

# Anbefalinger for bruk av direkte observasjon i veiledning

## Innhold

Innledning.....	1
Veiledningskontrakt og direkte observasjon.....	2
Utviklingsmål og oppfølging av progresjon.....	2
Former for direkte observasjon brukt i veiledning .....	3
Videoopptak.....	3
Lydopptak .....	3
Direkte tilstedeværelse i rommet.....	3
Enveisspeil .....	4
Reflekterende team.....	4
Direkte observasjon av ikke-klinisk psykologarbeid.....	4
Informert samtykke til video- og lydopptak (en egen mal for samtykke er tilgjengelig) .....	5
Psykologens forberedelser til veiledning (spesielt mht. video- og lydopptak) .....	5
Hvordan jobbe med video- og lydopptak under veiledning?.....	6
Et trygt læringsmiljø - tilbakemeldinger.....	7
Praktiske råd for informasjonssikkerhet mht. videoopptak brukt i veiledning.....	7

## Innledning

Norsk psykologforening har 24. april 2023 vedtatt et krav om observasjon av psykologens arbeid veiledning<sup>1</sup>. Kravet innebærer at psykologer i spesialisering skal ha minimum to direkte observasjoner årlig mens de er i veiledning

Formålet med anbefalingene er å gi eksempler på hvordan bruke direkte observasjon i veiledning på en måte som styrker læring og ferdighetsutvikling i spesialistutdanningen, og som gjør det lettere å etablere og følge opp utviklingsmål i veiledningsarbeidet.

Målgruppen for anbefalingene er veiledere og psykologer som går i veiledning.

I en undersøkelse i 2021 samlet vi inn erfaringer fra en rekke veiledere, psykologer og psykologstudenter som har erfaring med å bruke observasjon i veiledning. Våre anbefalinger bygger i stor grad på dette materialet, samt på forskningslitteratur om temaet. Anbefalingene er ment som en ressurs for veiledere og psykologer, og er på ingen måte utfyllende eller de eneste måtene å bruke observasjoner i veiledningsarbeidet.

---

<sup>1</sup> «Det kreves minimum 2 direkte observasjoner per år. Veileder avgjør om det er nødvendig med flere observasjoner utover disse. Se utfyllende bestemmelser for veiledning»

Det er laget en sjekklister som handler om etikk og personvern ved bruk av videoopptak av psykolog-klientsamtaler i veiledning. Denne er spesielt nyttig dersom ikke psykologens arbeidsgiver har dette på plass.

Siden videoopptak er den absolutt mest brukte formen for observasjon i veiledning, vil mange av de praktiske rådene handle om denne observasjonsformen.

## Veiledningskontrakt og direkte observasjon

Det skal gjøres avtale om observasjon i veiledningskontrakten. En kan også gjøre avtale om hvilken form observasjonen skal ha (se kapittel nedenfor) og hvordan en skal jobbe med observasjon i veiledning.

Enighet mellom veileder og psykolog om hva som er målene med veiledning og hvordan de skal arbeide sammen for å nå disse målene (eks. observasjon via videoopptak) danner et viktig grunnlag for arbeidsalliansen (Bordin, 1983) mellom veileder og psykolog.

Dersom veileder og psykolog ønsker å endre form for observasjon eller måten en vil arbeide med observasjon på gjør de avtale om dette. Det er da ikke nødvendig å sende inn ny veiledningskontrakt.

## Utviklingsmål og oppfølging av progresjon

Målsettingsforskning viser at det er viktig for kompetanseutvikling og prestasjoner å sette utfordrende og realistiske mål, samt å få tilbakemeldinger (eks. Locke & Latham, 2002).

Det forutsettes i veiledningskontrakten at veileder og psykolog setter mål for veiledningsarbeidet. I veiledningsattesten skal veileder attestere at psykologen har vist tilfredsstillende progresjon til å kunne innfri kravene i Norsk Psykologforenings spesialistutdanning. Observasjon i veiledning, eks. via videoopptak, gir et godt grunnlag for å vurdere hvilke mål det er hensiktsmessig å sette. Det gir også et godt grunnlag for å jobbe med utviklingsmålene og vurdere om progresjonen er tilfredsstillende.

Alle deler av spesialistutdanningen (Fellesprogram, Obligatorisk program og Valgfritt program) har målbeskrivelser for programmet med ulike kompetansemål. Det forutsettes at veileder og psykolog i utdanning gjør seg kjent med målbeskrivelsen. Det anbefales at veileder og psykolog går gjennom målene sammen og velger ut mål som er aktuelle basert på en helhetlig vurdering. Gode målsettinger bør blant annet ta hensyn til: Hvor befinner psykologen seg i utdanningsløpet? Hvor står psykologen i forhold de aktuelle målene? Hvilke ferdigheter er det viktig å utvikle og eventuelt trene på? Hva er mulig å utvikle og trene på gitt den praksis og arbeidsoppgaver psykologen har?

Læringsutbytte og kompetansemål i de ulike programmene er som regel formulert ganske generelt. Det er da viktig å «bryte ned» disse målene til delmål som er konkrete, trenbare og målbare.

«Deliberate practice» (eks. Rousmaniere, 2016) eller på norsk «målrettet ferdighetstrening» er en metode som tar i bruk videoobservasjoner for å: identifisere hva som er utfordrende i klientkontakten, identifisere hva som er «bristen», finne aktuell ferdighet som gir et bedre

resultat, bryte ned ferdighet til konkrete verbale og non-verbale atferd, gjøre ferdighetstrening, planlegge hjemmearbeid.

## Former for direkte observasjon brukt i veiledning

### Videoopptak

*Fordeler:* Denne formen gir rik informasjon om samarbeidet mellom klient og psykolog, inkludert non-verbale kommunikasjon (kroppsspråk, øyekontakt, tonefall, pauser, etc.). En kan velge ut spesifikke deler av konsultasjonen og se nærmere på disse. En kan stoppe opptaket, reflektere, spole tilbake og sette søkelys på mikroferdigheter som en kan trene på. Videoopptak gir psykologer mulighet til å observere og korrigere seg selv. Det kan gi økt bevissthet om hvordan en selv bidrar i klientsamtalen. Psykologer blir ikke så avhengige av veileder for å oppdage egne uheldige bidrag og forbedringsmuligheter. I tillegg kan videoopptak gjøre det lettere for veileder å fremheve hva psykologen gjør bra, noe som styrker både veiledningsforholdet og læringsprosessen.

*Utfordringer:* Det kan tenkes at noen klienter føler seg hemmet av videoopptak. Noen studier tyder på at klienter innledningsvis kan oppleve noe ubehag og hemning ved videoopptak av konsultasjoner, men etter en tilvenningsperiode viser dette seg ikke å være et utbredt problem. Noen psykologer rapporterer at de føler seg hemmet i kommunikasjonen med klient når de er bevisst på at konsultasjonen blir tatt opp. Som regel er dette et nybegynnerproblem, og avtar med tiden. Psykologer i spesialisering er som regel vant til videoopptak av eget klinisk arbeid fra grunnutdanningen. I enkelte situasjoner kan det være vanskelig eller ikke mulig å ta opp video av klient-psykolog samtaler. Da må en bruke andre former for observasjon.

Videoopptak medfører strenge krav til sikker behandling av personsensitive data. Helseforetak og større organisasjoner har som regel klare retningslinjer for dette. Det er utarbeidet en sjekklister som en kan bruke for å sikre at personvern er godt ivarettatt.

### Lydopptak

*Fordeler:* Lydopptak er mindre inngripende enn videoopptak, og kan være lettere å få samtykke til. Med tanke på personvern gir lydopptak mindre risiko for identifisering. På samme måte som ved videoopptak kan en velge ut spesifikke deler av konsultasjon. En kan stoppe/spole tilbake, reflektere og trene på spesifikke ferdigheter.

*Ulemper:* Lydopptak gir betydelig mindre informasjon enn videoopptak og en går glipp av non-verbale kommunikasjon.

### Direkte tilstedeværelse i rommet

*Fordeler:* Mye informasjon om konteksten, atmosfæren i rommet og nonverbale kommunikasjon. Gir et godt inntrykk av hvordan psykologen arbeider med klient og samspillet mellom disse. Mulighet for veiledning rett etter konsultasjon, mens situasjoner og utfordringer ennå huskes godt. Det kan være lettere å få samtykke til at en erfaren terapeut sitter i rommet, enn til videoopptak.

*Ulemper:* Kan virke forstyrrende, kan påvirke psykolog og derav samspillet mellom psykolog

og klient. En har ikke mulighet til å stoppe, se eller høre situasjoner på nytt slik som med video- og lydopptak.

## Enveisspeil

*Fordeler:* Bruk av enveisspeil gir mye informasjon. Det er lite forstyrrende sammenliknet med direkte observasjon i rommet.

*Ulemper:* Krevende mht. infrastruktur, noe som ikke alltid er tilgjengelig. En har ikke mulighet til å stoppe, se eller høre situasjoner på nytt slik som med video- og lydopptak.

## Reflekterende team

Utviklet for og mest brukt, i familieterapi. Her hører også klient(ene) på refleksjonene til veiledningsgruppen. Har blitt karakterisert som en hybrid mellom veiledning og intervensjon. Reflekterende team kan også brukes som metode i forbindelse med avspilling av videoopptak.

*Fordeler:* Gir mye informasjon. Det reflekterende teamet bidrar aktivt til veiledningen, og en kan reflektere på metanivå om samspillet mellom psykolog og team.

*Ulemper:* Metoden kan være svært tidkrevende.. Dersom veileder inngår i det reflekterende teamet, vil veileder bli deltaker i behandlingen. Det kan både påvirke dynamikken mellom psykolog og klient og det kan være vanskelig for veileder å oppdage eget bidrag i denne dynamikken.

## Direkte observasjon av ikke-klinisk psykologarbeid

I enkelte av spesialistløpene (som samfunn-allmenn, organisasjon og arbeid) er det flere mål i målbeskrivelsen som omhandler ikke-klinisk arbeid. Det kan være å veilede andre yrkesgrupper, å drive politisk påvirkningsarbeid, konsultasjonsvirksomhet, lederstøtte, eller formidling av psykologiske tema gjennom foredrag/ i media. Det kan være systemorientert arbeid som å bidra i tiltaksutvikling, implementeringsarbeid eller organisasjonsendringer. Veileder og psykolog bør ved kontraktetablering vurdere om, og hvordan, man kan oppfylle kravene til direkte observasjon i det aktuelle spesialistløpet. Det bør kunne forventes at psykologen viser eksempler fra egen praksis, men uten at det trenger å være psykolog-klient-arbeid. Eksempler på hva psykologen kan legge frem i veiledning er opptak fra foredrag, paneldebatt, rapportlansering, undervisning eller medieopptreden (radio, tv, podcast, intervju, kronikk, fagessay). Foredrag en holder digitalt er ofte enkelt å få tillatelse til å ta opp og bringe til veiledning. Det er også gjerne slik at foredrag strømmes, og en kan få tilgang til opptaket i etterkant. Psykologer som leder lavterskelinitiativ med formidling av helsefremmende temaer eller psykoedukasjon kan filme seg selv i gjennomføringen av dette for å unngå å måtte ha skriftlig samtykke fra deltakerne. Det er også mulig å filme eller ta lydopptak av veiledning, konsultasjon, gjennomføring av lederoppgaver eller samarbeidsmøter så lenge en har samtykke fra dem som deltar. En kan ta opptak fra hele møtet, eller be om å få ta opp spesielle deler, for eksempel dersom det skal øves på spesifikke ferdigheter. Som veileder er det viktig å utforske motstand og ulike barrierer for at psykologen skal gjennomføre opptak av praksis, og eventuelt hjelpe psykologen med å overkomme disse. I spesialistløp med høy grad av ikke-kliniske oppgaver vil det også ofte

være lite forstyrrende med veileder til stede i rommet, så det å planlegge for at veileder (eller veiledningsgruppa) kan bli med psykologen på arbeidsplassen kan være en måte å sikre direkte observasjon på uten bruk av film eller lydopptak.

## Informert samtykke til video- og lydopptak (en egen mal for samtykke er tilgjengelig)

Samtykke til opptak skal være informert og frivillig. Det skal ikke ha noen negative konsekvenser for klienten om hen velger å si nei til opptak. Noen ganger vil det være utfordrende å få klienter til å gi samtykke til å ta videoopptak. Forskning tyder på at motstand/villighet til opptak blir påvirket av måten psykologen presenterer forespørselen til klienten. Dette kan gjøres til et tema og øves på i veiledningen: Psykologen lærer å presentere for klienten at opptak blir behandlet sikkert, hva som er hensikten med opptaket og at det kan være nyttig: opptaket er en kvalitetssikring av behandlingen, og at fokuset i veiledning først og fremst er på psykologen.

Noen ganger kan videoopptak være ekstra utfordrende for klient. Kan da lydopptak være et alternativ?

Andre ganger vil videoopptak ikke være tillatt (eks. sikkerhetsavdelinger), eller at klient ikke er samtykkekompetent. Kan andre former for observasjon være et alternativ?

De fleste helseforetak og større virksomheter har egne samtykkeskjema som fylles ut. For de som ikke har tilgang på dette: Her er et utkast til et samtykkeskjema som kan brukes.

## Psykologens forberedelser til veiledning (spesielt mht. video- og lydopptak)

Forberedelser før veiledningstimen er viktig for at psykolog skal få mest mulig læring ut av veiledningsarbeidet. Hvordan en forbereder seg avtales med veileder. Her er noen erfaringer fra både veiledere og psykologer:

- Se/høre gjennom hele video/lydopptaket i forkant av veiledningen.
- Velge ut deler av opptaket der en har behov for innspill, deler der noe har vært utfordrende.
- Notere hva en tenker som fungerer godt og hva som er utfordringen(e).
- Formulere hva en ønsker veiledning på.
- En kan selv komme med forslag til hva som kunne vært gjort annerledes.
- Konkretisere aktuelle punkter fra veiledningskontrakten og målbeskrivelsen

## Hvordan jobbe med video- og lydopptak under veiledning?

*Plassering av opptaksutstyr:* For å tydeliggjøre både for klient og psykolog at det er psykologen som er i fokus, bør kamera/lyd plasseres og rettes inn slik at det er psykologen som framheves.

*Hva skal en velge ut/spille av?* Det er vanlig å velge utsnitt av opptaket basert på psykologens opplevde behov for veiledning, eks. situasjoner som en opplever som utfordrende. I noen tilfeller vil veileder ha bestemte ønsker om hvilke deler av opptaket som skal vises i veiledningen.

Det er rapportert at noen psykologer velger kun sekvenser som viser at de mestrer og kanskje utelater sekvenser der de ikke mestrer (non-disclosure). Dersom veileder antar dette, kan det være bra å vise lengre deler av en konsultasjon.

Før avspilling kan psykolog innlede med å fortelle kort om klientens bakgrunn, årsaken til at denne har oppsøkt hjelp og de utfordringene klienten står i. Psykologen formulerer en problemstilling og formidler hva hen ønsker veiledning på.

*Samme klient/samme behandlingsforløp?* Det kan være nyttig å følge en klients forløp over tid, dersom dette er praktisk mulig. Det gir informasjon om både klientens utvikling og ikke minst om psykologens prosess/progresjon.

*Avspilling av opptak* Video- og lydopptak gir muligheter, både for psykolog og veileder, til å stoppe avspillingen ved bestemte og viktige tidspunkter i opptaket. Her kan en sammen reflektere over hva som skjedde i samspillet mellom psykolog og klient: eks. reaksjoner hos klient, hvordan psykologen responderte, hvordan kunne psykologen ha respondert. Veileder kan også etterspørre eller spille inn faglige begreper eller teoretisk forståelsesramme. Dersom det er en veiledningsgruppe, er det viktig at veileder har styring på refleksjonen og gir klare rammer for hvordan psykologene gir tilbakemeldinger til hverandre (se om tilbakemeldinger nedenfor).

*Rollespill:* Når utfordringer er formulert og en er kommet frem til forslag til alternative responser, kan disse utforskes/utprøves via rollespill. Eks. at veileder tar rollen som klient og psykolog prøver ut andre måter å respondere på. Avhengig av psykologens trygghet og erfaring kan veileder også starte med å selv ta rollen som psykolog, for å ufarliggjøre øvelsen og modellere terapeutferdigheter.

*Ferdighetstrening:* Særlig gjennom videoopptak kan psykolog og veileder analysere både hva som skjer i rommet, eks. klientens og psykologens non-verbale kommunikasjon, de spesifikke psykologferdigheter som er i bruk, og hvilke ferdigheter som behøves å trenes på. Dette er spesielt viktig når terapisisuasjoner er utfordrende, og en lett kan gå i forsvarsmodus. En kan sammen med veileder, forsøke å bryte ned ferdighetene til en finner de relevante «mikroferdighetene», øve seg på disse, få feedback, øve mer, osv.

## Et trygt læringsmiljø - tilbakemeldinger

Det å vise eget terapeutisk arbeid kan gjøre at en psykolog i veiledning kjenner på utrygghet og blir selvkritisk. Dette blir ikke mindre når en skal vise videoer der ens manglende ferdigheter blir demonstrert direkte, overfor veileder eller i en veiledningsgruppe. At veileder legger opp til et trygt læringsmiljø bidrar til å dempe utrygghet:

Veileder kan legge opp til åpen dialog om at det er svært vanlig å kjenne på ubehag og selvkritikk ved å se seg selv på video.. Erfaring viser at ubehaget vanligvis avtar med tiden. Det skjer når veileder ikke reagerer med kritikk, men med konstruktive tilbakemeldinger der psykologen opplever å få god hjelp til å utvikle alternative reaksjonsmåter i vanskelige interaksjoner.

Veileder kan fortelle om egne «feil». Briggie et al. (2016) foreslår at veileder kan vise video av eget arbeid, inkludert feil de har gjort.

Hvordan veileder formulerer tilbakemeldinger i veiledning generelt, og på videoopptak spesielt, er viktig for å skape trygghet og minske ubehag. Tilbakemeldinger bør være

- ikke-dømmende
- fremheve konkrete ferdigheter som psykologen mestrer
- konkrete og spesifikke
- utforskende og nysgjerrige
- tydelige på at det er veileders perspektiv og ikke framstå som universelle sannheter

## Praktiske råd for informasjonssikkerhet mht. videoopptak brukt i veiledning

Større virksomheter har som regel egne prosedyrer og utstyr for hvordan videoopptak sikres. Disse rådene gjelder mest for psykologer som jobber i mindre virksomheter, som jobber mer selvstendig. Rådene er ikke uttømmende, da kan finnes andre metoder for å sikre informasjonssikkerhet.

Alle opptak krever et informert samtykke (se egen mal for samtykkeerklæring)

*Videoopptak – med hvilket medium?*

De anbefales sterkt å gjøre opptak på et eget videokamera, der opptaket kun lagres lokalt

*Psykologen går gjennom opptaket og velger ut hva som skal vises til veileder*

Det beste er å spille av opptaket på en PC/Mac direkte fra kameraets minnebrikke. En kan også overføre opptak fra kamera, og lagre det lokalt på PC. En bør ikke bruke skyløsninger som lagring, dette vil medføre større risiko for at andre får tilgang til opptaket.

*Psykologen tar med opptaket til veileder/veiledningsgruppe og viser det der*

En kan spille av opptaket som er lokalt lagret på egen PC

En kan lagre opptaket på en minnepinne og spille av opptaket via veileders PC. Da bør en kryptere videofilen:

1. En bør først laste ned programvare for komprimering av filer. Eks. «Winrar» (det mest brukte komprimeringsprogrammet). Noen ganger må IT administrator godkjenne nedlasting.
2. Høyreklikk på videofil, første gang må en som regel velge «Vis flere alternativer» → velge «Winrar». Deretter «legg til arkiv», en får da opp ett nytt vindu, og velger da «Sett passord».
3. Hos veileder pakker en først ut Zip filen (dette gjøres på minnepinnen), så spilles videofil av direkte fra minnepinne (ikke lagre på veileders/andres PC)
4. Når en er ferdig med å spille av opptaket: Lukke filen/slette den på veileders PC/Mac

*Når opptaket er vist skal det som slettes i henhold til hva som er beskrevet i samtykkeerklæringen*

Fra opptaksmedium/kamera

Fra minnepinne

Eventuelt fra egen PC