



# Introduktionsutbildning i ISTDP: *pre-core*

Intensiv dynamisk korttidsterapi (ISTDP) utvecklades under 1980- och 1990-talet i Kanada. Behandlingsmetoden är specifikt utvecklad för komplexa och kroniska tillstånd där andra behandlingar inte haft önskad effekt, men går även att anpassa till mildare former av psykologiska besvär. Den här kursen lär ut de teoretiska och praktiska grunderna i metoden.

Intensiv dynamisk korttidsterapi (ISTDP) är en modern psykodynamisk behandlingsmetod som betonar upplevelsebaserat arbete som fokuserar på känslor. Under 2010-talet har metoden etablerats i Sverige, och ISTDP har blivit ett allt vanligare inslag på landets psykolog- och psykoterapeutprogram. Vid Stockholms Universitet och Karolinska Institutet genomförs forskning på metoden som i nuläget erbjuds på ett femtiotal vårdmottagningar i Sverige.

---

## Om kursen

Kursen omfattar tre heldagar och ger en grundläggande introduktion till ISTDP. Utöver en teoretisk bakgrund innehåller kursen videobaserad undervisning samt rollspelsövningar där du får möjlighet att utveckla specifika färdigheter i att observera patienter och intervjua utifrån ISTDP-principer. Följande moment ingår:

- en introduktion till de grundläggande teoretiska principerna inom ISTDP
- praktiska färdigheter för att etablera en god arbetsallians och ett emotionellt präglat fokus för behandlingen
- praktiska färdigheter för att bedöma patientens ångestnivå och reglera denna
- praktiska färdigheter för att identifiera och hantera försvar och motstånd

Introduktionskursen är ett behörighetskrav för att läsa den treåriga ISTDP-utbildningen Core, om du önskar göra detta senare. Flera coreutbildningar kommer att starta på olika platser i Sverige under 2024, och vi planerar för att starta minst en coreutbildning i Skåne under 2024. Mer information om utbildningar kan du hitta på [www.istdpinstitutet.se](http://www.istdpinstitutet.se) eller på [mci.istdpmalmö.se](http://mci.istdpmalmö.se).



## Målgrupp

Kursen riktar sig i första hand till psykologer, läkare, socionomer, fysioterapeuter, psykoterapeuter och studenter inom dessa yrken, men vi välkomnar även annan vårdpersonal som kan ha nytta av ISTDP-färdigheter i sitt arbete.

## Tid och plats

Kursen kommer att hållas centralt i Malmö 6-8:e maj 2024. Tiderna är 09.00-16.30

## Lärare

Kursen hålls av och Thomas Hesslow och Ida Welbourn. Thomas är leg. psykolog och ISTDP-terapeut/lärare/handledare, kliniskt verksam vid Malmö ISTDP-mottagning. Han är en av grundarna till det svenska ISTDP-institutet och Malmö Centrum för ISTDP. Förutom att han håller coreutbildningar så undervisar han även vid Lunds Universitet och Linnéuniversitetet. Han gick coreutbildningen för Tobias Nordqvist och Jon Frederickson, och har regelbunden handledning med Jonathan Entis och Allan Abbass. Thomas har tidigare arbetat med personlighetsproblematik inom psykiatri, först som DBT-terapeut och senare med Sveriges första ISTDP-team vid öppenvårdsmottagningen i Sundbyberg.

Ida Welbourn är leg psykolog, leg psykoterapeut, specialist i psykologisk behandling samt certifierad ISTDP-terapeut och medgrundare till Malmö ISTDP-mottagning. Hon gick core-utbildningen 2018-2021 för Nina Klarin, Tobias Nordqvist och Peter Lilliengren samt herefter post-core för Thomas Hesslow. Går 2022-2025 lärar- och handledarutbildningen Training of trainers för Jon Frederickson. Ida har drygt 20 års klinisk erfarenhet, sedan 2016 som psykodynamisk psykoterapeut, parterapeut (EFT) samt familjeterapeut (ABFT) och har tidigare arbetat som psykolog med utredning och behandling inom barn- och ungdomspsykiatri (BUP), barnhälsovård, vuxenhabilitering samt inom skola/förskola med konsultation, handledning och fortbildning.

## Kostnad

Kursen kostar 5000 SEK exkl. moms. Heltidsstudenter betalar 3500 SEK exkl. moms. Då ingår undervisning, kursmaterial och fika under de tre dagarna.

## Kursarrangör

Kursen arrangeras av Malmö Centrum för ISTDP ([mci.istdpmalmö.se](http://mci.istdpmalmö.se)) i samarbete med ISTDP-institutet, ett nätverk för ISTDP-utbildning i Sverige ([www.istdpinstitutet.se](http://www.istdpinstitutet.se)).

## Frågor

Kontakta Thomas Hesslow ([thomas.hesslow@gmail.com](mailto:thomas.hesslow@gmail.com)) eller Ida Welbourn ([psykolog.ida.welbourn@gmail.com](mailto:psykolog.ida.welbourn@gmail.com))

## Anmälan

Skicka ett mail till Thomas Hesslow ([thomas.hesslow@gmail.com](mailto:thomas.hesslow@gmail.com)) där du anger *namn, fakturaadress, utbildning, arbetsplats* samt eventuell *specialkost*.