

Med fokus på behandlaren De sex grundläggande kompetenserna

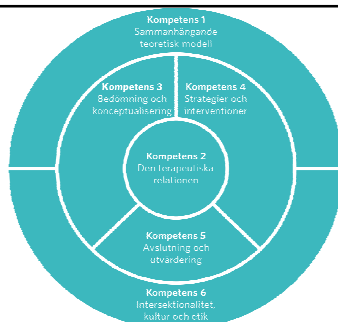
Birgitta Elmquist socionom,
leg psykoterapeut, lärare och handledare i psykoterapi

SAMMÅND OCH SAMPEL, SOMPSOLVARE OCH OBTIDEN 2022/18 ELMQVIST



SAMMÅND OCH SAMPEL, SOMPSOLVARE OCH OBTIDEN 2022/18 ELMQVIST

2



SAMMÅND OCH SAMPEL, SOMPSOLVARE OCH OBTIDEN 2022/18 ELMQVIST

Kompetens 1 En sammanhängande teoretisk modell

Metanivå. En kognitiv karta för teoretisk förståelse och som övergripande guide i det terapeutiska arbetet

- Konceptualisering (beteendeanalys, fallformulering)
- Teori om personlighetsutveckling
- Teori om psykopatologi
- Teori om hur förändring skapas

två olika metamodeller: medicinsk modell – kontextuell modell

SAMMÅND OCH SAMPEL, SOMPSOLVARE OCH OBTIDEN 2022/18 ELMQVIST

Tre exempel på psyko-biologiska övergripande arbetsmodeller för hälsa/ohälsa

- affekt och anknytningsteori
- stress och sårbarhetsmodellen
- transdignostik

SAMMÅND OCH SAMPEL, DIMPCOPLAN 6 OKTOBER 2022/6.8.MJL/ST1

Berätta för den person som sitter närmast dig:



- Vilket utrymme har du i ditt arbete att reflektera över din sammanhängande teoretiska modell?
- Vad blir viktigt att fylla på med?

SAMMÅND OCH SAMPEL, DIMPCOPLAN 6 OKTOBER 2022/6.8.MJL/ST1

Kompetens 6 Intersektionalitet, kultur, etik

Uppmärksamhet, öppenhet och medvetenhet och om attityder, normer och maktstrukturer. Självreflektion. Medvetenhet om etnocentrism och marginalisering.

Etiska riktlinjer, sjukvårdslagen påtalar klientens rättigheter.

SAMMÅND OCH SAMPEL, DIMPCOPLAN 6 OKTOBER 2022/6.8.MJL/ST1

Reflektera tillsammans:



- När mötte jag senast en frågeställning inom kompetens 6?
- Vad behöver jag utveckla?

SAMMÅND OCH SAMPEL, DIMPCOPLAN 6 OKTOBER 2022/6.8.MJL/ST1

Kompetens 2 Den terapeutiska relationen

Terapeutvariabler – klientvariabler – relationsvariabler

Kompetensen innehåller olika färdigheter som exempelvis, skapandet av en terapeutisk relation och allians, att behålla och arbeta med denna under terapins gång, att arbeta med avbrott och reparerande.

Självkänsla och mentaliseringsförmåga.

Förmåga till empati, äkthet i relationen, närvaro

Förmågorna kan övas upp! exempelvis med målmedveten träning (DP)

SAMMÅND OCH SAMPEL, DIMPCOJUN 6 OKTOBER 2022/8 EMDU11

Reflektera tillsammans:



- Vad ser du som din svaghet i den terapeutiska relationen just nu?
- Vad blir viktigt att ha fokus på och att träna upp?

SAMMÅND OCH SAMPEL, DIMPCOJUN 6 OKTOBER 2022/8 EMDU11

Kompetens 3 Bedömning och problembeskrivning

- Terapeuten organiserar patientdata på ett sådant sätt att hypoteser kan formuleras – som sedan leder till interventioner
- Det existerar flera olika modeller för individuell konceptualisering. Grundar sig i olika teoretiska utgångspunkter och finns representerade i olika evidensbaserade terapimetoder.
- *Perspektiven styr vår uppmärksamhet* som i sin tur påverkar val av interventioner och hur vi avslutar och utvärderar.

SAMMÅND OCH SAMPEL, DIMPCOJUN 6 OKTOBER 2022/8 EMDU11

Reflektion med din granne:



- Finns det risk att jag går på rutin när jag besvarar frågan VAD och VARFÖR i min bedömning?
- Vad behöver jag tänka på framöver?

SAMMÅND OCH SAMPEL, DIMPCOJUN 6 OKTOBER 2022/8 EMDU11

Kompetens 4 Strategier och Interventioner

Övergripande kliniska förändrings principer av betydelse för gott utfall

- Behålla behandlingsfokus
- Skapa positiv förväntan och hopp om förändring (motivation)
- Eftersträva optimal terapeutisk allians
- Att medvetandegöra vidmakthållande faktorer.
- Skapa korrigerande erfarenheter i terapin
- Uppmuntra klienten till kontinuerlig realitetstestning

SAMMÅND OCH SAMPEL, DIMPCOJUNE 6 OKTOBER 2022/8 8MGLU11

Två övergripande strategier - principer:

- Decentrering och upplevelsebaserad exponering

Specifika interventioner:

- Psykopedagogiska interventioner
- Systematisk feedback
- Interventioner som stärker mentaliseringsförmågan
 - " intersubjektiviteten
 - " självomhändertagandet

SAMMÅND OCH SAMPEL, DIMPCOJUNE 6 OKTOBER 2022/8 8MGLU11

Prata tillsammans:



- Vad tenderar jag att fokusera mest på i min terapeutiska vardag: decentrering eller exponering?
- Vad behöver jag träna på?

SAMMÅND OCH SAMPEL, DIMPCOJUNE 6 OKTOBER 2022/8 8MGLU11

Kompetens 5 Avslutning och utvärdering

En händelse och en process

- När – Hur?
- Kompetensen står i tydlig relation till de andra kompetenserna och samverkar med dessa.
- Många olika former för utvärdering

SAMMÅND OCH SAMPEL, DIMPCOJUNE 6 OKTOBER 2022/8 8MGLU11

Reflektera tillsammans:



- Det finns alltid något vid avslut som vi upplever som svårt. Så – vad brukar vara besvärligt för mig med avslutningen i behandlingar?
- Vad skulle jag behöva utveckla hos mig själv i avslutningsarbetet?

SAMMÅND OCH SAMPEL, SEPTEMBER & OKTOBER 2022/8. ELMQUIST

En evidensbaserad psykoterapeut/ behandlare



I ETT LIVSLÅNGT AKTIVT LÄRANDE, ANPASSAT TILL DEN FAS I
PROFESSIONEN OCH LIVET SOM VI BEFINNAR OSS I

SAMMÅND OCH SAMPEL, SEPTEMBER & OKTOBER 2022/8. ELMQUIST

Tack för er uppmärksamhet!

birgitta@elmquistmail.se

SAMMÅND OCH SAMPEL, SEPTEMBER & OKTOBER 2022/8. ELMQUIST