

**BETÆNKNING OM UDDANNELSE I  
PSYKOTERAPI  
BØRNE OG UNGDOMSPYKIATRI**

**JUNI 2008**

**UDVALGET FOR PSYKOTERAPEUTISKE  
BEHANDLINGSMETODER**

**BØRNE- OG UNGDOMSPSYKIATRISK SELSKAB I  
DANMARK**

<b>INDLEDNING</b>	<b>3</b>
Kommissorium	3
Forslag på baggrund af situationen 2007-2008	4
Forudsætninger	6
Baggrund	7
Forhold i andre lande	9
Revision af betænkningen	9
<b>ORDFORKLARINGER</b>	<b>10</b>
Psykoterapi	10
Psykodynamisk psykoterapi	10
Kognitiv adfærdsterapi	10
Systemisk terapi	11
Egenterapi og feed-back på egen stil.	11
Egenterapi	11
Feed-back på egen stil	12
Supervision	12
<b>DE TRE NIVEAUER I UDDANNELSERNE</b>	<b>13</b>
<b>Grunduddannelsen i psykoterapi</b>	<b>13</b>
Målsætning for grunduddannelsen:	13
Indhold og omfang for læger under uddannelse til speciallæge i børne- og ungdomspsykiatri	14
<b>Uddannelsen til specialist i psykoterapi</b>	<b>16</b>
Målsætningen for specialistuddannelsen	16
Indhold og omfang af specialistuddannelsen:	16
<b>Supervisoruddannelsen</b>	<b>19</b>
Indhold og omfang af supervisoruddannelsen	19
<b>Generelle bemærkninger</b>	<b>21</b>
Etik	21
Forskning og kvalitetsudvikling	21
Organisering af uddannelserne	21
Godkendelse	22

## **Indledning**

Dansk Psykiatrisk Selskab (DPS) og Børne- og Ungdomspsykiatrisk Selskab i Danmark (BUP-DK) reviderer hermed betænkningen om uddannelse i psykoterapi fra januar 2000.

Sundhedsstyrelsen har i 2004 revideret målbeskrivelserne for speciallægeuddannelsen i psykiatri og i børne- og ungdomspsykiatri. Disse revisioner medfører ændringer i kravene til grunduddannelsen i psykoterapi som led i uddannelsen til special læge i psykiatri og børne- og ungdomspsykiatri.

Denne betænkning reviderer retningslinier for:

- grunduddannelsen i psykoterapi
- uddannelsen til specialist i psykoterapi
- uddannelsen til supervisor

## ***Kommissorium***

Dansk Psykiatrisk Selskabs bestyrelse formulerede følgende kommissorium for aktuelle revision:

- Pkt. 1 At revidere ”Betænkning om uddannelse i psykoterapi” fra januar 2000 således, at den er opdateret.
- Pkt. 2 Fremkomme med forslag til, hvordan uddannelsen kan integreres i den nye speciallægeuddannelse.
- Pkt.3 Fremkomme med forslag til fælles psykoterapeut-uddannelser for psykologer, psykiatere og børne- og ungdomspsykiatere på vejleder og supervisor niveau

Bestyrelsen har begrundet behovet for en revidering af den tidligere betænkning ved følgende forhold:

- Indførelse af den nye speciallægeuddannelse i 2004.
- At interessen for psykoterapiuddannelsen specielt vejleder- og supervisoruddannelsen er faldende.
- At godkendelse til grunduddannelsen bør integreres i den nye speciallægeuddannelse, dvs. at Sundhedsstyrelsen bør være den instans, som godkender grunduddannelsen.
- At finansiering til vejleder- eller supervisoruddannelsen bør betales af arbejdsgiver.
- At godkendelse til vejlederuddannelse og supervisoruddannelse bør overgå til Sundhedsstyrelsen.
- At der bør arbejdes for en formaliseret psykoterapiuddannelse fælles for psykologer, psykiatere og børne- og ungdomspsykiatere.

## ***Forslag på baggrund af situationen 2007-2008***

### *Vedrørende punkt 1*

(At revidere ”Betænkning om uddannelse i psykoterapi” fra januar 2000). Der henvises til nærværende forslag til revision af Psykoterapibetænkningen af juni 2007, sendt i høring marts 2008 og tilrettet juni 2008.

### *Vedrørende punkt 2*

(Komme med forslag til, hvordan uddannelsen kan integreres i den nye speciallægeuddannelse.) er der to problemstillinger.

- A. Hvordan den psykoterapeutiske grunduddannelse integreres i det daglige kliniske arbejde, for hvilket der endvidere henvises til bilagene 1.
- B. Hvorledes der skaffes et tilstrækkeligt antal specialister i psykoterapi til at varetage uddannelsen i den nuværende situation med stor mangel på speciallæger i psykiatri.

Ad A.

**På grunduddannelsen i psykoterapi finder udvalget, at det er betydningsfuldt at indføre de overordnede principper for ændringer i grunduddannelsen hurtigst muligt.**

Det vil betyde:

- lige mange timers undervisning, udøvet terapi og modtaget supervision i kognitiv-adfærdsterapi og i psykodynamisk terapi
- øgning af antallet af udført familierapi-sessioner.
- indførelse af obligatorisk undervisning i systemisk terapi

Vedrørende implementering af disse ændringer foreslår udvalget følgende:

Et forslag fra udvalget om at udvide timetallet på grunduddannelsen for at imødekomme de krav der foreligger fra UEMS til psykoterapiuddannelser har været i høring i DPS og BUP. Høringssvarene angiver at det ikke vil være realistisk at udvide timetallet på grunduddannelsen i voksenpsykiatrien i disse år bl.a. pga. mangel på speciallæger. Børne- Ungdomspsykiatrisk selskab har vedtaget at følge forslaget om at leve op til UEMS timekrav.

Psykoterapiudvalget vil foreslå at psykoterapibetænkningen deles op således at børne og ungdomspsykiatrisk selskab har egen betænkning med nye timetal på grunduddannelsen og således at voksenpsykiatrisk selskab fortsætter med hidtige timekrav, men med ændrede krav til terapietninger. Det er udvalgets håb at også Voksenpsykiatere og børne- og ungdomspsykiatere indenfor en kortere årrække vil kunne uddannes på UEMS niveau og på linie med børne-ungdomspsykiatere.

For **børne- og ungdomspsykiatri** finder vi således at en plan, der strækker sig over 12 år er realistisk for en forøgelse af det samlede timetal til det i betænkningen anbefalede.

Den reviderede betænkning vedrørende grunduddannelsen i psykoterapi vil være gældende for læger der starter i H-forløb 1/9-08 og derefter. Børne- og Ungdomspsykiatere der ønsker specialistgodkendelse eller supervisor godkendelse efter 1/9-08 skal ligeledes søge dette efter den reviderede betænkningens regler.

Ved indførelse fra 1. september 2008 vil det øgede timetal for teoriundervisning og supervision på grunduddannelsen i børne- og ungdomspsykiatri implementeres

Årstal	Generelt	KAT	Psykodynamisk	Systemisk	Valgfrit	Total
2008	5	20	20	10	5	<b>60</b>
2011	10	30	30	15	5	<b>90</b>
2014	15	30	30	15	20	<b>110</b>
2017	15	30	30	15	25	<b>115</b>
2020	15	30	30	15	30	<b>120</b>

således:

Ved indførelse fra 1. september 2008 vil det øgede timetal for terapisesioner og supervision på grunduddannelsen i børne- og ungdomspsykiatri implementeres således:

Årstal	KAT	Psykodynamisk	Familieterapi	Valgfrit	Total
2008	25	25	10		<b>60</b> (min. 15 ind. sup.)
2011	30	30	10		<b>70</b> (min. 20 individuelt.)
2014	30	30	15	5	<b>80</b> (min. 25 ind. sup.)
2017	30	30	15	15	<b>90</b> (min. 25 ind. sup.)
2020	30	30	20	20	<b>100</b> (min. 30 ind. sup.)

Som det ses stilles der krav om at alle udøver terapi baseret på både KAT og psykodynamisk teori, men det er valgfrit hvor meget systemisk terapi man vil udøve. Med hensyn til terapiobjekt, er der minimumskrav med hensyn til antallet af familieterapier. Det anbefales, at der er mindst 10 sessioner med systemisk familieterapi. Retningen for familieterapi er dog valgfri og kan udøves indenfor en af de tre retninger: psykodynamisk, KAT eller systemisk. Der stilles ikke krav om gruppeterapi.

Ovenstående tabel er minimumskrav.

Implementeringen vil betyde en periode med mindre omfattende krav til den samlede erfaring før godkendelse som specialist i psykoterapi, hvilket udvalget ikke forventer vil blive problematisk.

**Ændringerne for godkendelse som specialist i psykoterapi og supervisor gennemføres uden overgangsordning**, således at man skal godkendes efter de nye regler når man ansøger udvalget om godkendelse efter den 1/9-08. Det vil betyde:

- At den nugældende overgangsordning for godkendelse som specialist i kognitiv adfærdsterapi (udløber sommer 2007) kan erstattes af betænkningens bestemmelser.

- at der indføres krav om, at man under uddannelse til specialist i psykoterapi, under supervision, skal supervisere yngre kollegaer, hvilket tilfører ressourcer til grunduddannelsen
- At der er krav om feed-back på egen stil på uddannelsen som specialist i kognitiv adfærdsterapi. I andre retninger er der fortsat krav om egenerapi.
- For supervisorogodkendelse er kravet til antal sessioner supervision af udøvet supervision nedsat til 40 sessioner, mens der stadig skal udøves 80 sessioner supervision.

Den teoretiske grunduddannelse dækkes for nuværende af I-kursus, H-kursus og lokal teoretisk grunduddannelse i psykoterapi.

Ad B.

Udvalget vil pege på følgende mulige løsningsforslag, der kan anvendes alene eller i kombination.

- Kommende psykiatere og børne- og ungdomspsykiatere opfordres til at gennemføre specialistuddannelse i psykoterapi. Dels ved at uddannelsen betales af ansættelsesmyndigheden, dels ved at der gives mulighed for at gennemføre det nødvendige psykoterapeutiske arbejde integreret i den kliniske hverdag.
- Psykiatere, børne- og ungdomspsykiatere og psykologer, der er godkendt som specialister i psykoterapi af DPS og BUP-DK, opfordres til at forblive i psykiatrien.
- På trods af overgangsordningen for kravene til at blive godkendt specialist i KAT er det få psykiatere og børne- og ungdomspsykiatere, som har valgt denne terapiform. Det skal ses på baggrund af, at de fleste afdelinger har mulighed for at tilbyde supervision i psykodynamisk terapi og ikke i KAT. Hvis dette billede skal ændre sig væsentligt indenfor de næste 5 – 10 år, er man nødt til at gøre en ekstraordinær indsats for at tilvejebringe et reelt tilbud om supervision i KAT til de uddannelsessøgende.
- Et lignende problem gør sig gældende for specialister i systemisk terapi, hvor der også er meget få godkendte specialister og supervisorer.
- Der eksisterer en række uddannelser i ind- og udland, som er åbne for såvel psykiatere og børne- og ungdomspsykiatere som psykologer. Der er behov for at stimulere interessen for at tage en sådan specialistuddannelse i psykoterapi.

### ***Forudsætninger***

Denne revision af betænkningen søger at tilpasse retningslinierne, så de passer til Sundhedsstyrelsens nye målbeskrivelser.

Under udvalgsarbejdet er der foretaget ændringer i retningslinierne for såvel grunduddannelsen som for specialistuddannelsen.

- Grunduddannelsen tilpasses European Board of Psychiatry, UEMS's kriterier med hensyn til timetallet.
- Grunduddannelsen skal indeholde teoretisk uddannelse i både psykodynamisk psykoterapi, kognitiv adfærdsterapi og systemisk psykoterapi.
- Betegnelsen for den specialiserede psykoterapeut/vejleder ændres til: Specialist i psykoterapi. På denne måde anvendes samme betegnelse som man anvender i Dansk Psykologforening.
- De i selskaberne anerkendte psykoterapeutiske retninger på nuværende tidspunkt er psykodynamisk psykoterapi, kognitiv adfærdsterapi og systemisk terapi.
- Godkendelse som specialist i psykoterapi kræver uddannelse indenfor en retning svarende til den tidligere hovedfagsuddannelse.
- Læger under uddannelse til specialist i psykoterapi skal supervisere læger på grunduddannelsen, og modtage supervision af deres supervision.
- Uddannelse til supervisor er en overbygning på specialistuddannelsen og bør følge samme psykoterapeutiske retning som denne.
- Autorisation til speciallæge indebærer en vurdering af opnåede kompetencer og færdigheder. Målbeskrivelsen for Speciallægeuddannelsen i Børne- og Ungdomspsykiatri beskriver de kompetencer og færdigheder, som opnås i grunduddannelsen i psykoterapi.. Denne betænkningen beskriver på samme vis de kompetencer og færdigheder som kræves for specialist og supervisoruddannelserne i psykoterapi.

I revisionsarbejdet har deltaget:

Birgit Bennedsen, Françoise Gautré-Delay, Marianne Breds Geoffroy, Nina Tejs Jørring, Mie Bonde Hansen, Torben Heinskou, Matilde Lajer, Tove Mathiesen, Birgitte Norrie, Magnus Petersen, Peter Ramsing, Christian Frøkjær Thomsen.  
Bestyrelsesrepræsentanter i udvalget: Ole Bjørn Skausig, Steffen Høy Pedersen, Marianne Kastrup, Jeanett Bauer.

### ***Baggrund***

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 foreslås obligatorisk vejledning i psykodynamisk 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 supervisorykollegier 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 supervisionskurser 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 supervisions-sessioner, 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 supervisions-sessioner individuelt eller 90 i gruppe. Bifaget indeholdt 30 timers teori samt 30 timers supervision individuelt eller 33 timer i grupper. Desuden blev der krævet egenerapi 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 psykoterapeutiske behandlingsmetoder, der er fælles for psykiatri og børne- 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 med mindre ændringer og færre dispensationsmuligheder.

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 psykoterapeuter i kognitiv adfærdsterapi, 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.



### ***Forhold i andre lande***

På europæisk niveau har UEMS (Union of European Medical Specialities), Section of Psychiatry, siden 1992 arbejdet med at skabe og videreudvikle retningslinier for psykiateruddannelsen. I 1995 udkom på baggrund af dette arbejde 'Charter on training of medical specialist in the EU Requirements for the speciality psychiatry'.

Dateret april 2004 har UEMS, Section of psychiatry, udsendt "Requirements for specialist-training in psychiatry" som en videreudvikling af det ovenfor nævnte. De psykiatriske selskaber i 20 europæiske lande er enedes om indholdet.

Om grunduddannelsen til Speciallæge i Psykiatri er anført:

- En overvejende stor del af træningen bør ske i arbejdstiden.
- Der bør være krav til et defineret antal psykoterapeutiske behandlingsforløb.
- Der bør være mindst 120 timers teori i psykoterapi.
- Der bør være regelmæssig supervision, mindst 100 timer. Mindst 50 timer bør være individuel supervision, supervision i gruppe kan derudover anvendes.
- Der bør opnås erfaring med psykoterapeutisk behandling inden for en række forskellige diagnosekategorier, inkl. psykoser.
- Assessment og evaluering af behandlingseffekt bør være en integreret del af uddannelsen.
- Behandlingserfaring bør opnås med både individuel, familie- og gruppebehandling.
- Som et minimum bør psykodynamisk, kognitiv adfærdsterapeutisk og systemisk teori og metode anvendes. Integrative psykoterapier anbefales (f.eks. interpersonel terapi og kognitiv analytisk terapi).
- Egenterapi/ feed-back på egen stil anbefales.
- Forskningsmetodologi bør være inkluderet.
- Træning bør om muligt finde sted i forskellige former for behandlingssteder i psykiatrien.
- Supervisorer bør være formelt godkendte.
- Træning bør være offentligt betalt.

"Requirements for specialist-training in psychiatry" kan i sin fulde ordlyd findes på: [www.uemspanychiatry.org](http://www.uemspanychiatry.org)

UEMS Børne- og unge sektion arbejder med en rapport om retningslinier for uddannelse i psykoterapi på grunduddannelses niveau. Det foreløbige udkast anerkender de samme teoretiske retninger og foreslår et øget krav til antallet af både teori- og supervisionstimer. Når rapporten fra børne- og ungesektionen foreligger, skal den indarbejdes ved en kommende revision af betænkningen.

### ***Revision af betænkningen***

Psykoterapibetænkningen bør revideres løbende som følge af organisatoriske ændringer indenfor speciallægeuddannelsen og psykiatrien samt udviklingen i den psykoterapeutiske forskning. Udvalget for psykoterapeutiske behandlingsmetoder bør i samarbejde med bestyrelserne tage stilling til revision af betænkningen hvert andet år.

## **Ordforklaringer**

### ***Psykoterapi***

Psykoterapi omfatter en række samtalebaserede psykologiske behandlingsmetoder. En eller flere psykoteraeutisk uddannede personer etablerer et aftalemæssigt forhold til en eller flere patienter. Formålet er at behandle psykiske lidelser og symptomer, at bedre følelsesmæssig og social funktion og eventuelt at modificere karaktertræk.

Psykoterapi kan indgå i behandling af somatiske lidelser og symptomer.

Psykoterapi anvendt i klinisk psykiatri skal bygge på videnskabelige teorier og ydes ved metoder, der korresponderer med den bagvedliggende teori og den kliniske sammenhæng.

I den kliniske psykiatri indgår psykoterapi enten alene eller som en integreret del af behandlingen over for hele spektret af psykiske sygdomme.

### ***Psykodynamisk psykoterapi***

Internationalt anvendes betegnelsen psykodynamisk psykoterapi ofte synonymt med psykodynamisk psykoterapi. Førstnævnte term anvendes i denne betænkning.

Psykodynamisk psykoterapi omfatter en række terapiformer, der fokuserer på dynamiske forhold intrapsykisk såvel som interpersonelt. Centrale begreber i forståelsen af psykopatologi er bl.a. personlighedsstruktur, ubevidste processer, selvet og dets udvikling.

Historisk er der sket en udvikling i psykoanalysens forståelse af sygdomsudvikling fra Freuds tidlige skrifter, som lagde vægt på bl.a. det psykiske apparat og seksualitetens rolle i symptomdannelsen i barnets udvikling - til et fokus på jeg'et, selvet samt indre og ydre objektrelationer. Efter 2.verdenskrig udvikledes modificerede og varierede former for psykodynamisk psykoterapi og gruppeanalyse, således at disse kunne tilpasses patienter med sværere psykopatologiske tilstande og ikke blot var forbeholdt patienter med neurotisk personlighedsstruktur. Indenfor de sidste 10-20 år er der udviklet dynamiske psykoterapiformer i samspil med forskning i empirisk neurovidenskab, sociologi, tilknytningsteori og spædbarnsobservation samt kognitive adfærdsterapeutiske metoder.

I Danmark er forudsætningen for at supervisere og uddanne psykiatere og børne- og ungdomspsykiatere i psykodynamisk psykoterapi en videreuddannelse i psykoanalyse, psykodynamisk psykoterapi, psykodynamisk korttidsterapi, analytisk psykologi eller gruppeanalyse, som er godkendt af udvalget for psykoteraeutiske behandlingsmetoder.

### ***Kognitiv adfærdsterapi***

Kognitiv adfærdsterapi er en specialiseret evidensbaseret terapiform. Inden for rammerne af terapien, er der udviklet teoretiske modeller til forståelse af de forskellige psykiatriske lidelser, og deraf følgende specifikke behandlingsteknikker for de enkelte lidelser. De overordnede strategier er indsigtsgivende, psyko-edukative og problemløsende.

Terapien er karakteriseret ved, at patient og terapeut i samarbejde definerer en eksplicit målsætning for behandlingen, som tager udgangspunkt i aktuelle symptomer og problemer som patienten ønsker ændret.

Et grundlæggende behandlingsprincip er analyse af problemsituationer med henblik på at adskille faktuelle forhold og patientens tanker, følelser og adfærd. På baggrund

af dette søges patientens tænkning omstruktureret, så den bliver mere nuanceret, selvunderstøttende og fornuftsbetonet. U hensigtsmæssig adfærd søges ligeledes ændret. Sideløbende med arbejdet med konkrete problemsituationer, undersøges patientens generelle tankemønstre og disses forbindelse til livshistorien. I kognitiv adfærdsterapi anvendes en overordnet ramme og struktur både i den enkelte terapisesession og i selve terapiforløbet, og hjemmearbejde indgår som en central del af behandlingen.

### ***Systemisk terapi***

Systemisk terapi beskæftiger sig med individet som en del af et system, hvor de enkelte dele er i stadig interaktion med hinanden og med andre systemer. Fokus er på relationer og på ligheder og forskelle som udtryk for relationer. Terapeutens opgave er at fokusere på den eller de forskelle, der gør en forskel, og dermed skabe mulighed for forandring og løsning af problemet.

Der er aldrig tale om ét problem, problemer forandrer sig hele tiden afhængigt af konteksten. Systemisk terapi bliver ofte anvendt i forbindelse med familieterapi. I den systemiske familieterapi, således som Milanoskolen udviklede den i 70erne og 80erne, stiller terapeuten spørgsmål på grundlag af familiens feed-back m.h.p. at få informationer om forskelle/relationer. Formålet er at fastlægge det punkt i familiens udviklingshistorie, hvor vigtige relationer bliver ændret.

I 80erne og især i 90erne blev systemiske terapeuter optaget af sprog, historier og socialt konstruerede virkeligheder. Den socialkonstruktivistiske og narrative tænkning holdt sit indtog i den systemiske familieterapi. Virkeligheden konstrueres socialt, og gennem sproget.

I Narrativ terapi arbejdes der med de fortællinger en person eller en familie har om sig selv. Man fokuserer på, at der i ethvert liv er langt flere fortællinger, end de, der bliver set/fortalt. Terapien handler om at støtte patienten til at udforske disse fortællinger. Herved støttes patienten til aktivt at tage stilling til sit liv og vælge hvilken betydning han/hun vil tillægge fortællingerne. Derved opnås mulighed for at handle alternativt, hvorved problemets negative betydning mindskes.

### ***Egenterapi og feed-back på egen stil.***

Indenfor den kognitive referenceramme anvendes et begreb, 'feed-back på egen stil', som adskiller sig fra begrebet 'egenterapi':

### ***Egenterapi***

Det overordnede mål med egenterapi er at øge den uddannelsessøgendes evne til at arbejde psykoterapeutisk og evnen til at identificere og håndtere den personlige involvering.

Ved egenterapi bringes den uddannelsessøgende i en position, hvor hans eller hendes tænkning, følelser og adfærd i en interpersonel relation udforskes og inddrages terapeutisk. Der fokuseres i egenterapi både på den uddannelsessøgendes relation til patienter og på forhold i det private liv.

Egenterapi indgår som en integreret del af uddannelsen til specialist i psykodynamisk psykoterapi.

### ***Feed-back på egen stil***

I uddannelsen til specialist i Kognitiv adfærdsterapi indgår feed-back på egen stil, hvor video-optagede terapisesioner gennemgås sammen med supervisor. Terapeutens færdigheder og mangler vurderes, med henblik på at han/hun udvikler større kompetence. Der anvendes en checkliste til vurdering af terapeutiske færdigheder. Ved feed-back på egen stil fokuseres der endvidere på terapeutens egne tanker og følelser med henblik på at afdække eventuel dysfunktionel tænkning og dermed skabe mulighed for ændring.

### ***Supervision***

Det overordnede mål med supervision, er at supervisanden bedrer sin kompetence som terapeut. Ved supervision fremlægger supervisanden materiale fra sit terapeutiske arbejde. Fremlæggelsen kan ske ved referat eller afspilning af audio- eller videoptagelse. Under supervisionen diskuteres såvel terapeutens interventioner og strategier som relationen mellem patient og terapeut. Der lægges vægt på supervisandens kendskab til bagvedliggende teorier og evnen til at anvende disse i praksis. Under uddannelsen til specialist i psykoterapi og supervisor inddrages og fokuseres på supervisors pædagogiske færdigheder.

## **DE TRE NIVEAUER I UDDANNELSERNE**

Psykioterapiuddannelsen er organiseret på 3 kompetence-niveauer: Grunduddannelsen, uddannelsen til specialist i psykioterapi og supervisoruddannelsen. Hvert niveau forudsætter, at det forudgående niveau er opnået.

I det følgende gennemgås hvert niveau for sig.

### ***Grunduddannelsen i psykioterapi***

Grunduddannelsen er en obligatorisk del af speciallægeuddannelsen i psykiatri og børne- og ungdomspsykiatri (jvf. Sundhedsstyrelsen bekendtgørelse nr. 660 af 10/07/2003). Det betyder, at der er kompetencer, der skal opnås på grundniveau (se Målbeskrivelsen for Speciallægeuddannelsen i Børne- og Ungdomspsykiatri) Autorisation til special læge i børne- og ungdomspsykiatere kræver, at grunduddannelsen i psykioterapi er gennemført. Det anbefales at grunduddannelsen påbegyndes under introduktionsuddannelsen, idet den må påregnes at skulle pågå under hele uddannelsesforløbet.

### **Målsætning for grunduddannelsen:**

Målsætningen for grunduddannelsen i psykioterapi er at give alle speciallæger i børne- og ungdomspsykiatri en viden om psykioterapeutiske teorier og metoder, kompetence til at visitere patienter til de forskellige former for psykioterapi og til at udføre psykioterapi.

### Uddannelsens forankring:

Uddannelsen foregår i strukturerede undervisningsforløb som led i ansættelsen. Grunduddannelsen foregår på den enkelte hospitalsafdeling eller ved et kursusforløb i samarbejde mellem flere afdelinger. I-kursus og specialespecifikke kurser indgår i den teoretiske uddannelse.

### Undervisere:

Specialister i psykioterapi godkendt af Dansk Psykiatrisk Selskab/ Børne- Ungdomspsykiatrisk Selskab i Danmark. Se listen over godkendte specialister i psykioterapi på hjemmesiderne ([www.dpsnet.dk](http://www.dpsnet.dk) eller [www.bupnet.dk](http://www.bupnet.dk)). Supervisionen indenfor de forskellige retninger skal ydes af specialister i psykioterapi godkendt indenfor denne retning.

### Evaluering/godkendelse:

Dokumentation for de enkelte supervisionsforløb samt for gennemgået teoriundervisning indsendes til BUP-DK's Videreuddannelsesudvalg, som godkender grunduddannelsen.

## **Indhold og omfang for læger under uddannelse til speciallæge i børne- og ungdomspsykiatri**

### **Teori:**

Den teoretiske del udgøres af forelæsninger og litteraturgennemgang belyst af deltagernes eget kliniske materiale. I valgfri timer kan indgå timer fra deltagelse i korte kurser indenfor de beskrevne områder.

### **Omfang:**

Mindst 120 timer. Disse fordeles på henholdsvis:

- 30 timer psykodynamiske teorier,
- 30 timer kognitiv adfærdsterapeutisk orienterede teorier,
- 15 timer generelt om psykoterapi (f.eks.: forskning herunder vurdering af evidens, etik, assessment)
- 15 timer systemisk orienterede teorier
- 30 timer valgfrit indenfor et eller flere af de ovennævnte områder.

### **Udøvet terapi:**

I børnepsykiatrien er det terapeutiske fokus oftest på hele familien, i ungdomspsykiatrien er det overvejende individuel psykoterapi. Da den dyadiske relation er et fælles grundlag for de fleste psykologiske udviklingsteorier, kræves det i grunduddannelsen, at en stor del af den udøvede terapi er individuel. Ligeledes kræves en del af familieterapien udført med en enkelt familie. Grunduddannelsens sigte er opnåelse af tilstrækkelig viden og praktisk erfaring både hvad angår psykoterapi retning og psykoterapi objekt. Det anbefales, at man søger at opnå erfaring med både børn og unge indenfor alle 3 teoriretninger.

Lægen skal udføre mindst 100 terapisesessioner à minimum 45 minutter.

Minimumskravene er:

#### *Terapi retning:*

Psykodynamisk terapi: Mindst 30 sessioner individuelt, hvoraf mindst et forløb skal være på minimum 20 sessioner og mindst et forløb skal være et legeterapiforløb med et barn under 9 år.

Kognitiv adfærdsterapi: Mindst 30 sessioner, heraf mindst 20 sessioner individuelt.

Systemisk terapi: valgfrit.

#### *Terapi-objekt:*

Individuel terapi: mindst 50 sessioner.

Familieterapi: mindst 20 sessioner, heraf mindst 10 sessioner enkelt-familie-terapi.

(Familieterapi er enkelt-familieterapi, flerfamilieterapi eller forældreterapi<sup>1</sup>.)

Gruppeterapi: valgfrit.

---

<sup>1</sup> Forældreterapi er terapi rettet mod forældreskab og omfatter ikke parterapi.

*Valgfrit:*

Terapiretning for 20 sessioner familierapi. Dog anbefales at have mindst 10 sessioner systemisk familierapi.

Terapiobjekt for 10 sessioner kognitiv adfærdsterapi. Der skal i alt være mindst 30 sessioner kognitiv adfærdsterapi, men 10 af disse kan således være med gruppe, familie eller individuelt. 20 sessioner **skal** være individuelt.

I de 40 timer valgfri sessioner er der bl.a. mulighed for at udføre individuel terapi, familierapi, forældreterapi, forældregrupper, flerfamiliegrupper (evt. med psykoedukation) og gruppeterapi. Terapiretningen for disse for timer er også valgfri.

**Supervision:**

Lægen skal modtage mindst 100 supervisionssessioner à minimum 45 minutter. Dog gælder for supervision af familierapi og gruppeterapi, at denne kan foregå ved, at den uddannelsessøgende læge deltager som co-terapeut i familierapien (eller gruppeterapien) sammen med en godkendt specialist i psykoterapi med kompetence til at supervisere på grunduddannelsen. Der skal aftales for- og eftermøde ved hver session.

Supervisionssessionerne skal følge samme retning som den udøvede terapi.

Mindst 30 af supervisionssessionerne skal ydes individuelt. Disse supervisionssessioner skal fordeles med minimum 15 timers supervision indenfor psykodynamisk terapi og 15 timers supervision indenfor kognitiv adfærdsterapi. Den resterende del tilrådes at foregå i mindre grupper med højst 8 deltagere.

Det anbefales, at den uddannelsessøgende starter med den individuelle supervision indenfor begge de nævnte retninger. Såfremt den uddannelsessøgende udøver familierapi (eller gruppeterapi) med en co-terapeut, som ikke har godkendt kompetence til at supervisere på grunduddannelsen i psykoterapi, skal der tilrettelægges supervision sammen med co-terapeuten.

Supervisionen bør omfatte visitation - herunder indikation for den valgte terapiform ved den aktuelle sygdomsproblematik. Den bør omhandle behandlingskontrakten, planlægning af terapiens fokus og forløb.

## *Uddannelsen til specialist i psykoterapi*

### **Målsætningen for specialistuddannelsen**

Målsætningen er at speciallægen opnår psykoterapeutisk kompetence og færdighed til selvstændigt og rutineret at udføre psykoterapi.

Specialisten opnår psykoterapeutisk ekspertise indenfor én psykoterapeutisk retning. Den specialiserede psykoterapeutuddannelse skal være præget af såvel klinisk bredde som af teoretisk og terapeutisk dybde, og der skal indgå egenerapi eller feed-back på egen stil, svarende til den valgte retning.

### **Indhold og omfang af specialistuddannelsen:**

Påbegyndelse af specialistuddannelsen i psykoterapi forudsætter gennemført grunduddannelse samt 2 års klinisk psykiatrisk erfaring. Uddannelseselementer fra grunduddannelsen kan ikke samtidig tælle med i den specialiserede psykoterapeutuddannelse eller omvendt. Specialistuddannelsen skal løbe over minimum 2 år i et samlet uddannelsesforløb.

Udvalget for psykoterapeutiske behandlingsmetoder kan tage individuel stilling og rådgive ansøgere ved behov.

### **Modtaget teori:**

60 timer.

Obligatorisk udarbejdelse af en klinisk-teoretisk skriftlig opgave i forbindelse med uddannelsen. Det er uddannelserne der godkender de skriftlige opgaver.

### **Udøvet terapi:**

80 sessioner á 45 minutter. Gennemførelse af mindst 5 assessment.

### **Modtaget supervision:**

80 sessioner á min. 45 minutter enten individuelt eller i gruppe med max. 8 deltagere.

### **Egenerapi:**

Psykodynamisk eller systemisk psykoterapi: 60 timer individuelt eller 100 timer i gruppe.

Kognitiv adfærdsterapi: feed-back på egen stil ved videooptagelse af 20 sessioner á 45 minutter.

Udvalget for psykoterapeutiske behandlingsmetoder kan tage stilling til individuelle ansøgninger.

### **Udøvet supervision af yngre kollega:**

10 sessioner psykoterapisupervision

### **Kompetence:**

Specialistuddannelsen i psykoterapi giver kompetence til at udføre psykoterapi på et specialiseret niveau samt undervise og supervisere indenfor den valgte retning på grunduddannelsen.

### **Undervisere:**

- a) Supervisorer, d.v.s. personer med supervisoruddannelse. Alternativt en kollega der er specialist, og som er under uddannelse til supervisor og som løbende



modtager supervision af supervision godkendes ved relevant dokumentation herfor.

Uddannelser:

Uddannelser i offentligt regi eller privat regi kan ved henvendelse til psykoterapiudvalget blive godkendt, såfremt uddannelsen opfylder de timekrav og underviserkrav der fremgår af betænkningen.

**I skemaet er kompetencekrav, læringsmetode og evalueringsstrategi stillet op.**

	Kompetencekrav	Eksempler	Læringsmetode	Evalueringsstrategi
1	Redegøre for teori af den af specialisten valgte psykoterapeutiske behandlingsmetode, herunder redegøre for historisk udvikling, behandlingstilrettelæggelse, effektmål	Psykodynamisk psykoterapi Systemisk terapi Kognitiv adfærdsterapi	Teoretisk undervisning i metoden 60 timer over 2 år	Godkendt undervisningsforløb i godkendt uddannelse
		Fordybelse i et specifikt emne	Klinisk teoretisk skriftligt opgave	Godkendelse af uddannelsesinstitutionen
2	Anvendelse af teori i klinisk praksis	Psykodynamisk psykoterapi  Systemisk terapi  Kognitiv adfærdsterapi	Udført terapi under supervision 80 sessioner a 45 minutter Supervision 80 sessioner individuelt eller i gruppe	Godkendt supervision
3	Bevidsthed om indflydelsen af egen tænkning, følelser og adfærd i den terapeutiske relation	Demonstrere udforskningen og anvendelsen af denne bevidsthed i det terapeutiske arbejde	Psykodynamisk psykoterapi/ systemisk: Egenterapi 100 timer i gruppe/ 60 timer indiv.  Kognitiv adfærds-terapi: Feedback på egen stil: videoptagelse af 20 sessioner a 45 minutter	Gennemført egenterapi og/eller feedback på egen stil. Godkendt supervision
4	Gennemføre undersøgelse af patienten og ud fra dette vurdere anvendelse af terapeutisk metode eller behov for modifikation af metoden	Vurdering/Case-formulering under inddragelse af Udviklingspsykologi, Psykopatologi, Diagnostik, Psykologi, Sociale forhold, Evidensbaseret praksis	Gennemførelse af undersøgelsen  Mindst 5 assessments	Audit ved supervisor

5	Vurdere effekt af behandling		Udføres under supervision under og efter behandling	Godkendt supervision
6	Udvide kendskab til supervisionsteorier		Litteraturstudium og/eller teoretisk kursus	Godkendt af supervisor
7	Udføre psykoterapisupervision af individuelle forløb 10 sessioner		Udføres under supervision af en supervisor 5 sessioner	Godkendt af supervisor

### **Godkendelse af den enkelte psykiater/børne- og ungdomspsykiater:**

Sker ved fremsendelse af dokumentation for det samlede uddannelsesforløb til Udvalget for Psykoterapeutiske Behandlingsmetoder. Se [www.bupnet.dk](http://www.bupnet.dk)

### **Godkendelse af specialist- og supervisoruddannelser:**

Godkendelse af den enkelte uddannelse som kvalificeret sker ved Udvalget for Psykoterapeutiske Behandlingsmetoder gennem en redegørelse for institutionens/ uddannelsens:

- 1) Adgangskriterier
- 2) Uddannelsens omfang og indhold
- 3) Evalueringsmetoder
- 4) Lærerkrafter, som skal være supervisorgodkendte.
- 5) Egenterapi eller Feed-back på egen stil

### ***Supervisoruddannelsen***

Målet er, at sikre kompetencen indenfor den valgte metode, og at udvikle og konsolidere evnen til at formidle metoden til andre. Supervisoruddannelserne bør være baseret på yderligere specialisering og fordybelse i den valgte psykoterapeutiske retning.

Som supervisor er det nødvendigt at holde sig orienteret om teoriens og metodens seneste udvikling. Formidlingstræning og -teorier må beherskes med henblik på at uddanne og supervisere specialister i psykoterapi og andre faggrupper indenfor klinisk psykiatri.

### **Indhold og omfang af supervisoruddannelsen**

Påbegyndelse af Supervisoruddannelsen forudsætter færdiggjort specialistuddannelse i psykoterapi og 2 års praktisk klinisk og undervisningsmæssig erfaring.

### **Modtaget teori:**

40 timer samt udfærdigelse af artikel eller undervisning/foredrag om supervisionsteorier.

### **Udøvet supervision:**

80 sessioner á min. 45 minutter.

**Modtaget supervision:**

40 sessioner á min. 45 minutter supervision af udøvet supervision

**Kompetence:**

Ved supervisoruddannelsen opnås kompetence til at yde undervisning på specialistuddannelsen i psykoterapi. Desuden er det hensigten, at supervisor udnytter sine kvalifikationer i forskellige behandlingsmiljøer.

**Undervisere:**

Personer med supervisorskompetence.

**Uddannelser:**

Godkendte uddannelser i offentligt regi eller i privat regi.

**I skemaet er kompetencekrav, læringsmetode og evalueringsstrategi stillet op.**

	Kompetencekrav	Læringsmetode	Evalueringsstrategi
1	Rutine i anvendelse af den psykoterapeutiske behandling både individuelt og i gruppe	Aktivt udøvende metoden	Gennemførte forløb
	mestre en metode af psykoterapeutisk behandling	Aktivt udøvende metoden	Gennemførte forløb
2	redegøre for supervisionsteorier	Teoretisk undervisning 40 timer Artikel eller undervisning /foredrag om supervisionsteorier	Godkendt af uddannelsesinstitutionen
3	Erhverve og anvende supervisionspædagogiske færdigheder	Kursus 40 timers supervision af udført supervision	Godkendt supervision
4	Rutine i supervision	80 timers supervision	Godkendes af uddannelsesinstitutionen
5	Vurdere effekten af supervision	Vurdering af supervision optaget med AV midler	Godkendt af supervisor

**Godkendelse af den enkelte psykiater/børne- og ungdomspsykiater:**

Sker ved fremsendelse af dokumentation for det samlede uddannelsesforløb til Udvalget for Psykoterapeutiske Behandlingsmetoder. Se [www.bupnet.dk](http://www.bupnet.dk)

### **Godkendelse af uddannelser:**

Godkendelse af den enkelte uddannelse sker ved Udvalget for Psykoterapeutiske Behandlingsmetoder igennem en redegørelse for

1. Adgangskriterier
2. Uddannelsens indhold og omfang,
3. Evalueringsmetoder
4. Lærerkrafter, som skal være supervisor-godkendte.

### ***Generelle bemærkninger***

#### **Etik**

Det er god klinisk praksis, at indikation for at tilbyde psykoterapeutisk behandling vurderes for alle patienter, som henvises til behandling for psykisk lidelse.

Psykoterapeuten må være fortrolig med lægeforeningens etiske regler især § 13 og § 14.

#### **§ 13. Seksuelle relationer mellem læge og patient**

En læge må ikke indlede et seksuelt forhold til en patient, som aktuelt er i behandling hos lægen.

#### **§ 14. Arv og gaver til læger**

En læge, der bliver bekendt med, at en patient ønsker at begunstige lægen gennem gavemæssige eller testamentariske dispositioner, skal sikre sig, at ønsket ikke er et udslag af patientens svaghedstilstand og afhængighed af lægen.

Som i andre læge/patientforhold påhviler det psykoterapeuten at søge supervision hos erfarne kolleger ved behov.

### **Forskning og kvalitetsudvikling**

Psykoterapeutisk behandling bør foregå med evidensbaserede behandlingsmetoder. Psykoterapeuten bør være i stand til at opsøge, vurdere og formidle ny viden indenfor forskning i psykoterapi. Dette bør indebære kendskab til både effekt- og procesforskning.

Kvalitetsudvikling og/eller forskning bør indgå som en naturlig del af al psykoterapeutisk behandling.

### **Organisering af uddannelserne**

**Grunduddannelsen** er en obligatorisk del af speciallægeuddannelsen, hvorfor ansvaret for sikring af denne påhviler det enkelte uddannelsessted. I praksis er der et samarbejde mellem afdelingerne i en region om et eller flere uddannelseselementer.

Dele af den teoretiske uddannelse dækkes ved deltagelse i Introduktionskurser og Hoveduddannelsens psykoterapikursus.

**Specialistuddannelsen** i psykoterapi er oftest organiseret i private institutter og i begrænset omfang i offentligt regi.

**Supervisoruddannelsen** findes i begrænset omfang og er organiseret af private institutter. De lægger vægt på fortsat fordybelse efter endt specialistuddannelse i psykoterapi. For at sikre et tilstrækkeligt specialiseringsniveau for supervisorer er det nødvendigt at samarbejde om uddannelserne på landsplan.

## **Godkendelse**

Grunduddannelsen godkendes af Videreuddannelsesudvalgene.

Udvalget for psykoterapeutiske behandlingsmetoder godkender specialister i psykoterapi og supervisorer.

Udvalget godkender ligeledes de dertil kvalificerende uddannelser. Det påhviler uddannelsesinstitutionerne at gøre udvalget opmærksom på væsentlige ændringer i uddannelsen herunder ændring i lærerkræfter.

En godkendelse af psykoterapeutiske uddannelser er gældende i 5 år, hvorefter der skal ske en genansøgning. DPS's og BUP-DK's bestyrelse er ankeinstans for godkendelse af uddannelser.

Uddannelsesreglerne gælder for psykiatere og børne- og ungdomspsykiatere.

For andre faggrupper kan godkendelse af specialist- og supervisoruddannelse opnås efter en individuel vurdering i henhold til ovenstående kriterier og ansøgerens psykiatriske erfaring indenfor klinisk psykiatri.

Der er i 2005 indgået en samarbejdsaftale med Dansk Psykologforening. Ifølge denne kan psykologer efter ansøgning få overført specialistanerkendelse i psykoterapi under forudsætning af to års klinisk psykiatrisk erfaring. Supervisoranerkendelsen kan overføres direkte.

Oplysninger om godkendte specialistuddannelser, godkendte specialister i psykoterapi og godkendte supervisorer kan findes på [www.dpsnet.dk](http://www.dpsnet.dk) eller [www.bupnet.dk](http://www.bupnet.dk)

Der henvises i øvrigt til Målbeskrivelsen på Sundhedsstyrelsens hjemmeside, SST.dk, hvoraf det fremgår hvilke kompetencer i speciallægeuddannelsen, der tilegnes under Grunduddannelsen i psykoterapi.