**Et bilde som inneholder tekst, skjermbilde, grafisk design, design

KI-generert innhold kan være feil.**

**Digital psykoterapi og kreative media**

Oslo, Litteraturhuset + streaming (gitt nok interessenter)

**PÅMELDING:** klikk [her](https://www.letsreg.com/no/register/digitalpsykoterapiogkreativemedia_14052025015931#/)

**Fredag, 5. september**

13:30-14:00 Registrering, kaffe/ te, påmelding workshop

14:00-14:15 Åpning v/ Berit Aanesen, styreleder NFIT

14:15-15:00 Psykolog Mari Skoge, om sitt forskningsprosjekt «Bak skjermen: Terapeuters digitale praksiser.»

*Pause*

15:15-16:15 Prof.dr.mult. Hilarion G. Petzold: Samskapende psykoterapi med «kreative medier» og «kunstmetoder» online og offline - aktivering av erfaringer, intensivering av prosesser, emosjonell regulering *(eng.)*

*Pause*

16:45-18:45

|  |  |
| --- | --- |
| Workshop 1 | Workshop 2 |
| **Prof.dr.mult. Hilarion G. Petzold:** «Kartlegging med kreative medier i håndtering av angst for diagnostikk og terapi/rådgivning – også i en online setting» *(eng.)* | **Lotti Müller:** Prosessuell diagnostikk basert på de fem identitetspilarene  *(eng.)* |

**Lørdag, 6. september**

09:00-09.45 Dr. Markus Böckle: Muligheter, utfordringer og effektivitet ved digital psykoterapi for barn og ungdom og bruk av kreative medier i teleterapi

*(eng.)*

*Pause*

10:00-12:00

|  |  |
| --- | --- |
| Workshop 3 | Workshop 4 |
| **Dr. Markus Böckle:** «Kreative medier i nettbasert terapi med barn og ungdom: Erfaringer med digitale terapeutiske verktøy i praksis” *(eng.)* | **Ingunn Vatnøy:**  «Panoramateknikker som verktøy i personlig evaluering i veilederutdanning». |

*12:00-13:30 Lunsj*

13:30-14:15 N.N., Microsoft Norge (?)

* tekniske virkemidler i den digitale plattformen, som kan støtte opp under «kreativ samskapning» under en konsultasjon,
* noe prinsipielt om å jobbe gjennom en dataskjerm, og
* litt om datasikkerhet.

*Pause*

14:30-16:30

|  |  |
| --- | --- |
| Workshop 5 | Workshop 6 |
| **Emese Németh:** KUNST I VEILEDNING - Kreative og kunstneriske medier for dypere forståelse og selvrefleksjon *(eng.)* | **Runa Bosnes Engen:**  (om erfaringer med bruk av musikk i HOMESIDE-prosjektet) |

16:40-17:00 Avslutning

**............................................................................**

**PRESENTASJON AV FORELESERE OG BIDRAG**

**Mari Skoge**

Psykolog, arbeider med doktorgradsprosjekt om digitalisering av behandling i psykisk helsevern. Ansatt ved Regional kompetansesenter for tidl. intervensjon ved Psykose (TIPS Sø-Øst), v/ Oslo universitetssykehus, tilknyttet Forskningssenter for digitale psykiske helsetjenester (Forhelse) og Universitetet i Oslo.

Foredrag: Bak skjermen: Terapeuters digitale praksiser.

Et bilde som inneholder Menneskeansikt, smil, person, portrett

KI-generert innhold kan være feil.

**Prof. dr.mult. Hilarion G. Petzold**

Psykolog, psykoterapeut, læreterapeut, supervisor, vitenskapelig direktør for EAG (Europäische Akademie für biopsychosoziale Gesundheit) med sete i Hückeswagen, Tyskland. Grunnleggeren av

Integrativ terapi.

Foredrag: Samskapende psykoterapi med «kreative medier» og «kunstmetoder» online og offline – aktivering av erfaringer, intensivering av prosesser, emosjonell regulering *(på engelsk)*

**Et bilde som inneholder Menneskeansikt, person, rynke, Panne

KI-generert innhold kan være feil.**

Workshop: " Kartlegging med kreative medier i håndtering av angst for diagnostikk og terapi/rådgivning – også i en online setting» *(på engelsk)*

**Lotti Müller**

Psykolog, Integrativ psykoterapeut, musikk-terapeut og veileder i privat praksis / leder for integrative psykoterapistudier ved SEAG (CH) / mangeårig leder for avdelingen for t

erapeutiske tjenester ved PUK Zürich (alderspsykiatri). President EAIT

Workshop: Prosessuell diagnostikk basert på de fem identitetspilarene. *(på engelsk)*

*(eng.)*



**Dr. Markus Böckle MSc**

Integrativ psykoterapeut, læreterapeut, veileder, kognitiv biolog, senior postdoktor ved Karl Landsteiner Private University for Health Sciences, leder for avd. f. vitenskap og forskning ved Austrian Federal Association for Psychotherapy (ÖBVP), leder for det østerrikske nettverket av Society for the Exploration of Psychotherapy Integration (SEPI).

Foredrag: Muligheter, utfordringer og effektivitet ved digital psykoterapi for barn og ungdom og bruk av kreative medier i teleterapi *(på engelsk)*

*(eng.)*

Et bilde som inneholder Menneskeansikt, person, portrett, Kinn

KI-generert innhold kan være feil.

Workshop: Kreative medier i nettbasert terapi med barn og ungdom: Erfaringer med digitale terapeutiske verktøy i praksis” *(på engelsk)*

**Ingunn Vatnøy**

er integrativ psykoterapeut, veileder og universitets- lektor ved Universitetet i Sørøst-Norge. Har siden 2000 arbeidet med integrative metoder og kreative teknikker både teoretisk, klinisk og i undervisning.

Workshop:

Panoramateknikker som verktøy i personlig evaluering i veilederutdanning

Et bilde som inneholder Menneskeansikt, person, smil, klær

KI-generert innhold kan være feil.

**Emese Németh**

er en ungarsk veileder, coach og kunstterapeut med internasjonal bakgrunn. Tilbyr kunstbasert veiledning, coaching og opplæring for enkeltpersoner, team og organisasjoner. Hun brenner for resiliens, kreativitet og samarbeid, og støtter også UNICEF som pro bono-veileder.

Workshop: KUNST I VEILEDNING - Kreative og kunstneriske medier for dypere forståelse og selvrefleksjon *(på engelsk)*

Et bilde som inneholder Menneskeansikt, smil, person, klær

KI-generert innhold kan være feil.

**Runa Bosnes Engen**

Musikkterapeut, mange års erfaring innen eldrehelsefeltet, med klinisk musikkterapeutisk arbeid, samt undervisning og veiledning av studenter og helsefagig. Ansatte. Prosjektarbeid innen demensomsorg og akuttgeriatri. Musikkintervensjonist i det internasjonale forskningsprosjektet HOMESIDE.

Workshop:

Bruk av musikk i digitale rom – muligheter og utfordringer

Et bilde som inneholder person, Menneskeansikt, smil, klær

KI-generert innhold kan være feil.

**.....................................................................................**

**Beskrivelse av foredragene/ workshopene:**

Fredag, 5. september, kl. 14:15:

**Mari Skoge** vil presentere funn fra en ny kvalitativ studie om videoterapi fra perspektivet til klinikere og ledere i psykisk helsevern. 24 klinikere og ledere ble rekruttert fra svært ulike helsetjenester på tvers av offentlig og privat sektor. Deltagerne ble intervjuet om deres erfaringer med og holdninger til videoterapi. Funnene fra studien viser at det var mangel på konsensus om hvilken rolle video-konsultasjoner bør ha i psykisk helsevern. Tjenestene implementerte video på helt ulike måter og holdningene til deltagerne var til tider i sterk kontrast til hverandre. Studien utforsker disse praksisene og holdningene, og retter deretter blikket mot fremtidens videoterapi i psykisk helsevern.

Fredag, 5. september, kl. 15:15:

Prof. dr.mult. Petzold: **Samskapende psykoterapi med «kreative medier» og «kunstmetoder» online og offline – aktivering av erfaringer, intensivering av prosesser, emosjonell regulering** *(på engelsk)*

Fredag, 5. september, kl. 16:45 (workshop):

Prof. dr.mult. Petzold: **«Kartlegging med kreative medier i håndtering av angst for diagnostikk og terapi/rådgivning – også i en online setting»**

Angstlidelser er blant de vanligste lidelsene og psykososiale problemene. I nettbaserte omgivelser er de enkle å håndtere, fordi det «vekker mindre frykt». Mellommenneskelig nærhet er viktig i slike terapier eller konsultasjoner. Det er vanligvis vanskeligere å skape dette i virtuelle omgivelser enn i ansikt-til-ansikt-situasjoner. Vi bruker kreative mediemetoder, som «Angst/Angst-Coping-Panorama».

I den første fasen av arbeidet presenteres alle fryktopplevelser fra barndommen gjennom hele livet frem til i dag på halvparten av et stort papir med voksstifter i former og farger foran kameraet (den andre halvdelen av papiret forblir tom

foreløpig). Klienten forteller mens han/hun tegner. På denne måten kan

rådgiveren/terapeuten delta empatisk, stille spørsmål og kommentere. Dette gir en god diagnostisk oversikt over typer og utvikling av frykt i løpet av livet og spesielle scener, patogene angstsituasjoner og hendelser. Terapeuten kan støtte og berolige og etablere et godt forhold.

I en videre designfase blir alle former for fryktbehandling og hjelpemidler som kan brukes til å mestre frykten i betydningen av en salutogenetisk diagnose notert på den tomme halvdelen av arket. Dette åpner for de første mulighetene for angstterapi, der metoder for integrativ spennings- og avslapningsregulering, uttrykksfull bevegelse, slam-poesi og uttrykksfull maling kombineres med atferdsmessige metoder for fryktkontroll. Alt dette kan instrueres og ledsages godt online med videre terapeutiske tiltak. *(på engelsk)*

Fredag, 5. september, kl. 16:45 (workshop):

Lotti Müller: **«Prosessuell diagnostikk basert på de fem identitetspilarene ».**

I denne workshopen vil vi bli kjent med og utforske Petzolds «fem identitetspilarer» som et diagnostisk og projektivt verktøy i terapi og selvutforskning. I arbeidet med egne identitetsprosesser utvikles ideer og reflekteres over muligheter for hvordan dette metodiske konseptet også kan brukes i en online setting på en innsiktsfull og erfaringsfremmende måte i rådgivning og terapi. *(på engelsk)*

Lørdag, 6. september, kl. 09:00:

Dr. Markus Böckle: «**Muligheter, utfordringer og effektivitet ved digital psykoterapi for barn og ungdom og bruk av kreative medier i teleterapi”**

Den digitale transformasjonen har i stor grad endret praksis innen psykoterapi for barn og ungdom. Online- og teleterapitjenester gir lett tilgang til behandling, særlig for unge som er vanskelige å nå eller som er sosialt isolerte. COVID-19-pandemien fungerte som en katalysator som fremskyndet utvidelsen av digitale psykososiale tjenester, samtidig som den avdekket deres begrensninger. Nyere studier viser at internettbasert terapi og peer-to-peer-intervensjoner kan gi behandlingseffekter som kan sammenlignes med tradisjonell ansikt-til-ansikt-terapi, særlig når det gjelder å håndtere angst, depresjon og sosial isolasjon. I tillegg til å diskutere aktuell evidens og sentrale implementeringsutfordringer, belyser denne presentasjonen integreringen av kreative medier, som tegning, digital historiefortelling, kroppsorienterte teknikker og terapeutisk bruk av lyd og bevegelse, som kraftige verktøy i online terapi. Disse tilnærmingene forbedrer selvbevisstheten, fremmer følelsesuttrykk og bidrar til å styrke den terapeutiske alliansen, selv i virtuelle formater. Foredraget inviterer til refleksjon over det terapeutiske potensialet ved å kombinere relasjonell tilstedeværelse med digitale verktøy, og understreker viktigheten av utviklingssensitive, kroppsorienterte og fantasifulle metoder i digital psykoterapi for barn og ungdom. *(på engelsk)*

Lørdag, 6. september, kl. 10:00 (workshop):

Dr. Markus Böckle: **Kreative medier i nettbasert terapi med barn og**

**ungdom: Opplev digitale terapeutiske verktøy i praksis**

Denne interaktive workshopen gir deltakerne muligheten til å utforske og oppleve kreative og kroppsorienterte intervensjoner som kan brukes effektivt i nettbasert psykoterapi med unge klienter. Basert på den integrative terapimodellen vil vi bruke digitale tilpasninger av velprøvde metoder. Deltakerne vil få personlig innsikt i hvordan disse verktøyene kan overføres effektivt til det digitale rommet, slik at de kan skape forbindelse, emosjonell dybde og terapeutisk resonans selv gjennom en skjerm. Workshopen oppmuntrer terapeuter til å utvide sin digitale «verktøykasse» på meningsfulle og fantasifulle måter, noe som bidrar til å redusere profesjonell skepsis og bringe det fulle potensialet i integrativ terapi inn i det digitale rommet.

*(på engelsk)*

Lørdag, 6. september, kl. 10:00 (workshop):

Ingunn Vatnøy: **Panoramateknikker som verktøy i personlig evaluering i veilederutdanning**

Panoramateknikker er visuelle og romlige metoder som brukes for å kartlegge og evaluere egne erfaringer, utfordringer og læringsprosesser. Ved å skape et oversiktsbilde – et "panorama" – over egen utvikling, blir det lettere å identifisere sammenhenger, mønstre og muligheter for videre læring. Disse teknikkene er særlig nyttige i veiledning, organisasjonsutvikling og utdanning, hvor de bidrar til økt refleksjon, selvinnsikt og læring.

Workshopen innledes med foredragsholderens erfaringer fra digital undervisning i veilederutdanning, og viser hvordan digitale verktøy kan styrke refleksjonsprosesser og læringsutbytte.

Lørdag, 6. september, kl. 14.30 (workshop):

Emese Németh: **KUNST I VEILEDNING. Kreative og kunstneriske medier for dypere forståelse og selvrefleksjon**

**Tanke – Inspirasjon – Indre bilde – Skapelse – Refleksjon – Handling**

Kunstneriske og kreative medier, kunstbaserte metoder hjelper oss å knytte bånd ikke bare til oss selv som fagpersoner, men også til enkeltpersoner, grupper og samfunn i alle aldre med ulik sosial bakgrunn på tvers av kulturer. Bruk av kunstverktøy i veiledning hjelper oss å skape og vise indre bilder som vi gjennom refleksjon kan få en dypere forståelse av, noe som kan øke motivasjonen til å handle.

Deltakerne i dette workshopen vil gjennom egne erfaringer med kunstskaping og refleksjoner lære om mulighetene for å bruke ulike kunstverk og verktøy i ulike situasjoner i veiledning, etterfulgt av en diskusjon om individuelle erfaringer under workshopen og ideer om videre muligheter. *(på engelsk)*

Lørdag, 6. september, kl. 14.30 (workshop):

Runa Bosnes Engen: **Bruk av musikk i digitale rom – muligheter og utfordringer**

Workshopen baserer seg på erfaringer fra forskningsprosjektet HOMESIDE (ferdig 2023), hvor personer med demens og deres omsorgspersoner ble veiledet i bruk av musikk, for å styrke relasjon og redusere psykologiske og adferdsmessige symptomer på demens. I workshopen får deltakerne innblikk i musikkterapi både generelt og spesielt rettet mot

eldrehelse og alderspsykiatri, hvilke muligheter og utfordringer som ligger i det å flytte musikalsk utfoldelse inn i digitale rom, og de får selv ta del i aktiviteter benyttet i studien.

:

**PÅMELDING:** klikk [her](https://www.letsreg.com/no/register/digitalpsykoterapiogkreativemedia_14052025015931#/)

**.....................................................................................**

**Interessante artikler** (i kronologisk rekkefølge):

Müller, L., Petzold, H.G. (1998): Projektive und semiprojektive Verfahren für die Diagnostik von Störungen, Netzwerken und Komorbidität in der Integrativen Therapie von Kindern und Jugendlichen. *Integrative Therapie* 3-4, 396-438

<http://www.fpi-publikation.de/polyloge/alle-ausgaben/06-2012-mueller-l-petzold-h-g-projektive-und-semiprojektive-verfahren-fuer-die-diagnostik.html>

Petzold, H.G., Orth, I. (1994a/2012): Kreative Persönlichkeitsdiagnostik durch "mediengestützte Techniken" in der Integrativen Therapie und Beratung. *Integrative Therapie* 4 (1994) 340-391. <http://www.fpi-publikation.de/polyloge/alle-ausgaben/03-2012-petzold-h-orth-i-1994a-kreative-persoenlichkeitsdiagnostik-durch-mediengestuetzte.html>

Petzold, H. G. (2014i): Integrative Depressionsbehandlung auf neurowissenschaftlicher Grundlage – Veränderung des „depressiven Lebensstils“ mit „Bündeln“ komplexer Maßnahmen in der „Dritten Welle“ Integrativer Therapie

<http://www.fpi-publikation.de/images/stories/downloads/textarchiv-petzold/petzold-2014i-integrative-depressionsbehandlung-neurowissenschaftliche-grundlage-dritte-welle.pdf>

Petzold, H. G. (2014h): Depression ist grau! – die Behandlung grün: Die “neuen Naturtherapien”. Green Exercises & Green Meditation in der integrativen Depressionsbehandlung. Green Care 4/2014 Textarchiv 2014

<http://www.fpi-publikation.de/images/stories/downloads/textarchiv-petzold/petzold-2014h-depression-ist-grau-therapie-gruen-neue-naturtherapien-in-der-depressionsbehandlung.pdf>

Petzold, H. G. (2023c): Praxeologisches: Supervision “auf dem Weg” - Zur Out-Door-Praxis supervisorischer Arbeit: Feldentwicklung, Walk & Talk, Green Exercises Embedded in Nature and Time.  Ein erläutertes Interview mit Hilarion G. Petzold zu Problemen von Praxeologie, Ökologie, Zeit und mehr in der Supervision, SUPERVISION  3/2023

<https://www.fpi-publikation.de/supervision/03-2023-petzold-h-g-2023c-praxeologisches-supervision-auf-dem-weg-zur-out-door-praxis-supervisorischer-arbeit-feldentwicklung-walk-talk-green-exercises-embedded-in-n/>

Good Practice in Action 107 Research Overview: Using digital technology

in the counselling professions is published by the British Association for

Counselling and Psychotherapy, 2019

<https://www.bacp.co.uk/media/6308/bacp-using-digital-technology-in-counselling-professions-research-overview-gpia107-july2019.pdf>

Randi Laukli, De som jobber med psykisk helse fikk digitalt sjokk, i forskning.no, 05.06.2020

<https://www.forskning.no/helsetjenester-nasjonalt-senter-for-e-helse-forskning-partner/de-som-jobber-med-psykisk-helse-fikk-digitalt-sjokk/1690943>

Tore Tennøe, Teknologirådet, Digitale muligheter for psykisk helsehjelp, august 2021

<https://teknologiradet.no/publication/digitale-muligheter-for-psykisk-helsehjelp/>

St.Olavs Hospital, Digitalisering og innovasjon i psykisk helsevern og rus – hva trenger ledere for å svare på oppdraget?

<https://forhelse.no/wp-content/uploads/2022/05/Digitale-helsetjenester-i-psykisk-helsevern.pdf>

Rebecca Godard, Susan Holtzman, Are active and passive social media use related to mental health, wellbeing, and social support outcomes? A meta-analysis of 141 studies, Journal of Computer-Mediated Communication, Volume 29, Issue 1, January 2024

<https://academic.oup.com/jcmc/article/29/1/zmad055/7595758?login=false>

# Norweay Health Tech, Fire grep for å øke skalering av digitale løsninger innen psykisk helse, april 2024

<https://www.norwayhealthtech.com/nb/news/fire-grep-for-a-oke-skalering-av-digitale-losninger-innen-psykisk-helse/>

Arne Repål, Kreativitet, i Tidsskrift for kognitiv atferdsterapi, 28. juni 2024

<https://tidsskrift.kognitiv.no/kreativitet/>

Arne Repål, eBehandling. Nye veier til god psykisk helse, i Tidsskrift for kognitiv atferdsterapi, 22. oktober 2024

<https://tidsskrift.kognitiv.no/ebehandling-nye-veier-til-god-psykisk-helse/>

Sara Lindberg, Online Therapy for Depression, jan. 2025

<https://www-verywellmind-com.translate.goog/online-therapy-for-depression-4842904?_x_tr_sl=en&_x_tr_tl=de&_x_tr_hl=de&_x_tr_pto=rq>

Spytska, L. The use of artificial intelligence in psychotherapy: development of intelligent therapeutic systems. *BMC Psychol* **13**, 175 (2025).

<https://bmcpsychology.biomedcentral.com/articles/10.1186/s40359-025-02491-9>

Chen, B., Li, J., Qi, Y. *et al.* Comparative effectiveness and acceptability of internet-based psychological interventions on depression in young people: a systematic review and network meta-analysis. *BMC Psychiatry* **25**, 321 (2025).

<https://bmcpsychiatry.biomedcentral.com/articles/10.1186/s12888-025-06757-9>