



# CORE-UTBILDNING I INTENSIVE SHORT-TERM DYNAMIC PSYCHOTHERAPY

Intensive Short-Term Dynamic Psychotherapy (ISTDP) är en affektfokuserad psykodynamisk psykoterapi som syftar till att behandla ett brett spektrum av olika psykiska problem så effektivt som möjligt. Metoden har stöd i forskning (Abbass et al. 2012; Leisenring et al. 2004; Lewis et al. 2008). Naturalistiska studier visar också att metoden är kostnadseffektiv (Abbass, 2002). Interventionerna i ISTDP är framför allt utformade för att minska ångest, depression, somatisering och personlighetsstörningar, samt att minska självförstörande beteenden.

## Syfte och innehåll

Den avancerade treåriga core-utbildningen är indelad i 12 moduler (fyra tredagarstillfällen per år). Första året inriktas på att förbättra färdigheter i att arbeta med fokus på affekter, ångest och försvar. Andra året riktas mer mot att bygga upp färdigheter att se vilken typ av relation som patienten omedvetet försöker skapa i terapin. Tredje året riktas mot att integrera egna upplevelser i det terapeutiska arbetet. Målet för varje deltagare är att lära sig behärska metoden och att successivt lära sig hantera svårare problematik med ISTDP. Deltagaren har med sig film från en egenfilmad terapisesession till varje tillfälle. Deltagarna förväntas även ta enskild handledning av valfri handledare i ISTDP, minst 2 gånger mellan varje modul och 1 gång på sommaren. Detta kan ske på plats eller via t.ex. Skype.

Varje undervisningstillfälle består av:

- 1) undervisning av teori och praktik kring modulens tema
- 2) färdighetsbyggande rollspel kring modulens tema
- 3) handledning på egenfilmade patientsessioner
- 4) gruppsamtal kring egna processer
- 5) diskussion kring läst kurslitteratur.

## Lärandemål

- En fördjupad förståelse för den teoretiska basen i ISTDP
- En fördjupad kunskap om vad känsla, ångest och försvar är utifrån ISTDP

- En förmåga att praktiskt tillämpa Malans trianglar i terapin – dels för att formulera ett intrapsykiskt fokus och dels för att orientera sig i psykoterapiprocessen
- Ha kunskap om den centrala dynamiska sekvensen och kunna praktiskt tillämpa den
- En förmåga att identifiera och intervensera på olika typer av försvar och motstånd
- En förmåga att reglera för hög ångest hos patienten
- Strategier för att identifiera och fördjupa adaptiva affekter i terapirummet
- Ha kunskap om vilka patientfaktorer det är viktigt att bedöma för att kunna anpassa behandlingen efter patientens specifika resurser och begränsningar

### **Omfattning**

Utbildningen består av ca 230 lärarledda undervisningstimmar (undervisning och rollspel), 12 handledningstimmar i grupp, valfritt antal handledningstimmar individuellt, samt 12 timmar av gruppdiskussioner. Totalt ca 2000 antal sidor litteratur plus artiklar.

### **Lärare**

Utbildningen kommer att hållas av Liv Raissi som är leg psykolog och av ISTDP-institutet certifierad ISTDP-terapeut. Liv undervisar och handleder i bl.a. psykodynamisk korttidsterapi på Göteborgs universitet, utöver terapiverksamhet i privat firma, och har flerårig erfarenhet av psykologisk arbete inom psykiatrisk öppenvård. Hon har gått ISTDP-institutets treåriga ISTDP-utbildningen och medverkar från 2016 i ett treårigt lärar- och handledarprogram i Stockholm under ledning av Jon Frederickson.

### **Behörighetskrav**

Leg psykologer samt leg psykoterapeut. Förkunskaper genom att ha gått pre-core-kursen.

### **Examinationsformer**

Det kommer inte att vara någon examination i slutet av kursen (förutom till dem som går kursen som del i specialistutbildningen), men för godkänd utbildning krävs att varje deltagare närvarar vid varje tillfälle och får handledning på minst 10 egenfilmade sessioner i grupp. Utbildningen ger ISTDP-institutets internationella certifiering som ISTDP-terapeut.

### **Rekommenderad Litteratur**

Abbass, A. (2015). *Reaching Through Resistance: Advanced Psychotherapy Techniques*. Kansas, MA: Seven Leaves Press.

Della Selva, P. (2006). *Intensive Short-Term Dynamic Psychotherapy. Theory and Technique*. London: Karnac Books.

Frederickson, J. (2013). Co-Creating Change. Effective Dynamic Psychotherapy Techniques. Kansas City: Seven Leaves Press.

Malan, D. & Coughlin, P. (2006). Lives transformed. London: Karnac Books.

Nat Kuhn (2014). Intensive Short-Term Dynamic Psychotherapy. A Reference. North Charleston: Experient Publications.

Samt referenslitteratur och artiklar som delas ut under kursens gång.

**Kursdatum 2017:** 30 augusti-1 september + 22-24 november. Resterande tillfällen fås vid anmälan.

**Plats:** Mottagning Psykologbyrån, Norra Allégatan 1, Göteborg

**Pris:** 66000 kr inkl. moms för hela utbildningen (betalning 5500 kr sker till varje tillfälle)

### **Information och anmälan**

Välkommen med din anmälan till [liv.raissi@affekta.se](mailto:liv.raissi@affekta.se), 0706-38 88 11. Anmälan är bindande fr.o.m. två månader före första kursdag. Man binder sig till första året med ambitionen att fullfölja hela utbildningen. Inför fjärde tillfället binder man sig till de resterande två åren.