

## **IPT-k**

### **Integrerad Psykologisk Terapi – Kognitiv träning**

*Kortfattad information om metoden till klienter och anhöriga*

**Vad är Kognition?** *Alla mentala/"tankemässiga" processer och aktiviteter som vi använder för att uppfatta, komma ihåg, tänka och förstå, samt hur vi använder dessa processer.*

I IPT-k programmet tränar vi olika kognitiva funktioner. Oftast i en och samma grupp med fyra till sex medlemmar. Två terapeuter närvarar – en huvudterapeut och en co-terapeut. Gruppen träffas en till två gånger i veckan, i sextio- till nittio minuters sessioner (med fikapaus!) under ett antal månader. Längden på terapin är beroende av hur snabbt de ingående uppgifterna dels kan gås igenom, dels uppfattas, förstås och praktiseras av gruppmedlemmarna.

Programmet skall inte stressas igenom, utan tillräcklig tid och stöd skall alltid ges, så att alla gruppmedlemmarna upplever en personlig framgång och en positiv atmosfär i gruppens arbete.

Klienterna har ofta genomgått en psykologisk/psykiatrisk bedömning och en strukturerad intervju och funnits ha behov av behandling för sina kognitiva funktionsnedsättningar.

Symtomen – den kognitiva funktionsnedsättningen – anses ha sitt ursprung i en kombination av medicinska, biologiska, sociala och psykologiska faktorer, som resulterat i problem med olika kognitiva funktioner, t ex försämrat minne, koncentrationsproblem, svårighet att umgås med andra personer. Programmet inriktas bl a på träning för att förbättra dessa funktioner.

IPT-k träningen täcker flera olika områden. Fokus både på att förbättra den kognitiva funktionen och den sociala förmågan. Arbetar utifrån en stegmodell, där man börjar med de basala kognitiva förmågorna innan man arbetar vidare med mer komplexa sociala funktioner. Programmet består av fem delprogram:

***Kognitiv Differentiering***

***Social Varseblivning***

***Verbal Kommunikation***

***Social Förmåga***

***Problemlösning***

Samtliga delprogram är till att börja med mycket strukturerade med olika uppgifter, men blir efterhand mera inriktade på spontan interaktion/samverkan i gruppen.

Inledningsvis styr terapeuterna aktiviteterna, men lämnar successivt mer utrymme för klientens eget initiativ och ansvar.

Exempel på funktioner som tränas: koncentration, minne, uthållighet, förstå och använda begrepp, tänka i abstrakta termer, tolka sociala situationer, förstå och förbättra kommunikation, analysera-träna-generalisera i vardagssituationer, tolka-förstå-finna lösningar på problem.

Utgivare, Copyright Sverige ©: Psykologisk Konsult AB/Bo G. Ericson

Bo G. Ericson, Leg psykolog, leg psykoterapeut. Specialist i klinisk psykologi

Adr: Bergsgatan 15, S-561 30 Huskvarna

Tel 036 – 14 45 79

Mobiltel 0705-144579, 0705-501981

e-mail ericpkab@algonet.se

Hemsida [www.ipt-k.se](http://www.ipt-k.se) eller [www.psykologiskkonsult.se](http://www.psykologiskkonsult.se) eller [www.canskattning.se](http://www.canskattning.se)

2012-03-06