

## **RETNINGSLINJER FOR IGAs 5-ÅRIGE UTDANNINGSPROGRAM I GRUPPEPSYKOTERAPI OG GRUPPEANALYSE**

Vedtatt på Generalforsamling i mars 1995, siste revisjon januar 2026.

### **1. FORMÅL**

IGAs formål er å styrke det psykoteraeutiske tilbud i Norge ved å sørge for kvalifisert utdanning i gruppepsykoterapi og gruppeanalyse.

### **2. RAMMER FOR UTDANNINGSPROGRAMMET**

Utdanningsprogrammet arrangeres med fem årlige samlinger á 3-3,5 dager. Programmet består av et ettårig Grunnleggende trinn, en toårig basisdel (Trinn A) og en toårig fordypningsdel (Trinn B). Kandidater med tilstrekkelig teori- og/eller erfaringsbakgrunn kan søke opptak direkte til Trinn A. Grunnleggende trinn kan tas alene, som en innføring i gruppepsykoterapi. Parallelt med Trinn A og Trinn B kan man ta fordypningsseminarer. Se også om regler for permisjon i punkt 5.

### **3. ELEMENTER I UTDANNINGSPROGRAMMET**

#### **3.1. Egenerfaring (smågruppe og storgruppe)**

Smågruppene drives etter gruppeanalytiske retningslinjer. De har som mål å gi økt selvforståelse og mulighet til å bearbeide egne konflikter og problemer i mellommenneskelige relasjoner. De gir samtidig egenerfaring i gruppedynamikk, gruppeprosesser, gruppepsykoterapeutiske intervensjoner og gruppers utviklingsstadier. Storgruppen gir erfaring i storgruppedynamikk. I tillegg har den som formål å knytte de ulike elementene i utdanningen sammen og å integrere hendelser, tanker, følelser og fantasier som angår utdanningsprogrammet som helhet.

#### **3.2. Teoriundervisning i gruppe**

Teoriprogrammet har læringsmål for hvert av trinnene og for hver samling. Undervisningen foregår i en seminarmodell der kandidatene vanligvis legger frem etter avtale fra litteraturlisten til drøftelse i teorigruppen. Det kan også foreleses over enkelte tema. Teoriprogrammet revideres årlig.

#### **3.3. Veiledning i gruppe**

Trinnene og fordypningsseminarene har definerte krav til kandidatenes gruppeterapeutiske virksomhet, og kandidatene legger frem problemstillinger fra egne gruppeterapier til veiledning. Reflekterende team er vanligste metode.

#### **3.4. Kollegiale veiledningsgrupper (KV-grupper)**

I tillegg til veiledningen på samlingene deltar kandidatene i kollegiale veiledningsgrupper som møtes mellom samlingene. Se egne «Retningslinjer for kollegiale veiledningsgrupper (KV-grupper)».

### 3.5. Skriftlig arbeid

Ved avslutning av hvert trinn (Grunnleggende trinn, Trinn A og Trinn B) skal kandidatene skrive en oppgave der teori knyttes til kliniske erfaringer og diskuteres. Oppgavene er obligatorisk, og sensureres som bestått/ikke bestått. Kandidatene får en kort skriftlig tilbakemelding om styrker og utviklingsområder. Se «Retningslinjer for teorioppgaver ved IGAs utdanningsprogram».

Etter avsluttet og godkjent Trinn B kan kandidater som vil fullføre utdanningen og bli gruppeanalytikere, skrive diplomoppgave i gruppeanalyse. Se «Retningslinjer diplomarbeid IGA».

## 4. UTDANNINGSPROGRAM I GRUPPEPSYKOTERAPI OG GRUPPEANALYSE

### 4.1. Læringsmål for de enkelte elementene i utdanningen:

Grunnleggende trinn (1 år): Etter godkjent Grunnleggende trinn har kandidaten basiskunnskap i gruppepsykoterapi og ledelse av grupper i koterapi i førstelinjen og i spesialisthelsetjenesten.

Trinn A (2 år): Etter godkjent Trinn A har kandidaten tilstrekkelig kunnskap om og erfaring med forskjellige gruppeprosesser til å kunne arbeide kvalifisert og systematisk med gruppepsykoterapi i førstelinjen og i spesialisthelsetjenesten, både med polikliniske og innlagte pasienter.

Trinn B (2 år): Etter godkjent Trinn B har kandidaten tilstrekkelig kunnskap om gruppeanalyse og erfaring med anvendt gruppeanalyse til å starte og å lede forskjellige typer gruppeanalytiske og psykodynamisk orienterte psykoterapigrupper.

Diplom i gruppeanalyse:

Etter fullført t Trinn B, kan kandidaten skrive en diplomoppgave basert på det kliniske arbeidet som er lagt fram til veiledning på Trinn B på en systematisk måte som viser evne til gruppeanalytisk refleksjon generelt og spesielt rundt sitt klinisk veiledningsmateriale.

### 4.2. Opptakskriterier

#### 4.2.1. *For å tas opp på Grunnleggende trinn, må søker oppfylle kriterier i et av punktene A-C:*

- A. Embetseksamen i medisin eller psykologi, i gang med klinisk praksis innen psykisk helse/rus- og avhengighetsbehandling.
- B. Bachelor innen helse- og sosialfag eller annen bachelor, master eller embets-eksamen som gir grunnlag for arbeid innen psykisk helse/rusbehandling, minst to års klinisk praksis innen psykisk helse/rusbehandling.
- C. Unntaksvis kan personer som arbeider innenfor områder nært knyttet til psykisk helse/rusbehandling tas opp. Disse må dokumentere allsidig praksis og erfaring med grupper. Annen relevant utdanning kan vurderes etter skjønn.

#### 4.2.2. *For å bli tatt opp på Trinn A må en søker oppfylle kriteriene i punkt 4.2.1 og i tillegg: Ha gjennomført og fått godkjent grunnleggende trinn eller ha annen kombinasjon av praksis, teori og egenerfaring med gruppeterapi:*

**Praksis:**

- For leger og psykologer minimum to års erfaring fra psykisk helse/rus, herav minst et halvt år som observatør, koterapeut eller terapeut i grupper. Eller jobbet et år med gruppepsykoterapi ved en gruppeenhet.
- For søkere med bachelor innen helse- og sosialfag eller annen bachelor, master eller embetseksamen som gir grunnlag for arbeid innen psykisk helse/rus-behandling, minst fire års klinisk relevant praksis innbefattet erfaring med grupper, herav minst et halvt års praksis som observatør, koterapeut eller terapeut i grupper.
- For personer som arbeider innenfor områder nært knyttet til psykisk helsevern/rusbehandling vurderes klinisk og annen grupperelevant praksis individuelt. Minimumskrav fire års klinisk relevant praksis innbefattet erfaring med grupper, herav minst et halvt års praksis som observatør, koterapeut eller terapeut i grupper.

**Teori:**

*Enten*

- IGAs ettårige regionale opplæringsprogram i gruppebehandling (RGO) *eller*
- Valgfritt program for psykologspesialitet i gruppeterapi, 1 år ved Institutt for Aktiv Psykoterapi *og/eller*
- Relevante seminarer/kurs, for eksempel IGAs introseminar, LIS emnekurs Gruppeterapi (VOP/RUS) *og/eller*
- Relevante seminarer/kurs minimum to dager + grunnutdanning med undervisning i gruppedynamikk eller gruppeterapi (for eksempel psykologistudium) *og/eller*
- Relevante seminarer/kurs minimum to dager + relevant videreutdanning (for eksempel innføringsseminar fra Institutt for psykoterapi) *og/eller*
- MBT-G-utdanning, gruppeorienterte konferanser eller lignende

**Egenerfaring/erfaring med prosess i grupper:**

- Enten RGO ett år *eller*
- Egenterapi individuelt eller i gruppe minimum ett år *og/eller*
- Deltakelse i prosessveiledning, prosessorienterte team e.l. over tid

Undervisningsleder kan ved behov foreta telefonintervju ved søknad om direkte opptak til Trinn A. Endelig avgjørelse om opptak tas i Fagrådet.

**4.2.3** *Ved opptak vil det i tillegg til søkerens individuelle kvalifikasjoner, tas hensyn til utdanningsprogrammets sammensetning hva gjelder geografisk spredning, regionale forhold, tverrfaglighet, alder og kjønn.*

**4.2.4** *For å bli tatt opp på Trinn B, må søkeren ha gjennomført og fått godkjent Trinn A, med grupper som gjør det mulig å vurdere egnethet for Trinn B. Kandidaten må også ha gjennomført basalt psykoanalytisk teoriseminar (BPT) eller tilsvarende teoriseminar ved Institutt for psykoterapi, Norsk psykoanalytisk institutt eller Norsk karakteranalytisk institutt.*

På Trinn B stilles også krav til egnethet. Se «Egnethetskriterier Trinn B».

De aller fleste kandidater på Trinn B vil være helsepersonell hvor gruppe(-r) som tas til veiledning er organisert innenfor psykisk helsevern eller rus- og avhengighetsbehandling. Da har organisasjonen det juridiske ansvaret for pasientene.

Kandidater som er helsepersonell, kan etablere privat gruppe for å ta til veiledning. De kommer inn under Helsepersonelloven og har selv det juridiske ansvaret for pasientene. De skal selv ha nødvendig kunnskap for å kunne vurdere potensielle gruppemedlemmers egnethet med tanke på diagnoser, funksjon, selvmordsrisiko o.l., eller ha tilgang til å kunne rådføre seg med lege eller psykolog som kan sikre vedkommende kandidats vurderinger. Dette har de ansvar for å skaffe selv. Veiledning på IGA og i KV-grupper gir noe hjelp og veilederne har et etisk ansvar for å vurdere og gi råd om hva som eventuelt trengs i tillegg.

Kandidater som ikke er helsepersonell, kan drive terapi- eller selvutviklingsgrupper etter gruppeanalytiske prinsipper. Disse reguleres av Lov om alternativ behandling av sykdom. Se egen «Retningslinje for ikke-helsepersonell».

#### 4.3. Krav til egen gruppeterapeutiske virksomhet

For alle trinn er kandidaten selv ansvarlig for å finne/drive terapigrupper å ta til veiledning.

Grunnleggende trinn: Kandidaten må arbeide systematisk med gruppe, for eksempel med å sette sammen en terapigruppe, delta som observatør eller som koterapeut. Det er i egne krav for LIS som skal ha trinnet godkjent for utdanning i psykoterapi.

Trinn A: Kandidaten må arbeide systematisk med gruppeterapi gjennom de to årene på trinnet. Gruppene skal være samtalebaserte og dynamiske i den forstand at kandidaten skal kunne *lære å forstå og nyttiggjøre seg gruppeprosessen i sitt terapeutiske arbeid.*

Trinn B:

- Alternativ 1 (klassisk gruppeanalyse): Klassisk gruppeanalyse innebærer å gi muligheten for langvarig behandling. Kandidaten skal alene rekruttere til og drive en langtids langsomt-åpen gruppe etter gruppeanalytiske prinsipper (heterogen, uten samtidig fast individualterapi og gruppen må være planlagt å fortsette etter ferdig utdanning). Minimum 80 gruppemøter á 90 minutter skal være gjennomført i løpet av Trinn B.

- Alternativ 2 (tilpasset gruppeanalyse): Kandidaten er terapeut/koterapeut i en psyko-dynamisk langtids langsomt-åpen-gruppe. Eventuell koterapeut bør ha gruppeanalytisk/psykodynamisk orientert gruppeutdanning. Pasientene kan ha samtidig individualterapi, og gruppen kan være homogen. Minimum 60 90-minutters sesjoner gjennomføres i løpet av Trinn B.

I tillegg skal kandidaten i løpet av trinnet alene rekruttere til og lede en gruppeanalytisk psykoterapigruppe. Dette kan være et tidsavgrenset, lukket gruppepsykoterapiforløp som også avsluttes i løpet av trinnet, for eksempel et korttidsløp på 20 - 40 sesjoner.

Kandidatene velger ett av praksisløpene, men har teori og veiledning i samme gruppe.

Praksiskravene er veiledende, og etter søknad til Fagrådet kan det være aktuelt å godkjenne alternative praksisforløp.

### 5. PERMISJON FRA UTDANNINGSLØP VED IGA

#### 5.1. Generelt

Utdanningsprogrammet ved IGA er inndelt i trinn; 1-årig Grunnleggende trinn, 2-årige Trinn A og 2-årig Trinn B. Som hovedregel anbefaler IGA at kandidater tar trinnene fortløpende, men kandidater kan velge å ta pause mellom trinnene. Det er ikke nødvendig å søke permisjon mellom trinn. Mer enn én pause i et 5-årig utdanningsløp bør unngås, da det gir flere brudd og forringer utbyttet av egneferingsdelen i smågruppen.

Det anbefales ikke å ta pause som varer mer enn maksimum fem år mellom Trinn A og Trinn B. Ved lengre pause må søknaden til Trinn B ledsages av en begrunnet dispensasjonssøknad til fagrådet.

## 5.2 Permisjon midt i et trinn

Dette er i utgangspunktet ikke mulig. Når kandidater tar imot plass på et 2-årig trinn, binder de seg faglig og økonomisk til å ta begge årene fortløpende, i samme teori- og veiledningsgruppe og i samme smågruppe.

Ved uforutsette grunner som ikke gjør to sammenhengende år mulig, fordi man ikke kan

- tilfredsstille kravene til egen gruppeterapeutisk virksomhet, og/eller
- delta på samling (inntil 20% fravær i løpet av trinnet aksepteres)

kan kandidaten søke Fagrådet om permisjon. Det eneste aktuelle er da å søke permisjon for et helt utdanningsår. Fagrådet gjør i tilfelle en helhetlig vurdering av gjeldende situasjon og søknad, men permisjon vil i regelen kun innfris ved graviditet/barsel, ved alvorlig sykdom og eventuell annen alvorlig oppstått situasjon. Det er ikke garanti for å få plass etter et års permisjon, men IGA bestreber å finne en løsning så raskt som mulig.

## 5.3 Spesielt for Trinn B

Når det gjelder alle typer ønsket permisjon midt i Trinn B er dette ekstra vanskelig.

Praksiskravene til både klassisk og tilpasset gruppeanalytisk løp er i utgangspunktet ikke forenlig med et helt års pause. Fagrådet kan, i helt spesielle situasjoner, og i samarbeid med kandidaten og veileder på Trinn B, lete etter mulige individuelle løsninger. Løsningen vil i hovedregel bli å bruke tre år på Trinn B.