



Tree Theme Method®

**– en evidensbaserad metod med
personens kreativitet i fokus**

Tree Theme Method®

– en evidensbaserad metod med personens kreativitet i fokus

Tree Theme Method® (TTM) är en evidensbaserad interventionsmetod där individen använder sin kreativitet för att utveckla nya strategier för att kunna vara aktiv och delaktig i vardagen.

Avsikten med TTM är att personen med stöd av arbetsterapeuten formulerar nya mål/strategier/förändringar för framtiden. Vid sammanlagt fem tillfällen målar personen träd som representerar olika livsperioder och som används som utgångspunkt för dialog med arbetsterapeuten. Hela interventionen varar mellan 6–10 veckor för att klienten ska få möjlighet att undersöka sin livssituation i ett helhetssammanhang. Varje tillfälle är cirka 1,5 timme.

TEORETISK GRUND

TTM är utvecklad av Birgitta Gunnarsson inom ramen för hennes avhandling *The Tree Theme Method – An Occupational Therapy Intervention: Applied in Outpatient Psychiatric Care*.

TTM är uppbyggd utifrån ett klientcentrerat förhållningssätt samt olika teoretiska ramar hämtade från arbetsterapi och relaterad kunskap avseende aktivitet, skapande aktiviteter och trädet som symbol samt narrativa metoder med ett aktivitetsperspektiv.

ÄVSEDDA ANVÄNDARE

Leg. arbetsterapeuter som arbetar med målgruppen.

MÅLGRUPPER OCH OMRÅDEN

Forskning om TTM har hittills varit på personer med psykisk ohälsa. Men även arbetsterapeuter som arbetar med andra målgrupper har erfaren att TTM är användbar när patienter behöver förändra sin vardag för att utveckla nya aktivitetsstrategier och uppnå bättre aktivitetsbalans. I dag används TTM inom bland annat primärvård, psykosvård, grön rehabilitering och smärtrehabilitering.

SVERIGES ARBETSTERAPEUTERS AKADEMIS KURS

För att kunna utöva metoden och få tillgång till manualen krävs det en kurs som är på totalt sex dagar med eget arbete innan och mellan kurstillfällena.

Varje kursdag innehåller teori och praktiska moment, som följs upp i reflekterande diskussioner i mindre grupper. Teorin omfattar föreläsningar i dialog med kursdeltagarna kring hälsa och aktivitet, aktivitetsbalans, skapande aktiviteter, livsberättelse och arbetsterapeutiskt förhållningssätt.

De praktiska momenten innebär att kursdeltagaren målar egna träd som representerar kursdeltagarens aktivitetsbalans under olika livsperioder. Här tränar också kursdeltagarna på arbetsterapeutiskt förhållningssätt i relation till metoden TTM.

ANMÄL DIG TILL NÄSTA KURS

QR-koden nedan tar dig till vår kurskatalog med mer information om kursen och anmälan till nästa kurstillfälle. Du kan också läsa mer på arbetsterapeuterna.se/ttm.





Planiavägen 13 • Box 760 • 131 24 Nacka
08-507 488 00 • kansli@arbetsterapeuterna.se
www.arbetsterapeuterna.se