



Dato 01.03.2017

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.»

Anmodningsvedtak nr. 624 fra Stortinget. *Vedtak nr. 624 (2014–2015), 8. juni 2015*

MÅLSETTING : Etablering av behandlingstilbud til voldsutøvere. Jfr. Regjeringens opptrappingsplan mot vold og overgrep Prop. 12 S 67 (2017–2021)

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 Regjeringens handlingsplan « Et liv uten vold 2014 – 2017» og mange offentlige tjenester har opprettet behandlingstilbud til voldsutøvende menn, kvinner og ungdom.

Utdanningsprogram og etablering av tilbud innenfor tjenestestedet.

Terapeutisk kompetanse for å arbeide med voldsutøvere og vold i nære relasjoner.

Brøset og RVTS har etablert et undervisningsprogram for tjenestesteder som møter voldsutøvere innen; **Psykisk helse og rus / barnevernet i kommunene, familievernkontor, DPS og spesialisthelsetjenesten.** (Akkreditert også 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
Psyk.sykepl. MSc

Merete Berg Nessel
Forskningssykepleier Phd-kandidat

Kåre Nonstad
Psykologspesialist
Sjefspesikolog avd Brøset.

Hvilke tjenesteapparat skal implementeres?

Helsedirektoratet forutsetter at det skal tilbyes ulike behandlingsformer i et nasjonalt perspektiv, og Sinnemestringsmodellen 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. 430 terapeuter.

- Tverrfaglig utdanning
- Inneholder innføringsseminar i kognitiv terapi trinn I.
- Regionale veiledersamlinger etter endt utdanning.

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

A. I forhold til vold i nære relasjoner:

Så langt har psykiatri / poliklinikker /DPS , kommunehelsetjeneste og 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 våren 2009.

Oppbygning av veiledningsnettverk i de ulike regioner.

Brøset samarbeider med de regionale RVTS om årlige nettverksmøter og veiledningssamlinger i regionene. I perioden 2017- 2021 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 også 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, samt en film om innholdet i Brøsetmodellen. <http://kunde.valero.no/sinnemestring/>

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

Merete.berg.neset@stolav.no telefon; 728 23 560

Eller: Anne.Meisingset@stolav.no telefon: 728 23554

Roar.berg@stolav.no telefon: 728 23 554

Spørsmål om utdanningen og påmelding kan rettes Via regionalt RVTS :

Sør : Ragnhild Leite; ragnhild.leite@bufetat.no

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

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

Øst: Mary Vold; mary.vold@rvtsost.no

Nord: Jens Salamonsen; Jens.Salamonsen@unn.no

Implementering av Sinnemestring Brøset Modellen 2017 - 2021

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
19. RVTS Sør Kristiansand	20- 22.sept. 2016	2016 ; 15-17.11. 2017 ; 18-19.01, 15-16.03, 26- 27.04, 31.05-01.06.	**Påmeldingsfrist: 01.08.2016. Eksamen 31 juni
20. RVTS – Øst. Nydalen Oslo	31.01- 02.02.17	28.03 – 30.03. 10.05.- 11.05. 06.09. – 07.09. 11.10- 12.10. 15.11- 16.11.	** Påmeldingsfrist 01.01. 2017
21. RVTS Midt Trondheim	03.10 – 05.10.17	21.11.-23.11.17, 17.01- 18.01.2018, 07.03- 08.03., 11.04.- 12.04., 30.05.- 31.05.	Påmeldingsfrist : 01.09.2017.

* forbehold om justering av datoer

**OBS påmeldingsfrist.

Påmelding sendes : 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 2017 - 2021

”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 Kognitiv Terapi (NFKT), se også; www.kognitiv.no

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 (offerens 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 80 % 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. Deltagerne får prøve ut teorien samtidig som de får veiledning på egen terapeutrolle under utdanningen.

3. Video på egen terapeut rolle

De 2 siste samlingene baserer seg på at terapeutene tar opp video for veiledning på egen terapeutrolle. Kandidaten skal skrive et refleksjonsnotat på om lag 2-3 maskinskrevne sider, med refleksjoner over egen læreprosess knyttet til gruppeveiledningen og tilbakemelding fra veileder.

4. Eksamen

På siste samling er det en 2 timers eksamen i forhold til innføringsseminaret i kognitiv terapi, som er obligatorisk.

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.

Det sendes inn et eget påmeldingsskjema til NFKT som skal inneholde følgende opplysninger: navn, yrke, utdanning, arbeids-praksis, 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 veksele 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.

Godkjennelse

Godkjent Kursbevis fra NFKT forutsetter minst 80 % deltakelse på kursdagene og veiledningsseminarene og bestått avsluttende eksamen.

Etter endt innføringsseminar i kognitiv terapi, avlegges en skriftlig eksamen på 2 timer. Bestått eksamen gir da kvalifisert kursbevis fra Norsk Forening for Kognitiv Terapi..

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 voldsterrier, vil RVTS samarbeide om undervisningen.

Vedlagt følger en oversikt over kursoppsettet:

Vedlegg 3**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 Sinnemestringskurset / Manualer / Teori
- Kognitiv grunnmodell
- Gjennomgang av Sinnesirkel
- Bruk av struktur for individualtime/gruppe
- Terapeutiske holdninger og prinsipper I kognitiv terapi
- Sokratiske spørreteknikk.
- Oppsummering

Dag 2 Voldsdefinisjoner/ulike typer vold (RVTS)

- Voldens konsekvenser (offerens 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-koloneskjema
- 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
- Leveregleskjema 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)

A - Barn som er vitne til vold.

- Tverrfaglig samarbeid (helhetlig behandlingstilbud for målgruppa).
- Lovverk.

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
- Atferdsekspirimeter 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:

Torkil Berge & Arne Repål, "Håndbok i kognitiv terapi", Gyldendal Norsk Forlag 2008./ (2015)

Hele boken, men spes kapittel:

- Kap.14,: Vold og aggresjon: Et kurs i Sinnemestring Stig Jarwson og Grethemor Skagseth Haugan.
- Kap 6 : Panikklidelse med agorafobi, Rolf aarøe og Margit Øiesvold
- Kap 7: Sosial angstlidelse, Finn-Magnus Borge og Asle Hoffart
- Kap 12 : Kronisk depresjon , Torkil Berge
- Kap 15: Personlighetsforstyrrelser, Hans M. Nordahl
- Evt Kap 25; Kognitiv par og familieterapi, Terje Tilden

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

Judith S. Beck (2011). *Cognitive behavior therapy. Basics and beyond* (second edition). New York: Guilford Press. 380 s.
(Dansk oversettelse: Judith S. Beck (2013). *Kognitiv adfærdsterapi, grunnlag og perspektiver*. København: Akademiske Forlag).

Supplerende litteratur:

Jeffrey E,Young. Janet S.Klosko(1993) Gjenvinn livet ditt Helse og Rehabilitering.

ISBN 82-996580-0-4

Wright, J.H., Basco, M.R. & Thase, M.E. (2005). *Learning cognitive-behavior therapy: An illustrated guide*. American Psychiatric Press. 316 s.

Stig Jarwson (2010) Effekten av manualisert kognitiv gruppeterapi for menn som frivillig søker hjelp mot vold i nære relasjoner. Masteroppgave i sosialt arbeid NTNU Trondheim.

Arendt, M. & Rosenberg, N.K. (2012). *Kognitiv terapi. Nyeste utvikling*. København: Hans Reitzels Forlag 622 s.

Narud Kjersti (2014) Vold mot kvinner. Cappelen Damm Akademisk.

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

Kompetanseoråder i kognitiv terapi med nyttige artikler

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

Eksamen er skriftlig (2t - fremmedspråklige 3 t) og består av 4 oppgaver som alle skal besvares.

Bestått eksamen er en forutsetning for at kandidaten mottar kursbevis.

Dersom kandidaten ikke består eksamen første gang, får man mulighet til å gå opp til eksamen en gang til.

Ekstern kompetansegivende eksamen

Norsk forening for kognitiv terapi arbeider med mulighet for å ta vektallseksamen da dette er endret fra 2016. Tidligere kunne de som bestod innføringsseminaret ta eksamen ved [Høgskulen i Sogn og Fjordane](http://www.hsf.no). www.hsf.no

Studieplan m/momentliste og pensumliste

Momentliste: Viktige temaer i videreutdanning i kognitiv terapi – Trinn I

Den terapeutiske alliansen og terapeutrollen i kognitiv terapi.

Den kognitive grunnmodellen (den ”kognitive diamant”).

Dyfunksjonelle tankemønstre/tankefeil/tankefeller.

A–B–C-modellen.

Tre og fem kolonnens tankeregistreringsskjemaer.

Automatiske tanker, sekundære leveregler, grunnleggende leveregler og kompensatoriske strategier.

Kognitiv kasusformulering; formål, sentrale komponenter og kliniske eksempler.

Teknikker eller spørsmål som er viktige for å identifisere og modifisere automatiske tanker.

Atferdseksperiment, og hensikten med denne metoden.

Sokratisk dialog, veiledet oppdagelse og samarbeidende utforskning, og eksempler på sokratiske spørsmål.

Psykoedukasjon.

Kombinasjonen kognitiv terapi og medikamentell behandling ved ulike typer av psykiske lidelser.

Bruk av hjemmeoppgaver, hensikten med dem og eksempler.

Depresjon

Becks depresjonsmodell/kasusformulering.

Becks kognitive triade.

Feilfortolkninger/tankefeil som er sentrale ved depresjon.

Tilbakefallsforebygging ved depresjon.

Registrering og planlegging av aktiviteter, mestring og tilfredsstillelse.

Depressiv grubling.

Angstlidelser

Den kognitive modellen for behandling av panikkangstlidelse ("panikksirkelen").

Den kognitive modellen for sosial angstlidelse (Clark/Wells-modellen). Trygghetssøkende strategier og selvfokusering.

Hovedprinsippene ved eksponeringsbehandling av pasienter med panikkangstlidelse med agorafobi.

Bruk av atferdseksperiment ved sosial angstlidelse.