

# ISTDP-CORE STOCKHOLM 2023-2026

Hösten 2023 startar ISTDP-institutet en ny omgång av den treåriga ISTDP-utbildningen Core i Stockholm, med Sandra Ringarp och Glenn Kristoffersson som lärare.

## Utbildningens struktur

Coreutbildningen är utvecklad av Jon Frederickson vid Washington School of Psychiatry.

Utbildningsgruppen träffas vid fyra tredagarsmoduler per år under tre års tid, alltså sammanlagt 36 heldagar som tillsammans innehåller cirka 250 undervisningstimmar. Varje modul har ett unikt tema och innehåller teori, teknik, videoobservation, färdighetsträning/rollspel och handledning utifrån kursdeltagarens egna terapivideofilmer. Eftersom många av utbildningsinslagen är upplevelsebaserade så läggs stor tonvikt vid att skapa ett gott, medkännande samarbetsklimat i gruppen. Gruppen kommer bestå av åtta eller nio personer.

Mellan varje tredagarsmodul förväntas varje kursdeltagare arbeta med psykoterapeutiska arbetsuppgifter och förbereda sig inför kommande modul genom att läsa kurslitteratur. Deltagarna tar även enskild ISTDP-handledning om minst en timme mellan varje modul (face-to-face eller via videolänk).

Under det första året är utbildningens fokus att etablera ett effektivt terapeutiskt samarbete med olika typer av patienter. Under det andra året är fokus att utveckla färdigheter och känslomässig kapacitet för att arbeta med det "graderade formatet" av ISTDP, dvs. de tekniker som används vid arbete med patienter med högre ångestnivå och lägre affektolerans. Under det tredje och sista året ligger fokus på att lära sig aktivt arbete med patienter med högt motstånd i terapirummet.

## Utbildningens lärandemål

På ett övergripande plan syftar utbildningen till att ge kursdeltagaren en djup förståelse för ISTDP i teori och praktik. De specifika lärandemålen är:

*Att utveckla en god förmåga att*

- etablera en effektiv samarbetsallians med olika typer av patienter
- identifiera och fördjupa upplevelsen av olika känslor
- identifiera och reglera olika typer av ångest
- identifiera och blockera olika typer av försvar
- arbeta med standardformatet av ISTDP
- arbeta med det graderade formatet av ISTDP
- identifiera och reglera de egna känslomässiga processerna som påverkar det psykoterapeutiska arbetet

*Att utveckla en grundläggande förmåga att*

- beskriva forskningsläget och värdera ISTDP på ett kritiskt sätt i relation till andra terapiformer

## Lärare

Sandra Ringarp är leg psykolog och certifierad ISTDP-terapeut samt lärare och handledare vid ISTDP-institutet. Sandra har arbetat med ISTDP sedan 2013 inom vuxenpsykiatri, smärtvården och nu i privat regi på ISTDP-mottagningen i Stockholm. Hon är också upphandlad som handledare inom flera regioner. Efter att ha avslutat sin coreutbildning 2016 har Sandra förtlopande specialiserat sig inom ISTDP genom utbildningar och avancerad handledning, med bland annat Allan Abbass och Reiko Ikemoto-Joseph. Sandra är ordförande för Svenska föreningen för ISTDP. Sandra har HBTQI-kompetens och särskild kompetens inom långvarig smärta och utmattningssyndrom. Hon är även aktuell med boken "Ängest för alla" på Natur & Kultur förlag.

Glenn Kristoffersson är leg psykolog och arbetar med terapi och handledning på ISTDP-mottagningen i Stockholm. Han undervisar på ISTDP-institutets treåriga coreutbildning i Stockholm och Budapest. Från hösten 2023 är han involverad som behandlare i ett forskningsprojekt vid Stockholms universitet.

Både Sandra och Glenn tar examen från Jon Fredericksons 3,5-åriga lärar- och handledarutbildning *Training of Trainers* under hösten 2023.

## Examinator

Examinator för utbildningen är fil dr., leg psykolog, leg. psykoterapeut Peter Lillengren.

## Praktisk information

**Förkunskapskrav:** Psykologlegitimation (i undantagsfall kan även PTP-psykolog antas på utbildningen). Utbildningen är ackrediterad som tre fördjupningskurser inom inriktningen psykologisk behandling/psykoterapi av Psykologförbundet. Utbildningen kan även ackrediteras som en eller flera breddkurser inom annan specialisering beroende på den enskilde STP-psykologens övriga kurser. Psykologförbundet gör en bedömning av den enskilde STP-psykologens övriga meriter. Övriga behörighetskrav är genomgången introduktionsutbildning inom ISTDP (pre-core).

**Examinationsformer:** För att erhålla ISTDP-institutets certifiering som ISTDP-terapeut krävs närvaro vid samtliga moduler samt att deltagaren utöver den handledning som ingår i de tolv modulerna, erhåller handledning på minst elva av sina terapisamtal under utbildningens gång. Om man ändå skulle missa någon modul kommer kompletteringstillfällen att arrangeras.

För att kunna använda coreutbildningen som en del av Psykologförbundets specialistutbildning för psykologer så tillkommer en skriftlig respektive en muntlig examination som hålls av examinatorn Peter Lillengren.

**Kostnad:** 7800 kr per modul exkl moms. Detta inkluderar priset för modulen, 6500 kr, samt priset för en handledningstimme, 1300 kr, innan nästa modul. Sista modulens pris blir 6500 kr exkl moms då ingen handledning ingår. Sammanlagt pris för hela utbildningen 92.300 kr exkl moms. För den som vill examineras inom specialistordningen för psykologer tillkommer 1500 kr exkl moms.

**Plats:** ISTDP-mottagningen på Timmermansgatan 9 i Stockholm.

**Preliminära kurstillfällen under första året:** *Modul 1:* september 2023, *Modul 2:* november 2023, *Modul 3:* februari 2024, *Modul 4:* maj 2024.

**Anmälan:** Skicka ett mail till [glenn.kristoffersson@gmail.com](mailto:glenn.kristoffersson@gmail.com). Anmälan är bindande från och med två månader före den första kursdagen. Man förbinder sig till det första årets moduler med ambitionen att fullfölja hela utbildningen. Inför fjärde tillfället förbinder man sig till de resterande två åren.

**Frågor:** Om du har frågor kan du vända dig till [glenn.kristoffersson@gmail.com](mailto:glenn.kristoffersson@gmail.com) eller [kontakt@ringarppsykologi.com](mailto:kontakt@ringarppsykologi.com).

## Kurslitteratur

Abbass, A. (2015). Reaching through resistance: Advanced psychotherapy techniques. Seven leaves

press.

Coughlin, P. and Malan, D. (2006) *Lives Transformed*. London: Karnac Press.

Della Selva, P. C. (2018). *Intensive short-term dynamic psychotherapy: Theory and technique*.  
Routledge.

Frederickson, J. (2013). *Co-creating change*. Seven Leaves Press.

*Förutom läsanvisningar till ovanstående böcker så tillkommer ett par artiklar till varje modul. Totalt ingår cirka 2000 sidor litteratur i de tolv modulerna.*