



IPT – Interpersonell Psykoterapi **Utbildningshandledning, Nivå B**

Löper över ca 1,5 teramin;

Plats: Zoom

Klinisk träning i IPT – Nivå B - Detta kliniska moment är det som är certifieringsgrundande. Det förutsätter att deltagaren har genomfört nivå A, har tagit sig an litteratur och behandlingsprotokoll så man är rustad för det kliniska momentet samt har teoretiska och praktiska förutsättningar att arbeta kliniskt med affektiva störningar. I Sverige krävs det att deltagaren sedan tidigare har minst en grundläggande psykoterapikompetens (tidigare kallat steg ett). Den kliniska träningen sker genom regelbunden handledning enligt följande:

Handledning på B-nivå – generella regler

- Handledning på minst två ärenden av en ackrediterad IPT-handledare (nivå D)
- Minst 75 % av sessionerna i varje ärende skall vara handledda.
- Handledningen ska ske utifrån video eller ljudinspelade sessioner.
- Vid grupphandledning skall den handledde ha möjlighet att diskutera sitt eget ärende minst 4 timmar.
- Alla sessionerna skall vara inspelade och minst en session av varje ärende ska vara bedömd efter en IPT kompetens-/följsamhetsskala av handledaren (ARRS).
- De två ärendena skall helst olika fokusområden.

Omfattning & Kostnad

Handledning 45 min varannan vecka via zoom. Mellan handledningssessionerna dokumenterar den handledde kring terapierna på utbildningsplattformen Relatéra, för att känna sig rustad inför handledningen. På detta sätt kan handledaren följa terapierna övergripande på ett sätt att handledningen kan fokusera på det den handledde främst vill diskutera snarare än att handledningen främst skall bli en kontrollfunktion. Baserat på två terapier a 16 sessioner, samt observation av två hela sessioner utifrån ARRS är det lämpligt att beräkna 16–20 handledningssessioner. Kostnaden totalt bör därmed beräknas till 28000–35000 kronor exklusive moms.

Examination

Genom att dokumentera och reflektera kring det terapeutiska arbetet och sin egen inläring under hela processen sker bedömningen explicit verbalt och i skrift mellan student och handledare. Detta sammanläggs i en behandlingsrapport på varje terapi med fokus på att reflektera kring metoden och studentens lärdom att ha jobbat med just denna terapi för att på så sätt väva samman teori, praktik till ny kunskap. Studenten kan då bli certifierad IPT-terapeut.



Instrument i utbildningsterapierna

Nedanstående protokoll skall användas vid IPT-handledning på nivå B. Dessa gäller tills vidare. Behandlingsprotokollet (som är under omarbetning), handlar om att följa sin terapi och sin egen väg in i IPT-metoden.

- Behandlingsprotokoll
- ARRS (Audio Recording Rating Scale)
- ARRS kortform
- Överenskomna skattningsformulär för respektive terapi
- Terapisammanfattning (utgå från behandlingsprotokollet)

ARRS – Ett operationaliserat sätt att observera och ta sig an de olika strategierna i IPT, är ARRS (audio recording rating scale) eller observatörsskattning som den också kallas. Den är framtagen av Roslyn Law, UK och översatt av IPT-föreningen.

ARRS består av både generella strategier som utgör "takten och tonen" i IPT och som tillsammans skapar den utforskande, klaggörande och meningsbärande "mood-event" rörelsen i samtalet i IPT, oavsett var i behandlingen man är. Vidare består ARRS av strategier för respektive behandlingsfas, och respektive fokusområde. ARRS är framtaget att skatta följsamhet från 0-6, vilket är ett bedömningsinstrument i grund och botten. I IPTS föredrar vi att man tittar på sina inspelade terapier med poäng 6 för aktuell strategi som en målbild som man kan sträva mot men inte självklart bör uppnå helt och fullt. Det blir också ett sätt att påminna sig om vilka olika moment som en IPT-terapi kan/bör innehålla, om än olika mycket beroende på patient. De strategier som är grönmarkerade skall förekomma i alla sessioner för att terapi skall räknas som en IPT-terapi (även detta en målbild).

På nivå B, förväntas man ha läst igenom ARRS så pass mycket att man är bekant med de olika strategierna (från början hämtade från Kleermans bok från 1984). Reflekterar över dem när man tittar på de inspelade terapierna och tränar sig på att skatta minst en hel session i varje terapi (antingen tillsammans med handledaren eller var och en var för sig med gemensam återkoppling efteråt.) På nivå C och D tränar man alltmer aktivt att observera sig själv och de andra i handledningsgruppen utifrån ARRS och kunna reflektera över lämpligheten i olika val av strategier med tanke på att IPT är en semistrukturerad manual. Som hjälp att skatta sig själv har Sanna Aila Gustafsson tagit fram ARRS-kortform, som är ett lättillgängligt sätt att "bocka av" strategier när man tittar på sin film.

Struktur för handledningen

Handledningen på nivå B kan röra sig kring olika teman runt terapin rörande följande områden; 1.) Patientens problem 2.) IPT-strategier 3.) Min roll som terapeut



Handledningen skall syfta till att IPT-terapeuten stärks i sin egen förmåga att reflektera kring och utöva IPT på ett mer självständigt sätt. I takt med att terapeuten tar sig an ARRS, förväntas hen öka sin självobservation kring följsamhet och tillämpning av metoden.

Handledningen genomförs varannan vecka, 45 min per terapeut och då förväntas den handledde redogöra kring varje session som gått sedan senaste handledningstillfälle i olika omfattning. Nedan är förslag på en struktur för handledningssessionen för respektive terapeut:

1. Kort summering av respektive terapi avseende; Session, symtom, fokusområde
2. Kort om upplevelsen i terapin
3. Val av dagens handledningsfråga; "Jag har valt att ta upp denna terapi idag för att..."
"Jag vill ha gruppens hjälp att..." Utifrån detta visas utvalt filmklipp på 5-10 min. Både den handledde, gruppen och handledaren reflekterar med fokus på den handleddes fråga. Oavsett försöker vi aktivt föra in ARRS på ett naturligt sätt i handledningen
4. Summering – planering "Detta tar jag med mig....."

Delar av detta kan med fördel dokumenteras i plattformen Relatéra inför handledningen så att fokus kan få bli på filmobservation, reflektion och metoddiskussion.

Inför handledningen

- Spela in sessionen och använd framtagna instrument.
- Titta/lyssna på sessionen/sessionerna och fundera över vilken handledningsfråga som är mest relevant i din process utifrån denna terapi.
- Sätt dig in i ARRS; både de generella strategierna och de fas- och fokusspecifika strategierna
- Notera gärna återkommande i ARRS-kortversionen vilka strategier du noterar i de filmer du tittar på.
- Om handledningen är kopplad till utbildningsplattformen Relatéra, förbereder du dig genom att skicka in sessionsrapporten innan handledningen.

Att utvärdera handledningen

Frågor handledde och handledare bör fundera över återkommande tillsammans är;

- Hur tycker vi det går med IPT-handledningen i stort? – Om en skulle välja tre beskrivande ord för hur det känns med IPT-handledningen – Vilka väljer en då?
- Hur tycker vi handledningsgrupp och samarbetet i grupp och med handledare fungerar
- Vad tänker en om ens egen roll, situation och kunskapsinläring?
- Vad är bra?
- Är det något en själv vill utveckla eller förbättra?
- Är det något handledaren skall tänka på/ jobba på att förbättra?



Relatéra – Utbildning –Handledning – Psykoterapi
www.relatera.net

Ansvar

Handledare, dvs. Malin Bäck ansvarar för att stödja den handledde att ta sig an metoden IPT på bästa sätt utifrån den aktuella patientens förutsättningar. Ordinarie verksamhetsansvarig ansvarar för behandlingen och patientansvaret i stort.

Värnamo 2023-03-11

Malin Bäck