MELLANRUMMET
NORDISK TIDSKRIFT FÖR BARN- OCH UNGDOMSPSYKOTERAPI
NORDIC JOURNAL OF CHILD AND ADOLESCENT PSYCHOTHERAPY

Unni Sandaker Blom, Anne Kløve
Bergen

Erfaringer som seminarlærere på IBUPs innføringsseminar

En stadig læreprosess

Vi har blitt invitert til å skrive om våre erfaringer som seminarlærere ved IBUPs innføringsseminar. Vi har selv tatt IBUPs 5-årige psykoterapiutdanning som vi erfarte som svært verdifullt. Denne utdanningen har siden preget oss som fagpersoner, og vi anvender kunnskapen i vårt daglige virke i BUP.

Psykoterapiutdanning på barnefeltet i Norge

I Norge tilbyr IBUP videreutdanning i psykoanalytisk orientert psykoterapi med barn og unge for leger og psykologer som jobber innen psykisk helsevern for barn og unge. Hele utdanningen består av 2-årig innføringsseminar, spedbarnsobservasjonsseminar og videregående seminar. IBUP tilbyr også andre enkeltstående seminarer.

Seminarene kan tas som selvstendige kurs som del av etterutdanning og vedlikeholdsaktivitet til spesialitet, eller kombineres til et 5-årig utdanningsløp, godkjent til spesialiteten i psykoterapi av Norsk Psykologforening. Utdanningen har en internasjonal standard og er tilpasset kravene i The European Federation for Psychoanalytic Psychotherapy in Public Sector, Child and Adolescent Section (EFPP). IBUPs ulike seminarer kan inngå i

Copyright. Alla rättigheter förbehållna. Mångfaldigandet av innehållet, annat än för privat bruk, är enligt lag om upphovsrätt (1960:729) förbjudet utan medgivande av redaktionen.
Ansvarig utgivare: Respektive författare/Institutt for barne- og ungdomspsykoterapi (IBUP). Original: mbj.

spesialistutdanning for psykologer og leger, og er godkjent av Norsk psykologforening og Den norske legeforening for dette formålet. De fleste seminarer avholdes i Oslo, men IBUP har også arrangert seminarer i Trondheim, Tønsberg, Stavanger og Bergen.

I 2019 ble spesialistutdanningen for leger i Norge lagt om. For leger som spesialiserer seg til å bli barne- og ungdomspsykiatere, er det i den nye ordningen blitt obligatorisk med 2-årig valgfri terapiutdanning innen kognitiv terapi, familieterapi, gruppeterapi eller psykodynamisk terapi. Etter at denne nye ordningen trådte i kraft, har det vært mange unge leger på IBUPs innføringsseminarer. Per i dag kan innføringsseminar for dette formålet enten tas ved IBUP, eller ved RBUP Øst og Sør, Regionsenter for barn og unges psykiske helse i Oslo, som har et tilsvarende innføringsseminar forbeholdt leger i spesialisering.

Ilddåp som seminarlærere i korona-tiden

Etter å ha fullført den 5-årige utdanningen i Bergen i 2019, ble vi svært opptatt av å bidra til at utdanning i psykodynamisk psykoterapi fortsatt skulle kunne tilbys leger i spesialisering og psykologer på Vestlandet, hvor vi bor. Dette var bakgrunnen for at vi tok initiativ til et nytt innføringsseminar på Vestlandet, som vi fikk mulighet til å lede.

Vi startet høsten 2020, og fikk gjennomført 4 fysiske samlinger før koronapandemien inntraff med medfølgende restriksjoner. En samling ble avlyst. Etter en periode med motstand og tvil i forhold til verdien av å videreføre samlingene digitalt, ble seminaret i løpet av våren 2020 omgjort til et digitalt seminar. Heldigvis kunne vi avslutte med en fysisk samling i slutten av 2021. Både vi og deltagerne var takknemlige for å ha fullført seminaret i en krevende tid. Likevel, i etterkant er det vår erfaring at det digitale formatet begrenser dialogen, deltakelsen og den personlige læringen som fysisk deltakelse i en seminargruppe gir.

Seminarlærerrollen

Det var et stort steg å ta fra å være seminardeltaker til å bli seminarlærer, der det mest krevende å overkomme kanskje var vårt eget superego. I begynnelsen var vi svært opptatt av om vi behersket teorien godt nok. Etter hvert har vårt fokus flyttet seg mer til hvordan vi formidler dette faget, erkjennelse av alt som spiller seg ut i en seminargruppe av de fenomener vi ønsker å lære bort noe om, å tøyle vår egen iver og begeistring over både teori og kliniske fenomener, og å legge til rette for at seminardeltagernes prosess av emosjonell og personlig læring kan folde seg ut.

IBUP arrangerer årlige lærersamlinger der fokus blant annet har vært erfaringsdeling og kunnskapsoverføring. Her har vi fått kunnskap og inspirasjon fra erfarne seminarlærere, og dette har vært av betydning for vår utvikling i rollen.

I 2022 fikk vi møte Kari K. Holm fra Institutt for psykoterapi. Hun foreleste om egne erfaringer under overskriftene *«Å lære bort å lære. Gjensidig læring i gruppe. Generasjonsoverføring av kunnskap på seminar»*. Dette innlegget har hun oppsummert i en artikkel publisert i Mellanrummet nr. 43, 2022 under tittelen *Om ledelse av psykoanalytisk orienterte psykoterapiseminar*.

Noe av det vi tok med oss fra hennes foredrag var referansen til seminar som en form for «planteskole» med seminarlæreren som en som sår, og som gjennom egen erfaring gir gode vekstbetingelser for læring, aktivitet og utvikling. Videre at seminarlæreren bidrar til å styrke gruppefølelsen ved å unngå å konkurrere med deltakernes aktivitet, ikke briljerer, men holder seg innenfor seminarets

MELLANRUMMET © 2025 BY-NC-ND • ISSN 2000-8511 • WWW.MELLANRUMMET.NET • INFO@MELLANRUMMET.NET
Copyright. Alla rättigheter förbehållna. Mångfaldigandet av innehållet, annat än för privat bruk, är enligt lag om upphovsrätt (1960:729) förbjudet utan medgivande av redaktionen. Ansvarig utgivare: Respektive författare/Institutt for barne- og ungdomspsykoterapi (IBUP). Original: mbj.

teoretiske ramme. På sitt beste internaliseres arbeidsformen i gruppen, slik at læreren blir mer frigjort og deltagende, samtidig som en forblir i en leder/lærer-rolle, og beholder det overordnede ansvaret for prosessen.

I 2023 foreleste Thor Kristian Island fra Institutt for gruppeanalyse om selvavsløring, tillit og skam i læringsgrupper under overskriften *«Sa du virkelig det?»* I foredraget sitt viste han blant annet hvordan skam kan stå i veien for læring og hvordan deltagerne i grupper får, eller tar, roller som måter å håndtere angst og spenninger på.

Disse samlingene inspirerte oss, og utvidet vår kunnskap om hvordan få til gode læringsgrupper som fremmer indre prosesser og emosjonell læring, der stoffet gjøres til deltakernes eget. I tillegg vil vi framholde at våre egne seminarlærere har vært viktige rollemodeller og har lært oss mye, også om seminarledelse.

Organisering av innføringsseminaret

IBUP har som praksis å invitere alle som melder seg på seminar til en forhåndssamtale. Det er en fin anledning til å bli kjent, og til å avklare om det ligger til rette for deltagelse på seminar. I samtalene har vi vært opptatt av å presentere seminaret som den arbeidsgruppen det er, og undersøke motivasjonen for å lære på denne måten som skiller seg fra andre kurs, og blant annet forutsetter åpenhet for å lære av andre deltagere. Videre vil vi også gjerne høre om hva det er som gjør at søkeren ønsker å lære seg psykodynamisk/psykoanalytisk orientert psykoterapi. Vi har gode erfaringer med en slik mulighet til å snakke med hver enkelt deltager før oppstart på første samling.

For IBUPs innføringseminar er anbefalt gruppestørrelse 6-8 deltakere, som kan betegnes som en smågruppe. Vi har erfaring både med noe større og noe mindre gruppe. Vi har sett at større grupper kan påvirke deltagernes aktivitet og initiativ. Vi opplever det som berikende at gruppen består av de to faggruppene leger og psykologer, og at deltagerne har varierende erfaring.

IBUPs innføringsseminar har en ramme på 196 undervisningstimer. Vi har fordelt det på 15 samlinger over 2 påfølgende dager, gjennom 2 år. Rammene for hele seminaret er viktige: en tydelig kursplan med litteratur, fremleggingsplan, at vi holder oss til tiden på seminardagene, og har fast tidspunkt for en times lunsj. Ganske raskt internaliseres denne rytmen i seminargruppen, og blir dermed også en læringserfaring i forhold til betydningen av nettopp rammer.

Hver seminardag starter med 15 minutter «til dagsorden». Dette er for å gi rom til eventuelle praktiske avklaringer, «rester» eller problemstillinger fra foregående samling, eller andre ting som angår og opptar deltagerne. Formålet er å bidra til ivaretagelse av gruppen, og seminaret som arbeidsgruppe, inspirere deltagerne til å observere seg selv og hverandre, og sette ord på følelser og erfaringer som måtte oppstå. I en smågruppe av denne størrelsen må vi ta innover oss at det oppstår en gruppedynamikk som i *familier*. Dette innebærer blant annet at når vi er to seminarlærere vil vi i noen grad kunne ha rolle som «foreldre». Vi kan erfare «søskensjalusi», konkurranse, opplevelse av å være utenfor, men også gleden over å møtes igjen når vi har vært borte fra hverandre mellom samlingene. Slik kan felles menneskelige erfaringer av dynamikk som vi lærer om på seminaret, et «vi», ikke et «oss og dem», også erfares i seminargruppen, og bidra til den emosjonelle læringen.

Litteraturfordypning er den kognitive læringen. Deltagerne legger fram teori etter tur, og vi forsøker å legge til rette for at de kan støtte seg på hverandre i forståelsen av

MELLANRUMMET © 2025 BY-NC-ND • ISSN 2000-8511 • WWW.MELLANRUMMET.NET • INFO@MELLANRUMMET.NET
Copyright. Alla rättigheter förbehållna. Mångfaldigandet av innehållet, annat än för privat bruk, är enligt lag om upphovsrätt (1960:729) förbjudet utan medgivande av redaktionen.
Ansvarig utgivare: Respektive författare/Institutt for barne- og ungdomspsykoterapi (IBUP). Original: mbj.

fagstoffet. Selv om en artikkel kan oppleves krevende eller utilgjengelig, er det en gjennomgående erfaring at fordypning og samtale gjennom formiddagen gjør stoffet mer forståelig. En slik fordypning i faglitteratur er en ny arbeidsform for de fleste, men oppleves nyttig. Vi erfarer sammen en hermeneutisk sirkel etter hvert som fenomener og temaer gjentas i nye tekster, og deltagerne samtidig gjør sine erfaringer i det kliniske arbeidet og i veiledning.

Litteraturutvalg og pensum er basert på IBUPs oversikt over aktuell litteratur, og utarbeides i samarbeid med IBUPs undervisningsutvalg. Vår erfaring er at det er nok med en artikkel til hver dagssamling, for å ha anledning til å gå tilstrekkelig i dybden med fagstoffet. Vi har også noe tilleggslitteratur, og presentasjon av aktuelle bøker. Seminardeltagelse oppleves nok som relativt krevende, og vi forsøker derfor å balansere hvor mye litteratur vi ønsker å presentere for deltagerne.

For oss er litteraturen etter hvert godt kjent, men gir gang på gang fornyet inspirasjon, og nye kliniske erfaringer aktualiserer og gir nye perspektiver i de aktuelle artiklene.

Seminardeltakerne skal ha veiledere som er godkjent av IBUP. Det er tydelig hvor viktig det er at veilederne er godt kjent med psykodynamisk arbeid med barn og unge. Vi har samlinger med veiledere ved oppstart av seminaret, midt i seminaret og mot avslutning. Dette utgjør et fint fagfellesskap for veiledere, og sikrer felles forståelse av innføringsseminaret.

Halvveis i seminaret og ved avslutning har vi satt av tid til evaluering, der også seminarkontakten deltar. Seminarkontakt er en kollega fra fagmiljøet tilknyttet IBUP som kan være med og drøfte eventuelle utfordringer og dilemmaer seminarlærer opplever, og som også er en kontaktperson for seminardeltagerne.

Ved avslutning av seminaret skriver deltagere en oppgave som integrerer teori og klinisk praksis, og som leses høyt i plenum på avslutningssamlingen. Dette har vært lærerikt for deltakerne, givende for hele gruppen, og ofte representert en god oppsummering av de to årene vi har hatt sammen i seminaret.

Den tredelte læreprosessen

Innføringsseminaret er utformet som en tredelt læreprosess med samtidig seminar-deltagelse, pasientarbeid og veiledning.

Ved seminarstart er det viktig å komme i gang med terapiarbeid så tidlig som mulig for å sikre denne samtidigheten. Det har vist seg at det kan være vanskelig å finne egnet terapipasient. Derfor bruker vi tid på dette både i forkant av oppstart, og i starten av seminaret. Deltagernes arbeidssted må ha forståelse for og kjennskap til utdanningens krav, og legge til rette for terapiarbeid med egnet pasient.

Vi benytter en arbeidsform som likner *Tankevevsmodellen* (Av AnnaLena Isaksson). Tankeveven blir til ved at deltagerne i gruppen «vever» videre på det som andre sier, og deler tanker om de umiddelbare assosiasjonene som kommer, slik at gruppen på denne måten kan få tak i det underliggende eller ubevisste i terapimaterialet.

Som seminarlærere legger vi vekt på å knytte teori til det kliniske materialet. Slik tilstreber vi få til drøfting av det kliniske materialet og terapiarbeidet på en måte som ikke oppleves som kritikk av terapeuten.

Seminaret er ikke en veiledningsgruppe. Vi ser at deltagerne kan bli svært engasjert i sine terapipasienter, og kan ha mye på hjertet på vegne av sin pasient. Men, hverken seminarlærere eller øvrige deltakere skal gi veiledning eller gode råd for videre håndtering. Det må deltakeren ta opp med sin veileder i etterkant. Vi omtaler gruppens arbeid med terapimaterialet som å «leke seg med materialet som er

MELLANRUMMET © 2025 BY-NC-ND • ISSN 2000-8511 • WWW.MELLANRUMMET.NET • INFO@MELLANRUMMET.NET
Copyright. Alla rättigheter förbehållna. Mångfaldigandet av innehållet, annat än för privat bruk, är enligt lag om upphovsrätt (1960:729) förbjudet utan medgivande av redaktionen. Ansvarig utgivare: Respektive författare/Institutt for barne- og ungdomspsykoterapi (IBUP). Original: mbj.

lånt ut». Dette minner vi om hver seminardag. Vi vet, også av egen erfaring, at det kan være sårbart å legge fram arbeidet sitt, og at det kan være krevende for deltagerne hvis de opplever seminaret som kritisk. Dette er en viktig og krevende balanse for seminarlærerne å ivareta.

Seminarets gang legger på denne måten til rette for kognitiv, emosjonell og personlig læring, de tre viktige læringsformene for å tilegne seg faget vårt (Kari K. Holm).

Personlig erfaring

Vi opplever kunnskapen fra vår egen psykoterapiutdanning som vi videreutvikler ved å være seminarlærere, som svært verdifull. I vårt arbeid i spesialisthelsetjenesten erfarer vi daglig betydningen av psykodynamisk kunnskap i møte med både pasienter og deres familier, samarbeidspartnere i hjelpeapparatet, og kollegaer. Og, det er i de vanskeligste øyeblikkene vi virkelig kan kjenne verdien av denne kunnskapen, som i høyeste grad er anvendbar i dagens barne- og ungdomspsykiatri.

Det er viktig for oss å arbeide psykoterapeutisk med terapier selv, både for å være troverdige som terapeuter ovenfor seminardeltagerne, men også for å opprettholde årvåkenheten på blant annet terapeutisk holdning, prosess, teknikk, de ubevisste fenomener som oppstår som overføring og motoverføring, og dilemmaer man møter. Dette er som en «terapeut-muskel» som må trenes.

Arbeidet som seminarlærere på innføringsseminar er en stor inspirasjonskilde og et privilegium. Vi gleder oss over og lærer hele tiden noe av seminargruppen og deltagerne, og engasjeres av deres lære-iver og entusiasme. Vi gleder oss også over litteraturen som gang på gang oppleves lærerik og nyttig, og over muligheten til fordypning.

Bekymring

Vi har vårt perspektiv fra BUP og det offentlige helsevesenet. I de senere årene med stor økning i tilstrømming av pasienter til BUP, og presset økonomi i helseforetakene, har det blitt mindre anledning for leger og psykologer til å ta videreutdanning utover de obligatoriske kurs og seminarer som hører til spesialisering. Videre er det stort fokus på pasientgjennomstrømning, og mindre rom for lengre terapiforløp.

Psykisk helsevern for barn og unge er under stort press. Dette kan gå utover tid og overskudd til pasienter, tid til tenkning og fordypning, og mulighet til emosjonell læring og utvikling som terapeut. Dermed er det kanskje viktigere enn noen gang å opprettholde den psykodynamiske kunnskapen og den psykodynamiske holdningen. Alt dette inspirerer oss stadig til å formidle denne kunnskapen videre.

Referanser

Holm, Kari. H. Om ledelse av psykoanalytisk orienterte psykoterapiseminar. *Mellanrummet nr. 43*, 2022

AnnaLena Isaksson. *Tankevev – refleksjoner over en arbeidsmodell*. Svenska Psykoanalytiska foreningen

Gullestad, S.E. og Theofilakis, M. (1997) *En umulig profesjon? Om opplæring i intensiv dynamisk psykoterapi*. Oslo, Universitetsforlaget.

Copyright. Alla rättigheter förbehållna. Mångfaldigandet av innehållet, annat än för privat bruk, är enligt lag om upphovsrätt (1960:729) förbjudet utan medgivande av redaktionen. Ansvarig utgivare: Respektive författare/Institutt for barne- og ungdomspsykoterapi (IBUP). Original: mbj.

Unni Sandaker Blom,
overlege Betanien BUP

unni.elna.sandaker.blom@betaniensykehus.no

Anne Kløve,
psykologspesialist og leder på Betanien BUP

anne.klove@betaninensykehus.no

Foto: Nils Olav Mevatne

www.betaniensykehus.no

MELLANRUMMET © 2025 • ISSN 2000-8511 • WWW.MELLANRUMMET.NET • INFO@MELLANRUMMET.NET
Copyright. Alla rättigheter förbehållna. Mångfaldigandet av innehållet, annat än för privat bruk, är enligt lag om upphovsrätt (1960:729) förbjudet utan medgivande av redaktionen.
Ansvarig utgivare: Respektive författare/Institutt for barne- og ungdomspsykoterapi (IBUP). Original: mbj.