

Patient og psykolog i cyberspace

Kan fjernbehandling blive nært?
Erfaringer fra Internetpsykiatrien.dk

Selskab for Kommunikation i Sundhedsvæsenet
Vejle Sygehus, 23. juni 2017

Ellen Stenderup
Specialpsykolog, teamleder
Telepsykiatrisk Center

Psykiatrien i
Region Syddanmark



Kan fjernbehandling blive nært?

Kan der foregå relevant og kvalificeret psykologisk behandling via video, telefon og skrift (telekommunikation, internettet)?

✓ JA

Er face-to-face behandling og internetbaseret behandling det samme?

✓ JA, det kan være lige så effektivt

✓ JA, der kan etableres kontakt og alliance

✓ NEJ, det er et nyt behandlings”rum”



Telepsykiatrisk Center

INTERNETTERAPI



VIDEOKONSULTATIONER



FORSKNINGSENHED



APPS



BØRNE- OG UNGEPORTAL



PSYKIATRIENS MEDICINRÅDGIVNING



Ps
Re
Psykiatrien i
Region Syddanmark



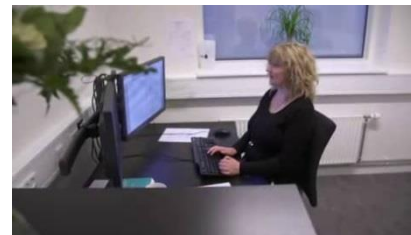
Online psykologisk behandling til voksne

- ❑ DEPRESSION – NoDep
- ❑ ANGSTLIDELSER – FearFighter



- ❖ Internetklinik
- ❖ Patienten har udelukkende kontakt til behandling/behandleren via internettet/telekommunikation

➤ Anvender flere teknologier

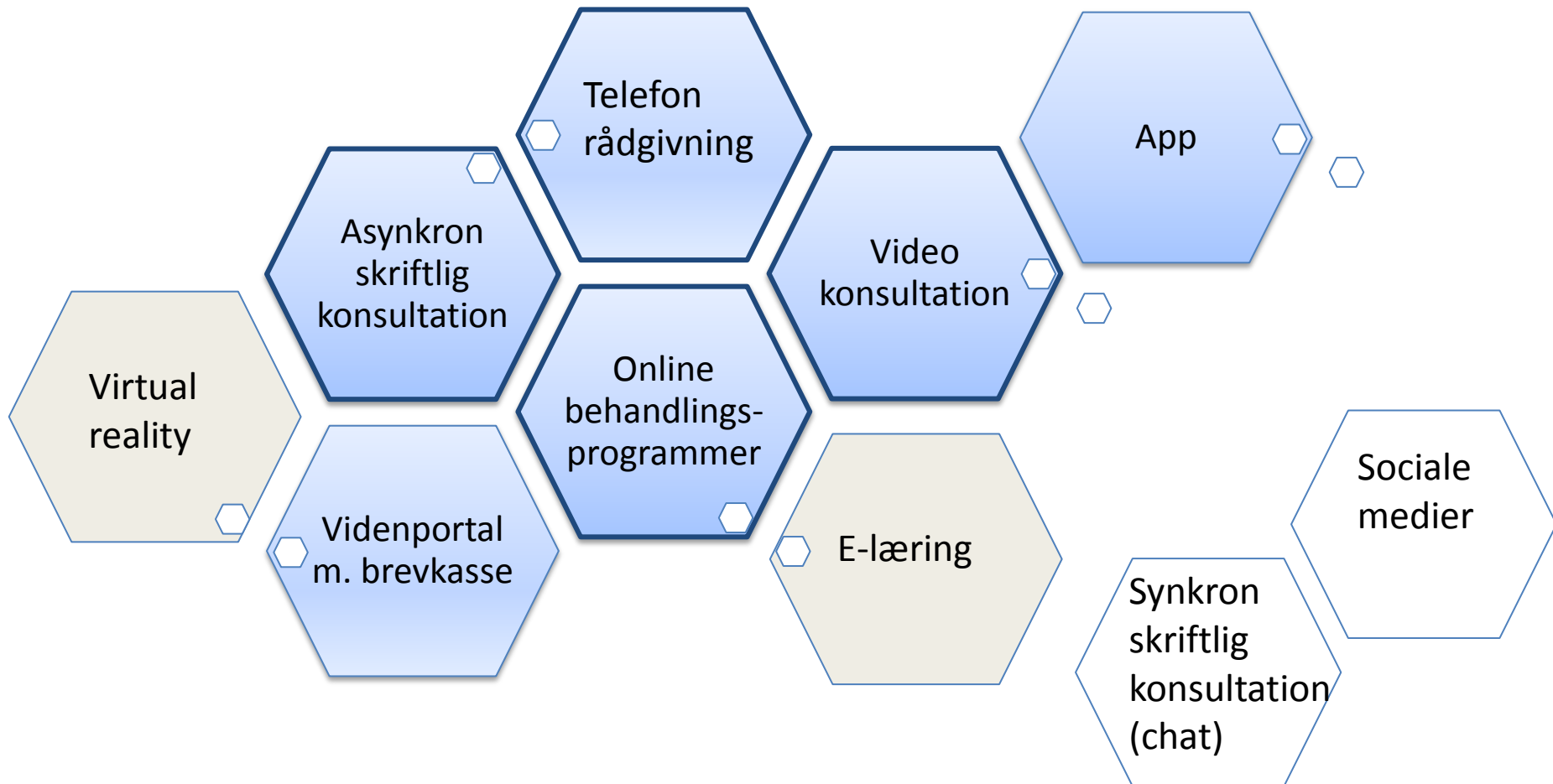


- Baseret på selvhenvendelse via www.internetpsykiatrien.dk
- Gratis for borgere i Region Syddanmark

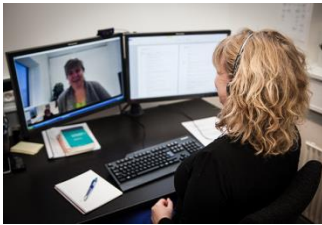
Psykiatrien i
Region Syddanmark



Teknologier i brugerrettet sundhedsydelse



- *Computerbaseret behandlingsprogram*
- *Kognitiv adfærdsterapi*
- *Modulopbygget (videolektioner, cases, monitorering og øvelser)*
- *Selvhjælpsbaseret*



Udredning ved psykolog (video)



- *Guided af psykolog*
- *Asynkron skriftlig korrespondance*
- *Telefon konsultation*



Afslutning ved psykolog (video, telefon)

Udredning ved psykologen - formål

- Succes-optimere – give brugeren/patienten den rette hjælp
 - Vurdere symptomer og tilstand
 - Behandlingsformat
 - Motivation/copingstil
- Gatekeeper – bruge ressourcer på målgruppen
- Vurdering af selvmordsrisiko
- Øger effekt
 - Kendskab til patienten – konkret rådgivning og støtte af psykologen
 - Bruger: ”at jeg bliver mødt som et menneske...”

Guided selvhjælp – øger effektivitet og sikkerhed

PSYKOLOGEN...

- understøtter brugerens egne forslag og initiativer
- forstærker positive indsatser
- hjælper til at oversætte generelle principper/eksempler i programmet til brugerens specifikke problemstilling og hverdag
- ”Forpligter” brugeren på hans beslutning om at søge behandling

- monitorerer tilstand (og især forværring)
- ”Sikkerhedsnet”
- rådgiver om alternative/bedre behandlingsmuligheder

- revurderer, hvis der opstår markante ændringer i brugerens liv, ex. dødsfald, sygdom, o.a.

Det virtuelle rum er også et virkeligt rum

Hvad siger patienterne?

- Fleksibel adgang – tid og sted
- Følge eget tempo – stoppe op og gentage
- Afvekslende og konkret
- Struktureret og hjælp til at lave øvelser
- Vigtigt med kontakt til psykologen – gerne mere
- Danner også alliance med ”psykolog” i programmet
- Godt at kunne gøre noget selv
- Oplever sig hjulpet og forstår bedre egen situation
- Mere personligt end forventet
- Muligt at etablere arbejdsalliance
- Vil søge tilsvarende behandling igen, hvis behov



Det virtuelle rum er også et virkeligt rum

Hvad siger psykologerne?

- Videomøde afgørende for individualisering af psykologstøtten
- Krævende, fordi færre cues i både video og skriftlig konsultation
- Hjælpsomt at programmet fastholder struktur i behandling
- Nemmere at tilrettelægge arbejdet
- Mindre engagerende/givende end face-to-face
- Svagere oplevelse af arbejdsalliance og emotionel medsving end face-to-face
- Ensformigt hvis meget manualiseret
- Ved anvendelse af flere kommunikations medier opleves stærkere arbejdsalliance
- Ved øget fortrolighed med teknologi og programmer, opnås bedre indtryk af patienten og afstanden "glemmes"
- Ved træning og øget fortrolighed med skriftlig konsultation er det lettere at intervenere psykoterapeutisk

Kan fjernbehandling blive nært?

Psykoterapi handler om måden vi møder den enkelte på, og ikke alene om de rammer, som mødet foregår i.

Vigtigt at være opmærksom på:

- Vedligeholdende faktorer i fjernbehandling
- At blive forstået og føle sig mødt som centrale faktorer
- At det virtuelle rum ikke kræver mindre engagement og indlevelse
- At det kræver at terapeuten er fortrolig med det virtuelle rum, og med de kommunikationsmidler som anvendes (kende virkemidler).
- At terapeuten kan formidle empati, forståelse og accept via mediet. At man kan kommunikere meningsfuldt og følelsesmæssigt, og med høj grad af klarhed.

Video-konsultation

Kompetenceudvikling

- E-læring via Plan2Learn for ansatte i Region Syddanmark

Retningslinjer i anvendelsen af videokonsultation

- Retningslinjer for videokonsultationer i Psykiatrien, Telepsykiatrisk Center, Region Syddanmark
- Guide til den gode videokonsultation, Center for Telemedicin, Region Midt

Telepsykiatri – indikation og virkemidler

Hvornår er det en god ide at anvende

- **Video konsultation**
 - Udredning og behandling
 - Synkron kontakt
 - Visuel og auditivt indtryk
 - Her-og-nu afstemning og respons fra terapeut
- **Skriftlig konsultation**
 - Behandling
 - Asynkron kontakt
 - Semantisk-pragmatisk indtryk
 - Refleksion og hukommelse
 - Respons fra patient er tæt på episode
- **Telefon konsultation (og SMS)**
 - Aftaler
 - Synkron kontakt
 - Auditiv indtryk
 - Hurtigt korrektion og afklaring

Udfordringer

- Datasikkerhed
- Rettigheder
- Etik

Undgå overvågning og udlevering
Undgå udnyttelse (ex. kommercielt)
Undgå bedrag (ex. opdigtet profil)

Med venlig hilsen Internetpsykiatrien



Administration
Booking



Forskning i
Telepsykiatrisk
Center



Psykolog
praktikanter
SDU



IT og data
management
Datasikkerhed



Psykiatrien i
Region Syddanmark



TELEPSYKIATRISK CENTER