



EN EUROPÆISK PSYKOTERAPEUTS KERNEKOMPETENCER

En europæisk psykoterapeuts professionelle kompetencer. Et projekt udarbejdet af
den Europæiske Psykoterapeutforening (EAP).



GODKENDT AF EAP AGM, MOSKVA, JULI 2013
DEN EUROPÆISKE PSYKOTERAPEUTFORENING (EAP) 2013

Indholdsfortegnelse

Indledning.....	6
Disse kernekompetencer anvendes	6
Område 1: Professionel, selvstændig og ansvarlig praksis	7
§1.1: Etablere en professionel praksis	7
1.1.1: Opføre sig professionelt.....	7
1.1.2: Starte en selvstændig praksis eller blive en del af et professionelt team	7
1.1.3: Arbejde i henhold til godkendte professionelle standarder	7
1.1.4: Gemme information forsvarligt.....	7
1.1.5: Samarbejde med andre professionelle	7
1.1.6: Anerkende andres problemer i en professionel sammenhæng	8
1.1.7: Monitorere, kritisk evaluere og gennemse sager	8
1.1.8: Vedligeholde smidighed i sin praksis på flere måder	8
§1.2: Sørge for gode rammer	8
1.2.2: Sætte de psykoterapeutiske rammer	8
1.2.3: Lave klare aftaler	8
§1.3: Indgå i kvalitetssikring	9
1.3.1: Evaluere praksis regelmæssigt	9
1.3.2: Gennemgå praksis	9
§1.4: Vedligeholde faglig udvikling	9
1.4.1: Vedligeholde relevant Kontinuerlig Professionel Udvikling (CPD).....	9
1.4.2: Praktisere professionelle/faglige kvaliteter	9
1.4.3: Reflektere over egen person og professionelle arbejde	9
1.4.4: Indarbejde ny forskningen	10
§1.5: Have fokus på kontinuerlig personlig udvikling	10
1.5.1: Udvikle personlige kvaliteter for at blive en god, professionel psykoterapeut	10
1.5.2: Deltage i passende selvudvikling	10
Område 2: Den psykoterapeutiske relation	10
§2.1: Etablere en psykoterapeutisk relation	10
2.1.1: Kommunikere tydeligt	10
2.1.2: Definere psykoterapeutens og klientens roller	11
2.1.3: Skabe en arbejdsalliance	11
2.1.4: Aftale ansvar	11
2.1.5: Etablere relevante perspektiver	11
2.1.6: Vise empati og forståelse	11
2.1.7: Skabe et psykoterapeutisk nærvær	12
§2.2: Lede og vedligeholde en psykoterapeutisk relation	12

2.2.1: Vedligeholde den psykoterapeutiske relation	12
2.2.2: Respekttere, værdsætte og udvikle den psykoterapeutiske relation	12
2.2.3: Have selvindsigt i relationen	12
2.2.4: Kommunikere hensigtsmæssigt	13
2.2.5: Evaluere den psykoterapeutiske relation	13
2.2.6: Lede forandringsprocessen	13
2.2.7: Administrere kontakten uden for session	13
2.2.8: Administrere pauser og helligdage hensigtsmæssigt	14
§2.3: Tage vare på eventuelle vanskeligheder i den psykoterapeutiske relation	14
2.3.1: Lede den fortsatte forandringsproces	14
2.3.2: Genkende problematikker	14
2.3.3: Håndtere problemer	14
§2.4: Afvikle et psykoterapeutisk forløb	15
2.4.3: Afvikle den psykoterapeutiske relation	16
2.4.4: Notere resultater af psykoterapien	16
Område 3: Udforskning (vurdering, diagnose og konceptualisering)	16
§3.1: Foretage en vurdering	16
3.1.1: Gøre brug af vurderingsværktøjer	16
3.1.2: Lave et afdækkende interview	17
3.1.3: Foretage en risikovurdering	17
§3.2: Formulere en diagnose/hypotese	17
3.2.1: Genkende og grundigt undersøge om der er eventuel psykisk sygdom/sygdomsproblemer	17
3.2.2: Reagere på tegn på mentale sundheds-/sygdomsbehov	17
§3.3: Danne sig et overblik og beslutte sig for en fremgangsmåde	18
3.3.1: Gøre brug af kliniske erfaringer, teoretiske og metodologisk indsigt, og vurderingsværktøjer	18
3.3.2: Danne sig en forestilling om patientens/klientens behov	18
3.3.3: Træffe beslutninger baseret på vurderinger	18
3.3.4: Afslutte vurderingen	19
Område 4: Lave en kontrakt (udviklingsmål, planer og strategier)	19
§4.1: Indgå en kontrakt med en patient/klient	19
4.1.1: Formulere de vigtigste vanskeligheder	19
4.1.2: Identificere passende og opnåelige mål, planer og strategier	19
4.1.3: Tale med patienten/klienten om motivation	19
4.1.4: Beslutte længden eller omfanget af psykoterapi	20
4.1.5: Udarbejde en 'kontrakt'	20
4.1.6: Evaluere 'kontrakten'	20

4.1.7: Give mulighed for viderehenvisning	20
§4.2: Planlægge psykoterapien	20
4.2.1: Gøre brug af evidensbaseret praksis	20
4.2.2: Trække på psykoterapeutisk teori	20
4.2.3: Træffe en beslutning om den psykoterapeutiske fremgangsmåde	21
4.2.4: Justere planen eller strategien	21
Område 5: Forskellige teknikker og interventioner	22
§5.1: Bruge "standard" teknikker og interventioner	22
5.1.1: Udvikle 'arbejdsalliancen'	22
5.1.2: Identificere relevante teknikker eller interventioner	22
5.1.3: Identificere relevante interaktionsformer	22
5.1.4: Holde øje med og administrer forandringsprocessen	23
5.1.5: Håndtere problemer	23
§5.2: Lede det følelsesmæssige indhold i sessionerne	23
5.2.1: Facilitere bearbejdningen af følelser	23
5.2.2: Opretholde en psykoterapeutisk 'tilstedeværelse'	23
5.2.3: Håndtere ekstreme følelsesudbrud	24
§5.3: Anvende 'andre' teknikker og interventioner	24
5.3.1: Bruge forskningsbaserede teknikker og interventioner	24
5.3.2: Sørge for korrekt træning og supervision	24
Område 6: Forandringsledelse, krise og traumearbejde	24
§6.1: Tage ansvar for forandringer og kriser	24
6.1.2: Lede forandringsprocesser	25
§6.2: Arbejde med mennesker i krise	25
6.2.1: Have kendskab til kriseinterventioner	25
6.2.2: Arbejde med mennesker i krise	25
§6.3: Arbejde med traumatiserede personer	25
6.3.1: Have kendskab til traumearbejde	25
6.3.2: Arbejde med personer med traumer	25
Område 7: Afvikling og evaluering	26
§7.1: Arbejde henimod en afvikling af psykoterapiforløbet	26
7.1.1: Forberede sig på at afvikle det psykoterapeutiske forløb	26
7.1.2: Udforske følelser omkring afslutning	26
7.1.3: Identificere risici eller vanskeligheder	26
§7.2: Tage ansvar for afviklingen af psykoterapiforløbet	26
7.2.1: Lede afviklingen	26
7.2.2: Evaluere processen	27

7.2.3: Identificere problemer, tanker og følelser	27
§7.3: Dokumentere og evaluere psykoterapiforløbet	27
7.3.1: Dokumentere psykoterapiprocessen	27
7.3.2: Evaluere psykoterapien	27
Område 8: Samarbejde med andre fagfolk	28
§8.1: Samarbejde med andre fagfolk	28
8.1.1: Blive kendt med arbejdet hos andre fagfolk	28
8.1.2: Udvikle og opretholde gode samarbejdsrelationer med andre fagfolk	28
8.1.3: Kommunikere effektivt med andre fagfolk	28
§8.2: Fungere som teammedlem	29
8.2.1: Være en del af et fungerende team	29
8.2.2: Reagere hensigtsmæssigt på teammedlemmers/kollegas upassende adfærd	29
Område 9: Brug af supervision, (ligestillet) intervision og kritisk evaluering	29
§9.1: Gennemføre regelmæssig praksisevaluering	29
9.1.1: Arrangere passende supervision/tilsyn	29
9.1.2: Deltage i supervisionen/tilsyn	30
9.1.3: Tilpasse supervisionen	30
9.1.4: Deltage i praksisrevision	30
Område 10: Etik og kulturel følsomhed	30
§10.1: Arbejde inden for en etisk ramme	30
10.1.1: Kende fagligt relevante og etiske retningslinjer og kutymeregler	30
10.1.2: Anvende professionelle og etiske retningslinjer	31
10.1.3: Arbejde med etiske vanskeligheder	31
§10.2: Arbejde med sociale og kulturelle forskelle	31
10.2.1: Kende til kulturelle og sociale forskelle	31
10.2.2: Anvende viden om kulturelle og sociale forskelle	32
10.2.3: Arbejde med sociale og kulturelle vanskeligheder	32
10.2.4: Tilpasse praksis, hvis der arbejdes med 'særlige' klientgrupper	32
§10.3: Arbejde med psykoterapiens sociale, kulturelle og politiske kontekst	33
10.3.1: Have kendskab til psykoterapiens sociale, kulturelle og politiske kontekst	33
10.3.2: Have kendskab til tendenser i psykoterapi	33
Område 11: Ledelse og administration	33
§11.1: Stå for en professionel praksis	33
11.1.1: Administrere et fuldtidsarbejde	33
11.1.2: Vedligeholde passende opbakning og støtte	33
11.1.3: Gennemføre regelmæssig self-management	34
§11.2: Lede en selvstændig eller mindre virksomhed	34

11.2.1: Vedligeholde god forretningspraksis, administration og regnskabssystemer	34
11.2.2: Følge gældende regler	34
Område 12: Forskning	34
§12.1: Holde sig ajour med psykoterapeutisk forskning	34
12.1.1: Have kendskab til psykoterapeutisk forskning	34
12.1.2: Gøre brug af psykoterapeutisk forskning	35
Område 13: Forebyggelse og uddannelse	35
§13.1: Forebygge og uddanne med klienter	35
13.1.2: Uddanne patienter/klienter for at undgå gentagelser	35
13.1.3: Hjælpe med at fremme forandring i patient/klient sammen med deres nærmeste familie og sociale miljø	35
§ 13.2: Forebyggelse og uddannelse med andre	36
13.2.1: Have en bevidsthed om ætiologi af mentale sundhedsproblemer	36
13.2.2: Fremme psykosocial uddannelse	36

Indledning

Disse kernekompetencer anvendes:

- (i) Som definition på psykoterapi, som selvstændig profession i Europa ved at definere hvad en psykoterapeut bør være i stand til at udføre erhvervsmæssigt.
- (ii) Som en ressource og vejledning til andre europæiske psykoterapeutiske foreninger, nationale og europæiske psykoterapi-organisationer og uddannelsesinstitutioner
- (iii) Som en minimumsstandard for enhver form for professionel europæisk psykoterapeutisk uddannelse og træning.

Følgende kernekompetencer er udarbejdet for at blive anvendt på et professionelt niveau inden for psykoterapi, og svarer til at have opnået en kandidatgrad fra et universitet, eller lignende, ved at have gennemgået mindst 4 års uddannelse, træning og superviseret øvelse efter endt bacheloruddannelse. Der lægges vægt på psykoterapeutens evne til kritisk refleksion og evaluering af egen professionel praksis.

Disse kernekompetencer skal praktiseres i overensstemmelse med den nuværende version af: 1900 Strasbourg Erklæring om Psykoterapi, EAPs Etiske Principerklæring. Ligeledes skal psykoterapeutens professionelle træning være i overensstemmelse med standarderne optegnet i EAPs dokument for Europæisk Certifikat for Psykoterapi (ECP).¹

¹ Note: Denne indledning skulle have været inkluderet via en bekendtgørelse indsendt til AGM i juli 2013. Den blev ikke accepteret, fordi AGM-komiteen selv ville undersøge og inkorporere EU-kriterier for kvalifikationsniveauer godkendt af EU Parlamentet og Kommissionen i 2008. Derudover, kan det være at EAPs ECP-tekst skal ændres, når vi ser nærmere på EAPs holdning over for direkte (universitetsbaseret) træning i psykoterapi. Bekendtgørelsen inkluderes her som en 'Informel indledning' fordi resten af bekendtgørelsen hjælper med at skitsere formål og kontekst for de følgende kernekompetencer.

Område 1: Professionel, selvstændig og ansvarlig praksis

En europæisk psykoterapeut har kompetencerne til at:

§1.1: Etablere en professionel praksis

1.1.1: Opføre sig professionelt: Det indebærer – at sørge for at være ren, ædru og præsentabel og at opføre sig som en professionel psykoterapeut med en passende opførsel over for klienter, kollegaer og andre personer. At overholde alle nationale og lokale love og regler og sørge for – så vidt muligt – ikke at være stresset i det lange løb, at modtage supervision regelmæssigt og sørge for en sund selvvedligeholdelse, osv. At sørge for, at der er passende løsninger til rådighed ved fravær, ferier eller i nødstilfælde ved at have en 'terapeutist leder'. At være medlem af en professionel forening osv.

1.1.2: Starte en selvstændig praksis eller blive en del af et professionelt team: Det indebærer – at have en passende professionel forsikring og efterkomme al relevant lovgivning, etik, vejledning for praksis og serviceparametre. At udvise en klar forståelse for en professionel psykoterapeuts roller og ansvar, og være åben og transparent vedrørende træning, uddannelse og erfaring. At kunne tage initiativer i samarbejde med andre professionelle og klinikker osv.

1.1.3: Arbejde i henhold til godkendte professionelle standarder: Det indebærer – at have kendskab til og overholde etikregler og at arbejde i henhold til godkendte klageprocedurer samt at have viden og kritisk forståelse for, hvordan professionelle politikker, principper og vejledninger skal komme til udtryk og omsætte dem til handling gennem forskellige metoder. At kunne håndtere problemer på en relevant og passende måde i forhold til professionel praksis og metodepraksis osv.

1.1.4: Gemme information forsvarligt: Det indebærer – at forberede sig og vedligeholde et notatsystem. At tage ordentlige og passende noter (sagsnoter) fra alle psykoterapisessioner med patienter/klienter i henhold til etiske, juridiske og organisatoriske krav. At registrere og nedskrive al relevant information og handlinger og sørge for, at alle optegnelser opbevares konfidentielt og bruge hertil relevante vejledninger, informationer og systemer for at kunne udføre dette. Vær sikker på at patienter/klienter ved at optegnelser opbevares og er underlagt tavshedspligt. Sørg for at have gode faciliteter til sikker opbevaring af disse notater/optegnelser for en passende tid, især i tilfælde af en psykoterapeuts sygdom eller død osv.

1.1.5: Samarbejde med andre professionelle: Det indebærer – at der er indgået en gensidig aftale med kriterier for udveksling af information (når det er passende), og være sikker på at disse kriterier kommunikeres til patienter/klienter på en passende måde. Registrer at information delt med eller via andre services foregår på en ordentlig måde, og sikre at de andre serviceudbydere kender til og overholder etos/troværdighed, metoder, indhold

og praksisser i deres service. Samarbejd med andre professionelle og klinikker osv. (se også §7)

1.1.6: Anerkende andres problemer i en professionel sammenhæng: Det indebærer – at være opmærksom på mulige symptomer og vende betænkeligheder med de involverede parter, også (hvis nødvendigt) med andre. At træffe passende beslutninger, især hvis omstændighederne ikke forandre sig osv.

1.1.7: Monitorere, kritisk evaluere og gennemse sager: Det indebærer – at være sikker på, at patienter/klienter i din sagsstamme er inden for dit kompetenceområde, og at arbejde med højest mulig effektivitet uden at blive stresset. At gennemgå sine sager regelmæssigt (med en fortrolig ligestillet/leder/vejleder). Identificer udfordringer og hvor der er brug for videreuddannelse og udvikling. Søg råd hos eksperter, når nødvendigt osv.

1.1.8: Vedligeholde smidighed i sin praksis på flere måder: Det indebærer – at identificere og indse begrænsninger, konflikter og uløste problemer, og gøre brug af kritisk evaluering og selv-refleksion. At opsøge passende hjælp, støtte og vejledning ved behov, som måske betyder at gøre sig tanker om at stoppe med at have en professionel praksis i en periode, hvis nødvendigt. Det handler om at sørge for videreuddannelse og være opmærksom ved indgåelse i nye arbejdsområder osv.

§1.2: Sørge for gode rammer

1.2.1: Sørge for et sikkert og trygt arbejdsrum: Det indebærer – at overholde alle juridiske krav til at have psykoterapeutisk praksis eller klinik (fx lokal lovgivning, overenskomster, forsikring osv.). At være konsekvent i overholdelse af procedurer i tilfælde af trusler og fare (for patient/klient, egen person eller andre), og indføre passende politikker og procedurer i forhold til risiko og fejlhåndtering. Vær opmærksom på at have producerer i tilfælde af trusler mod personers sikkerhed (evakuering og nødsituationer osv.) osv.

1.2.2: Sætte de psykoterapeutiske rammer: Det indebærer – at udvise opmærksomhed over for patientens/klientens behov. At skabe og vedligeholde passende rammer for psykoterapien, så de er trygge, velkomme, konsistente i forhold til psykoterapiens etiske retningslinjer, og så vidt muligt, møder patients/klientens behov. At være sikker på at patientens/klientens første møde er positivt, velkomme og professionelt, og sørge for passende fysiske rammer, effektiv administration, toiletforhold, venteværelse (hvis nødvendigt), og ordentlig kommunikation. Sørg for at skabe og vedligeholde en passende atmosfære osv.

1.2.3: Lave klare aftaler: Det indebærer – at udvikle eller downloade et tidsbestillingssystem, der giver information om mulige ventetider og ventelister. At sørge for at modtagerne er informeret i god tid om eventuelle ændringer vedrørende deres tid, og sørge for at patienten/klienten er blevet

fuldt ud informeret om betaling og/eller gebyrer, muligheden for offentlig eller privat sygeforsikring og specielle omstændigheder eller rabatter eller lavpris alternativer. At sørge for at lave afbudsregler og regler for betaling ved manglende fremmøde og svare relevant på patientens/klientens spørgsmål, forventet varighed for psykoterapiforløbet, og hvilken psykoterapi der udbydes osv.

§1.3: Indgå i kvalitetssikring

1.3.1: Evaluere praksis regelmæssigt: Det indebærer – at evaluere de anvendte metode(r) inden for psykoterapi kritisk og føre systematisk tilsyn med praksis og løsninger på konsistente, anerkendende og passende måder. At være opmærksom på (andre) relevante metodologier og identificere passende kriterier og værktøjer til evaluering. Deltag i supervision (personlig, med ligestillede, i gruppe eller på anden vis) efter behov og indgå i kritisk evaluering af praksis. Gør også brug af feedback fra ledere, vejledere, andre professionelle og patienter/klienter for at tilpasse praksis herefter osv.

1.3.2: Gennemgå praksis: Det indebærer – en kritisk evaluering af effekten af ens egne værdier, opfattelser, holdninger og adfærd i ens eget professionelle arbejde. At have en praksis, der er åben for relevant kritik/undersøgelse og indgå i revision af klinisk praksis og kvalitetssikring. Deltag i relevant eller hensigtsmæssig efteruddannelse/Kontinuerlig Professionel Udvikling (Continuous Professional Development/CPD) osv.

§1.4: Vedligeholde faglig udvikling

1.4.1: Vedligeholde relevant Kontinuerlig Professionel Udvikling (CPD): Det indebærer – at overholde CPD-kravene for nationale og metodologiske professionelle foreninger. At forpligte sig personligt til CPD og udforske nye måder at udvikle professionelle kompetencer, og være opmærksom på fortsat udvikling (teori, praksis og/eller forskning) inden for psykoterapi. Når muligt og når det er relevant så vær engageret i professionelle konferencer, symposier, foreningsmøder, seminarer, undervisning og professionelle foredrag og skriftlige bidrag osv.

1.4.2: Praktisere professionelle/faglige kvaliteter: Det indebærer – kritisk refleksion over valg, fleksibilitet og hensigtsmæssighed i ens arbejde og interventioner. Foretag en kritisk evaluering af, hvordan interventionerne påvirker patienten/klienten, og hvor passede de var til at dække behov og proces. Tilpas den professionelle/faglige tilgang til forskellige patienters/klienters behov og problemer osv.

1.4.3: Reflektere over egen person og professionelle arbejde: Det indebærer – kritisk refleksion mellem sessioner, anvendelsesområder og ens personlige indflydelse og ens professionelle arbejde, for at gennemgå og tilrette egen psykoterapeutisk tilgang og strategi ved brug af supervision, (med

ligestillede) intervention, feedback, erfaring, viden, egenskaber og regelmæssig passende kritisk evaluering osv.

1.4.4: Indarbejde ny forskningen: Det indebærer – at være opmærksom på den aktuelle psykoterapi og ny forskning, der måtte være relevant for ens egen praksis eller træning samt indarbejde ny og relevant forskning i egen praksis osv.

§1.5: Have fokus på kontinuerlig personlig udvikling

1.5.1: Udvikle personlige kvaliteter for at blive en god, professionel psykoterapeut: Det indebærer – altid at opføre sig ansvarligt, moralsk og etisk korrekt og at udvikle personlige kvaliteter, som at være direkte, ærlig, sammenhængende, resiliens samt evnen til at håndtere komplekse og uforudsete følelser. At genkende og håndtere usikkerhed på en god måde, og bestræbe sig på at bevare roen. Vær opmærksom på egen identitet, ophav og personlighed og arbejde med evnen til at få patienten/klienten til at føle sig godt tilpas i dit nærvær. Vær empatisk, forstående og behandl andre med respekt og arbejde med andre personers bekymringer uden at føle sig truet eller mindreværdig. Udvikl evnen til at træffe beslutninger, og begrunde dem. Reager hensigtsmæssigt over for kendt frygt, risici og usikkerhed, når nødvendigt, og udøv kritisk dømmekraft baseret på psykoterapeutisk eller klinisk viden og/eller erfaring og/eller forskning, som grundlag for din praksis, osv.

1.5.2: Deltage i passende selvudvikling: Det indebærer – at engagere sig i egen læring, personlig udvikling og interesser samtidig med at udvikle sig en kritisk årvågenhed over for sit 'Selv' og finde måder at monitorere ændringer i sit 'Selv' og evaluere disse. At gøre brug af personlig psykoterapi, supervision, feedback og andre muligheder for refleksion over egne udfordringer og udvikling og for løsning af personlige udfordringer og konflikter. Vær altid åben for ny læring og integrer ny viden både personligt eller i dit arbejde. Identificer personlige behov og sørg for at disse bliver mødt uden for det psykoterapeutiske rum. Lav en kritisk vurdering af teorier, der understøtter personlig udvikling osv.

Område 2: Den psykoterapeutiske relation

En europæisk psykoterapeut har kompetencerne til at:

§2.1: Etablere en psykoterapeutisk relation

2.1.1: Kommunikere tydeligt: Det indebærer – at bruge et relevant og tilpasset sprog over for patienten/klienten. At forklare alle vilkår og anliggender, som klienten/patienten ikke kender, og have en dialog om etos og den psykoterapeutiske hensigt inklusiv betydelige forskelle i kulturelle

værdier. Forklar den teoretiske ramme og forskellige metoder og teorier (når passende) og opfordr patienten/klienten til aktiv deltagelse og feedback. Giv klar og gennemsigtig information om behandlingen inklusiv detaljer om vurderinger og andre forhold. Og sørg for at patienten/klientens første møde er positivt, velkomende og professionelt osv.

2.1.2: Definere psykoterapeutens og klientens roller: Det indebærer - at diskutere psykoterapeutens rolle i psykoterapien [som professionel facilitator, støtte, vejleder osv.], og forklare forskellen mellem 'patient' og 'klient' som 'modtager' eller aktiv deltager. Identificer tydeligt grænserne i den psykoterapeutiske relation. Beskriv og forklar begrænsninger vedrørende tavshedspligt. Forklar ligeledes muligheden for potentielle problemstillinger mellem psykoterapeuten og patient/klient inklusiv eventuelle dobbeltroller, og forklar mulige udfordringer, der opstår ved mødet med forskellighed og mangfoldighed – klasse, kultur, race, religion, diversitet, seksualitet, kønsforskelle, status og mulige asymmetriske magtbalancer. Informer patienten/klienten om etikken og klageprocedurer. (Se også område 9) osv.

2.1.3: Skabe en arbejdsalliance: Det indebærer – at samarbejde med patienten/klienten og således identificere og begynde at arbejde hen imod en gensidig aftalte og opnåelige mål. Det vil sige at tage fat på patientens/klientens behov (når hensigtsmæssigt) og hjælpe patienten/klienten mod selvstændiggørelse, uafhængighed, autonomi og befrielse af (negative) symptomer, hvor muligt. Definer de muligheder, begrænsninger, kontraindikationer og (eventuelle) risici eller psykoterapiens kriterier, herunder afklaring af eventuelle problemer omkring antagelser og/eller forventninger. Anerkend patientens/klientens autonomi og - hvor psykoterapi er mere som en 'behandling' – respekter da patientens standpunkt og opnå deres informerede samtykke osv.

2.1.4: Aftale ansvar: Det indebærer – at tale med patienten/klienten, om ansvaret herunder sessionstider, frekvens, forventet længde af psykoterapien, metoder, eventuelle økonomiske problemer (justeret - om muligt - til modtagerens ressourcer), afbestillingsregler, kontakt, ferier osv. Italesæt juridiske krav og pligter, og drøft andre detaljer vedrørende den psykoterapeutiske "kontrakt" (se også område 4). Opnå (hvor muligt) patientens/klientens informerede samtykke skriftligt osv.

2.1.5: Etablere relevante perspektiver: Det indebærer - at forstå patientens/klientens perspektiv på en række forskellige måder, og at udforske patientens/klientens subjektive verden for at blive opmærksom på væsentlige aspekter af deres fysiske, sociale og kulturelle miljø. At opnå forståelse for noget af deres oprindelsesfamilies dynamik og sætte sig ind i nogle af deres ideer eller trossystemer (religiøse og åndelige) osv.

2.1.6: Vise empati og forståelse: Det indebærer – at forstå baggrunden for symptomer, vanskeligheder og adfærd og at have en forståelse for den indre referenceramme, eller patientens/klientens subjektive standpunkt. At være

empatisk over for patientens/klientens problemer og udvise ægte omsorg for deres velfærd. Identificer (følelsesmæssige, såvel som fysiske) problemstillinger i forhold til klientens sikkerhed og tryghed, og styrk (genetabler) den anden persons autonomi, selvfølelse og uafhængighed. Respekter deres grænser, præferencer, kulturelle forskelle og følsomheder og deres nuværende standpunkter, tanker og følelser osv.

2.1.7: Skabe et psykoterapeutisk nærvær: Det indebærer - at være til stede for patienten/klienten på en sammenhængende, ikke-fordømmende og positiv måde, uden at føle (at man som psykoterapeut) skal svare på bestemte måder i forhold til de mange forskellige interjektioner, som patienten/klienten kommer med, vel vidende at essensen af psykoterapi for patienten/klienten er at møde sig selv, igennem deres egne processer, spejlet af den ikke-påtrængende terapeuts nærvær, hvilket gør patienten/klienten i stand til at kunne internalisere et positivt terapeutisk perspektiv gennem en accepterende, undersøgende opmærksomhed og forståelse af egne indre processer osv. (se også §5.2.2)

§2.2: Lede og vedligeholde en psykoterapeutisk relation

2.2.1: Vedligeholde den psykoterapeutiske relation: Det indebærer - at bruge et sprog som er kendt for patienten/klienten og forklarer eventuelle begreber, interventioner eller dynamikker, som er passende. At være konsistent, lyttende og støttende, være troværdig og autentisk, være empatisk og omsorgsfuld og hele tiden vedligeholde en passende psykoterapeutisk tilstedeværelse. At få regelmæssig feedback fra modtageren og tale om processen og fremskridtet i sessionerne. At give og modtage meget komplekse, følsomme og/eller muligvis omdiskuteret information osv.

2.2.2: Respektere, værdsætte og udvikle den psykoterapeutiske relation: Det indebærer - at give patienten/klienten tid og rum til at bestemme, hvad der passer for dem, og at følge snarere end at lede patientens/klientens tempo og retning i processen. At være der for patienten/klienten som en støtte, en rådgiver, en vejleder, en menneskelig ressource, mere end som en psykoterapeut, der yder behandling. At lære fra patienten/klienten, snarere end at skulle undervise dem, at respektere deres aktuelle fremskridt, snarere end deres mangel på fremskridt, at værdsætte deres vanskeligheder og tale med dem om, hvordan disse kan behandles hensigtsmæssigt og være opmærksom på eventuelle ubevidste aspekter af deres proces og hjælpe dem med at blive bevidste om dem osv.

2.2.3: Have selvindsigt i relationen: Det indebærer - at engagere sig i kritisk selvrefleksion, monitorere tanker, følelser, fornemmelser og adfærd. At udvise en moden tilgang til patientens/klientens problemstillinger og valg, og at trække på relevante livserfaringer, og gøre passende brug af "selvet" i psykoterapi, herunder relevant selvafløsning. Hvis der opstår personlige

vanskeligheder med patienten/klienten, så udvis modstandsdygtighed, overbærenhed og reager passende og professionelt. Anerkend uløste følelsesmæssige konflikter i eget liv og beskyt patient/klienter mod disse ved at kunne administrere egne følelser på en passende måde, og ved at opretholde passende grænser i den psykoterapeutiske relation osv.

2.2.4: Kommunikere hensigtsmæssigt: Det indebærer – at reflektere kritisk over klientens erfaring, terapeutens erfaring og forholdet mellem patienten/klienten og 'Selvet' (Terapeut). At kommunikere effektivt og reflekterende over relationen og over patientens/klientens fremskridt og også til andre relevante personer (til den, der har henvist fx konsulent, læge, team, andre fagfolk, familiemedlemmer, hvor det er relevant osv.), og tale på en måde og i et sprog, der passer til patienten/klienten, og som de forstår klart - anvend en tolk, hvor nødvendigt osv.

2.2.5: Evaluere den psykoterapeutiske relation: Det indebærer – regelmæssigt at gennemgå relationen på en passende måde, at anvende egnede vurderingskriterier til at måle kvaliteten og fremskridtene i relationen. Evaluer kommunikationen, processen og metoderne, der anvendes sammen med patienten/klienten, og hvor relevant, samarbejd med patienten/klienten om at udforske deres problemer. Gør brug af klinisk supervision til kontinuerlig refleksion over patientens/klientens proces. Hold dig ajour med nye professionelle trends og forskning i relevante 'behandlingsmetoder' og nye tiltag. Rapporter egne og lyt til andres holdninger, hvor og når hensigtsmæssigt (fx ledere, referencer, specialister, på teammøder, andre fagfolk osv.) osv.

2.2.6: Lede forandringsprocessen: Det indebærer – at være kritisk reflekterende, evaluerende og ledende i forhold til den psykoterapeutiske forandringsproces gennem hele psykoterapiforløbet. At vise kompetencer i at vælge passende interventioner og anvende input, der er kendt, forstået og sammenhængende med dybdegående teoretiske perspektiver. At arbejde konsekvent med retningslinjer, standarder, etik og sårbarheder, og arbejde i overensstemmelse med patientens/klientens ønsker og behov. At understøtte og give patienten/klienten mod på og mulighed for at få foldet bekymringer ud, og give udtryk for deres dybere følelser og arbejde med deres intellektuelle, følelsesmæssige og adfærdsmæssige udtryk. Anerkend den udvikling, der allerede er sket og foregrib mulig fremtidig udvikling, (se også kernekompetence §5.1.4) osv.

2.2.7: Administrere kontakten uden for session: Det indebærer – at tale med patienten/klienten om kontakt, det være sig e-mail, breve, sms'er, telefon, besøg og afslappede eller uventede møder. At udarbejde en politik, og formidle den på en passende måde til patienten/klienten, som en integreret del af den psykoterapeutiske relation. Fastlæg en passende politik for kontakt mellem sessioner, eller når patienten/klienten går glip af en session eller afbryder psykoterapien brat. Vær opmærksom på mulige faresignaler, især ved gentagne udeblivelser eller uønsket kontakt med patienten/klienten og

overvej konsekvenserne af enhver invitation eller anmodning om at møde patienten/klienten uden for den normale psykoterapeutiske situation og ager hensigtsmæssigt osv.

2.2.8: Administrere pauser og helligdage hensigtsmæssigt: Det indebærer - at give patienten/klienten meddelelse om ændringer i god tid og fastlægge en politik og lave klare aftaler med patienten/klienten. At sørge for mulige alternativer som patienten/klienten kan gøre brug af i nødstilfælde under dit fravær, hvis det er nødvendigt. At anerkende at pauser og helligdage kan forstyrre den psykoterapeutiske relation og tale om dette med patienten/klienten på en hensigtsmæssig måde. At planlægge regelmæssige pauser og helligdage for at opretholde dit eget velbefindende osv.

§2.3: Tage vare på eventuelle vanskeligheder i den psykoterapeutiske relation

2.3.1: Lede den fortsatte forandringsproces: Det indebærer – at overvåge og lede den psykoterapeutiske forandringsproces igennem psykoterapiforløbet og udvise kompetencer i passende interventioner og ved brug af input, der er velkendt og forstået og sammenhængende med dybdegående teoretiske perspektiver. At arbejde konsekvent med retningslinjer, standarder, etik og sårbarheder og sørge for, at de er i overensstemmelse med patientens/klientens behov og ønsker. At give patienten/klienten mod til og muliggøre udfoldelse af deres bekymringer, og lade dem give udtryk for deres dybere følelser. At arbejde med deres intellektuelle, følelsesmæssige og adfærdsmæssige udtryk og anerkende ændringer, der allerede er sket, og forudse sandsynlig fremtidig udvikling (se også § 5.1.4) osv.

2.3.2: Genkende problematikker: Det indebærer – at genkende problemer, når de opstår, og således sammen med patienten/klienten at engagere sig i at udforske disse (i det omfang de er relevante for psykoterapien). At sørge for at have kompetencerne, færdighederne, og en kritisk bevidsthed om ubevidste processer samt etisk forståelse for at forhandle (udforske og reagere på) eventuelle problemer, der er passende for patienten/klienten. At anerkende enhver personlig (psykologisk, følelsesmæssig, adfærdsmæssig og fysisk) reaktion fra psykoterapeuten mod patienten/klienten eller som reaktion imod deres problemer, og at anerkende personlige, faglige eller erfaringsmæssige begrænsninger og at arbejde på at overvinde dem. Sørg for at lave formålstjenstlige ændringer, eller gøre brug af en anden tilgang eller andre relevante metoder, hvis det er hensigtsmæssigt, eller - måske at finde en passende måde at afslutte det (nuværende) psykoterapeutiske forløb og henvise patienten/klienten til en mere velegnet professionel osv.

2.3.3: Håndtere problemer: Det indebærer – at være i stand til kritisk at evaluere og at tage vare på nogle til tider betydelige barrierer for accept. Det kan være, hvor patienten/klienten opfatter sig selv (eller deres situation)

negativt. Her kan de udfordres eller hjælpes til at revurdere disse opfattelser, så de bliver mere realistiske, og arbejdet skal klart ske inden for rammerne af den psykoterapeutiske alliance. At identificere og analysere disse problemer, som de opstår og tage vare på enhver intervention, der kan forårsage forvirring, forlegenhed, angst eller modstand. Kritisk at evaluere og tage hånd om de situationer, hvor patienten/klienten lider eller føler ubehag ved andres værdier, overbevisninger eller adfærd (herunder psykoterapeutens), og være klar til at arbejde med potentielt fjendtlige, antagonistiske, manipulerende eller meget følelsesladede patienter/klienter. At have en kritisk bevidsthed om eventuelle begrænsninger hos patienten/klienten på grund af mulige personlighedsproblemer eller psykopatologier, og genkende tidspunkter hvor kun støttende interventioner er egnede. At facilitere veje til større selvbevidsthed, selvhjælp, selvstændiggørelse og problemløsning, hvor det er muligt og erkende, hvor psykoterapien udfordres af patienten/klienten, det kan undertiden være på grund af manglende samarbejde eller ved stilhed og her må reageres hensigtsmæssigt. At vurdere situationen med hensyn til eventuelle risici for patienten/klienten, psykoterapeuten eller andre og være parat til at anerkende og undskylde for eventuelle mangler eller endog fejl. At udforske personlige eller teoretiske begrænsninger, især med ikke-dominerende kulturer, og overvåge og ofte tjekke op på patientens/klientens forståelse af processen i psykoterapien. At være fleksibel med interventioner, formulering og timing (kort, mellemlang eller langsigtet psykoterapi og med forskellige frekvenser af sessioner, hvor nødvendigt), og være opmærksom på og kritisk vurdere eventuelle etiske vanskeligheder samt passende politikker, procedurer eller formaliserede svar i tilfælde af vanskeligheder. Kontakt andre relevante sundhedsfagfolk (eller - vejledere) for hjælp, støtte eller råd til patienten/klienten eller dig selv og sikr, at der er etableret passende støtte, således, at patienten/klienten forbliver engageret. Kritisk at evaluere om patienten/klienten bevæger sig fra vanskeligheder og over i en krise eller nødsituation, og reagere hensigtsmæssigt. At gennemgå og informere andre involverede, når den øjeblikkelige krisesituation er overstået (se også: kernekompetence 5.1.5 og område 13) osv.

§2.4: Afvikle et psykoterapeutisk forløb

2.4.1: Genkende en kommende afvikling: Det indebærer - i samråd med patienten/klienten kritisk at reflektere over og vurdere, hvornår og hvordan den psykoterapeutiske relation skal afvikles, og blive enige om en slutdato, der giver tilstrækkelig tid til at patienten/klienten kan bearbejde afslutningen i overensstemmelse med et sammenhængende og dybdegående teoretisk perspektiv. At være fleksibel med denne slutdato, hvis det er nødvendigt eller i tilfælde af et fast antal sessioner, der sikrer, at psykoterapien afvikles tilfredsstillende på den aftalte dato. At genkende tilknytningsmønstre, og overveje, hvordan det påvirker relationen, og tage dette med i overvejelserne ved afslutningen, og analysere og behandle patientens/klientens livshistorieaspekter, hvor en afslutning har været betydningsfuld. Støt

patienten/klienten i enhver sorgproces, der opstår i forbindelse med afslutningen af den psykoterapeutiske relation, osv.

2.4.2: Håndtere pludselige afviklinger: Det indebærer – situationer, hvor den psykoterapeutiske relation ender med kort varsel, og især hvis det er imod patienten/klientens ønsker, skal konsekvenserne diskuteres med patienten/klienten, og deres følelser skal anerkendes. Diskuter disse problemer med en psykoterapeutisk leder eller vejleder og følg eksisterende politik/vejledning på området, og informer patienten/klienten om og bliv enige om mulige alternativer, eller videre henvisninger osv.

2.4.3: Afvikle den psykoterapeutiske relation: Det indebærer - en forhandling om en passende afvikling med patienten/klienten, når terapien synes tilstrækkelig og patient/klient virker klar. At bruge slutfasen til at gennemgå, og reflektere kritisk over patientens/klientens fremskridt og resultater i løbet af psykoterapien. At lave strategier til at "klare" afviklingen af terapien eller forandringen ved at være uden den terapeutiske relation, og tale om handlingsplaner, der tager højde for deres nuværende sociale situation og andre forhold. At udforske mulige henvisninger, løbende support og information, eller andre terapeutiske interventioner, hvis behovet opstår. Hvis det er relevant, så undersøg tanker, følelser og identificer andre erfaringer, såvel som andet ubearbejdet materiale om andre 'afslutninger', 'at forlade' eller 'tab', 'opgivelse', og 'at være alene' osv. og overvej også egen tilknytning til terapien, patienten/klienten og følelser om afslutninger og diskuter disse med en supervisor/vejleder osv. (se også §6.1.2)

2.4.4: Notere resultater af psykoterapien: Det indebærer – at skrive en passende kritisk gennemgang og sammenfatning, der er vedlagt sagens noter, herunder eventuelle vurderinger eller prøver, tilfredshed-/utilfredshedsundersøgelser, videre henvisninger og efterfølgende opfølgninger osv.

Område 3: Udforskning (vurdering, diagnose og konceptualisering)

En europæisk psykoterapeut har kompetencerne til at:

§3.1: Foretage en vurdering

3.1.1: Gøre brug af vurderingsværktøjer: Det indebærer - at udvikle en klar politik og/eller implementere en procedure til vurdering og sikre at disse er i overensstemmelse med formålene, etos og organisationens målsætninger og teoretiske perspektiver. At udvikle og/eller implementere værktøjer til forvurdering, og give klare og transparente oplysninger til den potentielle patient/klient om psykoterapien og de forskellige vurderingsmåder. Hvor det er

passende, brug information fra for-vurderingen i det indledende interview for at styrke processen og resultatet af interviewet osv.

3.1.2: Lave et afdækkende interview: Det indebærer – at sikre sig, at vurderingsprocessen er transparent og klart forstået. At lave et vurderingsinterview, der er i overensstemmelse med mål, etos og målsætninger for organisationen og det teoretiske perspektiv, og finde ud af – så vidt muligt – hvilke problemer, forståelse, udfordringer og vanskeligheder patienten/klienten står over for. Noter væsentlige historiske begivenheder eller tidligere historie med psykiske problemer eller betydelige stressperioder. Spørg ind til tidligere erfaringer med psykoterapeutisk hjælp, og hav en detaljeret beskrivelse af vurderingen osv.

3.1.3: Foretage en risikovurdering: Det indebærer - at være bekendt med enhver praksis risikovurderingsprocedure og kritisk evaluere brugen af værktøjer eller retningslinjer, herunder etiske. At genkende det sprogbrug, der anvendes af patienten/klienten, der kan føre til selvskade eller skade på andre. At stille direkte spørgsmål om enhver hensigt om selvskade eller skade på andre. At understøtte patientens/klientens evne til at tale om specifikke selvmordsplaner og vurdere sandsynligheden for om de evt. gennemføres. At kunne diskutere og vurdere patientens/klientens generelle støttesystem, og inddrage patienten/klienten i processen på en direkte, involverende og omsorgsfuld måde osv.

§3.2: Formulere en diagnose/hypotese * (Bemærk: At ordet "diagnose" i denne sammenhæng er brugt mere generelt end i en præcis medicinsk eller psykiatrisk betydning).

3.2.1: Genkende og grundigt undersøge om der er eventuel psykisk sygdom/sygdomsproblemer: Det indebærer – at forblive opmærksom på mulige indikationer på mentale sundhedsbehov eller psykisk sygdom eller andre lidelser. At vurdere eller diagnosticere om patienten/klienten har et socialt, relationelt, somatisk og/eller følelsesmæssigt problem relateret til mental sundhed/psykisk sygdom og lidelse, og ved at trække på viden, træning og erfaring inden for psykopatologi. At inddrage patienten/klienten i vurderingsprocessen, og være sikker på, at enhver vurdering eller diagnose er i overensstemmelse med eventuelle organisatoriske politikker og procedurer, og er i overensstemmelse med formål, etos og målsætninger for ens teoretiske/metodologiske perspektiv og i overensstemmelse med eventuelle nationale medicinske/psykiatriske retningslinjer osv.

3.2.2: Reagere på tegn på mentale sundheds-/sygdomsbehov: Det indebærer – så vidt det er muligt at diskutere mulige resultater eller strategier med patienten/klienten, og at genkende ethvert behov for rådgivning, support eller få en second opinion fra supervisor/vejleder, leder eller sundhedskonsulent. At reagere hurtigt på enhver tilkendegivelse af

mentale sundhedsbehov for at sikre, at der iværksættes en passende indsats. Kritisk at vurdere og evaluere den øjeblikkelige risiko for klienten, terapeut eller andre, hvilket kan skyldes forværring i den mentale sundhed/psykisk sygdom og lidelser og træffe passende foranstaltninger, hvis nødvendigt. At genkende tegn på narkotika/alkohol/stofmisbrug (herunder receptmedicin eller håndkøb) og tag passende foranstaltninger. Hvis det er nødvendigt, så samarbejd med andre psykiatriske specialister og i overensstemmelse med formål, etos og målsætninger for ens teoretiske perspektiv og i overensstemmelse med nationale medicinske/psykiatriske retningslinjer osv.

§3.3: Danne sig et overblik og beslutte sig for en fremgangsmåde

3.3.1: Gøre brug af kliniske erfaringer, teoretiske og metodologisk indsigt, og vurderingsværktøjer: Det indebærer – udviklingen af en klar politik og/eller praksisprocedure til vurdering samtidig med at sikre dets relevans for patientens/klientens behov og for en løbende professionel psykoterapeutisk relation. At gennemføre vurderingsprocessen på en måde, der passer til patienten/klienten, og som er i overensstemmelse med etos for psykoterapi. At integrere forudgående vurderinger og identificere alle relevante problemstillinger osv.

3.3.2: Danne sig en forestilling om patientens/klientens behov: Det indebærer - en identifikation af og en kritisk evaluering af potentielle problemområder, herunder (i) (positive eller negative) situationer præciseret af, eller som en del af vurderingsprocessen, (ii) patientens/klientens motivation, (iii) forskellige individuelle behov, der fx. vedrører kultur, tro, etnicitet, sprog, seksualitet, handicap, alder osv. (iv) eventuelle områder med potentielle risici (selvmord, selvskade, aggressiv eller voldelig adfærd over for andre), (v) mulig negativ overførsel mv. Ved hjælp af kritiske vurderingsfærdigheder at udvikle en kritisk forståelse for patientens/klientens nuværende problemer, 'diagnosticere' om der kan være nogle underliggende eller langsigtede problemer, som måske kræver yderligere (muligvis specialist) vurdering og evaluere og diskutere, om den type psykoterapi, der tilbydes, er egnet og gavnlig for patienten/klienten, og hvis ikke, lave et konstruktivt og begrundet forslag til videre henvisning osv.

3.3.3: Træffe beslutninger baseret på vurderinger: Det indebærer – at lave en kortfattet og kritisk evalueret formulering af patientens/klientens tilstand. At lave en kritisk analyse og tolke på alle former for information indsamlet i vurderingsprocessen, og bruge alle tilgængelige oplysninger (herunder patientens/klientens præsentation og svar i vurderingssamtalen) for at kunne konkludere på hensigtsmæssige interventioner. At tale med patienten/klienten om resultatet af vurderingen, bruge et passende sprogbrug for at personen forstår omfanget, hyppigheden og formålet med et psykoterapeutisk forløb og/eller gennemførelsen af en kompetent "plan for plejeforløb" eller kontrakt eller henvisning. At være tydelig med andre muligheder, der kan opfylde patientens/klientens behov, og lave en ekstern henvisning, hvis det er

relevant, og forklare årsagerne hertil tydeligt. At konsultere med andre kollegaer/sundhedspersonale, især hvis der er tegn på potentiel fare osv.

3.3.4: Afslutte vurderingen: Det indebærer – at hvis der er en gensidig aftale om at fortsætte med psykoterapi, så tal med og vær åben over for patienten/klienten i forhold til forventninger, ansvar, aftaler, betalinger osv. Hvis det er relevant, så gør det muligt for patienten/klienten at gennemgå og melde tilbage angående deres oplevelse af vurderingsprocessen, og noter/registrer resultatet af vurderingsprocessen osv.

Område 4: Lave en kontrakt (udviklingsmål, planer og strategier)

En europæisk psykoterapeut har kompetencerne til at:

§4.1: Indgå en kontrakt med en patient/klient

4.1.1: Formulere de vigtigste vanskeligheder: Det indebærer – at lave en kritisk refleksion over vurderingen (og de til tider modstridende oplysninger deri) og informationer fra andre kilder. Terapeuten skal være i stand til at integrere alle disse perspektiver, og samordne patientens/klientens kerneproblemer, og deres mulige oprindelse, og præsentere (eller spejle) disse perspektiver tilbage til patienten/klienten på en tilstrækkelig passende og følsom måde, som de kan forstå og acceptere. At tjekke nøjagtigheden af formuleringerne og tale om kriterierne bag formuleringerne, og sørge for at formuleringen er rimelig overensstemmende med etikken og den teoretiske forståelse osv.

4.1.2: Identificere passende og opnåelige mål, planer og strategier: Det indebærer – at inkludere tidligere historie, patientens/klientens økonomiske, sociale, følelsesmæssige, intellektuelle og psykologiske evner, og identificere enhver potentiel kontraindikation eller eventuelle risikovurderinger eller faktorer. At tale om længde, frekvens, omkostninger, miljø og eksterne parametre (herunder patientens/klientens eksterne relationer) vedrørende planlagte interventioner. At drøfte eventuelle fortrolighedsproblemer og finde frem til, hvad der er realistisk opnåeligt, og hvad der måske ikke er realistisk i patientens/klientens proces osv.

4.1.3: Tale med patienten/klienten om motivation: Det indebærer - at forstå deres ønsker og deres motivation for forandring, og hvilke antagelser, der har bragt dem til dette sted. At genkende og evaluere niveauet af patientens/klientens bevidsthed om sig selv og andre, og erkende, at der sandsynligvis er flere antagelser, der kan forhindre deres kapacitet til at

engagere sig fuldt ud i den psykoterapeutiske proces. At anerkende deres evne til at analysere og forstå deres niveau af psykologisk funktion og deres evne til at tage ansvar for deres egen personlig/individuelle proces osv.

4.1.4: Beslutte længden eller omfanget af psykoterapi: Det indebærer - at have lavet en kritisk vurdering af patientens/klientens kerneproblem, og have klart beskrevet begrænsninger for tilbud af sessioner (praksis eller en sundhedsforsikring osv., hvis relevant). At forklare processen med regelmæssig gennemgang på forskellige stadier, hvis en mere åben kontrakt synes passende, træf da en oplyst og gensidig tilfredsstillende beslutning om kortvarende psykoterapi, eller - hvis ikke - det forventede antal sessioner osv.

4.1.5: Udarbejde en 'kontrakt': Det indebærer – at tage hensyn til patientens/klientens forhold. At aftale gensidigt acceptable vilkår og betingelser med patienten/klienten og oplyse om betingelserne for mulig aflysning og "no show"-politikker, ferier og sygepolitik, gebyrer og omkostninger, konsekvenser af psykoterapiforløbet, aflysning af sessioner, hyppighed af sessioner og strategier eller henvisningsmuligheder, hvis kontrakten fejler osv.

4.1.6: Evaluere 'kontrakten': Det indebærer – en kritisk evaluering og revision af kontrakten og en revurdering af målene med regelmæssigt angivne intervaller. At lytte til patientens/klientens følelser og oplevelser. At kontrollere med supervisor og linjeledere (hvor relevant), og tage højde for ændrede omstændigheder i patientens/klientens omstændigheder og i psykoterapeutens praksis osv.

4.1.7: Give mulighed for viderehenvisning: Det indebærer – sammen med patienten/klienten at undersøge om der er rimelig tilfredshed med dig som psykoterapeut og være bevidst om sandsynligheden for at patientens/klientens behov bliver opfyldt. At være åben over for at tilbyde andre valg og forklare valgmulighederne, og gøre enhver henvisning til en anden psykoterapeut eller anden mental sundhedspersonale let for patienten/klienten, og drøfte andre alternativer osv.

§4.2: Planlægge psykoterapien

4.2.1: Gøre brug af evidensbaseret praksis: Det indebærer – kritisk at evaluere om behandlinger er passende og effektive for de særlige problemer, som patienten/klienten står overfor. At give patienten/klienten information om anbefalede strategier og således sørge for at ens særlige metodologi er tilstrækkeligt evidensbaseret i forhold til patientens/klientens særlige problematik osv.

4.2.2: Trække på psykoterapeutisk teori: Det indebærer - kritisk at reflektere over og evaluere egne behandlingsmetoders teoretiske perspektiver, der vedrører og kan være til gavn for patientens/klientens

generelle situation, og samtidig være opmærksom på andre teoretiske perspektiver. At gøre brug af teoretiske perspektiver, der relaterer sig til patientens/klientens særlige problemer og forklare dem til patienten/klienten på en let forståelige måde. At redegøre for konsekvenserne af brugen af dem, da de påvirker udarbejdelsen af en strategi for det pågældende psykoterapeutiske forløb osv.

4.2.3: Træffe en beslutning om den psykoterapeutiske fremgangsmåde:

Det indebærer – at tale med patienten/klienten om de forskellige muligheder, og forklare fordele og ulemper ved de forskellige strategier. At bruge klinisk erfaring og forskning, som baggrund for at foreslå mulige strategier med rimeligt vellykkede resultater, og sammen at beslutte, hvad der synes den mest hensigtsmæssige fremgangsmåde for patientens/klientens særlige problemer. At opbygge eller opmuntre patienten/klienten til en fortløbende selvreflekterende proces, hvor både patient/klient og terapeut observerer og udvikler strategien osv.

4.2.4: Justere planen eller strategien: Det indebærer – kritisk refleksion over og evaluering af oplevelsen af at være en vigtig nøgleperson i den psykoterapeutiske proces og påvirke de aspekter af teori og praksis, der kan blive mere relevante på ethvert tidspunkt. At anvende de selvreflekterende aspekter af klinisk erfaring, professionel praksis, egen behandling og tilsyn til at styre og justere ens indflydelse og især ens valg af interventioner som psykoterapeut [N.B. i hvilket omfang denne selvreflekterende komponent guider eller styrer psykoterapiforløbet afhænger i vid udstrækning af modalitetsteorien inden for hvilken man praktiserer som psykoterapeut], vær følsom og fleksibel over for patientens/klientens aktuelle situation og følelsesmæssige tilstand, og tillad dette at påvirke ens valg i øjeblikket uden nødvendigvis at afvige fra den overordnede plan osv.

Område 5: Forskellige teknikker og interventioner

En europæisk psykoterapeut har kompetencerne til at:

§5.1: Bruge "standard" teknikker og interventioner

5.1.1: Udvikle 'arbejdsalliancen': Det indebærer – at indgå i et patient/klient og terapeut samarbejde, og bruge det kontraktmæssige indhold og den planlagte strategi. At forsikre patienten/klienten om, at selvom de i øjeblikket føler sig utilpas eller har en krise, så er de ikke nødvendigvis mentalt syge, og at de kan eller vil få det bedre (dvs. der vil sandsynligvis ske en reduktion i negative symptomer), og de negative symptomer kan være tegn på en underliggende proces, der skal løses, og der kan måske ske en form for 'helbredelse' af deres underliggende problemer, når de bearbejdes i sessioner. At engagere patienten/klienten i et samarbejde for at udforske og løse deres vanskeligheder, og lytte nøje til hvad patienten/klienten udtrykker og lejlighedsvis og passende spejle, hvad der er hørt og/eller forstået. At se patienten/klienten som en "person" og ikke som et "sæt" af symptomer. At gøre brug af sin empati og resonans over for patienten/klienten, og opretholde en professionel tilgang. At anerkende patientens/klientens autonomi og respektere deres grænser, og balancere det op mod ens professionelle viden og erfaring. At håndtere overførselsfænomener og centrere sit arbejde om patientens/klientens ønsker og behov, og bruge feedback konstruktivt, evaluere, vejlede og reflektere over deres fremskridt, og være opmærksom på sociale og/eller kulturelle mangfoldighedsproblemer og/eller potentielle magt - og ligestillingsspørgsmål, og arbejde konstruktivt med disse. Valider håb om forbedring osv.

5.1.2: Identificere relevante teknikker eller interventioner: Det indebærer – at anvende tidligere udførte vurderinger af patientens/klientens problemer eller vanskeligheder og beslutte, hvilke "standard" teknikker eller interventioner, der vil være egnede til personer med disse problemer, (for eksempel: En deprimeret person kan have brug for motiverende teknikker, og en ængstelig person kan have brug for afslapningsteknikker). Vær opmærksom på selvmodsigelser i disse "standard" teknikker eller interventioner, og informer patient/klient om disse teknikker og interventioner, og udforsk dem, der synes passende. Bekræft patientens/klientens styrker og støt fremskridt med deres vanskeligheder. Husk at det måske ikke vil være en enkelt teknik og/eller intervention, der er passende eller vellykket, men at det sandsynligvis vil være en serie, eller flere applikationslag, der er unikt anvendt i forhold til den pågældende patient/klient osv.

5.1.3: Identificere relevante interaktionsformer: Det indebærer - at være fleksibel i ens tilgang, og at kunne ændre eller tilpasse sin tilgang. Nogle gange at være støttende og beroligende, nogle gange mere direktiv eller uddannelsesmæssig, og nogle gange mere konfronterende, alt efter hvordan

der kan findes en sund balance mellem faglig indgriben og patientens/klientens egen selvbevægelse - en balance, der konstant vil ændre sig med tiden og efter omstændigheder. Vær opmærksom på forskellen mellem den traditionelle "medicinske model" for en patient, der kræver behandling, og den mere 'humanistiske model' af klienten, der vælger at gøre brug af dine professionelle tjenester osv.

5.1.4: Holde øje med og administrer forandringsprocessen: Det indebærer - at være bevidst om patientens/klientens udvikling og proces og deres forskellige behov på forskellige tidspunkter. At anerkende allerede opnåede forandringer, og have en forventning til mulige, fremtidige forandringer, og således være fleksibel med strategier og interventioner, som det passer sig i en forandringsproces og miljø. Arbejd konsekvent med retningslinjer, standarder, etik og følsomme emner (se også §2.2.6) osv.

5.1.5: Håndtere problemer: Det indebærer – at arbejde klart inden for rammerne af den psykoterapeutiske alliance, og identificere og analysere enhver vanskelighed, der opstår. At tage ansvar for interventioner, der kan forårsage forvirring, forlegenhed, angst eller lovovertrædelse, og tage hånd om situationer, hvor patienten/klienten føler sig forstyrret eller har ubehag ved værdier, overbevisninger eller adfærd hos andre (herunder psykoterapeuten). At være fleksibel med interventioner, formuleringer og timing (kort, mellemlang eller langvarig psykoterapi og med forskellig frekvens af sessioner, hvor det er nødvendigt). At være opmærksom på andre mulige teknikker og interventioner, og udforske muligheden for at anvende disse (se også §2.2.7) osv.

§5.2: Lede det følelsesmæssige indhold i sessionerne

5.2.1: Facilitere bearbejdningen af følelser: Det indebærer – at anerkende patientens/klientens følelser på mange forskellige niveauer, og hjælpe dem med at overvinde hæmninger og modstand mod at udtrykke følelser, hvor og når det er relevant og passende. At hjælpe dem med at rumme forskellige følelsesmæssige niveauer, der er for høje eller for lave til at de har det godt. Tag hånd om følelsesmæssige problemer, som forstyrrer den terapeutiske relation eller behandlingsproces, (fx angst, fjendtlighed, overdreven vrede, unddragelse af påvirkning osv.) og hjælp patienten/klienten med at opleve og udforske følelser på en måde, der letter deres proces. Opmuntr patienten/klienten til at differentiere følelser, der er gentagne, negative eller uproduktive og bistå patienten/klienten i at integrere deres følelser på fyldestgørende og produktive måder osv.

5.2.2: Opretholde en psykoterapeutisk 'tilstedeværelse': Det indebærer - at være 'til stede' for patienten/klienten uanset hvilken følelsesmæssig tilstand de befinder sig i, og undgå at blive grebet af patientens/klientens følelsesmæssige komplikationer ved at have en rimelig grad af selvindsigt i egen sensorisk og kropslig modtagelighed. At være bevidst, opmærksom og

fokuseret og stå til rådighed og ikke blive distraheret af egne interne processer eller bekymringer. Reager ikke nødvendigvis på specifikke patient-/klientindskydelser og forbliv - så vidt muligt - i det nuværende (i øjeblikket), i en ikke-fordømmende, accepterende, empatisk "tilstand". Vær så autentisk (ikke-defensiv, kongruent) som muligt og forsøg at sikre, at egen følelsesmæssig 'tilstedeværelse' ikke påvirker patienten/klienten – eller find en sund balance mellem egen følelsesmæssig tilstand og patientens/klientens osv.

5.2.3: Håndtere ekstreme følelsesudbrud: Det indebærer - at kunne foretage en risikovurdering og at være bevidst om, hvad der skal gøres, hvis en patient/klient bliver hyper-manisk, panikagtig, voldelig eller får selvmordstanker. Få passende træning/uddannelse, hvis dit arbejde indebærer situationer, hvor patienter/klienter regelmæssigt oplever ekstreme følelser osv.

§5.3: Anvende 'andre' teknikker og interventioner

5.3.1: Bruge forskningsbaserede teknikker og interventioner: Det indebærer - at være opmærksom på ny udvikling inden for psykoterapi, nye metoder og tilgange og forskningsstudier, der undersøger virkning og effektiviteten af dem. Brug kun de teknikker og interventioner, der synes passende for den individuelle patient/klient og deres unikke situation. Vær sikker på at de bruges på en korrekt og professionel måde, ud fra et solidt grundlag baseret på træning, supervision og erfaring osv.

5.3.2: Sørge for korrekt træning og supervision: Det indebærer - at engagerer sig i supplerende træning fra velrenommerede uddannelsessteder og modtage supervision fra passende kvalificerede supervisor/vejledere i disse nye og/eller forskellige teknikker og interventioner, så de kan anvendes professionelt og sikkert osv.

Område 6: Forandringsledelse, krise og traumearbejde

En europæisk psykoterapeut har kompetencerne til at:

§6.1: Tage ansvar for forandringer og kriser

6.1.1: Være bevidst om vanskelige øjeblikke: Det indebærer - at være opmærksom på vanskelige øjeblikke i patientens/klientens psykoterapeutiske proces (som højtider, særlige emotionelle bekymringstriggere osv.). At være ekstra følsom og fleksibel på sådanne tidspunkter og være opmærksom på de forskellige faser eller forandringsdynamikker i psykoterapien, for at kunne lede patienten/klienten i deres proces, og være klar over, at forandring ikke altid er

lineær, gradvis eller kontinuerlig. At tilegne sig viden og have indsigt i teorier om forandringsdynamikker osv.

6.1.2: Lede forandringsprocesser: Det indebærer - at hjælpe patienten/klienten med at få indsigt i og forståelse for egen proces. At bruge interventioner, der er afstemt med patientens/klientens særlige fase, og hjælpe (måske mere intensivt) i særligt vanskelige faser eller når patienten/klienten 'bliver fastlåst' i en bestemt fase. At have kendskab til eksterne eller socio-politiske og økonomiske faktorer, der kan påvirke patientens/klientens proces (positivt eller negativt), og foreslå mulige handlingsplaner for at hjælpe patientens/klientens proces osv.

§6.2: Arbejde med mennesker i krise

6.2.1: Have kendskab til kriseinterventioner: Det indebærer - at være opmærksom på principper og korte psykoterapiforløbs rolle, kriseintervention og forebyggelse. At være opmærksom på de forskellige typer kriser, tilgange og nødvendige støtteformer, og have kendskab til specialiserede krisetjenester, boligkrisecentre og andre tilbud osv.

6.2.2: Arbejde med mennesker i krise: Det indebærer - at kunne reagere hensigtsmæssigt, når en patient/klient er i krise, og opretholde den terapeutiske relation, selvom patienten/klienten er i krise og måske behandles midlertidigt i et specialiseret tilbud. At genetablere den terapeutiske relation efter krisen og hjælpe patienten/klienten med at reparere eller genoprette relationer til andre mennesker (hvis muligt) efter krisen. At hjælpe patienten/klienten med at forstå årsagerne (eller triggerne) som udløste deres krise, hvordan man forhindrer, at det vender tilbage i fremtiden og undersøge hvad der kan læres af krisen osv.

§6.3: Arbejde med traumatiserede personer

6.3.1: Have kendskab til traumearbejde: Det indebærer - at være opmærksom på mulige årsager og konsekvenser af traumer og symptomer på posttraumatisk stresssyndrom. At være opmærksom på kriterier, der er nødvendige for at arbejde med personer med traumatiske tilstande og have kendskab til henvisningsmuligheder for patienter/klienter med traumer osv.

6.3.2: Arbejde med personer med traumer: Det indebærer - at være klar over egne kompetencer og begrænsninger i arbejdet med traumatiserede mennesker og at kunne henvise patienter/klienter med traumer til specialtraumetilbud, hvor det er relevant, eller om nødvendigt selv tage en specialuddannelse for at arbejde med traumatiserede mennesker osv.

Område 7: Afvikling og evaluering

En europæisk psykoterapeut har kompetencerne til at:

§7.1: Arbejde henimod en afvikling af psykoterapiforløbet

7.1.1: Forberede sig på at afvikle det psykoterapeutiske forløb: Det indebærer – at tage en dialog med patienten/klienten om muligheden for at afvikle forløbet (tage dialogen med passende mellemrum i løbet af psykoterapien), og hjælpe patienten/klienten med at gennemgå psykoterapiprocessen i forhold til de mål, der fra begyndelsen var tale om, og i forhold til efterfølgende ændringer i disse mål. At hjælpe dem med at identificere resultater og/eller undgå skuffelser, og arbejde med patienten/klienten for at finde ud af, hvornår vedkommende er klar til at afvikle psykoterapien. Vurder om patienten/klienten er parat til at bevæge sig mod en afvikling, og hjælp patienten/klienten med at forblive opmærksom på den uundgåelige afslutning af de psykoterapeutiske sessioner og konsekvenserne heraf osv.

7.1.2: Udforske følelser omkring afslutning: Det indebærer – at se på følelser, angst og ubevidste fantasier om 'afslutninger', 'tab', 'separation' eller 'forladthed', og forsøge at undgå for drastiske eller tidlige afslutninger, og se på processerne for 'individuation', 'uafhængighed', 'autonomi' og/eller 'selvregulering' osv.

7.1.3: Identificere risici eller vanskeligheder: Det indebærer - at finde frem til, hvornår personen sandsynligvis vil blive negativt påvirket af psykoterapiens afvikling og eventuelle risici forbundet med det. At være opmærksom på eventuelle overførsels- (og mod-overførselsproblemer), regressions- og/eller afhængighedsproblemer, der kan udskyde (eller fremskynde) afviklingen af psykoterapien. Undersøg mulige forhastede afviklinger og (ubevidste) problemer, der kan ligge bag, og overvej patientens/klientens fremtidige behov for efterbehandling, behov for eventuelle opfølgningssessioner eller behov for at opretholde en eller anden form for mindre terapeutisk kontakt. Tag en dialog om konsekvenserne af planlagte (eller pludselige) slutninger med din supervisor/vejleder eller leder alt efter behov osv.

§7.2: Tage ansvar for afviklingen af psykoterapiforløbet

7.2.1: Lede afviklingen: Det indebærer - at give patienten/klienten mulighed for at opleve en psykoterapeutisk afvikling, der er (a) forhandlet, (b) på et tidspunkt, hvor psykoterapien er tilstrækkelig for patienten/klienten, (c) på en måde, der med rimelighed beskytter dem (og andre) mod risici eller skade, (d) og så vidt muligt kan frigøre dem af modoverførselspåvirkninger ved "tab" eller "afslutninger", (e) og give plads til at ubearbejdede problemer kan komme frem, og (f) tillade 'afslutningen' at udfolde sig i en afslappet atmosfære og

samarbejde med patienten/klienten for at afviklingen af psykoterapien bliver så forståelig og klar som mulig osv. (se også §2.4.3)

7.2.2: Evaluere processen: Det indebærer - at give patienten/klienten mulighed for at evaluere psykoterapiforløbet, og fremtidige håb og planer. At påbegynde en dialog om forandringer i deres selvopfattelse og opfattelse af andre, af familie, kulturelle og samfundsmæssige strukturer, magt, selvværdsproblemer i relationer og problemer i forbindelse med tilknytning og selvstændighed. At tale om at komme i accept af, at der vil være uløste problematikker, som sandsynligvis ikke vil blive afsluttet i terapiforløbet osv.

7.2.3: Identificere problemer, tanker og følelser: Det indebærer – at tage en dialog om udfordringer, tanker, følelser og betydningen af andre 'afslutninger', 'konklusioner', 'separationer' eller "opsigelser" osv. At arbejde med tanker, planer og strategier for forandring med patienten/klienten, der tager højde for deres aktuelle situation og forhold, og udforske muligheder for videreførelse af deres proces, mulige henvisninger, løbende support og information og fremtidige terapeutiske alternativer, hvis behovet måtte opstå osv.

§7.3: Dokumentere og evaluere psykoterapiforløbet

7.3.1: Dokumentere psykoterapiprocessen: Det indebærer – at udarbejde en afsluttende (opsummering), vedligeholdelse af og opbevaring af kliniske optegnelser/notater i overensstemmelse med kliniske, lokale, nationale og/eller professionelle kriterier. På en hensigtsmæssig måde at bemærke og dokumentere enhver symptomreduktion, andre indikatorer på forandring (fx rygestop eller alkoholafvænning, stofmisbrug, tilbagevenden til arbejde osv.). At være opmærksom på enhver forandring i omstændigheder, såvel tilfredsstillende (som utilfredsstillende) resultater, som følge af psykoterapien osv.

7.3.2: Evaluere psykoterapien: Det indebærer – at anvende resultatvurderinger/analyser, kundetilfredshedsspørgeskemaer, opfølgende undersøgelser osv. for at hjælpe med at evaluere indflydelsen eller effekten af psykoterapien. At udarbejde et resumé eller en sagshistorik, hvis det er relevant, og reflektere over psykoterapiprocessen, evaluere egen præstation, problemstillinger og praksis. At tage en diskussion med egen supervisor/vejleder, leder eller ligestillet (interventions-) gruppe om enhver fejl, der kunne have været opstået, og hvordan de kunne have været undgået, læringsprocesserne i dette, og hvordan forbedringer kan implementeres osv. (se også §2.4.4)

Område 8: Samarbejde med andre fagfolk

En europæisk psykoterapeut har kompetencerne til:

§8.1: Samarbejde med andre fagfolk

8.1.1: Blive kendt med arbejdet hos andre fagfolk: Det indebærer - at være opmærksom på og bekendt med andre fagfolks arbejde, især dem inden for mental sundhed (psykiatere, specialkonsulenter, kliniske psykologer, psykiatrien, sygeplejersker, psykoterapeuter, rådgivere, psykologiske terapeuter, plejere osv.). At være bekendt med udbud af sundhedsydelser, inden for den frivillige og private sektor og relaterede områder, og forstå "veje" eller "arbejdsgange" som patienten/klienten skal gennem for at få adgang til lokale, nationale og specialiserede psykiske sundhedsydelser, via læger, praksisreferencer, sundhedsforsikring mv. At have et godt kendskab til de forskellige typer af mentale sundhedsressourcer og -faciliteter i dit lokale arbejdsområde, og være opmærksom på vanskeligheder vedrørende adgang, omkostninger, tilgængelighed, ressourcer osv. (se også § 1.1.4)

8.1.2: Udvikle og opretholde gode samarbejdsrelationer med andre fagfolk: Det indebærer - at deltage aktivt i det faglige fællesskab, og mødes med andre fagfolk regelmæssigt på peer-gruppe niveau, lokale arrangementer, regionale fora, symposier, nationale og faglige konferencer. Hvor relevant og passende diskuter da arbejdsproblemer, udfordringer og vanskeligheder samt muligheder for samarbejde, og engager dig i tilsyn og selvindsigt (se også §8). Vær en effektiv deltager i enhver inter-professionel og multi-praksis tilgang til mental sundhed. Udveksl relevante kontaktinformationer, tilskynd til og udvikl et sundt arbejdsmiljø med gensidig respekt og samarbejde. Identificer ressourcer og netværk, der kunne bruges til fordel for praksis og dermed for patienten/klienten osv.

8.1.3: Kommunikere effektivt med andre fagfolk: Det indebærer – at udvise gode og passende evner til klart at kommunikere information, rådgivning, instruktion og/eller faglige udtalelser til kollegaer og andre fagfolk, såvel som til patienter/klienter, deres familie og plejere samtidig med at være opmærksom på at være i stand til at anvende forskellige kommunikationsfærdigheder, non-verbal adfærd og kropssprog, især hvor der er forskelle i uddannelse, kultur, alder, etnicitet, seksualitet, køn, religiøs overbevisning, socioøkonomisk status, evne og sprog. At være i stand til at kommunikere oplysninger klart og åbent (ikke asymmetrisk) om forskellige former for behandling, stilarter inden for psykoterapien, tilgange og interventioner osv.

§8.2: Fungere som teammedlem

8.2.1: Være en del af et fungerende team: Det indebærer (hvor det er relevant) - at være klar over specifikke roller og egne pligter og andre teammedlemmer. At forhandle opgavefordeling og arbejdsbyrder med andre teammedlemmer, genkende asymmetriske magtbalancer og tage kollektive skridt for at undgå enhver udnyttelse eller misbrug af disse. At undgå - hvor muligt - "dobbelt-relationer" og tage aktivt del i at sikre en minimering af modstridende roller. At hjælpe med at sikre, at teamet arbejder for at maksimere terapeutiske resultater. Reflekter over og diskuter åbent teamets præstationer og funktion, og etabler rammer for personlig og faglig støtte, rådgivning, hjælp og supervision, når nødvendig. Vær åbne, klare og respektfulde i jeres væremåde over for hinanden, såvel som over for patienter/klienter og alle andre personer samtidig med at I overholder etiske rammer og gode principper for terapeutisk praksis. Hold jer inden for lovgivningens rammer, praksisregler, faglige retningslinjer og interne driftsprincipper. Udarbejd og følg regler og strategier for interaktion og samarbejd med andre teams og praksisser osv.

8.2.2: Reagere hensigtsmæssigt på teammedlemmers/kollegas upassende adfærd: Det indebærer - at nærme sig kollegaen, privat og fortroligt, med ens bekymringer over den professionelle adfærd, kompetencer, specielle interventioner eller ethvert forhold, som kan føre til upassende adfærd, brud på etiske regelsæt, respektløshed eller magtmisbrug i tilfælde af yderligere hændelser eller mangel på et passende svar fra kollegaen. I disse tilfælde kan personens overordnede, leder eller ansat med ansvar for at undersøge bekymrende forhold kontaktes. Vær sikker på, at dette ikke sker i ond tro og hold det fortroligt. Overhold relevante retningslinjer, etik og adfældsregler uden at ignorere eller tolerere upassende adfærd, magtmisbrug, respektløshed eller fordomme osv.

Område 9: Brug af supervision, (ligestillet) intervention og kritisk evaluering

En europæisk psykoterapeut har kompetencerne til at:

§9.1: Gennemføre regelmæssig praksisevaluering

9.1.1: Arrangere passende supervision/tilsyn: Det indebærer - at finde en passende, kvalificeret og erfaren supervisor (eller peer supervisorgruppe). At lave en eksPLICIT aftale om rammerne/kriterierne for supervision (herunder frekvens, respektive roller, mål, fortrolighed, (hvor relevant – omkostninger og ansvarlighed). At være åben om sine kompetencer og behov i supervisionen og anerkende at formålet med supervisionen er at forbedre kvaliteten af den psykoterapi, som patienten/klienten modtager. At sørge for at supervisionen er

i overensstemmelse med alle nationale, faglige og praksismæssige retningslinjer osv.

9.1.2: Deltage i supervisionen/tilsyn: Det indebærer – at deltage i systematisk supervision på et passende niveau og med en frekvens, der passer ind i det kliniske arbejde. At vise evnen til at anvende supervisionen effektivt. At gennemgå resultaterne af egen uddannelse, overbevisninger, holdninger og adfærd i sit kliniske arbejde og patient-/klientforholdet, og være rimelig åben og gennemsigtig om typen og måden ens kliniske arbejde foregår på over for supervisor, kollegaer og fagpersoner, og åbent og ærligt redegøre for klinisk arbejde med fokus på det vigtigste og det mest relevante materiale. At være aktivt engageret i åbne diskussioner om klinisk arbejde uden at blive undgående, aggressiv eller defensiv, og samarbejde med supervisor (og/eller ligestillede) og reflektere over feedback, bruge indsigt og forslag i den terapeutiske proces og lære af supervisionen ved at bruge forslag og anbefalet læsning til at udvide faglig læring og udvikling osv.

9.1.3: Tilpasse supervisionen: Det indebærer - at øge (eller reducere) supervisionen i forhold til ændringer i arbejdsbyrden, og reflektere over kvaliteten af supervisionen, og om den er tilstrækkelig til ens personlige og faglige behov. At sørge for at få yderligere specialiseret supervision, når beskæftiget med særligt kompliceret eller ukendt klinisk arbejde, eller hvis der er yderligere risici (for patienter/klienter eller for terapeuten). At modtage yderligere supervision i tilfælde af eventuelle personlige vanskeligheder, konflikter med patienter/klienter, dobbeltrelationer, klager osv. Det kan, efter noget tid med refleksion og åbne diskussioner, være nødvendigt eller relevant med en ny tid til supervision. Tag ansvar for at finde og modtage den bedst mulige faglige kvalitetssupervision osv.

9.1.4: Deltage i praksisrevision: Det indebærer - (hvis relevant) at identificere passende kriterier og evalueringsværktøjer rutinemæssigt (mindst en gang årligt) og deltage i systematisk gennemgang, patient/klientresultater, årlig gennemgang (af antal sessioner pr. patient/klient), spørgeskemaer om tilfredshed og opfølgende undersøgelser osv.

Område 10: Etik og kulturel følsomhed

En europæisk psykoterapeut har kompetencerne til at:

§10.1: Arbejde inden for en etisk ramme

10.1.1: Kende fagligt relevante og etiske retningslinjer og kutymeregler: Det indebærer - at være opmærksom på national lovgivning, der er relevant for professionel mental sundhedspraksis, nationale og europæiske regler for praksis og erklæringer om etiske principper (se bilag 6), gældende for professionel psykoterapi og god mental sundhedspraksis. At være bekendt

med god etisk praksis, som er relevant for ens særlige behandlingsmetode inden for psykoterapien osv.

10.1.2: Anvende professionelle og etiske retningslinjer: Det indebærer - at kunne trække på viden og anvende relevante faglige og etiske regler, og praksis. At overholde passende etiske, faglige og kontraktmæssige grænser i relation til patienter/klienter og indhente informeret samtykke til interventioner, der varetager patienters/klienters interesser, især i samarbejde med andre fagfolk, teammedlemmer og medlemmer af deres familie. At anerkende begrænsninger for egne kompetencer, færdigheder og erfaring, og deltage i passende uddannelse og faglig udvikling for at forbedre disse. At opretholde patient-/klientfortrolighed og vide hvornår den kan brydes. At sørge for at sikre at egen praksis er i overensstemmelse med 'best practice' og opretholde passende standarder for personlig adfærd osv.

10.1.3: Arbejde med etiske vanskeligheder: Det indebærer – at kunne genkende potentielle problemer, etiske dilemmaer eller modsigelser mellem forskellige kutymeregler og adfærd, eller mellem etiske krav og arbejdskrav, og at kunne genkende problemer på områder som dobbeltrelationer med patienter/klienter, kollegaer, tilsynsførende, praktikanter, medarbejdere eller underordnede. Brug supervision eller passende konsultation til at afklare vanskeligheder, og analysér og diskuter komplekse etiske dilemmaer med supervisor/vejledere, kollegaer eller medlemmer fra et etisk udvalg inden for en faglig sammenslutning. Identificer og træf passende foranstaltninger (herunder konsultation) i tilfælde af at andre terapeuter og kollegaer fejlbehandler. Det kan være nødvendigt at trække sig fra faglige aktiviteter og søge passende støtte, når ens grænser er blevet overskredet, ved personlige handicap eller hvis der opstår en uetisk situation, hvor det er nødvendigt at implementere passende ændringer for at sikre, at ens praksis fortsat er etisk forsvarlig osv.

§10.2: Arbejde med sociale og kulturelle forskelle

10.2.1: Kende til kulturelle og sociale forskelle: Det indebærer – at kunne identificere egen kulturelle og sociale position og de antagelser, trossystemer og værdier, der er forbundet hermed. At være opmærksom på mulige kulturelle og sociale forskelle og konsekvenserne heraf, over for bestemte patienter/klienter - især hvis de kommer fra forskellige sociale og kulturelle grupper. At genkende sociale og kulturelle forskelle med hensyn til klasse, køn, seksualitet, etnicitet, oprindelse, alder, religion, politik, individualisme osv., og forstå hvordan særlige sociale og kulturelle systemer nogle gange kan forveksles med mentale sundhedsproblemer. At genkende hvordan forskellige sociale og kulturelle problemstillinger kan påvirke det psykiske velbefindende. At forstå hvordan traumatiske historiske begivenheder som (fx krig, migration, naturkatastrofer, forfølgelse, diskrimination osv.) kan påvirke mennesker forskelligt osv.

10.2.2: Anvende viden om kulturelle og sociale forskelle: Det indebærer – at respektere patientens/klientens personlige mål, identitet og værdisystemer og hvordan ens egne terapeutiske rammer kan påvirke det. Sammen med patienter/klienter at udforske, hvordan de ser og forstår deres forhold med hensyn til egne og til andre, sociale og kulturelle problematikker og værdisystemer. At understøtte patienters/klienters perspektiver og værdisystemer, selvom de måtte være anderledes end ens egne, og anerkende egne begrænsninger i arbejdet med sociale og kulturelle forskelle osv.

10.2.3: Arbejde med sociale og kulturelle vanskeligheder: Det indebærer - at have specifikt kendskab til og søge yderligere oplysninger om, og (hvor relevant) modtage supervision i arbejdet med væsensforskellige kulturer og sociale forhold. At være klar over, at nogle patient-/klientpopulationer har oplevet betydelige traumer, som følge af diskrimination og undertrykkelse. At være bevidst om at egen social og kulturel identitet kan have indflydelse på patienten/klienten, og tilbyde henvisning til psykoterapeuter fra deres egen sociale eller kulturelle baggrund, hvor passende. At være vidende om, at der kan være sociale, kulturelle og politiske barrierer for adgang til psykoterapeutiske tilbud, og frem større tilgængelighed ved at arbejde med sociale og kulturelle støttegrupper, specialister, translatører/tolke og andre tilgængelige ressourcer i et forsøg på at reducere sociale og kulturelle vanskeligheder osv.

10.2.4: Tilpasse praksis, hvis der arbejdes med 'særlige' klientgrupper: Det indebærer – at der kan kræves yderligere special-kompetencer og/eller, klienters evner til at give gyldigt samtykke kan være begrænset eller forringet, som fx ved arbejde med børn, udviklingshæmmede mennesker, mennesker med kommunikationsvanskeligheder, mennesker der har haft hjerneblødninger eller andre psykiske og fysiske funktionsnedsættelser eller mennesker med psykisk sygdom eller med ekstreme eller ændret tilstand. At sørge for yderligere træning og uddannelse, yderligere information, og at modtage supervision (især hvis den sædvanlige supervisor ikke er erfaren inden for området). At indhente gyldigt samtykke for at acceptere ansvar, tilgodese patientens/klientens behov og kommunikere åbent om behandlingsprocessen med forældre, værger eller pårørende, (hvor det er relevant og uden at bryde den professionelle fortrolighed eller etik) og huske at journalisere det. Når der hentes eller udstedes rapporter, der er relevante for en sådan patient/klient, indhent da samtykke fra andre parter (forældre, værge osv.), rådgiv og oplys dem samt inkluder deres synspunkter og journaliserer det. Ved sprog- eller kommunikationsvanskeligheder, vær da sikker på at tolke og andre med kendskab til andre former for kommunikationsmidler er til stede, eller sikr at der er patientadvokater til stede, når det er nødvendigt, og at det terapeutiske miljø og forhold er tilpasset patientens/klientens alder, udviklingsstadie og særlige behov osv.

§10.3: Arbejde med psykoterapiens sociale, kulturelle og politiske kontekst

10.3.1: Have kendskab til psykoterapiens sociale, kulturelle og politiske kontekst: Det indebærer - at forstå, hvordan den mentale sundhedssektor passer ind i sociale, politiske og kulturelle sammenhænge, og hvordan dette har været opfattet anderledes i forskellige tidsperioder og i forskellige kulturer. At have forståelse for sociale, kulturelle og politiske sammenhænge vedrørende: Mental sundhed over for psykisk sygdom, socialpsykologi og mental sundhed over for unormal psykologi, den 'medicinske' allopatiske model versus den bio-psykosociale model versus en mere 'holistisk' komplementær model osv. At forstå tværkulturelle spørgsmål og debatter om mental sundhed, handicap osv.

10.3.2: Have kendskab til tendenser i psykoterapi: Det indebærer – at have kendskab til aktuelle tendenser eller debatter i udbud af mentale sundhedstjenester og være opmærksom på ændringer i social, kulturel og politisk tænkning om psykoterapi (fx psykoterapi er en aktivitet, der kun kan udføres af psykologer og psykiatere versus psykoterapi er et selvstændigt erhverv parallelt med psykologi og psykiatri). Vær opmærksom på 'postmoderne' tanker om psykoterapi (fx løsningsorienteret, styrkebaseret, resiliens, eksternalisering af problemer osv.). Vær opmærksom på samspillet mellem forskellige teorier: Kognitiv adfærd versus psykodynamisk versus menneskeligt potentiale versus systemisk, og vær opmærksom på stigning i efterspørgsel på 'evidensbaserede' psykoterapier, passende vurderingsværktøjer inden for psykoterapi og behovet for forskning på alle områder af psykoterapi. Vær klar over den gennemslagskraft og de konsekvenser resultaterne inden for neurovidenskab har på psykoterapi osv.

Område 11: Ledelse og administration

En europæisk psykoterapeut har kompetencerne til at:

§11.1: Stå for en professionel praksis

11.1.1: Administrere et fuldtidsarbejde: Det indebærer - at være klar over ens egne evner ved i begyndelsen af hver session at være frisk, interesseret, koncentreret og fokuseret. At starte og slutte sessionen og processen i god tid for at lave passende noter og optegnelser af klientoplysninger. At afsætte tilstrækkelig tid mellem sessionerne og begrænse antallet af sessioner i perioder. Når engageret i andre ikke-faglige aktiviteter, eller engageret i andre aktiviteter og arrangementer så sørg for at skabe tilstrækkelig tid og plads til disse, og sørg for at den faglige praksis forbliver tydelig/skarp, osv.

11.1.2: Vedligeholde passende opbakning og støtte: Det indebærer – at engagere sig i passende supervision, case konferencer og gennemgang af fagligt arbejde med klienter (se også kernekompetencer: Område 8). Jævnligt at deltage i passende samtaler og kontakt til kollegaer, og at holde sig ajour

med udviklingen i feltet og især i ens eget område inden for psykoterapi. At deltage i faglige seminarer, symposier og konferencer, og abonnere på faglige tidsskrifter og gøre brug af passende faglig efteruddannelse og træning (CPD). Bevar status i passende faglige sammenslutninger osv.

11.1.3: Gennemføre regelmæssig self-management: Det indebærer – at engagere sig regelmæssigt i aktiv selvpleje og selvforvaltning. At holde sig rimelig fit og sund, holde tilstrækkelig med pauser, holde fri, tage ferie og deltage i andre aktiviteter. I perioder, hvor personlige eller professionelle vanskeligheder fylder, øg da supervision og rådgivning fra en relevant kollega eller få råd fra en mentor osv.

§11.2: Lede en selvstændig eller mindre virksomhed

11.2.1: Vedligeholde god forretningspraksis, administration og regnskabssystemer: Det indebærer - at have kendskab til god forretningspraksis, administrationssystemer og regnskabssystemer, og at holde sig ajour med disse regelmæssigt i overensstemmelse med alle lokale og nationale juridiske, regnskabsmæssige, skattemæssige, administrative bestemmelser og krav som en professionel person i erhvervslivet. At sørge for bl.a. at udfylde skatteoplysninger og indsende skatter og afgifter (moms), (hvor relevant) og sørge for at betale regninger og medarbejderlønninger til tiden osv.

11.2.2: Følge gældende regler: Det indebærer - at være opmærksom på og følge gældende sundheds-og sikkerheds-og miljøregler, og gøre sig overvejelser, især angående kontorplacering og forsyninger. At sørge for altid at have passende forsikringsdækning for patienter/klienter, medarbejdere (hvis relevant) og andre, og holde sig ajour med eventuelle krav fra ens faglige organisation osv.

Område 12: Forskning

En europæisk psykoterapeut har kompetencerne til at:

§12.1: Holde sig ajour med psykoterapeutisk forskning

12.1.1: Have kendskab til psykoterapeutisk forskning: Det indebærer – at kunne genkende værdien af forskning i systematisk evaluering af psykoterapeutisk praksis og være opmærksom på, hvad psykoterapeutisk forskning har udrettet, og hvordan det påvirker nuværende praksis. At være opmærksom på forskellige forskningsmæssige kriterier og metoder. At være opmærksom på passende forskningsmetoder, især inden for ens eget psykoterapeutiske område/modalitet osv.

12.1.2: Gøre brug af psykoterapeutisk forskning: Det indebærer - at have adgang til et bredt sortiment af informationskilder og ressourcer (bøger, tidsskrifter, internet osv.), der kan kaste lys på ens praksis. At være i stand til at evaluere forskning og anden evidens for at anvende det i egen praksis. At kunne bruge eller tilpasse betydelige og passende resultater til at forbedre egen praksis og implementere ændringer i egen praksis på baggrund af nyudviklede forskningsresultater osv.

Område 13: Forebyggelse og uddannelse

En europæisk psykoterapeut har kompetencerne til at:

§13.1: Forebygge og uddanne med klienter

13.1.1: Have indsigt i gentagne/dysfunktionelle mønstre i patient/klientens historie: Det indebærer – med baggrund i patientens/klientens psykodynamiske og psykosociale historie at være opmærksom på særlige gentagne mønstre, der kan være eller er blevet dysfunktionelle. At være opmærksom på muligheden for, at nogle af symptomerne kan dække over dysfunktionelle eller gentagne mønstre (eller en personlighedsforstyrrelse eller en afhængighed osv.), der skal behandles for at forhindre yderligere fortvivlelse. Og vær opmærksom på baggrundsætiologi og forskellige psykiske problemer og lidelser, og hav indsigt i kendte og dokumenterede metoder at bistå patienten/klienten med i deres vanskeligheder og som problemforebyggende osv.

13.1.2: Uddanne patienter/klienter for at undgå gentagelser: Det indebærer - at hjælpe patienten/klienten til at forstå alle aspekter af deres problemstillinger, og at arbejde med dem, så de får mulighed for at erfare undertrykte eller dybereliggende følelser, der kan påvirke deres problemer. At opmuntre dem til at læse om deres særlige problemer, for at de kan få indblik i, at deres egne mønstre, problemer eller vanskeligheder ligner andre folks og på samme tid er unikke for dem. At præsentere dem for et normaliseringsperspektiv i stedet for et patologisk, hvor det er relevant, og frem da både generel og specifik opmærksomhed og introspektion. At udforske både deres vanskeligheder og problemer samt fremme et positivt selvværd og individuel trivsel, og give dem mod på at opbygge resiliens over for symptomer på psykiske og mentale sundhedsproblemer. At hjælpe og støtte patienter/klienter til at ændre nogle dysfunktionelle adfærdsmønstre, og indarbejde nogle, der er mere gavnlige for dem. At lægge vægt på støtte og/eller forebyggelsesstrategier, især ved arbejde hen imod en afslutning af den terapeutiske relation osv.

13.1.3: Hjælpe med at fremme forandring i patient/klient sammen med deres nærmeste familie og sociale miljø: Det indebærer - at hjælpe patienten/klienten til at genkende de aspekter af deres familiestruktur, venskaber, mønstre, arbejde og sociale miljø, der er støttende eller

dysfunktionelle, og at hjælpe dem med at udforske nye og anderledes holdninger og trossystemer om dem selv og andre, for at finde ud af om disse kunne være gavnlige. At hjælpe med at fremme og konsolidere en række positive ændringer og adfærdsmønstre og støtte dem i at informere - og uddanne – deres omgivelser til at forstå disse forandringer. At opmuntre dem til at udvikle et bedre og mere støttende psykosocialt og familiært netværk for at støtte og styrke disse nye ændringer osv.

§ 13.2: Forebyggelse og uddannelse med andre

13.2.1: Have en bevidsthed om ætiologi af mentale sundhedsproblemer:

Det indebærer – at forstå, hvordan folks tanker, følelser og adfærd påvirkes af den egentlige, forestillede eller underforståede tilstedeværelse af andre. Forstå hvordan og hvorfor folk kan udvikle psykiske problemer, hvor stive eller patologiske holdninger, ugunstige eller skadelige sociale og/eller politiske forhold, miljømæssige eller individuelle katastrofer kan være årsag til voldelig adfærd eller problematisk påvirkning. Og være klar over hvordan skadelige, sociale hverdagsfaktorer - som fx religion, alkohol, fattigdom, traditioner, institutionalisering, industrialisering, negative sociale holdninger, magtstrukturer, trossystemer, grupperinger og medier osv. kan påvirke enkeltpersoner og samfund osv.

13.2.2: Fremme psykosocial uddannelse: Det indebærer - at kunne forklare grundlæggende psykiske problemer på enkle og forståelige måder, og at kunne arbejde med andre fagfolk, især sygeplejersker, sundhedspersonale, socialarbejdere osv., når passende, for at fremme bevidstheden om fælles problemer, "normalisering" af disse, og for at hjælpe med at identificere personer med problemer eller vanskeligheder langt tidligere. At hjælpe med at reducere patologiske og nedtone stigmatisering af almene mentale sundhedsproblemer, og åbent fordømme adfærd, systemer, institutioner, praksis og holdninger, der klart er skadelige for folks mentale sundhed osv.

Den endelige (Version 3.3. juli 2013), hvori kernekompetencerne er beskrevet, slutter her.
Dette afslutter fase 1 i EAP's projekt for at udvikle faglige kompetencer for en europæisk psykoterapeut.

Mere information findes på projektets hjemmeside:
www.psychotherapy-competency.eu

Hovedtræk for projektets videre forløb:

Det forventes, at der vil være yderligere "specifikke kompetencer" - kompetencer, der er specifikke for de forskellige former (behandlingsmetoder)/ (kategorier) inden for psykoterapi, eller specifikke for de forskellige lande. De vil blive udviklet af de relevante paneuropæiske organisationer og nationale paraplyorganisationer. (Fase 2)

Det forventes også, at der vil være yderligere "specialistkompetencer", som kun er nødvendige, når man praktiserer psykoterapi:

1. Med særlige klientgrupper (fx psykoterapi med ... børn, unge, psykotiske, mennesker med indlæringsvanskeligheder, misbrugere, ældre osv.) eller
2. På særlige områder (fx psykoterapi i ... psykiatriske hospitaler, fængsler, flygtningelejre, grupper osv.) eller
3. Ved udøvelse af visse specialfunktioner i psykoterapi (fx træning, supervision, rådgivning, osv.)

Udviklingen af disse specialkompetencer er blevet identificeret som Fase 3 i dette projekt.

En ramme for viden og udvikling af evner - hvad en person har brug for at vide og de evner de skal have for at kunne praktisere som professionel psykoterapeut - samt identificere passende præstations-og vurderingskriterier og metoder inden for alle disse kompetencer er blevet identificeret som Fase 4 i dette projekt.

Projektets sidste fase (Fase 5) vil være implementering af kompetencerne i EAP's uddannelsesstandards gennem EAP's europæiske uddannelsesstandardsudvalg (ETSC) og Uddannelses- og Akkrediteringsudvalg (TAC) og derefter i psykoterapitræning og træning i skoler, i vid udstrækning repræsenteret af European Accredited Psychotherapy Training Institutes (EAPTI).