

Datum  
2015-01-17

Diarienummer  
SKL 12/6459

## Instruktion till särskilt utvalda utbildare

Det här är en instruktion till dig som ska ge utbildning och färdighetsträning i bedömning och behandling av depression och värdera och hantera självmordsrisk inom ramen för Deplyftet.

Bakgrunden är ett nationellt projekt där Svenska föreningen för barn- och ungdomspsykiatri (SFBUP) har fått i uppdrag av landets verksamhetschefer inom BUP att utforma riktlinjer för depression. Med stöd av Sveriges kommuner och landsting (SKL) har en modell för implementering av riktlinjerna tagits fram i projektet Deplyftet. Inom ramen för implementeringssatsningen har ett utbildningspaket riktat till behandlare inom BUP utvecklats. Utbildningspaketet kan med vissa justeringar även användas inom första linjen.

Det övergripande målet är att unga med depression ska identifieras tidigare och att kartläggning och diagnostik ska bli bredare och mer strukturerad.

Ett annat huvudmål är att ge behandlare ökad kunskap och färdigheter i självmordsriskbedömningar och att utforma säkerhetsplaner.

Målsättningen är också att ungdomar med depression och deras föräldrar ska ges ökad möjlighet till delaktighet i upplägg av behandling genom riktad psykoedukation och genom vårdplaner, som görs upp och utvärderas tillsammans. Stegvis vård betonas med bred psykosocial basbehandling som första steg.

Förhoppningen är att alla ungdomar med depression som söker vården erbjuds en effektiv bedömning och behandling och därmed ges samma möjlighet att utvecklas och gå i skola som andra ungdomar. En annan förhoppning är att eventuell suicidrisk fångas upp och hanteras på ett kunnigt, säkert och respektfullt sätt under hela behandlingen.

### *Manualer*

Utbildningen *Att bedöma och behandla depression och hantera och värdera självmordsrisk* baseras på manualer framtagna av Anna Santesson, Håkan Jarbin och Markus Andersson inom Deplyftet. Manualerna täcker in sju olika områden; samtalsteknik och kartläggning av livssituation och funktion, depressionsdiagnostik, strukturerad suicidriskbedömning och säkerhetsplanering, psykoedukation, fallformulering och vårdplan, psykosocial basbehandling och utvärdering. Manualerna är tänkta att ge en teoretisk ram och en förståelse för ämnet. De ger också praktiska tips för hur behandlaren konkret kan gå tillväga i sin kliniska vardag och ger exempel på frågor som kan ställas i samtalet med ungdom och föräldrar. Ett

avsnitt täcker in vanliga svårigheter som kan dyka upp och ger tips på möjliga lösningar.

För att kunna utbilda i Deplyftet är det nödvändigt att man själv först genomgått utbildningen. Undervisningsmaterialet behöver således kombineras med utbildning för att på så sätt få en fördjupad förståelse av det sammanhang som kunskapen och färdigheterna ska användas.

### *Interaktiva föreläsningar*

Utbildningen utgörs av fyra tvådagarsseminarier med föreläsningar, demonstrationer och färdighetsmodellerande övningar baserat på manualerna. Forskning har visat att enbart föreläsningar kan öka kunskapen hos deltagarna, men ger inte i någon högre utsträckning medvetenhet om hur det som lärs ut liknar eller skiljer sig från nuvarande arbetssätt. Enbart teori ger heller inte automatiskt de färdigheter som behöva. Det är därför en risk att deltagarna fortsätter med sin tidigare praktik utan att förändra den i enlighet med det föreläsningarna lär ut. Diskussioner med andra deltagare kan öka en sådan medvetenhet om skillnader, därför är olika smågruppsdiskussioner (bikupor) inlagd i föreläsningarna.

### *Introduktion av kliniska färdigheter*

Demonstrationer som följer ämnet för föreläsningen har lagts in för att introducera olika användbara kliniska färdigheter. Kursledaren visar då praktiskt, genom att intervjua skådespelade familjer, hur man använda sig av metoderna ur manualerna. Enbart teori ger inte automatiskt de färdigheter som behövs. Demonstrationer har visats öka chansen att deltagarna verkligen förstår och tar till sig de kunskaper som lärs ut.

I seminarierna ägnas mycket tid till modulering av färdigheter. Genom att låta deltagarna träna på att vara behandlare i ett rollspel som liknar en klinisk situation ökar medvetenheten ytterligare. Men framförallt ger det möjlighet för behandlaren att få öva på olika kliniskt användbara färdigheter och få återkoppling i en trygg träningsituation.

### *Färdighetsträning*

Demonstrationer och egna rollspel är dock sällan tillräckligt för att kunna omsätta kunskaper och färdigheter i ett vanligt behandlingssamtal. För att möjliggöra det bör deltagarna få handledning och återkoppling i sitt vanliga arbete. Mellan utbildningstillfällena får därför deltagarna olika hemuppgifter med telefonsupport och handledning gärna i form av medsittning (bäst) i den kliniska situationen.

### *Utbildningspaketet*

**Adress:** Psykiatri i Halland, Barn- och ungdomspsykiatriska mottagningen Hallands sjukhus 301 85 Halmstad .

**Besöksadress:** Fiskaregatan 8 **Tfn:** 035-13 17 50 **Fax:** 035-13 17 35

**E-post:** bup.halmstad@regionhalland.se **Webb:** www.regionhalland.se/psykiatri **Org.nr:** 232100-0115



Sammanfattningsvis är det avgörande att utbildningen som tagits fram i Deplyftet ges som ett helt paket där teoretisk genomgång följs av demonstrationer och modellering av de färdigheter som lärs ut, att deltagarna får möjlighet att öva under utbildningen och får feedback och dessutom erhålla handledning/coaching på arbetsplatsen. Samtliga moment krävs för att utveckla nya färdigheter på ett sätt som ökar chansen att behandlaren verkligen använder dem i sin kliniska vardag och på så sätt kommer patienter till godo. Inget enskilt moment är således i tillräckligt för att lära sig modellen och de färdigheter som krävs.

Den pedagogiska modellen i Deplyftet bygger på följande:

1. Förberedda deltagare som läst manualen före varje utbildningstillfälle
2. Inledande diskussion kring skillnader/likheter med det vanliga arbets sättet. Gemensam diskussion utifrån frågeställningarna: vad behärskar vi just nu? Vad behöver vi utveckla vidare? Vilka utmaningar finns att hantera inför implementeringen av Deplyftet?
3. Kort teoretisk genomgång av avsnittet Översikt i manualen om cirka en halvtimme med inlagda bikupor
4. Demonstration av utbildare och skådespelare hur *Teknik* och *Demonstration* i manualen kan göras för det avsnittet.
5. Diskussion i helgrupp om skillnader/likheter med det vanliga arbets sättet.
6. Rollspel i smågrupp med skådespelare där deltagare får möjlighet att öva färdigheter med direkt feedback av utbildare/handledare.
7. Diskussion i helgrupp kring de erfarenheter som gjorts i rollspelen.
8. Nästa halvtimme med teori och punkt 2-7 ovan osv
9. Deltagarna får hemuppgifter till nästa gång
10. Hemarbete med telefoncoaching
- 11.Handledning gärna i form av medsittning med återkoppling i det kliniska arbetet med patient

I exempelvis modulen *självordsriskbedömning* täcker dessa pass om vardera cirka en halvtimmes teori om:

- a. Fakta om självmord
- b. Samtal och alliansbyggande strategier
- c. Kartläggning med fokus på riskfaktorer inklusive tecken på instabilitet
- d. Tidigare självmordsförsök respektive självskadebeteende och risk
- e. Psykisk störning med akut risk
- f. Psykisk status och akut risk
- g. Sammanfattande självmordsriskbedömning
- h. Säkerhetsplanering

Teoripasset följs av diskussion- demonstration-diskussion-färdighetsträning-diskussion. Ibland passar det bättre med andra seminarieövningar än med rollspel och då använder vi oss av de metoderna för att ge möjlighet till fördjupade kunskap

**Adress:** Psykiatri i Halland, Barn- och ungdomspsykiatriska mottagningen Hallands sjukhus 301 85 Halmstad .

**Besöksadress:** Fiskaregatan 8 **Tfn:** 035-13 17 50 **Fax:** 035-13 17 35

**E-post:** bup.halmstad@regionhalland.se **Webb:** www.regionhalland.se/psykiatri **Org.nr:** 232100-0115



Ett sista tvådagarsseminarium fokuserar på olika pedagogiska metoder. För att kunna utbilda andra behandlare bör utbildaren vara väl förtrogen med materialet och ha använt det själv med feedback. Utbildaren bör kunna integrera teori och praktik, bemästra de kliniska färdigheter som lärs ut och kunna anpassa dem utifrån den kliniska situationen. Utbildaren bör också kunna skapa ett positivt inlärningsklimat, planera utbildning utifrån materialet, kunna föreläsa, demonstrera olika samtalstekniker, kunna coacha och ge stöd till behandlare i handledningssituationen och ge utvecklande feedback. Sammantaget har du som utbildare efter genomgången utbildning både kunskaper och praktiska färdigheter i metoden *Att bedöma och behandla depression och värdera och hantera självmordsrisk hos ungdomar* och förmågan att lära ut. Till lärmaterialet hör förutom Deplyftets manualer, föreläsningmaterial och gruppövningar, inspelade föreläsningar och instruktioner för gruppövningar och feedbackinstrumentet.

#### *Utprovning och utvärdering av utbildningen*

Manualerna har granskats av referensgruppsexperter och vanliga behandlare på BUP. Seminarierna har precis börjat genomföras i ett pilotprojekt med fyra BUP-kliniker. Materialet provas och vidareutvecklas nu inom pilotprojektet. Även om kursinnehållet baseras på tillgänglig forskning och har bedömts av referensgrupp, så kommer genomföranden sannolikt visa på behov av programjusteringar. Vi tar tacksamt emot sådana synpunkter under utbildningens gång.

Inom ramen för implementeringssatsningen pågår även en mer kvalificerad utvärdering i samarbete med Lunds universitet. Därefter är materialet färdigt för mer allmän användning. För att säkra kvaliteten vid spridning krävs att utbildare genomgått utbildarutbildningen och haft handledning i metoden. Enbart manualerna, tillhörande Power Point och inspelade föreläsningar utgör således *inte* ett tillräckligt underlag för utbildare i att *Att bedöma och behandla depression och värdera och hantera självmordsrisk* inom Deplyftet.

Vi räknar med att inom några år ha en stor grupp utbildare som kan utbilda vidare inom BUP nationellt och även inom första linjen med Deplyftets material. Under genomförande av de kurserna uppmuntras utbildare att kontinuerligt komma med frågor, synpunkter och utvecklingsförslag så snart sådana dyker upp. Tanken är att korrigera och göra klargöranden i senare upplagor.

*Anna Santesson*  
*Utbildningsansvarig Deplyftet*  
*Specialist i Barn och ungdomspsykiatri*

*Maria Zetterqvist*  
*Utbildare Deplyftet,*  
*Leg psykolog, leg psykoterapeut.*  
*Med Dr*

