timekravene mhp. at leve op til UEMS niveau. Der blev vedtaget en plan for implementering, der strakte sig over 12 år, dvs. til 2020.

Dette medførte, at *psykoterapibetænkningen blev delt op*, således at Børne- og ungdomspsykiatrisk selskab vedtog egen betænkning med nye timetal på grunduddannelsen og således, at voksenpsykiatrisk selskab fortsatte med hidtidige timekrav, men med ændrede krav til terapiretninger. Dette var en væsentlig årsag til at DPS og BUP-DK i 2010 valgte at etablere hver sit psykoterapiudvalg.

- Situationen op til 2008-betænkningen var, at der på mange af landets afdelinger var mangel på specialister og supervisorer i psykoterapi, og især specialister i kognitiv adfærdsterapi. Udvalget pegede den gang på følgende mulige løsningsforslag: a) Kommende psykiatere opfordres til at gennemføre en specialistuddannelse i psykoterapi - dels ved at uddannelsen betales af arbejdsstedet, dels ved at der gives mulighed for at gennemføre det nødvendige psykoterapeutiske arbejde integreret i den kliniske hverdag. b) Psykiatere og psykologer, der er godkendt som specialister i psykoterapi af DPS og BUP-DK er væsentlige at fastholde i psykiatrien mhp. supervision af yngre læger under uddannelse til speciallæger i psykiatri. c) Landets psykiatriske afdelinger kan være med til at sikre specialistuddannelse i KAT. Udenlandske specialister i KAT vil med fordel kunne engageres, idet der er for få specialister i KAT i Danmark til at dække det aktuelle behov for uddannelse. Supervisorer på udført terapi må være danske specialister i KAT og supervision pr. distance via tilsendte videooptagelser af terapisessioner en mulighed.
- **Marts 2015** Der blev lavet en gennemgribende revidering af betænkningen, med præcisering af kompetence krav. På tværs af landet blev udarbejdet et undervisningsprogram til grundkursus i psykoterapi.
- **Marts 2022** lettere revision af betænkningen, med krav til andel af tilstedeværelses supervision.

BILAG 2

Færdighed i at gennemføre psykoterapeutisk assessment

- Opnå færdighed i at danne sig en generel idé om og et overblik over karakteren af patientens problem.
- Opnå færdighed i at indhente oplysninger om psykiske problemer, diagnose, tidligere historie, nuværende livssituation, holdning til og motivation for psykoterapi.
- Opnå færdighed i at få et overblik over patientens specifikke stressfaktorer og sociale støtte.
- Opnå færdighed i at vurdere patientens copingmekanismer, stresstolerance og funktionsniveau.
- Opnå færdighed i at hjælpe patienten med at identificere og vælge de mest pinefulde symptomer/problemer, samt hvilke, det er mest hensigtsmæssigt at intervenere overfor.
- Opnå færdighed i at hjælpe patienten med at oversætte vage eller abstrakte klager/problemer til mere konkrete, specifikke og adskilte problemer.
- Opnå færdighed i at vurdere og handle på indikatorer i forhold til risikoen for at patienten kan være til fare for sig selv eller andre og herudover evnen til at vide, hvornår behandleren skal søge råd hos andre.
- Opnå færdighed i at vurdere, i hvilket omfang patienten evner selvrefleksion.
- Opnå færdighed i at vurdere patientens motivation for en psykologisk intervention.
- Opnå færdighed i at drøfte behandlingsmuligheder med patienten og formidle viden om til rådighed værende behandlingsmuligheder samt bistå ved valg af disse.
- Opnå færdighed i at identificere, hvornår psykologisk behandling kan være u hensigtsmæssig eller ikke er den bedste mulighed og at diskutere dette med patienten.
- Opnå færdighed i at vejlede patienten, der mener, at et psykologisk problem ikke primært er psykologisk eller ikke ønsker at undersøge psykologiske problemstillinger.

BILAG 3

Logbog for almene psykotераapeutiske kompetencer

I-stilling:

Kompetence: Grundlag for psykotераapi (Basal psykotераapi I)

Konkretisering:

- Viden om og forståelse af psykiske lidelser indenfor en psykotераapeutisk referenceramme.
- Viden om og opnå færdighed i at arbejde indenfor professionelle og etiske retningslinjer.
- Opnå færdighed i at håndtere emotionelt indhold i mødet med patienten.
- Opnå færdighed i på passende vis at bruge og reagere på humor.

Læringsstrategi: Deltagelse i I-kursus, påbegynde psykotераapeutisk forløb, etablere psykotераapeutisk supervision, Balint gruppe, deltage i psykoedukation, klinisk arbejde, bedside undervisning, vejledersamtale.

Evaluering: Vejleder eller supervisor.

H-stilling:

Kompetence: Basal psykotераapi II

Konkretisering:

- At anvende fællesfaktorer for terapien, herunder etablere fælles mål med patienten.
- Viden om en specifik terapeutisk retning/model og evnen til at forstå og anvende modellen i praksis.
- Opnå færdighed i at engagere patienten i terapien, herunder opnå færdighed i at afklare motivation og styrke denne.
- Opnå færdighed i at opbygge og vedligeholde en god terapeutisk alliance, at forstå og udvise empati for patientens perspektiv og verdenssyn - også på tværs af kulturelle og sociale barrierer.
- Opnå færdighed i at håndtere emotionelt indhold i sessionen.
- Opnå færdighed i at håndtere afslutning af terapiforløb.
- Opnå færdighed i at foretage relevant assessment (se bilag 1 i den psykotераapeutiske betænkning for grunduddannelsen)
- Opnå færdighed i at kunne anvende supervision til dygtiggørelse og refleksion over terapien.
- Opnå færdighed i løbende at vurdere patientens kliniske tilstand i et psykotераapeutisk forløb.
- Opnå færdighed i at tilpasse interventionen i forhold til patientens feedback.
- Opnå færdighed i at strukturere sessionen og opretholde et passende tempo.
- Opnå færdighed i at håndtere forhindringer i psykotераapien.

Læringsstrategi: Deltagelse i H-kursus og regionernes grunduddannelse i psykotераapi, psykotераapeutiske forløb, psykotераapeutisk supervision.

Seneste version: 100322

Evaluering: DPS godkendt supervisor – herudover indsendes dokumentation af minimum antal timer i samlet godkendelse til VUU.

BILAG 4

Logbog for psykodynamiske kompetencer

H-stilling:

Kompetence: Basale psykodynamiske færdigheder

Konkretisering:

- Opnå færdighed i psykodynamisk assessment.
- Opnå færdighed i at engagere patienten i dynamisk terapi.
- Opnå færdighed i at udvikle en psykodynamisk arbejdshypotese.
- Opnå færdighed i at sætte og håndtere de terapeutiske rammer.
- Opnå færdighed i at arbejde med ubevidst kommunikation.
 - Opnå færdighed i at hjælpe patienten med at undersøge ubevidste dynamikker som påvirker patientens relationer.
 - Opnå færdighed i at hjælpe patienten med at blive opmærksom på uudtrykte og ubevidste følelser.
- Opnå færdighed i at fastholde et psykodynamisk fokus.
- Opnå færdighed i at identificere og respondere på vanskeligheder i den terapeutiske relation.
- Opnå færdighed i at arbejde med patientens indre og ydre realitet.

Læringsstrategi: Deltagelse i H-kursus og regionernes grunduddannelse i psykoterapi, psykoterapeutiske forløb, psykoterapeutisk supervision.

Evaluering: DPS godkendt supervisor – herudover indsendes dokumentation for minimum antal timer i samlet godkendelse til VUU.

Kompetence: Specifikke psykodynamiske færdigheder

Konkretisering:

- Opnå færdighed i at foretage psykodynamiske tolkninger.
- Opnå færdighed i at arbejde med overføring.
- Opnå færdighed i at arbejde med mod-overføring.
- Opnå færdighed i at genkende og arbejde med modstand.
- Opnå færdighed i at håndtere afslutning af det psykodynamiske terapiforløb.

Læringsstrategi: Deltagelse i H-kursus og regionernes grunduddannelse i psykoterapi, psykoterapeutiske forløb, psykoterapeutisk supervision.

Evaluering: DPS godkendt supervisor – herudover indsendes dokumentation for minimum antal timer i samlet godkendelse til VUU.

BILAG 5

Logbog for kognitive adfærdsterapeutiske kompetencer

H-stilling:

Kompetence: Basal kognitiv adfærdsterapi

Konkretisering:

- Viden om basale KAT principper og rationale for behandling.
- Opnå færdighed i at forklare og demonstrere KAT rationale for patient.
- Opnå færdighed i problemløsning – herunder vurdere forskellige metoder hertil fx SMART mål, kognitiv analyse af problemområde.
- Opnå færdighed i at strukturere terapisession:
 - Dele ansvar for sessionens struktur og indhold med patient:
 - Evne til at holde sig til den aftalte dagsorden.
 - Evne til at planlægge og gennemgå hjemmeopgaver.
 - Anvende opsummeringer og feedback til at strukturere session.
- Opnå færdighed i at anvende og fortolke psykometriske mål/rating scales relevant for terapien og for at monitorere udbytte.
- Opnå færdighed i at instruere patienten i anvendelse og forståelse af selvmonitorering.
- Opnå færdighed i at afslutte terapien i henhold til planen samt udarbejde strategier til vedligeholdelse af opnåede færdigheder efter endt behandling.
- Opnå færdighed i at forstå patientens indre verden og reaktion på terapi.
- Opnå færdighed i at formulere og anvende de mest passende KAT metoder hos den individuelle patient.

Læringsstrategi: Deltagelse i H-kursus og regionernes grunduddannelse i psykoterapi, psykoterapeutiske forløb, psykoterapeutisk supervision.

Evalueringsstrategi: DPS godkendt supervisor – herudover indsendes dokumentation af minimum antal timer i samlet godkendelse til VUU.

Kompetence: Specifikke kognitive terapeutiske færdigheder

Konkretisering:

- Viden om almene kognitive forvrængninger relevant for KAT.
- Opnå færdighed i at udvikle en basal caseformulering og anvende denne til en behandlingsplan og casekonceptualisering.
- Opnå færdighed i anvendelse af "guided discovery" og sokratisk dialog:
 - Opnå færdighed i at anvende tankeregistrering (3-, 5-, 7-kolonneskema).
 - Opnå færdighed i at finde, undersøge og hjælpe patienten med at realitetsteste automatiske tanker og billeder.
 - Opnå færdighed i at identificere centrale tanker/billeder.

Læringsstrategi: Deltagelse i H-kursus og regionernes grunduddannelse i psykoterapi, psykoterapeutiske forløb, psykoterapeutisk supervision.

Evaluering: DPS godkendt supervisor – herudover indsendes dokumentation af minimum antal timer i samlet godkendelse til VUU.

Kompetence: Specifikke adfærdsterapeutiske færdigheder

Konkretisering:

- Opnå færdighed i at afdække sikkerheds- og vedligeholdelsesadfærd samt anvende dette til at sætte mål for terapi.
- Opnå færdighed i anvendelse af eksponeringsteknikker.
- Opnå færdighed i aktivitetsmonitorering og – planlægning.
- Opnå færdighed i at planlægge og gennemføre adfærdseksperimenter.

Læringsstrategi: Deltagelse i H-kursus og regionernes grunduddannelse i psykoterapi, psykoterapeutiske forløb, psykoterapeutisk supervision.

Evaluering: DPS godkendt supervisor – herudover indsendes dokumentation af minimum antal timer i samlet godkendelse til VUU.

Fodnote (1)

Betænkningen træder i kraft 1/3-2016. Kravet om lægelig supervision gælder fuldt ud for supervision udført efter årsskiftet 2025/26.