

Deliberate practice Feedback informerad behandling

Gun-Eva Andersson Långdahl
Leg. Psykolog Specialist Klinisk och
Pedagogisk Psykologi

Gun-Eva Andersson Långdahl/ PRUG AB/
gela@prug.se

- Vad är det som fungerar i behandling?
- Beskriva vad vi gör, dela erfarenheter kring vad som fungerar.
- Avslutningsintervjuer - Verksamhetsberättelse
- Gör mer av det som fungerar

Utvärdering sedan 1990

Gun-Eva Andersson Långdahl/ PRUG AB/
gela@prug.se

- Utveckling av den Lösningfokuserade korttidsterapin – team, paus, envägs spegel, inspelning
- Utvärdering med 7 kvinnor i behandling –
- "Kvinnor i Lösningstagen" – djupintervjuer
- Metod och modell inte intressant
- Intresse för vad som fungerade bra för var och en av klienterna

Vad ska vi säga att vi gör?

Gun-Eva Andersson Långdahl/ PRUG AB/
gela@prug.se

- Samtalsutvärdering – i slutet av varje samtal.
- Skattning av samtalet
- Svara på 2 frågor
- Detta var för mig mest viktigt under samtalet...
- Det här skulle samtalet behöva innehålla för att det ska vara bra för mig...

Hur gör vi för att göra det möjligt för våra klienter att påverka?

Gun-Eva Andersson Långdahl/ PRUG AB/
gela@prug.se

- OQ45 – 45 frågor om hur man har det
- ORS – 4 skattningsskalor
- SRS - samtalsutvärdering

Hur vet vi när vi når resultat?

Gun-Eva Andersson Långdahl/ PRUG AB/
gela@prug.se

Hur fortsatte vi?

- Började aggregera data
- Göra små forskningsprojekt / dela in i grupper / se sina egna resultat / reflektera
- Platå för utbildning – vi fann KAI MeR
- 2-års projekt – Odens programteori / Stefan Morén, Björn Blom, Marek Perlinski
- "Why is the agency Oden successful?"

Gun-Eva Andersson Långdahl/ PRUG AB/
gela@prug.se

En förändringsresa med klienten som guide!

Uppföljning och resultat en del av
vardagen

Gun-Eva Andersson Långdahl/ PRUG AB/
gela@prug.se

Förändringsarbete / Behandling / Terapi / Coaching / Stöd / Råd

ANVÄNDER SAMTALET SOM INSTRUMENT

Gun-Eva Andersson Långdahl/ PRUG AB/
gela@prug.se

Psykotering är kostnadseffektivt

Man har visat att terapi minskar omfattningen av inläggning, läkarbesök, mediciner, vård av närstående och allmänna hälsovårdskostnader med 60-90% (Chiles, Lambert & Hatch 1999; Kraft, Puschner, Lambert & Kordy 2006)

Gun-Eva Andersson Långdahl/ PRUG AB/
gela@prug.se

Terapeutiska faktorer

Trots försök att specificera inslag i psykoterapeutiskt arbete, har forskningen funnit att en kärna av generella terapeutiska faktorer svarar för goda resultat oavsett modell eller metod (Hubble, Duncan, Miller 1999; Lambert 1992; Lambert, Shapiro & Bergin 1986).

Gun- Eva Andersson Långbaki/ PRUG AB/
glang@prug.se

Evidensbaserad praktik en aktiv sammanvägning

Gun- Eva Andersson Långbaki/ PRUG AB/
glang@prug.se

Behandlingseffekter

Gun- Eva Andersson Långbaki/ PRUG AB/
glang@prug.se

Terapeutiska faktorer

- Klient och utoterapeutiska faktorer – Är oberoende av behandlingen, klientens förändringsberedskap, resurser, styrkor, funktionsnivå före behandling, sociala stödsystem, socioekonomisk status, personlig motivation och livshändelser (Jahedi, Soroush, Mir & Wazargani 2010)
- Behandlingseffekter

Gun- Eva Andersson Långbaki/ PRUG AB/
glang@prug.se

Behandlingseffekter

- 13-20 procent av resultatet
- Terapeuteffekter
- Allians effekter
- Förväntans-, placebo- och "trohets" effekter
- Modell- och teknikeffekter

Gun- Eva Andersson Långbaki/ PRUG AB/
glang@prug.se

Terapeuteffekter

- Vem står för behandlingen:
- Terapeuter med bättre resultat skapar bättre terapeutiska relationer med en bredare klientpopulation.
- Oavsett ålder, kön, yrkeserfarenhet, professionell skolning, examen, utbildning, legitimation, teoretisk inriktning, omfattning av handledning och egenterapi samt användning av evidensbaserade metoder.

(How: Lambert, Lina & Morant 2002; Jahedi, Soroush, Mir & Wazargani 2010; Lambert, Lina & Morant 2002; Jahedi, Soroush, Mir & Wazargani 2010; Lambert, Lina & Morant 2002)

Gun- Eva Andersson Långbaki/ PRUG AB/
glang@prug.se

Allians effekter

- Kvaliten på relationen mellan terapeut och klient
- Den terapeutiska relationen är den starkaste bidragande faktorn till resultatet vid arbete med fysisk och psykisk hälsa
- Alliansen verkar främst genom att den engagerar klienten i behandlingsprocessen
- Graden av engagemang är den bästa prediktor för förändring i behandling

Gun- Eva Andersson Långbaki/ PRUG AB/
glang@prug.se

Förväntans-, placebo- och "trohets" effekter

- Klientens och terapeutens förväntningar på och tilltro till behandlingen och dess möjliga effekter
- Klientens tilltro till terapeuten och den behandling som erbjuds – placebo
- Terapeutens positiva förväntningar, tilltro till behandlingen, metod och modell - allegiance

Gun- Eva Andersson Långbaki/ PRUG AB/
glang@prug.se

Modell och teknikeffekter

- Modeller och tekniker fungerar som bäst när de engagerar och inspirerar deltagarna och ger terapin struktur
- Bristande struktur och fokus i behandlingen leder ofta till negativa behandlingsresultat

Lambert & Bergin 1986, Miller 1990, Miller 1988

Gun- Eva Andersson Långbaki/ PRUG AB/
glang@prug.se

Psykoterapi har inte blivit mer effektiv

- Fokus på behandlingsmodeller
- Finns inga uttalade skillnader vad gäller resultat för olika modeller under samma villkor
- Behandlingsresultat när individer stannar i terapi

Gun-Eva Andersson Långbäck/ PHUG AB/ g@phug.se

EBP – Evidens baserad praktik blir till praktikbaserad evidens

Gun-Eva Andersson Långbäck/ PHUG AB/ g@phug.se

**FIT – Feedback informed treatment
CDOI – Client directed outcome informed**

Gun-Eva Andersson Långbäck/ PHUG AB/ g@phug.se

Modell

- Vilka personer är viktiga? Nära nätverk
- Hur brukar han/hon lyckas? Undantag
- Vilka resurser har personen?
- Vad vill personen utveckla?
- Vilka färdigheter behöver personen träna på?

PHUG AB, Gun-Eva Andersson Långbäck

Gale Miller - Sociolog

- Resurser är inget som man har det skapar man

PHUG AB, Gun-Eva Andersson Långbäck

Hur behöver det se ut?

- ☉ Hur behöver det se ut för att personen ska fungera i sitt sammanhang?
- ☉ Vad vill hon/han?
- ☉ Vad strävar personen efter?
- ☉ Hur ser ett mirakel ut?

PHUG AB, Gun-Eva Andersson Långbäck

Mål och hur de behöver se ut

- Konkreta
- Beskrivna i beteendetermer
- Rimliga i över tid
- Möjliga att utvärdera
- Det måste finnas en nytta med dem, något man kan vinna på att nå fram

PHUG AB, Gun-Eva Andersson Långbäck

Vilken roll ska vi ha?

- ☉ Hur kan vi bäst hjälpa klienten?
- ☉ Hur kan jag coacha klienten till att använda sina resurser för att nå dit han/hon vill?
- ☉ Vilken roll ska jag ha den här gången?

PHUG AB, Gun-Eva Andersson Långbäck

Roller

- Peppare
- Rådgivare
- Pedagog
- Coach
- Vägledare
- Nätverksjobbare
- Bearbetare
- Lyssnare

PHUG AB, Gun-Eva Andersson Långbäck

Klienten som utvärderar

- Vilken roll hjälper klienten att komma vidare?
- Vilken metod passar den här klienten i den här situationen?
- Vad är mest viktigt att fokusera på?
- Hur behöver det se ut för att den här personen skall känna sig lyssnad på?

PHUG AB, Gun-Ewa Andersson
Gun-Ewa.Andersson@phug.se Långådal

Planering och utvärdering

- Hur lägger vi upp kontakten?
- Tydlighet – man kan inte samarbeta om något som man inte vet vad det är.
- Vilka små steg kan vi ta – som är rimliga att lyckas med just nu?
- Vem kan klienten ta hjälp av?
- Hur vet vi om vi lyckas – vad utvärderar vi och hur ska utvärderingen gå till?
- Hur vet vi om vi inte lyckas, vad händer då?
- Vem kan ta vid eller vad kommer att hända istället?



PHUG AB, Gun-Ewa Andersson
Gun-Ewa.Andersson@phug.se

Hur vet vi om det vi gör fungerar?



PHUG AB, Gun-Ewa Andersson
Gun-Ewa.Andersson@phug.se

Från metod till feedback

- Om vi tillsammans med klienten skapar en arbetsrelation där det är ok att reflektera över vad vi gör så lyckas vi nå bättre resultat. (Hempel et al 1997)
- Genom att använda ett Evidensbaserat utvärderingsinstrument så kan vi själva skapa Praktikbaserad evidens oavsett metod. (Barry Duncan, Scott D Miller)

PHUG AB, Gun-Ewa Andersson
Gun-Ewa.Andersson@phug.se Långådal

Vi tar temperaturen, planerar och utvärderar tillsammans

- ORS – Outcome rating scale
Arbetar vi med rätt saker?
Kommer klienten närmare sitt mål?
Blir det resultat i vardagen?
- SRS – Session rating scale
Har jag hittat en roll och ett sätt att arbeta som fungerar?
Är jag rätt person?

Gun-Ewa Andersson Långådal/ PHUG AB/
phug@phug.se

ORS/SRS

- Genomgång av ORS/ Instruktion/Film
- Grafen/ Hur kan man tänka om mätningarna!
- Genomgång av SRS/ Instruktion/Film

Gun-Ewa Andersson Långådal/ PHUG AB/
phug@phug.se

Testa själva!!!

Gun-Ewa Andersson Långådal/ PHUG AB/
phug@phug.se

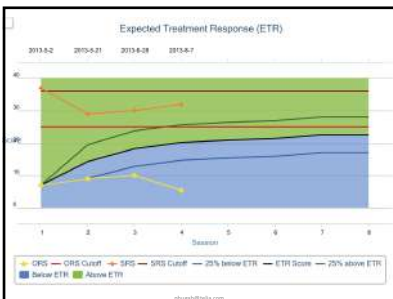
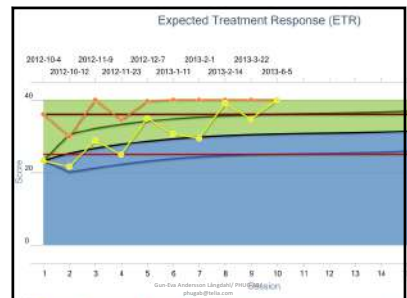
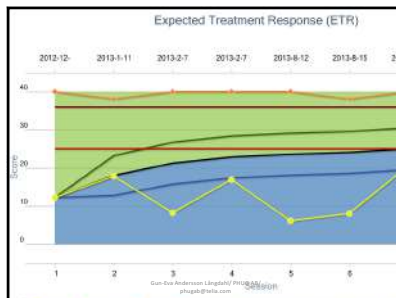
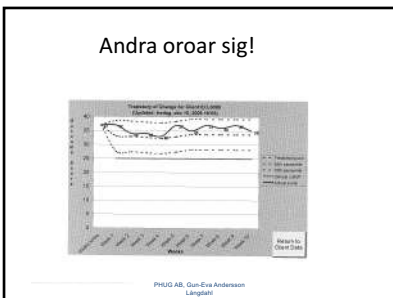
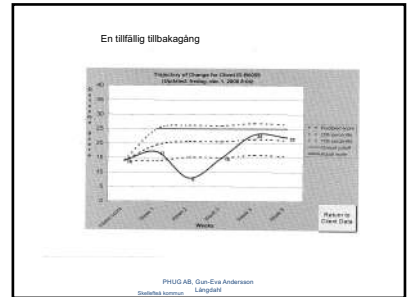
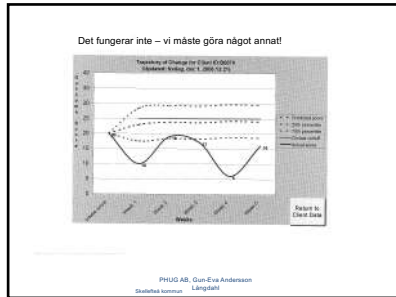
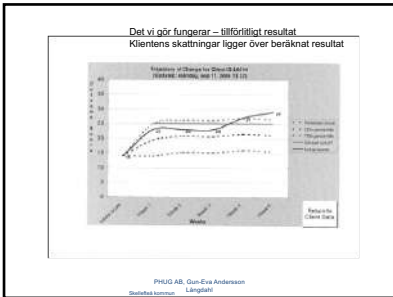
Arbetsallians

- Modell – Klientens resurser, nätverk, undantag
- Roll i att uppnå förändring – vad hjälparen behöver göra för att underlätta för klienten att använda sin modell för att nå sina mål
- Mål – vad vill klienten göra med sitt liv
- En övertygelse och ett förhållningssätt inte EN metod som man arbetar utifrån
- Man väljer att hitta sitt eget sätt tillsammans med klienten

Gun-Ewa Andersson Långådal/ PHUG AB/
phug@phug.se

Vi testar på en klient!

Gun-Ewa Andersson Långådal/ PHUG AB/
phug@phug.se



- Hur påverkas arbetet**
- Bra start i samtalet
 - Fokus rätt
 - Enkelt att se framgång och tillbakagång
 - Klientens egna skattningar inte vad vi tror och tänker
 - Vi måste följa klienten
 - Via kurvan får klienten egen feedback
 - Det syns tydligt när det inte går framåt
 - Vi tar klientens skattning på allvar
- PHUG AB, Gun-Eva Andersson
Skatteförmedling Långåm

- Mer reflektioner**
- När det inte fungerar så måste vi hitta nya vägar, tidigt i behandlingen
 - Blir tydligt när vi inte kommer längre
 - Man kan be klienten skatta utifrån vad någon annan tycker
 - Familj och par kan tillsammans jämföra och prata om sina skattningar
 - Tillbakagång kan visa sig vara ett framsteg trots allt
 - Missbruk, det blir tydligt att tillbakagång handlar om missbruket
- PHUG AB, Gun-Eva Andersson
Skatteförmedling Långåm
- Skellefteå kommun**

Sammanställer vi våra data så har vi skapat

Praktikbaserad forskning!!!
Vi vet när det fungerar och för vilka!!!

Gun-Eva Andersson Långbäck/ P11UG AB/
gflaga@telia.com

Hur lyckas man?

**ANVÄND DIN METOD OCH KLIENTENS
SÅ LYCKAS NI!
SÖK EFTER DET SOM FUNGERAR!**

Gun-Eva Andersson Långbäck/ P11UG AB/
gflaga@telia.com

Få tillgång till egen statistik

MYOUTCOMES

Gun-Eva Andersson Långbäck/ P11UG AB/
gflaga@telia.com

Klinisk excellens - professionsutveckling

- Jag tar reda på vad som fungerar?
- Uppmärksammar när det inte fungerar?
- När jag befinner i ytterkanten av min förmåga så tar jag hjälp av kollegor?
- Kliver utanför min trygghetszon och frågar de som tänker annorlunda!

Gun-Eva Andersson Långbäck/ P11UG AB/
gflaga@telia.com

Deliberate practice

- Struktur för reflektion
- En referenspunkt – hur står sig mina resultat?
- Titta på vad du gör / Vad är det som fungerar?
Vad mer behöver hända när det inte fungerar?
- Stöd /Handledning/ Team

• Scott D Miller/ Mark A Hubbell/ Daniel Chew

Gun-Eva Andersson Långbäck/ P11UG AB/
gflaga@telia.com