



Dato 29.08.23.

Utdanningsprogram for tjenestesteder som arbeider med voldsutøvere og vold i nære relasjoner.

«Stortinget ber regjeringen sikre at alle kommuner har kunnskap om, og kan tilby nødvendig hjelp og veiledning til personer som har utfordringer med sinnemestring, eller som er dømt for vold eller seksuelle overgrep.»

MÅLSETTING : Etablering av behandlingstilbud til voldsutøvere. Jfr. Regjeringens handlingsplan for å forebygge og bekjempe vold i nære relasjoner.

St. Olavs Hospital avdeling Brøset Kompetansesenter for sikkerhets-, fengsels- og rettspsykiatri samarbeider med Helsedirektoratet og RVTS for å implementere Sinnemestring Brøset Modellen (SBM) nasjonalt. SBM er et av tiltakene i handlingsplanen «Frihet fra vold 2021- 2024 » og mange offentlige tjenester har opprettet behandlingstilbud til voldsutøvende menn, kvinner og ungdom.

Målgruppe; Bachelor i helse / sosialfag eller psykologi. Andre faggrupper som arbeider i voldsfeltet kan også søke se informasjon side 5 og 6.

Utdanningsprogram og etablering av tilbud innenfor tjenestestedet:

Brøset og RVTS har etablert et undervisningsprogram for tjenestesteder som møter voldsutøvere innen; **Psykisk helse og rus / barnevernet i kommunene, familievernkontor, DPS og spesialisthelsetjenesten.** Det er en egen manual som er akkreditert for **Kriminalomsorgen.**

Undervisningen legges til regionale RVTS.

SBM bygger på en kognitiv evidensbasert teori, og innføringsseminaret i kognitiv terapi er godkjent av Norsk Forening for Kognitiv Terapi. (se vedlagt informasjon)

Behandlingstilbudet må forankres i ledelsen, og inngå i langsiktige virksomhetsplaner.

Utdanningsprogrammet er støttet av Helsedirektoratet og det er ingen kursavgift.

Vennlig hilsen

Stig Jarwson

Prosjektleder, Veileder i kognitiv terapi NFKT.

Psyk.sykepl. MSc

Anne Meisingset

Psyk.sykepl MSc

Sinnemestringsterapeut.

Hvilke tjenesteapparat skal implementeres?

Helsedirektoratet forutsetter at det skal tilbys ulike behandlingsformer i et nasjonalt perspektiv, og Sinnemeststringsmodellen skal utvikle denne kompetansen spesielt innen det offentlige tjenesteapparatet.

Med de siste utdanningskullene vil Brøset Sinnemestring ha opparbeidet denne kompetansen i alle landets fylker. På landsbasis er det nå utdannet ca. 600 terapeuter.

- Tverrfaglig utdanning
- Inneholder innføringsseminar i kognitiv terapi trinn I.(NFKT)
- Regionale veiledersamlinger i samarbeide med RVTS etter endt utdanning.

Når det nå tilbys en utdanningsplan for å etablere behandlingstilbud må dette forankres i ledelsen, og inngå i langsiktige virksomhetsplaner.

A. I forhold til vold i nære relasjoner:

Behandlingsmodellen er implementert innen psykiatri / poliklinikker /DPS ,og kommunehelsetjenester. Så langt har blant annet 30 av landets familievernkontor tatt i mot tilbudet om å bygge opp sin kompetanse på ”behandlingstilbud til voldsutøvere”.

Det er utarbeidet manualer både for gruppe og individuell behandling.

B: Det er også en egen ungdomsmanual som kan benyttes fra 14 år og oppover.

Denne er benyttet i ulike ungdomsinstitusjoner.

C. Utdanningsopplegg for ansatte i fengsel.

Brøset har siden 2001 hatt et samarbeide med Kriminalomsorgen og har de siste årene utarbeidet et eget program for voldsdømte i fengsel og for de som dømmes til å delta på et voldsprogram.

Dette programmet er akkreditert gjennom Justisdepartementet (KDI) våren 2009 og 2021.

Oppbygning av veiledningsnettverk i de ulike regioner.

Brøset samarbeider med de regionale RVTS om årlige nettverksmøter og veiledningssamlinger i regionene. I perioden 2021-2023 legges det opp til en årlig 2 dagers samling i hver region.

Terapeutene kan også kontakte Brøset og RVTS ved veiledningsspørsmål til enhver tid.

Det er fortløpende oppdateringer på hjemmesiden; www.sinnemestring.no

PRAKTISKE OPPLYSNINGER:

Utdanningsprogrammet er støttet av Helsedirektoratet og det er ingen kursavgift. Undervisningen vil i hovedsak legges til de regioner som deltar. Dette kan bety utgifter til reise og overnatting da kursene gjerne omfatter landsdeler. Det bør delta 2 behandlere (helst kvinne/mann) fra hver enhet som skal drive gruppebehandling. Det er også utarbeidet manual for individual behandling. Ledelsen ved ditt arbeidssted må legge til rette for at det iverksettes en behandlingsgruppe ved ditt tjenesteapparat i utdanningsperioden.

Gå inn på nettsiden; www.sinnemestring.no for nærmere informasjon om opplæringsprogrammet.

Sinnemestringstilbudet er også lenket til: <https://dinutvei.no/>, iverksatt av justisdepartementet.

Ved spørsmål mail: stig.jarwson@stolav.no telefon: 72 82 35 58 mobil: 916 57 590

Eller: Anne.Meisingset@stolav.no telefon: 728 23554 mobil: 938 58 060

Spørsmål om utdanningen og påmelding kan rettes Via regionalt RVTS :

Sør : Sapna Sharma': <Sapna.sharma@rvtssor.no

Vest : Geir Johnny Olsen; geir.johnny.olsen@helse-bergen.no

Midt: Grete Ystgård; Grete.Ystgard@stolav.no

Øst: Svinung Odland; sveinung.odland@rvtsost.no / eller henning.herrestad@rvtsost.no

Nord: Wibeke Pedersen; Wibeke.Pedersen@unn.no

Implementering av Sinnemestring Brøset Modellen 2023- 2024

Tverrfaglig utdanningsprogram i forhold til vold i nære relasjoner

Det er 2 utdanningskull pr år, og disse er lagt til følgende regioner:

Kull- Region	Oppstart	*Videre Samlinger	Merknader
30. RVTS Øst Oslo	Våren 2023	26 - 27 januar, 8 – 10 mars, 3 – 4 mai, 6 – 7 september, 11- 13 oktober , 15 - 16 november	Hjemmeeksamen 15.11.23.
31. RVTS Nord Tromsø	Høst 2023 Vår 2024	20- 22 september, 22 -24 november, 1- 2 februar, 14 – 15 mars, 17 – 19 april.	Hjemmeeksamen 8 mai 2024.
32. RVTS Øst Oslo	Våren 2024 Høst 2024	Våren 2024 : 20 - 22 mars, 24 – 26 april, 23 – 24 mai. Høsten 2024: 5 – 6 september, 17 – 18 oktober	Søknadsfrist 01.02.24. Hjemmeeksamen 13 november

** forbehold om justering av datoer*

****OBS søknad om påmeldingsfrist.** (svar om plass blir gitt når påmeldingsfristen går ut)

Søknad om påmelding sendes : Se søknad om påmelding på RVTS nettside i din region med kopi til : stig.jarwson@stolav.no

Det er 6 samlinger i løpet av 12. mnd.

Nærmere beskrivelse er lagt ved; Informasjon om utdanningen.

Følgende prioritering:

1. Tjenestesteder som ligger i regioner hvor det er manglende tilbud.
2. Tjenestesteder som har behov for å utdanne flere til å drifte grupper.
3. Tilbudet må være forankret i ledelsen og det må være konkrete planer om å gjennomføre gruppebehandling. (Evt individual tilbud)

Undervisningsprogram

”Et spesialisert behandlingstilbud til voldsutøvende menn og kvinner”

Teoretisk innhold:

Undervisningsprogram til behandlere i Sinnemestringsprogrammet

Behandlingsmanualen for Sinnemestring baserer seg på ”kognitiv terapeutisk tilnærming”, i tillegg gis terapeutene en grunnleggende basiskunnskap i kognitiv terapi.

Dette innebærer at vi samkjører sinnemestringsmanualen med innføringsseminaret i kognitiv terapi, trinn 1. for høgskoleutdannet personell, basert på det årlige seminaret på 80 timer. Vi samarbeider her med Norsk Forening For KognitivTerapi (NFKT), se også;

<https://www.kognitiv.no/utdanning/vare-videreutdanninger/kognitiv-terapi-for-helsepersonell-med-helse-og-sosialfaglig-bachelorutdanning/>

Det vil også undervises i voldsteori i samarbeide med RVTS, og her vil de som jobber med relasjonsvold få spesifisert følgende tema:

A.

- Voldsdefinisjoner/ulike typer vold
- Voldens konsekvenser (offerenes situasjon, sosiale konsekvenser traumeteori m.v.)
- Voldens psykologi (ulike forklaringsmodeller)
- Barn som er vitne til vold
- Tverrfaglig samarbeid (helhetlig behandlingstilbud for målgruppa).

Her kan vi da på enkelte samlinger dele opp undervisningen ut i fra de ulike tjenesteapparatene.

Felles krav for godkjenning;

1. Minimum 90 % oppmøte.

Det blir lagt vekt på egenaktivitet i form av kliniske presentasjoner, rollespill og diskusjoner. Kurset går over 6 samlinger; 3 + 3 + 2 + 2 + 2 + 2 dager til sammen 100 timer i løpet av 12 mnd.

2. Oppstart av praksis:

Vårt undervisningsopplegg baserer seg på at deltakerne starter gruppebehandling i eget distrikt / tjenestested (eventuelt individuell behandling). Deltagerne får prøve ut teorien samtidig som de får veiledning på egen terapeutrolle under utdanningen.

3. Video på egen terapeut rolle (ikke obligatorisk krav , men ønskelig)

De 2 siste samlingene baserer seg på at terapeutene tar opp video for veiledning på egen terapeutrolle. Kandidaten skal skrive et refleksjonsnotat med refleksjoner over egen læreprosess knyttet til gruppeveiledningen og tilbakemelding fra veileder.

4. Eksamen

På siste samling er det en 3 timers eksamen i forhold til innføringsseminaret i kognitiv terapi, som er obligatorisk. Dette er pr 2021 lagt opp til hjemmeeksamen.

De som fullfører kurset er kvalifisert for å drive Sinnemestringsgrupper i henhold til vårt program.

Om innføringsseminaret i kognitiv terapi

Krav til deltakelse på innføringsseminar:

Helse/sosialarbeider med minst 3-årig høyskoleutdannelse

Klinisk praksis fra psykiatri / familievernkontor (vårt program utdanner også fengselsbetjenter, slik at disse bør ha erfaring fra programvirksomhet i fengslet)

Aktivt arbeide med pasienter / insatte under kursperioden, slik at deltakeren har pasienter å trene seg på.

Det er mulig å søke om unntak for dem som ikke har den nødvendige utdannelsen, men som har andre former for utdanning og som kan kompensere dette med lang realpraksis. I slike tilfeller må det søkes styret i NFKT om unntak. Krav til opptak har blitt strengere i NFKT når det gjelder arbeidspraksis og uten en bachelorgrad innen helse/sosial kan man ikke gå videre på trinn 2.

Det sendes inn et eget påmeldingsskjema til NFKT som skal inneholde følgende opplysninger: navn, yrke, utdannelse, arbeidspraksis, om man arbeider med pasienter / innsatte i utdanningsperioden.

Hensikt

Seminaret vil gi en teoretisk innføring i grunnleggende prinsipper i og en praktisk anvendelse av kognitiv terapi. Hovedfokus vil bli lagt på behandling av angst og depresjon, og levereregler, samt kognitiv gruppebehandling, spesielt i forhold til sinnemestring.

Kurset vil vekse mellom forelesning, gruppearbeid, rollespill, videodemonstrasjoner, plenumsdiskusjoner og fremlegg av egne terapier.

Målsettingen med veiledningssamlingene er å gi kandidatene mulighet til å fordype seg i teoretisk og praktisk kunnskap om kognitiv terapi, samt å gi veiledning på praktisk-kliniske problemstillinger og øke ferdighetene deres i anvendelse av kognitive behandlingsteknikker.

Utøvelse av kognitiv terapi involverer fem kompetanseområder som en tilstreber at kandidaten skal kunne etter endt utdanning. Se detaljert beskrivelse av disse på

<http://www.kognitiv.no/kompetanseomraader>

Eksamen for innføringsseminaret

Hjemme -eksamen er skriftlig på 3 timer (fremmedspråklige og lese / skrive vansker kan få en time ekstra) og består av en case og 4 oppgaver som alle skal besvares.

Bestått eksamen er en forutsetning for at kandidaten mottar kursbevis fra NFKT.

Dersom kandidaten ikke består eksamen første gang, får man mulighet til å gå opp til eksamen en gang til. Ved bestått trinn 1, er det mulig å søke seg inn på NFKT's videreutdanning på trinn 2. (se krav om dette på: www.kognitiv.no)

Godkjennelse

Godkjent Kursbevis fra NFKT forutsetter minst 90 % deltakelse på kursdagene og veiledningsseminarene og bestått avsluttende eksamen.

Kursledelse/forelesere/veiledere

Brøset Kompetansesenter har ansvaret for undervisningen, og vil trekke inn fagfolk innenfor de ulike tema. Disse har veiledergodkjenning gjennom NFKT, og klinisk erfaring fra gruppearbeide med denne modellen.

Når det gjelder tema som går på voldsteriorer, vil RVTS samarbeide om undervisningen.

Vedlagt følger en oversikt over kursoppsettet:

Undervisningens innhold - Kursplan:

Første samling:

Dag 1 Innføring i Sinnmestringsmodellen – Utdeling av manualer i papirversjon.

- Dagsorden
- Historikk Sinnemestring
- Forventninger til utdanningsprogrammet, egen utvikling som veileder og veiledersamlingene , presentasjon av deltakerne.
- Presentasjon av Sinnmestringskurset / Manualer / Teori
- Kognitiv grunnmodell
- Gjennomgang av Sinnesirkel
- Bruk av struktur for individualtime/gruppe
- Terapeutiske holdninger og prinsipper I kognitiv terapi
- Sokratisk spørreteknikk.
- Oppsummering

Dag 2 Voldsdefinisjoner/ulike typer vold (RVTS)

- Voldens konsekvenser (offerenes situasjon, sosiale konsekvenser traumeteori m.v.)
- Voldens psykologi (ulike forklaringsmodeller)

Dag 3

- Kognitiv terapi ved Sinnemestring – Video fra Brøset gruppeterapi.
- Gjennomgang av ABC modell / 5-kolonneskjema
- Kognitiv kasusformulering
- Gjennomgang av ulike manualer (evt oppdeling for KIF ansatte)
- Pedagogisk bruk av arbeidsboka som verktøy

Andre samling:

Dag 4

- Dagsorden
- Kognitiv terapi ved personlighetsforstyrrelser
- Sammenhengen mellom sinne/ vold og leveregler
- Leveregelskjema brukt i den kliniske hverdagen
- Gjennomgang av terapeut- kompetanseskjema, CTACS
- Oppsummering
- Dagsorden - Hvordan komme i gang med grupper?
- Hvordan informere om tilbudet I egen region
- Evaluering av effekt:
- Bruk av skjema, f. eks. Conflict Tactic Scale, BDI., ”Youngs” skjema for grunnleggende leveregler

Dag 5 (RVTS fortsetter)

- Voldens konsekvenser (offerenes situasjon, sosiale konsekvenser traumeteori m.v.)
- Barn som er vitne til vold.
- Tverrfaglig samarbeid (helhetlig behandlingstilbud for målgruppa).

Dag 6

- Dagsorden (disponere 2 - 3 grupperom m / tavle)
- Rollespill med øvelser, ABC modellen, 5- kolonneskjema og sokratisk spørreteknikk, bruk av flippover.
- Motivasjon til bruk av arbeidsboka
- Gruppeprosesser

Tredje samling**Dag 7 Kognitiv terapi ved depresjon (innføringsseminaret)**

- Dagsorden
- Diagnostisk gjennomgang, hva er en depresjon? (ICD-10 / DSM IV)
- Den Kognitive Modell for depresjon
- Medikamentell tilleggsbehandling?
- Sosialisering til behandling
- Problemliste og mål.
- Endringsteknikk ved depresjon: atferdsteknikker
- Endringsstrategier ved depresjon: kognitive metoder.
- Kasuspresentasjon / videoer
- Tilbakefallsforebygging
- Avslutte behandling
- Øvelse: Bruk av tankeregistreringsskjema.

Dag 8 (Disponere 2 – 3 grupperom m/ tavle)

- Dagsorden (sinnemestring)
- Rollespill med øvelser, ABC modellen, 5- kolonneskjema og sokratisk spørreteknikk, bruk av flippover.
- kasusfremlegging og veiledning

Arbeidsoppgave :

Kandidaten skal skrive et refleksjonsnotat på om lag 2-3 maskinskrevne sider, med refleksjoner over egen læreprosess knyttet til gruppeveiledningen og tilbakemelding fra veileder.

Fjerde samling**Dag 9 : Kognitiv terapi ved panikklidelse og agorafobi (innføringsseminaret)**

- Dagsorden
- Diagnostisk gjennomgang (ICD-10/DSM IV)
- Måleinstrumenter
- Den kognitive modell for panikklidelse med og uten agorafobi (Clarks modell)
- Feilfortolkninger
- Atferdseksperimenter
- Hjemmeoppgaver
- Eksponeringsteknikker
- Behandlingsprinsipper individuelt eller i gruppe

- Video/kasuspresentasjon
- Summegrupper/øvelser
- Medikamentell tilleggsbehandling
- Oppsummering og evaluering

Dag 10

- Dagsorden (disponere 2 grupperom m/ tavle)
- Innsjekk fra deltakere Status / spørsmål
- Gjennomgang av momentlisten / pensum for eksamen.
- Rollespill med øvelser, ABC modellen, 5- kolonneskjema og sokratisk spørreteknikk, bruk av flippover.
- Kasusfremlegging og veiledning

Femte samling

Dag 11 : Kognitiv terapi ved sosial angstlidelse

- Dagsorden
- Hva er sosial angstlidelse
- Diagnostisk gjennomgang (ICD-10/DSM IV)
- Måleinstrumenter
- Kognitiv modell for sosial angstlidelse (Clarks/Wells-modell)
- Feilfortolkninger
- Behandling av sosial angstlidelse, individuelt eller i gruppe
- Atferdseksperimenter med og uten tryggingstrategier
- Hjemmeoppgaver
- Video/kasuspresentasjon
- Summegrupper/drøfting
- Medikamentell tilleggsbehandling
- Oppsummering/evaluering

Dag 12

- Dagsorden (disponere 2 grupperom m/ tavle)
- Veiledning på egen terapeutrolle / terapeut tar med video fra gruppe
- Rollespill
- Øvelser med ”Kognitiv Terapi Skala: Sjekkliste for terapeutisk kompetanse”

Sjette samling

Dag13.

- Dagsorden
- Eksamen
- Skriftlig eksamen I henhold til NFKT:2 timer.
- Evaluering av kurset
- Arbeide videre som kognitiv terapeut
- Behov for videre veiledning

Dag 14.

- Dagsorden (disponere 2 grupperom m/ tavle)
- Innsjekk fra deltakere Status / spørsmål
- Veiledning på egen terapeutrolle / terapeut tar med video fra gruppe

PENSUMLISTE:

Det vil bli tilsendt manualer elektronisk i tillegg til følgende litteratur som pensum.
Skriv ut fagstoff og ta med på samlingene.

Torkil Berge & Arne Repål, "Håndbok i kognitiv terapi" 2. utgave Gyldendal Norsk Forlag 2015.
spes kapittel:

Kap 1: Introduksjon til kognitiv terapi (Grunnelementer)
Kap 2: Behandlingsalliansen i kognitiv terapi
Kap 3 og 4: Brukerperspektiv og atferdseksperimenter
Kap 5, 6 og 7: Fobier , Panikklidelse og sosial angst lidelse
Kap12 og 13: Depresjon
Kap 14 : Vold og aggresjon: Kurs i Sinnemestring Stig Jarwson

Torkil Berge og Arne Repål (2011). Den indre samtalen.
Lær deg kognitiv terapi. 3. utgave. Oslo: Gyldendal Akademisk.

Beck, J. S. (1995) Cognitive therapy. Basic and beyond
New York: Guilford Press

Se også pensumliste : <https://www.kognitiv.no/wp-content/uploads/2015/11/Studieplan-trinn-1.pdf>

Supplerende litteratur:

Jeffrey E,Young. Janet S.Klosko(1993) Gjenvinn livet ditt Helse og Rehabilitering.
ISBN 82-996580-0-4

Narud Kjersti (2014) "Vold mot kvinner".
Cappelen Damm Akademiske.

Adrian Wells (1997). Cognitive Therapy of anxiety disorders: A practice manual and conceptual guide. Chichester, UK: John Wiley & Sons. 300 s.

Wilhelmsen, I. (2004) Sjef i eget liv. En bok om kognitiv terapi
Hertevig Forlag 158 s

Martinsen E.W. (2004) Kropp og sinn
Fagbokforlaget 184 s.

Isdahl, P. (2000).Meningen med volden. Oslo Komuneforlaget.

Vennlig hilsen

Stig Jarwson
Prosjektleder
Tlf 91657590

Merete Berg Nessel
Forskningssykepl. Ansv. Fengsel.
Tlf 92433939

Momentliste

1. Den terapeutiske alliansen og terapeutrollen i kognitiv terapi.
2. Sosialisering til kognitiv terapi
3. Psykoedukasjon
4. Den kognitive grunnmodellen ("Diamanten").
5. Dysfunksjonelle tankemønstre/tankefeil/tankefeller.
6. A–B–C–D–E-modellen.
7. Tre og fem kolonnens tankeregistreringsskjemaer.
8. Automatiske tanker, sekundære leveregler (betingende antagelser), grunnleggende leveregler (grunnleggende overbevisning) og kompensatoriske strategier.
9. Kognitiv kasusformulering; formål, sentrale komponenter og kliniske eksempler.
10. Teknikker og spørsmål som er viktige for å identifisere og modifisere automatiske tanker.
11. Strukturen i kognitiv terapi
12. Atferdsekspériment og hensikten med denne metoden.
13. Sokratiske dialog, veiledet oppdagelse og samarbeidende utforskning, og eksempler på sokratiske spørsmål.
14. Kombinasjonen kognitiv terapi og medikamentell behandling ved ulike typer av psykiske lidelser.
15. Bruk av hjemmeoppgaver, hensikten med dem og eksempler.
16. Innta en observerende posisjon til tankene.

Depresjon

1. Becks depresjonsmodell/kasusformulering.
2. Becks kognitive triade.
3. Feilfortolkninger/tankefeller som er sentrale ved depresjon.
4. Registrering og planlegging av aktiviteter, mestring og tilfredsstillelse.
5. Atferdsaktivering ved depresjon
6. Depressiv grubling.
7. Tilbakefallsforebygging ved depresjon

Angstlidelser

1. Den kognitive modellen for panikklidelse ("panikksirkelen").
2. Den kognitive modellen for sosial angstlidelse (Clark–Wells-modellen).
3. Uønskede effekter ved bruk av trygghetssøkende strategier og selvfokusering ved sosial angstlidelse.
4. Unngåelsesatferd og trygghetssøkende strategier (sikkerhetsatferd) ved angstlidelser
5. Etablere et eksternt fokus i angstskapende situasjoner.
6. Hvordan forholde seg til forventningsangst og etterbeiarbeiding (grubling) ved sosial angst.
7. Prinsippene for eksponeringsbehandling av pasienter med panikklidelse med agorafobi.
8. Eksponering ved spesifikke fobier.
9. Bruk av atferdsekspériment ved sosial angstlidelse.
10. Bruk av atferdsekspériment ved panikklidelse og agorafobi.