

Anvisningar för (A)CRA certifiering och kodning

- För att kunna certifiera dig behöver du skicka in ett antal inspelade samtal där du genomför de olika procedurerna i (A)CRA med en riktig klient. För att bli certifierad krävs att du blir godkänd på minst åtta procedurer. Antalet samtal som du behöver skicka in varierar beroende på hur många samtal du blir tvungen att göra om, men också beroende på hur många procedurer som du genomför under varje samtal. Det är vanligt att man behöver göra om ett eller två samtal i början av processen. Det är därför bra om du kan ha minst två klienter som du kan växla mellan för att kunna ta igen samtal som du inte blir godkänd på.
- I kodningsprotokollet återfinns alla procedurer i (A)CRA. Du behöver dock inte genomföra alla och du har några val att göra, så var noga med att läsa anvisningarna nedan.
- För att bli godkänd på en enskild procedur krävs att du genomför den i sin helhet och att alla delmomenten bedöms uppfylla kraven för "tillfredsställande" (dvs 3).
- Du kommer att få ett ifyllt kodningsprotokoll för varje samtal som du skickar in med skriftlig feedback som beskriver dina styrkor och vad som kan förbättras.
- Viktigt att tänka på är att försöka undvika att pressa in för många procedurer i en och samma session. Oftast är en till två procedurer per samtal lagom. Risken är annars att klienten känner sig överväldigad och att du inte blir godkänd.

Obligatoriska procedurer för samtliga terapeuter

1. *Översikt och introduktion av (A)CRA*
2. *Funktionsanalys av alkohol- och narkotikaanvändningen ELLER Funktionsanalys nyktert och drogfritt beteende*
3. *Tillfredsskalan*
4. *Mål med behandlingen* (OBS! Denna ska följa *Tillfredsskalan* och innehålla formulerandet av minst en målsättning med tillhörande strategi för genomförandet.
5. *Kommunikationsfärdigheter ELLER Tacka nej träning*
6. *Problemlösningssmodellen*

Procedur som krävs för behandlare som arbetar med parterapi

- *Relationsterapi: relationsfärdigheter för parförhållande*

Procedur som krävs för behandlare som arbetar med vårdnadshavare

- *Ungdom-vårdnadshavare relationsfärdigheter (två träffar)*

Övriga procedurer som du kan välja mellan för att uppnå de åtta obligatoriska procedurerna

- *Kommunikationsfärdigheter ELLER Tacka nej träning* (den som inte genomfördes enligt den obligatoriska listan ovan)
- *Nykterhetsprovning*
- *Söka jobb-proceduren*
- *Återfallsprevention*

Behandlare: _____ Kodare: _____ Samtals id: _____ Datum: _____

1 **2** **3** **4** **5**

| | | | |

ej tillfredsställande kan förbättras tillfredsställande mycket bra föredömligt

Avklarad | Skattning

Översikt och introduktion av CRA

1. ___ ___ Beskrev målsättningen med programmet (hitta ny hälsosam, nykter livsstil...)
2. ___ ___ Beskrev minst två procedurer
3. ___ ___ Skapade positiva förväntningar (beskrev forskningsstödet)
4. ___ ___ Berättade om programmets omfattning (tidsbegränsat)
5. ___ ___ Inledde arbetet med att identifiera förstärkare

Funktionsanalys av alkohol- och droganvändning

6. ___ ___ Beskrev målsättning
7. ___ ___ Inledde med att be klienten beskriva en typisk droganvändning
8. ___ ___ Identifierade triggers (interna och externa)
9. ___ ___ Identifierade positiva och negativa konsekvenser av beteendet
10. ___ ___ Kartlade droganvändningen
11. ___ ___ Gav exempel på hur informationen kommer att användas

Funktionsanalys av nyktert och drogfritt beteende

12. ___ ___ Beskrev målsättning
13. ___ ___ Inledde med att be klienten beskriva en typisk episod
14. ___ ___ Identifierade triggers (interna och externa)
15. ___ ___ Identifierade positiva och negativa konsekvenser av beteendet
16. ___ ___ Kartlade den nyktra aktiviteten
17. ___ ___ Gav exempel på hur informationen kommer att användas

Tillfredsskalan

18. ___ ___ Beskrev målsättningen
19. ___ ___ Gav anvisningar
20. ___ ___ Gick igenom några skattade siffror

Mål med samtalen

21. ___ ___ Använde *Tillfredsskalan* för att välja målkategori
22. ___ ___ Satte mål/strategi genom att använda riktlinjerna (specifik, inom klientens kontroll...)
23. ___ ___ Följde upp om klienten nått sina mål

Att öka nyktra och drogfria aktiviteter

24. ___ ___ Diskuterade betydelsen av att ha ett tillfredsställande socialt liv
25. ___ ___ Identifierade en lämplig aktivitet att pröva eller öka frekvensen av
26. ___ ___ Gjorde en specifik plan för hur klienten ska kunna pröva den nya aktiviteten

Systematisk uppmuntran

27. ___ ___ Identifierade behovet och tog det första steget i sessionen
(identifierade kontaktpersonen, ringde telefonsamtalet ...)
28. ___ ___ Återkopplade och gick igenom erfarenheten i nästa session

Tacka nej-träning

29. ___ ___ Gjorde en lista med socialt stöd
30. ___ ___ Gick igenom högrisksituationer
31. ___ ___ Gick igenom de fem tipsen hur man kan tacka nej på ett tydligt sätt
32. ___ ___ Rollspelade (korta scener, förstärkte, gav specifik feedback och upprepade)

Återfallsprevention

33. ___ ___ Delade ut Funktionsanalysen för återfall
34. ___ ___ Diskuterade *Beteendekedjan* med händelser och triggers och alternativa responser
35. ___ ___ Beskrev och etablerade ett Tidigt varningssystem

Nyktethetsprövning

36. ___ ___ Beskrev målsättningen (hitta nya fungerande coping-strategier)
37. ___ ___ Förhandlade fram en realistisk tidsperiod för nyktethetsprövningen
38. ___ ___ Skapade en detaljerad plan för hur klienten ska kunna hålla sig nykter till åtminstone nästa träff
39. ___ ___ Skapade en back-up plan (=plan B)
40. ___ ___ Påminde klienten om hans/hennes specifika förstärkare för nykterhet

Kommunikationsfärdigheter (klient resp. vårdnadshavare)

41. ___ ___ Diskuterade varför positiv kommunikation är viktig
42. ___ ___ Gick igenom de tre kommunikationsfärdigheterna
43. ___ ___ Gav exempel på god kommunikation
44. ___ ___ Rollspelade (korta scener, förstärkte, gav specifik feedback och upprepade)
45. ___ ___ Gjorde ett omvänt rollspel

Problemlösningssmodellen

46. ___ ___ Gick igenom modellens olika steg
47. ___ ___ Genomförde en (A)CRA specifik *Problemlösningssmodell*

A-CRA träffarna med vårdnadshavaren (två träffar)

48. ___ ___ Gav en översikt och introduktion av CRA (se punkt 1-5)
49. ___ ___ Skapade positiva förväntningar (se punkt 3 och upprepa)
50. ___ ___ Gick igenom de forskningsbaserade tipsen för vårdnadshavare
51. ___ ___ Identifierade vårdnadshavarens unika förstärkare för att fortsätta i CRA (se punkt 5 och repetera)
52. ___ ___ Höll en positiv ton i diskussionen om ungdomen

Ungdom-vårdnadshavare relationsfärdigheter (två träffar)

53. ___ ___ Genomförde *Tre positiva saker*
54. ___ ___ Genomförde *Relationstillfredsskalan* där ungdomen och vårdnadshavaren skattar hur nöjda de är med sin relation (se punkt 18-20)
55. ___ ___ Gick igenom *Daglig påminnelse om att vara snäll*
56. ___ ___ Genomförde en gemensam *Kommunikationsfärdigheter* (se punkt 41-45)
57. ___ ___ Genomförde en gemensam *Problemlösningssmodell* (se punkt 46-47)

Parterapi

58. ___ ___ *Tre positiva saker* (samma som 53 men byt ut vårdnadshavare mot partner)
59. ___ ___ Delade ut *Tillfredsskalan Parförhållande* (samma som nummer 18-20)
60. ___ ___ Använde *Tillfredsskalan Parförhållande* för att välja sålsättning i Den perfekta relationen.
61. ___ ___ Genomförde *Kommunikationsfärdigheterna* (men bara nummer 41-44)
62. ___ ___ Formulerade målsättningar med paret genom att följa riktlinjerna och skrev in dem i *Den perfekta relationen*
63. ___ ___ Genomförde *Problemlösningsmodellen* (se nummer 46-47)
64. ___ ___ Förklarade och delade ut *Daglig påminnelse om att vara snäll* som hemuppgift

Hemuppgifter

65. ___ ___ Formulerade och delade ut hemuppgift (specifik och diskuterade ev. hinder)
66. ___ ___ Gick igenom den gångna veckans hemuppgift (resultat, ändrade planen vid behov, förstärkte)

Generella (A)CRA färdigheter

67. ___ ___ Övergripande: genomförde sessionen i enlighet med (A)CRA programmets förhållningssätt och målsättning
68. ___ ___ Övergripande: introducerade procedurer vid lämpliga tillfällen

Söka jobb

69. ___ ___ Beskrev målsättningen
70. ___ ___ Hjälpte klienten att ta fram jobbkategorier
71. ___ ___ Skapade och följde upp intressanta kontakter
72. ___ ___ Rollspelade och genomförde telefonsamtal
73. ___ ___ Skrev ansökningar
74. ___ ___ Rollspelade anställningsintervjuer
75. ___ ___ Diskuterade vad som krävs för att få, behålla och vara nöjd med ett jobb

Hantera din ilska

76. ___ ___ Identifierade förstärkare för att hantera ilska
77. ___ ___ Hjälpte klienten att känna igen ilska
78. ___ ___ Lärde ut "lugna ner sig" strategier
79. ___ ___ Lärde ut empati
80. ___ ___ Delade ut övningsbladet Hantera din ilska

Generella kliniska färdigheter

81. ___ ___ Varm/förstående
82. ___ ___ Icke-dömande
83. ___ ___ Höll fokus på sessionens innehåll
84. ___ ___ Var "lagom" aktiv