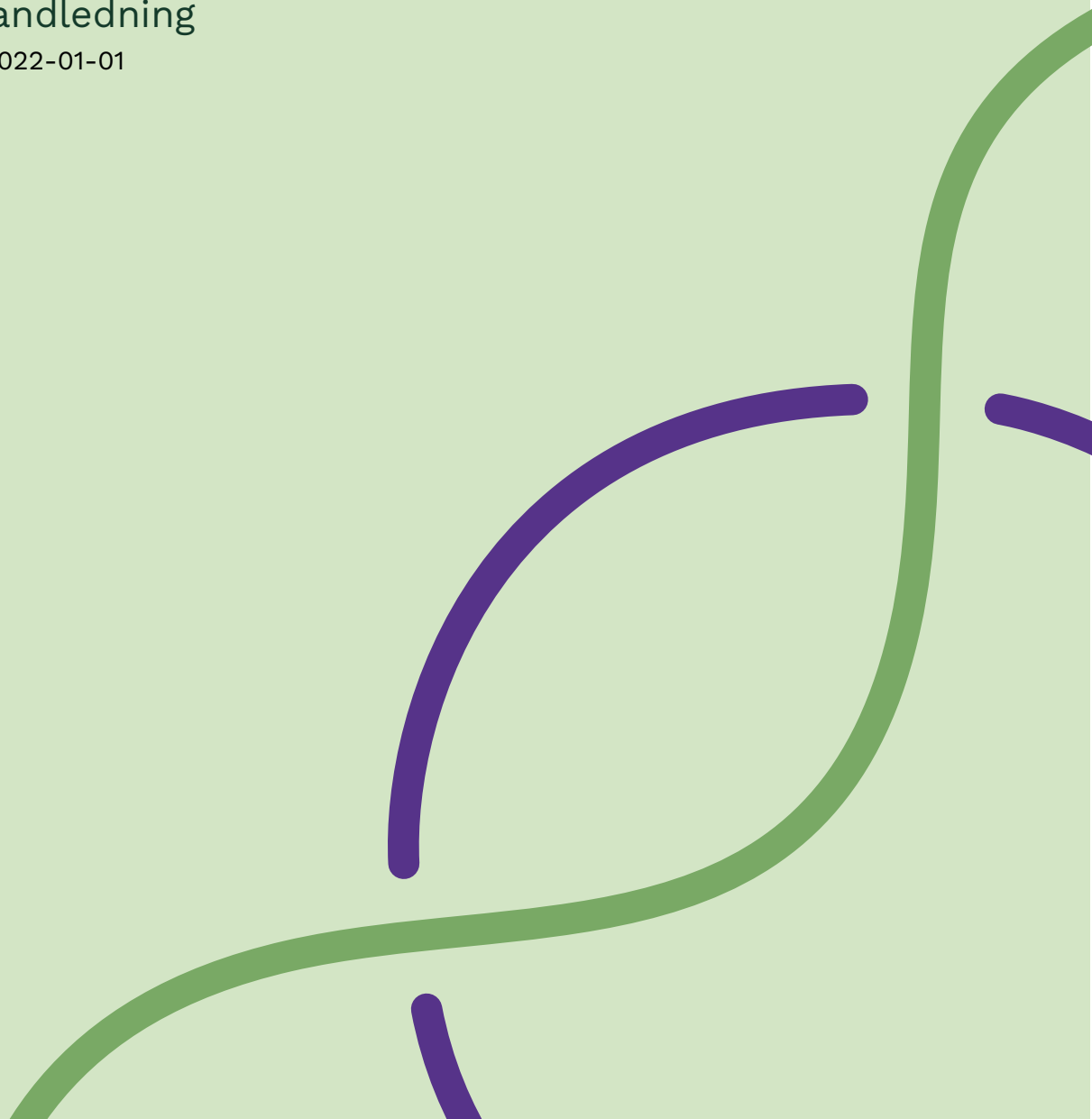


Mental hälsa

Studiehandledning

Reviderad 2022-01-01



Innehåll

| | |
|--|----|
| Inledning..... | 4 |
| En målstyrd utbildning | 5 |
| Förkunskapskrav..... | 5 |
| Allmänna och specialistspecifika mål | 6 |
| Ingående delar..... | 6 |
| Klinisk tjänstgöring | 6 |
| Klinisk handledning | 7 |
| Krav på handledaren | 7 |
| Teoretisk fördjupning..... | 7 |
| Kvalitets-och förbättringsarbete | 8 |
| Att ansöka om specialistkompetens..... | 8 |
| Specialistkompetens inom fler områden..... | 8 |
| Förkortad studieplan och dispens från handledning..... | 8 |
| Granskningsprocess | 9 |
| Överklagan | 9 |
| Kostnad..... | 9 |
| Viktiga begrepp | 9 |
| Förutsättningar för ST-tjänstgöring..... | 10 |
| Lärandemål allmänna kompetenser | 10 |
| Mål I A. Medicinsk vetenskap | 10 |
| Mål I B. Medarbetarskap, ledarskap och pedagogik..... | 11 |
| Mål I C. Personcentrerad vård, etik, mångfald och jämlikhet | 13 |
| Mål I D. Systematiskt kvalitets- och patientsäkerhetsarbete..... | 14 |
| Mål I E. Hälsofrämjande arbete..... | 15 |
| Mål I F. Läkemedel | 16 |
| Lärandemål för specialistområdet Mental hälsa..... | 17 |
| Mål II A. Teoretisk förståelse inom fysiologi, psykologi kopplat till fysisk och psykisk hälsa | 17 |

| | |
|---|----|
| Mål II B. Psykomotoriska funktioner, kroppsmedvetande och fysiologiska regleringsmekanismer | 18 |
| Mål II C. Samtalsmetodik och processinriktat arbetssätt | 19 |
| Mål II D. Bedömning och utvärdering..... | 21 |
| Mål II E. Kroppsorienterade interventioner..... | 23 |
| Mål II F. Diagnosspecifik kunskap utifrån ett fysioterapeutiskt perspektiv | 24 |
| Rekommenderade förutsättningar för ST-utbildning | 25 |

Specialistfysioterapeuten inom mental hälsa arbetar med personer med psykisk ohälsa och psykosomatiska besvär. Specialistfysioterapeuten har en fördjupad yrkesspecifik kunskap om fysioterapi och relaterade kunskapsområden inom mental hälsa. Specialistfysioterapeuten arbetar hälsofrämjande, sjukdomsförebyggande, rådgivande, behandlande och rehabiliterande med olika åtgärder relevanta för området med såväl barn/ungdomar som vuxna och äldre och återfinns inom specialistvård, primärvård, vid rehabiliteringscentra, företagshälsovård och inom kommunal verksamhet.

Specialistfysioterapeuten kan tillämpa kunskaper om fysioterapeutisk undersökning och behandling av kroppsliga- och psykiska funktionsnedsättningar som kan uppkomma vid psykisk ohälsa och psykosomatiska besvär. Det innefattar bland annat att tillämpa ett biopsykosocialt förhållningssätt vid undersökning och behandling av olika tillstånd och vanligt förekommande psykiatriska diagnoser.

Specialistfysioterapeuten behärskar olika former av kroppsinriktade metoder för att stärka individens förmåga att reglera stress, ångest, smärttillstånd och återhämtning samt har kunskap om samtalsmetodik och andra terapeutiska tekniker relevanta för bedömning och behandling.

Specialistfysioterapeuten arbetar utifrån ett holistiskt och personcentrerat synsätt och strävar hela tiden att synliggöra hela personen genom att göra denne delaktig i bedömnings- och behandlingsprocessen för att skapa mening för personen. Specialistfysioterapeuten arbetar processorienterat med ett terapeutiskt förhållningssätt.

Inledning

På 1970-talet togs ett första initiativ att utveckla en specialistordning då "behörighet att ange speciell inriktning" inrättades. Denna behörighet utfärdades fram till kongressen 1993 då den ersattes av specialistordningen. Idag finns 17 specialinriktningar inom fysioterapi. Specialistutbildningen är en målrelaterad treårig klinisk utbildning under handledning med krav på akademisk examen om lägst magister samt annan teoretisk och klinisk utbildning som syftar till fördjupning och breddning inom specialistområdet.

Studiehandledningen beskriver de krav och lärandemål som ingår i specialiseringstjänstgöring (ST) för fysioterapeuter¹ och som leder fram till certifiering som specialistfysioterapeut. Ännu är inte fysioterapeuters specialistutbildning reglerad i lag men förbundet verkar aktivt och kontinuerligt för att fysioterapeuters specialistkompetens ska erkännas av samhället.

En målstyrd utbildning

Specialistutbildningen är en målrelaterad och individuellt utformad utbildning. Det innebär att innehållet i specialistutbildningen kan se olika ut för olika individer beroende på de erfarenheter, kunskaper och meriter som den sökande har med sig vid specialistutbildningens början. Fokus för bedömningen ligger på måluppfyllelse, det vill säga det som den sökande lärt sig genom sin kliniska erfarenhet samt fort- och vidareutbildning. Inom ett sådant kompetensbaserat synsätt är det inte föreskrivet exakt vilka kurser den enskilde ska gå eller hur många timmar varje utbildningsaktivitet innefattar. Utgångspunkten är istället att allt systematiskt lärande räknas och att det finns många olika sätt att lära och utvecklas på. Måluppfyllelse ska kunna verifieras med olika intyg. I studiehandledningen anges lärandemålen och förslag på utbildningsaktiviteter. Målbeskrivningarna i studiehandledningen består av lärandemål vilka kompletterar varandra. Det är därför viktigt att läsa dessa tillsammans som en helhet. Som stöd finns förslag på rekommenderade aktiviteter för varje lärandemål. I studiehandledningen anges inte hur lång tid det tar för att uppnå ett specifikt lärandemål. Vissa av kompetenserna förväntas fysioterapeuten utveckla under hela sin ST, tex inom etik. Den totala längden på en ST rekommenderas vara tre år på heltid. Om den totala utbildningstiden underskrider tre år på heltid behöver utbildningen förlängas med motsvarande tid. Förutom magisterutbildning och andra utbildningsaktiviteter, består utbildningen av klinisk tjänstgöring under handledning. Utbildningen kan förlängas om ST-fysioterapeuten väljer att genomföra utbildningen på deltid.

Förkunskapskrav

För att påbörja specialistutbildningen krävs:

- Kandidatexamen i fysioterapi

¹ I dokumentet används genomgående titeln fysioterapeut. Här innefattas även sjukgymnast vilket är den tidigare benämningen/titeln på professionen.

- Två års klinisk erfarenhet som leg. fysioterapeut om minst 75 procent av heltidsanställning.

Ansökan om att påbörja specialiseringstjänstgöring-individuell studieplan.

Specialiseringstjänstgöringen bygger på ett självstyrt lärande med stöd av en individuell studieplan. Studieplanen formuleras utifrån de lärandemål och rekommenderade aktiviteter som föreslås i studiehandledningen. Med stöd av handledaren formulerar ST-fysioterapeuten sin individuella studieplan.

Studieplanen liksom handledaren ska godkännas av förbundets specialistkommitté innan ST påbörjas. Det finns två ansökningstillfällen per år, 1 februari respektive 1 september. Vid dessa tillfällen hanteras alla ansökningsärenden. Handläggningstiden är normalt upp till tre månader efter sista ansökningsdag. Den individuella studieplanen är giltig i sex år. Om ST-fysioterapeuten inte har slutfört utbildningen inom denna tid behöver studieplanen revideras och bedömas på nytt av specialistkommittén.

Allmänna och specialistspecifika mål

I målbeskrivningarna anges de kunskaper, färdigheter och förhållningssätt som specialistfysioterapeuten ska utveckla under sin ST. I målbeskrivningarna finns allmänna mål och specialistspecifika mål. De allmänna målen gäller för alla specialiteter inom fysioterapi medan de specifika är beroende av vilket specialistområde fysioterapeuten specialiserar sig inom. I studiehandledningen finns rekommendationer för hur den individuella studieplanen för de allmänna samt de specifika lärandemålen inom respektive specialistområdet bör utformas. Rekommendationerna syftar till att vara ett stöd och underlätta tolkningen och samsynen kring målen, ge tips till handledare och ST-fysioterapeut avseende utbildningsplanens utformning och handledningens innehåll samt exemplifiera de utbildningsaktiviteter som finns angivna för respektive lärandemål.

Ingående delar

- Klinisk tjänstgöring under handledning inom specialistområdet
- Akademisk examen på avancerad nivå (lägst magister)
- Teoretisk fördjupning relevant för specialistområdet
- Genomfört kvalitets- och förbättringsarbete

Klinisk tjänstgöring

Den kliniska tjänstgöringen ska omfatta tre års tjänstgöring inom specialistområdet under handledning av en namngiven handledare som godkänts

av förbundets specialistkommitté. Den kliniska tjänstgöringen är grunden i ST-utbildningen och ska utgöra majoriteten av utbildningstiden. Övrig tid ska fyllas av kurser eller andra utbildningsaktiviteter.

Klinisk handledning

Den kliniska handledningen ska motsvara totalt 30 timmar fördelat på tre år vilket kan fördelas på ca fem tillfällen/år. Handledarens uppgift är att:

- fungera som bollplank och stöd vid utformningen av studieplanen
- bistå med kollegialt erfarenhetsutbyte i det kliniska arbetet för valda moment eller aspekter kopplat till lärandemålen
- följa upp att innehållet i planen genomförs och vara ett stöd för reflektion kring lärandet
- intyga att aktiviteter i studieplanen är genomförda och kompetensmål uppfyllda

Handledningen kan ske individuellt eller i grupp, och kan ske fysiskt eller på distans. I samband med att studieplanen upprättas kan handledare och ST-fysioterapeut också göra en överenskommelse om hur handledningen ska läggas upp. Syftet med överenskommelsen är att främja en välfungerande relation och att synliggöra förväntningar och behov mellan handledare och den sökande. Det kan handla om kommunikationssätt, återkoppling och/eller lärostil. Vägledning för en sådan överenskommelse finns att ladda ner från hemsidan.

Krav på handledaren

Den kliniska handledaren ska vara specialist inom relevant område och välförankrad i kliniskt arbete. Det är möjligt att vid behov ha både en huvudhandledare och en eller flera bihandledare.

Teoretisk fördjupning

Den teoretiska utbildningen ska vara planerad, ändamålsenlig och systematisk och ska kunna motiveras utifrån specialistområdets lärandemål, rekommenderade aktiviteter samt den sökandes behov. ST-fysioterapeuten rekommenderas att kontinuerligt dokumentera sitt lärande.

Vad gäller kurser är rekommendationen att den individuella studieplanen ska innehålla en variation av olika typer av kurser, tex högskolekurs, seminarium, webutbildning, konferens etc. Det bör tydliggöras vilket lärandemål som avses uppfyllas i samband med deltagande i kurs.

ST-fysioterapeuten ska ha en akademisk vidareutbildning på avancerad nivå, lägst magisterexamen. En examen på avancerad nivå ska säkerställa att specialisten utvecklat akademiska kompetenser såsom kritiskt tänkande, informationskunskap, vetenskapligt förhållningssätt och självstyrt lärande. Denna kompetens ger den sökande verktyg att vidareutveckla sig inom sitt ämnesområde samt kapacitet att verka i rollen som kunskapsbärare, kunskapsförmedlare och kunskapsutvecklare. Därför behöver magister-/masterexamen inte vara inom området fysioterapi utan alla utbildningar med relevans för området fysioterapi accepteras, exempelvis klinisk medicinsk vetenskap, beteendevetenskap, folkhälsa eller idrottsmedicin.

Kvalitets-och förbättringsarbete

Hälso-och sjukvården är i ständig utveckling och dess förmåga att systematisk utvärdera verksamheten utifrån ett kvalitets-och förbättringsperspektiv blir allt viktigare. I ST-tjänstgöringen ingår att genomföra ett kvalitets-och förbättringsarbete utifrån verksamhetens behov med en etablerad metod. Handledaren intygar att ST-fysioterapeuten genomfört arbetet utifrån en etablerad metod och uppnår kompetenskraven i lärandemålet.

Att ansöka om specialistkompetens

När ST-fysioterapeuten fullföljt sin individuella studieplan och handledaren kan intyga att utbildningsaktiviteter är genomförda och lärandemålen är uppfyllda är det möjligt att ansöka om specialistkompetens. Ansökan består av intyg signerade av handledaren samt tre skriftliga reflektionsuppgifter. Se information på hemsidan där även blanketter och intyg finns tillgängliga.

Specialistkompetens inom fler områden

Det är möjligt att söka specialistkompetens inom mer än ett område. Uppnådda allmänna mål inom en specialitet kan tillgodoräknas inom en annan specialitet utan kompletteringar med undantag för veterinärmedicin vars allmänna mål skiljer sig något från övriga.

Förkortad studieplan och dispens från handledning

Det är möjligt att ansöka om förkortad studieplan. Dock ska denna som minst omfatta två år. I dessa fall ska ST-fysioterapeuten i sin studieplan även redogöra för vilka lärandemål som hen redan uppnår samt lämna underlag för tillgodoräknande av utbildningsaktiviteter. Det är möjligt att ansöka om dispens

från handledning i de fall fysioterapeuten anser att alla formella krav samt lärandemål är uppfyllda. Ansökan ska då innehålla en redogörelse av uppfyllda lärandemål, underlag för tillgodoräknande av utbildningsaktiviteter samt dispensansökan.

Granskningsprocess

Specialistkommittén granskar alla individuella studieplaner och specialistansökningar utifrån de lärandemål och rekommenderade aktiviteter som finns beskrivna i studiehandledningen. Vid behov kan de efterfråga kompletterande handlingar.

Överklagan

Om den sökandes specialistansökan inte blir godkänd av specialistkommittén har hen möjlighet att komplettera och/eller förtydliga sin ansökan. Om den sökande och kommittén därefter inte är överens finns möjlighet för den sökande att överklaga kommitténs beslut till Vetenskapliga rådet. I en överklagan behöver den sökande redogöra för den/de aspekter som hen anser inte blivit korrekt värderade och motivera varför beslutet bör ändras. Överklagan ska skickas inom två veckor efter meddelat beslut.

Kostnad

Avgiften är 1 500 kr för medlem respektive 15 000 kr för icke medlemmar. Avgiften betalas i samband med att handläggning av en ansökan påbörjats. Skulle den sökande av olika skäl inte kunna fullfölja sin specialistutbildning kan hen kontakta förbundet och ansöka om att få tillbaka 80 procent av avgiften.

Viktiga begrepp

I målbeskrivningarna används bland annat begreppen *behärska*, *ha kunskap om* och *ha kännedom om*. Att *behärska* innebär att fysioterapeuten ska uppvisa de kunskaper, färdigheter och förhållningssätt som krävs för att fullständigt och självständigt kunna utföra de arbetsuppgifter som förekommer inom det område som avses. Det kan till exempel vara att fullständigt och självständigt kunna bedöma, behandla och följa upp en patient och använda de metoder som är relevanta för området. *Ha kunskap* används för att uttrycka ett kompetenskrav som är mindre omfattande än *behärska*. *Ha kännedom* används för att uttrycka det minst omfattande kompetenskravet. I målbeskrivningarna anges också när genomförandet av vissa utbildningsaktiviteter ska styrkas genom intyg.

Med auskultation menas en strukturerad kortare utbildningsaktivitet, vanligen en halv- eller heldag, förlagd i klinik eller annan verksamhet som är viktig för specialistområdet.

Förutsättningar för ST-tjänstgöring

För att ST-fysioterapeuten ska uppnå lärandemålen, och för att handledaren ska klara sitt uppdrag behövs erforderliga resurser till aktiviteter relaterade till utbildningsplanen, kompetensutveckling och stöd till handledare. Det är viktigt att förankra sin studieplan med sin arbetsgivare innan start samt att handledaren ges goda förutsättningar att genomföra sitt handledaruppdrag.

I målbeskrivningarna finns delmål (I) som är gemensamma för alla specialistområden och specialistspecifika delmål (II) som är framtagna för varje specialitet.

Lärandemål allmänna kompetenser

Mål I A. Medicinsk vetenskap

| Lärandemål | Utbildningsaktivitet | Intyg |
|--|--|--|
| Specialistfysioterapeuten ska: <ul style="list-style-type: none"> • behärska att kritiskt granska och värdera vetenskapliga texter • uppvisa ett vetenskapligt förhållningssätt till rutiner och arbetssätt i det dagliga arbetet • kunna använda olika vetenskapliga kunskapskällor i sitt vardagliga arbete | Klinisk tjänstgöring under handledning Akademisk fördjupning motsvarande lägst magisterexamen | Intyg om klinisk tjänstgöring Examensbevis utfärdat av universitet/högskola Intyg om genomförda utbildningsaktiviteter och uppfyllda kompetenskrav utfärdade av handledare |

Mål I A är specialistfysioterapeutens bas. Specialistfysioterapeuten är en resurs för sin arbetsplats genom att arbeta evidensbaserat och medverka till att ett vetenskapligt förhållningssätt genomsyrar verksamheten.

Måluppfyllnad: För måluppfyllelse krävs akademisk examen om lägst magister samt klinisk tjänstgöring under handledning.

Rekommenderade utbildningsaktiviteter

Målet kan tränas i den kliniska tjänstgöringen genom att ST-fysioterapeuten kritiskt granskar vetenskapliga texter och nya rön samt genom ett kritiskt förhållningssätt till fysioterapeutiska metoder.

Målet kan vidare tränas t ex genom:

- Deltagande i vetenskaplig sammankomst och yrkesrelaterade sammankomster
- Deltagande i Fysioterapeuternas studiecirkel om evidens
- Presentation av vetenskapligt arbete

Diskussionsförslag i handledning

- Hur förhåller sig ST-fysioterapeuten till de metoder som hen använder?
- Vilka kunskapsstöd använder sig ST-fysioterapeuten av i sin kliniska tjänstgöring?
- Hur ser strukturen och ansvaret ut för uppdatering av dessa?
- Vilka kunskapsunderlag har ST-fysioterapeuten tillgång till via sin arbetsplats?
- Hur kan den evidensbaserade hälso- och sjukvården utvecklas på arbetsplatsen?
- Hur hanterar ST-fysioterapeuten om en patient har önskemål om en icke-evidensbaserad metod?

Mål I B. Medarbetarskap, ledarskap och pedagogik

| Lärandemål | Utbildningsaktivitet | Intyg |
|--|--|--|
| Specialistfysioterapeuten ska: <ul style="list-style-type: none"> • Ha kompetens att leda arbetet med kontinuerligt lärande bland fysioterapeuter • Ha kompetens att handleda medarbetare och studenter • Ha kompetens att planera och genomföra undervisning • Ha kompetens att arbeta i interprofessionella team | Klinisk tjänstgöring under handledning Kurs/-er | Intyg om klinisk tjänstgöring Intyg om genomförd kurs/-er Intyg om genomförda utbildningsaktiviteter och uppfyllda kompetenskrav utfärdade av handledare |

Mål I B är en del i specialistfysioterapeutens bas. För att uppnå målet krävs att ST-fysioterapeuten under hela utbildningsperioden kontinuerligt analyserar och reflekterar kring medarbetarskap, ledarskap och pedagogik.

Måluppfyllnad: För måluppfyllnad ska specialistfysioterapeuten i sin verksamhet vara kunskapsbärare, kunskapsförmedlare och kunskapsutvecklare. Vidare förväntas ST-fysioterapeuten kontinuerligt medverka i och facilitera interprofessionellt arbete såsom interprofessionella teamrönder där man lär med, om och av varandra.

Rekommenderade utbildningsaktiviteter

Målet kan tränas i den kliniska tjänstgöringen och aktiviteter bör planeras in under hela utbildningsperioden. Kontinuerligt lärande kan uppnås genom att ST-fysioterapeuten tillsammans med handledaren reflekterar kring sin egen kompetensnivå, identifierar egna behov av kompetensutveckling samt utvecklar metoder för att inhämta ny kunskap och utveckla sin kompetens. Målet kan tränas genom att göra en analys av arbetsplatsens metoder för kontinuerligt lärande bland fysioterapeuter. Vidare rekommenderas att ST-fysioterapeuten kontinuerligt under utbildningsperioden leder patientskolor, håller i internutbildning eller liknande aktiviteter.Handledning av grundutbildningsstudenter alternativt mentorskap för nyanställda kollegor rekommenderas.

Diskussionsförslag i handledning:

- Analysera samarbetet i de vårdteam ST-fysioterapeuten ingår i/har insyn i utifrån vad som fungerar bra och vad som kan utvecklas.
- Analysera den egna kompetensen och lärandet samt identifiera egna behov av kompetensutveckling
- Analysera hur konflikter hanteras, tex med patient, medarbetare eller närstående?
- Reflektion kring den egna rollen som handledare.

Kurser: Högskolekurs i handledning alternativt andra utbildningstillfällen ordnat av exempelvis högskola, region, Fysioterapeuterna.

Mål I C. Personcentrerad vård, etik, mångfald och jämlikhet

| Lärandemål | Utbildningsaktivitet | Intyg |
|---|--|---|
| Specialistfysioterapeuten ska: <ul style="list-style-type: none"> • Ha kompetens att bemöta människor som unika personer och med respekt oberoende av kön, könsöverskridande identitet eller uttryck, etnisk tillhörighet, religion eller annan trosuppfattning, funktionsnedsättning, sexuell läggning och ålder • Kunna identifiera och hantera etiska problem och analysera dessa på ett strukturerat sätt • Kunna hantera värdekonflikter i det dagliga arbetet • Ha kompetens att möta personer utsatta för våld i nära relationer | Klinisk tjänstgöring under handledning | Intyg om klinisk tjänstgöring Intyg om genomförda utbildningsaktiviteter och uppfyllda kompetenskrav utfärdade av handledare |

Mål I C är en del i specialistfysioterapeutens bas. För att uppnå målet krävs att ST-fysioterapeuten under hela utbildningsperioden kontinuerligt analysera och reflekterar kring personcentrerad hälso- och sjukvård, etiska frågeställningar, mångfald och jämlikhet.

Måluppfyllnad: Momenten kan tränas genom att under hela utbildningsperioden och under handledning lära sig att identifiera, analysera, strukturera och hantera frågor som rör etik, mångfald och jämlikhet.

Rekommenderade utbildningsaktiviteter

Samtliga delar i mål I C kan tränas i den kliniska tjänstgöringen. För godkännande ska ST-fysioterapeuten ha kännedom om den egna verksamhetens arbete utifrån diskrimineringslagen.

För vidare kunskap om våld i nära relationer se: Nationellt centrum för kvinnofrid: <https://www.nck.uu.se/>

Diskussionsförslag i handledning:

- Hur ser mina egna normer, fördomar, och etiska värderingar ut?

- Hur relaterar de till den egna verksamhetens policy i dessa ämnen?
- Etiska problemställningar från patientmöten, exempelvis önskemål från patient eller närstående vad gäller utrednings- och behandlingsåtgärder
- Genomföra tolksamtal och reflektera kring skillnader mellan tolksamtal från övriga samtal

Mål I D. Systematiskt kvalitets- och patientsäkerhetsarbete

| Lärandemål | Utbildningsaktivitet | Intyg |
|---|--|---|
| Specialistfysioterapeuten ska: <ul style="list-style-type: none"> • Kritiskt kunna granska den egna verksamheten och kunna genomföra en risk- och händelseanalys • Systematiskt kunna arbeta för integrering av nya åtgärder, processer, rutiner och tekniker och metoder i det dagliga hälso- och sjukvårdsarbetet | Klinisk tjänstgöring under handledning Genomföra ett kvalitets- och förbättringsarbete inom verksamheten med hjälp av en vedertagen metod | Intyg om klinisk tjänstgöring Intyg om genomfört förbättringsarbete utfärdat av handledare Intyg om genomförda utbildningsaktiviteter och uppfyllda kompetenskrav utfärdade av handledare |

Mål I D beskriver specialistfysioterapeutens roll i verksamhetens utveckling och patientsäkerhetsarbete. För att uppnå målet krävs att ST-fysioterapeuten under hela utbildningsperioden är delaktig och sätter sig in i verksamhetens rutiner för risk- och händelseanalys.

Måluppfyllnad: Samtliga delar i mål I D kan tränas i den kliniska tjänstgöringen. För godkännande krävs genomförande av ett förbättringsarbete inom den egna verksamheten eventuellt i samarbete med andra.

Exempel på förbättringsarbeten kan vara att förbättra vårdkedjan för en viss patientgrupp alternativt utveckla eller revidera patientinformation. Det kan även vara att medverka i en arbetsgrupp för att förbättra effektiviteten eller flödet i en process på kliniken. I detta mål specificeras ej omfattningen av arbetet. Däremot är det ett krav att etablerade verktyg och metoder i förbättringskunskap används i arbetet.

Rekommenderade utbildningsaktiviteter

För vidare kunskap om förbättringskunskap, se till exempel Qulturum, region Jönköping. Qulturum är ett centrum för utveckling och förbättringsarbete inom hälso- och sjukvård och tandvård. Här finns stöd och hjälp för arbetet att ändra

arbetssätt och system. Även Sveriges kommuner och regioner (SKR) har metoder, verktyg och stöd för utveckling inom detta område.

Diskussionsförslag i handledning

- Reflektera kring egna patientfall där risker uppstått
- Hur upptäcker och anmäler man brister i verksamheten och hur hanteras avvikelser?
- Hur ser verksamhetens patientsäkerhetsarbete ut och hur skulle patientsäkerheten kunna utvecklas vidare?
- Hur arbetar den egna verksamheten med systematiska förbättringar och vilka metoder används?

Mål I E. Hälsofrämjande arbete

| Lärandemål | Utbildningsaktivitet | Intyg |
|---|--|--|
| Specialistfysioterapeuten ska: <ul style="list-style-type: none"> • Behärska att vägleda patienter i frågor om levnadsvanor i sjukdomsförebyggande och behandlade syfte eller för att förbättra sjukdomsprognos • Ha fördjupad kunskap inom beteendemedicin och beteendemedicinska tillämpningar i prevention, bedömning och behandling | Klinisk tjänstgöring under handledning Kurs/-er | Intyg om klinisk tjänstgöring Intyg om genomförd kurs/-er Intyg om genomförda utbildningsaktiviteter och uppfyllda kompetenskrav utfärdade av handledare |

Specialistfysioterapeuten arbetar aktivt med hälsofrämjande och sjukdomsförebyggande metoder och använder sig av etablerade beteendemedicinska principer.

Måluppfyllelse: Målet kan tränas i den kliniska tjänstgöringen och för godkännande krävs att specialistfysioterapeuten arbetar strukturerat utifrån ett beteendemedicinskt och hälsofrämjande förhållningssätt

Rekommenderade utbildningsaktiviteter

Fördjupning av kunskap genom inläsning och uppdatering av aktuell litteratur till exempel Socialstyrelsens Nationella riktlinjer, Folkhälsomyndighetens riktlinjer samt FYSS.

Kurser: Högskolekurs/-er eller metodkurs inom det beteendemedicinska området eller motsvarande.

Mål I F. Läkemedel

| Lärandemål | Utbildningsaktivitet | Intyg |
|--|--|--|
| Specialistfysioterapeuten ska: <ul style="list-style-type: none"> Kunna förhålla sig till förekommande läkemedel i relation till fysioterapeutiska interventioner | Klinisk tjänstgöring under handledning Auskultation | Intyg om klinisk tjänstgöring Intyg om auskultation Intyg om genomförda utbildningsaktiviteter och uppfyllda kompetenskrav utfärdade av handledare |

Målet syftar till att ST-fysioterapeuten ska ha kännedom om de vanligast förekommande läkemedlen, dess eventuella biverkningar och hur de kan påverka fysioterapeutisk intervention.

Måluppfyllnad: För måluppfyllnad ska den specialistkompetenta fysioterapeuten kunna planera insatser med hänsyn till aktuell läkemedelsbehandling.

Rekommenderade utbildningsaktiviteter

Detta mål kan tränas under hela utbildningsperioden till exempel genom att ST-fysioterapeuten med hjälp av en för ämnet kompetent person, utifrån specifika patientfall gå igenom läkemedelslistor i relation till fysioterapeutisk intervention. Diskussion av patientfall.

Lärandemål för specialistområdet

Mental hälsa

Mål II A. Teoretisk förståelse inom fysiologi, psykologi kopplat till fysisk och psykisk hälsa

| Lärandemål | Utbildningsaktivitet | Intyg |
|---|--|---|
| Specialistfysioterapeuten ska: <ul style="list-style-type: none"> • Ha fördjupade kunskaper om kroppsliga och psykiska funktionsnedsättningar som kan uppkomma vid psykisk ohälsa och psykosomatiska besvär • Kunna tillämpa ett biopsykosocialt förhållningssätt vid undersökning och behandling • Ha kunskap om olika teoribildningar inom psykologi, neurovetenskap och beteendemedicin • Ha kunskap om de vanligaste psykiatriska diagnoserna samt differentialdiagnostik mellan somatiska och psykiatriska sjukdomar/tillstånd • Ha kunskap om kris, krishantering och trauma | Klinisk tjänstgöring under handledning Kurs/-er Auskultation | Intyg om klinisk tjänstgöring Intyg om genomförd kurs/-er Intyg om auskultation Intyg om genomförda utbildningsaktiviteter och uppfyllda kompetenskrav utfärdade av handledare |

Mål A är en del i specialistområdets bas. För att uppnå målet krävs att ST-fysioterapeuten under hela utbildningsperioden kontinuerligt studerar de olika teorier som tillhör specialistområdet. ST-fysioterapeuten ska öka sin kunskap om klinisk neurovetenskap med betoning på psykofysiologiska (autonom reglering) och kognitiva aspekter.

Måluppfyllnad: Teoretiskt kunna redogöra för och tillämpa kunskaper som inhämtats från specialistområdets olika delar. Ha fördjupade kunskaper om såväl fysiologiska som psykologiska teorier och begrepp relevanta för området såsom autonom reglering, utvecklingspsykologi med fokus på anknytningsteori och

affektteori samt beteendemedicin. Kunna förklara hur predisponerande och aktuella kontextuella faktorer kan bidra till och vidmakthålla psykisk ohälsa och psykosomatiska besvär. Kunna analysera, reflektera och använda en ökad förståelse för patientens problematik ur ett teoretiskt perspektiv. ST-fysioterapeuten ska under utbildningen successivt fördjupa sin kompetens och som färdig specialist inneha kompetens i ovanstående mål.

Rekommenderade utbildningsaktiviteter

Diskussionsförslag i handledning: Med utgångspunkt från specifika patientfall reflektera över de olika teoretiska infallsvinklar som kan förekomma i patientarbetet.

Kurser: Högskolekurser 7.5 hp-15 hp eller motsvarande: T ex Psykosomatiskt inriktad fysioterapi - Kropp och själ i samspel, Hälsa ohälsa – ett psykosomatiskt perspektiv, Autonom reglering eller andra kurser relevanta för specialistområdet. Kurser med beteendemedicinsk inriktning.

Mål II B. Psykomotoriska funktioner, kroppsmedvetande och fysiologiska regleringsmekanismer

| Lärandemål | Utbildningsaktivitet | Intyg |
|--|--|---|
| Specialistfysioterapeuten ska: <ul style="list-style-type: none"> Genom eget övande utveckla en fördjupad kroppsmedvetenhet Ha kunskap om kroppsmedvetenhetens betydelse för hälsa och ohälsa Ha kunskap om kroppsmedvetenhetens betydelse för reflektionsförmåga Ha kunskap om hur autonom och emotionell reglering kan kopplas till kroppsmedvetande och psykomotoriska funktioner | Klinisk tjänstgöring under handledning Kurs/-er Auskultation | Intyg om klinisk tjänstgöring Intyg om genomförd kurs/-er Intyg om auskultation Intyg om genomförda utbildningsaktiviteter och uppfyllda kompetenskrav utfärdade av handledare |

Även mål B är en del i specialistområdets bas. För att uppnå målet krävs att ST-fysioterapeuten under hela utbildningsperioden kontinuerligt reflekterar kring både sin egen och patienternas kroppsmedvetande och förmåga till autonom reglering.

Måluppfyllnad: Genom eget övande uppnå en fördjupad kroppsmedvetenhet. Teoretiskt och praktiskt kunna redogöra för och tillämpa kunskaper och färdigheter som har att göra med att bedöma och behandla patientens kroppsmedvetande och funktionsnivå

Rekommenderade utbildningsaktiviteter

Metodhandledning: Regelbunden processinriktad patienthandledning, enskilt eller i grupp (distans eller på plats).

Eget övande i kroppsmedvetande och metoder för autonom- och emotionell reglering.

Auskultation: För breddning inom specialistområdet rekommenderas auskultation inom specialistområdets olika verksamheter och vårdnivåer t ex primärvård, specialiserad psykiatrisk öppenvård, ätstörningsvård. Auskultationen ska ske hos specialist eller erfaren fysioterapeut.

Kurser: Utbildningar och kurser i psykosomatiskt inriktad fysioterapi exempelvis kurser i Basal kroppskänedom och Psykomotorisk fysioterapi.

Mål II C. Samtalsmetodik och processinriktat arbetssätt

| Lärandemål | Utbildningsaktivitet | Intyg |
|--|--|---|
| Specialistfysioterapeuten ska: <ul style="list-style-type: none"> • Kunna tillämpa ett terapeutiskt förhållningssätt och processororienterat behandlingsarbete med kroppsorienterad metodik • Kunna tillämpa samtalsmetodik i behandlingsarbetet och ha förståelse för ickeverbal kommunikation och kunna göra etiska överväganden • Ha grundläggande kunskap om olika psykoterapeutiska behandlingsmetoder | Klinisk tjänstgöring under handledning Kurs/-er Auskultation | Intyg om klinisk tjänstgöring Intyg om genomförd kurs/-er Intyg om auskultation Intyg om genomförda utbildningsaktiviteter och uppfyllda kompetenskrav utfärdade av handledare |

För att uppnå målet krävs att ST-fysioterapeuten kontinuerligt tillämpar ett terapeutiskt förhållningssätt och processororienterat behandlingsarbete och reflekterar över betydelsen av icke verbal kommunikation. ST-fysioterapeuten

ska också tillägna sig kunskaper om olika psykoterapeutiska behandlingsmetoder och kroppsorienterad metodik.

Måluppfyllnad: Utifrån ett professionellt och empatiskt förhållningssätt ha förmåga att leda ett utredande samt behandlande samtal i mötet med klienten samt kunna integrera teoretisk kunskap i bedömningen av klientens psykologiska och psykomotoriska funktionsnivå och dess eventuella betydelse för vidmakthållande av uppvisad problematik. ST-fysioterapeuten ska kunna sammanfatta och redovisa ett processinriktat behandlingsförlopp där ST-fysioterapeuten tillämpar ett processinriktat arbetssätt och medvetet reflekterar kring egna upplevelser och beteenden i patientarbetet. Vidare kunna tillämpa och redogöra för hur arbetsallians och terapeutiska ramar etableras och vidmakthålls. Behärska förmågan att utifrån ett personcentrerat förhållningssätt göra personen delaktig i bedömning och i behandlingsprocessen.

Kunna visa förmåga på att fortlöpande utveckla självkännet och empatisk förmåga. Genom litteraturstudier och/eller föreläsningar förvärva grundläggande kunskap om olika psykoterapeutiska behandlingsmetoder med avseende på teoribildning och tillämpning samt likheter och skillnader mellan olika metoder. Exempel på psykoterapeutiska behandlingsmetoder: psykodynamisk psykoterapi, kognitiv beteendeterapi, motiverande samtal mm.

Rekommenderade utbildningsaktiviteter

Metodhandledning: Regelbunden processinriktad patienthandledning, enskilt eller i grupp (distans eller på plats) av specialistfysioterapeut eller motsvarande. Skriftlig patientfallsbeskrivning baserad på ett processinriktat behandlingsförlopp.

Diskussionsförslag i handledning: Med utgångspunkt från kliniska patientfall i processinriktad handledning kunna diskutera och reflektera utifrån ovanstående mål. Grundläggande muntlig eller skriftlig redogörelse för olika psykoterapeutiska behandlingsmetoder.

Skriftlig patientfallsbeskrivning baserad på ett processinriktat behandlingsförlopp.

Litteraturstudier

Peer-review grupper

Önskvärt: Prova på egen behandling/terapi inom området.

Kurser: Utbildning i olika typer av samtalsmetodik t ex: affektintervju och/eller motiverande samtal.

Utbildningar och kurser i psykosomatiskt inriktad fysioterapi.

Mål II D. Bedömning och utvärdering

| Lärandemål | Utbildningsaktivitet | Intyg |
|--|--|---|
| Specialistfysioterapeuten ska: <ul style="list-style-type: none"> Behärska metoder för bedömning och utvärdering av kroppsmedvetenhet, psykomotoriska funktioner och störningar samt förmåga till autonom och emotionell reglering hos barn och vuxna | Klinisk tjänstgöring under handledning Kurs/-er Auskultation | Intyg om klinisk tjänstgöring Intyg om genomförd kurs/-er Intyg om auskultation Intyg om genomförda utbildningsaktiviteter och uppfyllda kompetenskrav utfärdade av handledare |

För att uppnå målet krävs att ST-fysioterapeuten under hela utbildningsperioden kontinuerligt analyserar och reflekterar kring patienter med psykosomatiska besvär och psykisk ohälsa utifrån relevanta undersökningsmetoder såsom t.ex. Resursorienterad kroppsundersökning (ROK) Body Awareness Scale Movement Quality and Experience (BAS MQ-E) samt övriga undersökningsinstrument för att undersöka kroppsbild och få en fördjupad anamnes, tex kroppshistoria, livskompass.

Därutöver krävs även att ST-fysioterapeuten under hela utbildningsperioden kontinuerligt använder olika utvärderingsinstrument lämpliga för specialistområdet för att utvärdera den fysioterapeutiska behandlingen samt för att kvalitetssäkra sin verksamhet t ex Multidimensional Assessment of Interoceptive

Awareness (MAIA), Stress and Crisis Inventory (SCI 93), Karolinska Exhaustion Disorder Scale 9 (KEDS), Hospital Anxiety and Depression Scale (HAD) m.m

Måluppfyllnad: Teoretiskt kunna redogöra för och kunna tillämpa kunskaper i undersökning och bedömning av psykomotoriska funktioner hos patienter med psykosomatisk eller psykisk ohälsa. Kunna analysera smärt- och spänningsproblematik, kroppsmedvetenhet samt förmåga att uppmärksamma

och tolka sinnesintryck från kroppens inre organ, mm. Utifrån bedömning och analys av patientens tillstånd kunna motivera, dosera och prioritera olika interventioner i ett fysioterapeutiskt perspektiv.

Kunna redogöra för och tillämpa kunskaper i olika utvärderingsinstrument inom specialistområdet.

Rekommenderade utbildningsaktiviteter

Diskussionsförslag i handledning:

- Med utgångspunkt från specifika och komplexa patientfall diskutera undersökning och bedömning vid stressrelaterad ohälsa, depressions- och ångestproblematik, långvarig smärta, trauma, autonom och emotionell dysreglering, psykos, ätstörningar.
- Med utgångspunkt från specifika och komplexa patientfall diskutera olika utvärderingsinstrument
- Handledning av erfarna kollegor inom området mental hälsa med fokus på bedömning och tolkning av undersökningsfynd

Auskultation: För att bredda sin kompetens rekommenderas att ST-fysioterapeuten auskulterar inom olika verksamheter och vårdnivåer.

Kurser: Utbildning i olika kroppsorienterade bedömningsmetoder.

Mål II E. Kroppsorienterade interventioner

| Lärandemål | Utbildningsaktivitet | Intyg |
|---|--|---|
| Specialistfysioterapeuten ska: <ul style="list-style-type: none"> Behärska olika fysioterapeutiska interventioner inriktade mot psykomotoriska funktioner, autonom reglering, kroppskännedom, och beteendeförändring för att kunna planera, dosera och genomföra behandling på individ- och gruppnivå gällande barn och vuxna med psykisk ohälsa Behärska dosering och planering av fysisk träning och fysisk aktivitet som förebyggande åtgärd så väl som behandlingsåtgärd vid olika psykiska tillstånd utifrån patientens psykomotoriska funktionsnivå | Klinisk tjänstgöring under handledning Kurs/-er Auskultation | Intyg om klinisk tjänstgöring Intyg om genomförd kurs/-er Intyg om auskultation Intyg om genomförda utbildningsaktiviteter och uppfyllda kompetenskrav utfärdade av handledare |

För att uppnå målet krävs att ST-fysioterapeuten under hela utbildningsperioden kontinuerligt analyserar och reflekterar kring patienter med psykisk ohälsa utifrån relevanta behandlingsmetoder som syftar till autonom reglering, förbättrad kroppsmedvetenhet, reglerad spänningsbalans samt förmåga till aktivitetsbalans och hjälpsamma copingstrategier etc.

Måluppfyllnad: Teoretiskt kunna redogöra för och tillämpa kunskaper i behandling av patienter med psykisk ohälsa med symptom i form av smärt och spänningsproblematik, bristande kroppsmedvetenhet. Utifrån bedömning och analys av patientens psykomotoriska funktionsnivå och medicinska tillstånd kunna motivera prioritering av interventioner ur ett fysioterapeutiskt perspektiv. Kunna tillämpa kroppsinriktade interventioner som förebyggande åtgärd inom specialistområdet. Kunna pedagogiskt förmedla teoretiska förklaringsmodeller till patienten. Ha kännedom om angränsande behandlingar och metoder inom området såsom yoga, mindfulness, feldenkrais etc.

Rekommenderade utbildningsaktiviteter

Metodhandledning: Regelbunden processinriktad patienthandledning, enskilt eller i grupp (distans eller på plats)

Diskussionsförslag i handledning: Med utgångspunkt från specifika och komplexa patientfall diskutera behandling tex, stressrelaterad ohälsa, depressions- och ångestproblematik, långvarig smärta, autonom reglering, psykos, ätstörningar.

Önskvärt: Prova på egen behandling/terapi inom området.

Auskultation: För breddning inom specialistområdet rekommenderas att ST- fysioterapeuten auskulterar inom olika verksamheter och vårdnivåer.

Mål II F. Diagnosspecifik kunskap utifrån ett fysioterapeutiskt perspektiv

| Lärandemål | Utbildningsaktivitet | Intyg |
|---|--|---|
| Specialistfysioterapeuten ska: <ul style="list-style-type: none"> • Behärska att bedöma och behandla personer med olika former av psykisk och psykosomatisk ohälsa såsom: <ul style="list-style-type: none"> - Stressrelaterad ohälsa - Depression- och ångestproblematik - Långvarig smärta - Affektiva sjukdomar och psykosjukdomar - Ätstörningar - Neuropsykiatriska diagnoser - PTSD (posttraumatiskt stressyndrom) och ME/CFS (Myalgic Encephalomyelitis/-Chronic Fatigue Syndrome) och liknande tillstånd | Klinisk tjänstgöring under handledning Kurs/-er Auskultation | Intyg om klinisk tjänstgöring Intyg om genomförd kurs/-er Intyg om auskultation Intyg om genomförda utbildningsaktiviteter och uppfyllda kompetenskrav utfärdade av handledare |

För att uppnå målet krävs att ST-fysioterapeuten under hela utbildningsperioden kontinuerligt analyserar och reflekterar kring patienter med psykisk ohälsa utifrån diagnosspecifika funktionsnedsättningar.

Måluppfyllnad: Teoretiskt kunna redogöra för och praktiskt kunna tillämpa kunskaper i behandling av patienter med psykisk ohälsa utifrån diagnosspecifika funktionsnedsättningar.

Rekommenderade utbildningsaktiviteter

Metodhandledning: Regelbunden processinriktad patienthandledning, enskilt eller i grupp (distans eller på plats).

Diskussionsförslag i handledning: Med utgångspunkt från specifika och komplexa patientfall diskutera behandling tex, stressrelaterad ohälsa, depressions- och ångestproblematik, långvarig smärta, autonom reglering (PTSD), affektiva sjukdomar och psykosjukdomar, ätstörningar, neuropsykiatriska diagnoser m.m

Auskultation: För breddning inom specialistområdet rekommenderas att ST- fysioterapeuten auskulterar inom olika verksamheter och vårdnivåer.

Rekommenderade förutsättningar för ST-utbildning

Tjänstgöringen under utbildningen bör ge en för alla specialister inom området gemensam kompetens. Huvuddelen av de nödvändiga kompetenserna kan inhämtas och utvecklas på en vårdenheter med mottagningsverksamhet inom primärvården, multimodal rehabilitering eller öppenvårdspsykiatri.

Stor vikt ska läggas på metod- och processinriktad patienthandledning, som ST-studenten bör ha tillgång till kontinuerligt under hela utbildningstiden.

Det är också viktigt att ST-fysioterapeuten erhåller erfarenhet av olika sätt att arbeta inom mental hälsa. Detta uppnås bäst genom kortare tjänstgöringar, auskultationer eller studiebesök på andra vårdenheter.