

INFORMATION OCH KURSPLAN

Fördjupningsutbildning i affektfokuserad psykodynamisk terapi VT 2020

INFORMATION

Fördjupningsutbildningen i affektfokuserad psykodynamisk terapi omfattar sex heldagar, 9.00 - 16.00. De fyra sista dagarnas eftermiddagspass utgörs av metodkonsultationer utifrån egeninspelade samtal av deltagarnas ärenden. Det är ett krav att själv filma och medföra materialet för uppspelning vid konsultationerna. Utbildningen börjar den 17 januari 2020.

Varje utbildningsdag inleds med föreläsning/workshop med varvad teori och övningar i att praktisera affektfokuserad psykodynamisk terapi. Huvuddelen av tiden ägnas åt praktisk tillämpning av olika metoder för arbete mot delmålen reducera försvar, reglera maladaptiv hämmande affekt och fördjupa adaptiv affekt och åt de olika utmaningar de medför för klient och terapeut. Deltagarna förbereder sig genom att inför föreläsningar/workshops formulera och reflektera över egna utmaningar kopplade till metoder för arbete mot respektive delmål. Övningar i självreflektion är ett genomgående tema med syfte att öka grad av medvetenhet om egna inre konflikter, affektreglering och psykologiska försvar, specifikt kopplat till att praktisera affektfokuserad psykodynamisk terapi.

Metodkonsultationerna förbereds genom strukturerade hemuppgifter utifrån egenfilmade samtal där såväl klientens behov som deltagarens utmaningar klagas. Konsultationerna syftar till att genom personlig feedback ge ökad grad av skicklighet i tillämpning av metoden liksom ökad grad av medvetenhet om sin egen belägenhet i rollen som affektfokuserad terapeut.

SAPU välkomnar psykoterapeuter, psykologer, socionomer och andra i människovårdande yrken med kliniska erfarenheter att utgå ifrån vid övningar och vid konsultationer. Grundläggande utbildning i psykoterapi är ett krav liksom godkänd introduktionsutbildning i affektfokuserad psykodynamisk terapi på SAPU (eller annan motsvarande introduktionsutbildning i affektfokuserad psykodynamisk terapi).

Examination sker i form av närvaro (minst 80%) samt individuella skriftliga uppgifter. För deltagande psykologer under specialistutbildning tillkommer en ytterligare uppgift. Kursen utvärderas vid avslut.

ÖVERGRIPANDE MÅL

Deltagare skall efter avslutad utbildning kunna:

- Använda konflikttriangeln för att identifiera försvar/affektundvikande, grad av maladaptiv hämmande affekt och tillgång till adaptiv affekt
- Använda persontriangeln för att kartlägga konflikten i termer av nutida och dåtida relationer, liksom i den terapeutiska relationen
- Använda sig av de centrala metoderna för att reducera försvar/affektundvikande och för att reglera och fördjupa affekt
- Uppmärksamma och hantera egna utmaningar vid arbete med försvar/affektundvikande, affektreglering och affektördjupning och när det gäller att använda konflikttriangeln
- Uppmärksamma och hantera egna utmaningar vid arbete i den terapeutiska relationen och när det gäller att använda persontriangeln



UTBILDNINGSDAGAR

VT 2020:

17/1, 31/1, 14/2, 28/2, 6/3, 20/3

PRIS

18 000 kr exkl. moms

LOKAL

SAPU:s lokaler på Brännkyrkagatan 76 i Stockholm.

KURSANSVARIG

Patrik Lindert Bergsten, leg. psykolog och leg. psykoterapeut.

LÄRARE

Katja Lindert Bergsten, leg. psykolog, leg. psykoterapeut och fil dr

Patrik Lindert Bergsten, leg. psykolog och leg. Psykoterapeut

Peter Lilliengren, leg. psykolog, leg. psykoterapeut och fil dr

EXAMINATOR

Katja Lindert Bergsten, leg. psykolog, leg. psykoterapeut och fil dr

ANMÄLAN

Via vår hemsida www.sapu.se senast den 15 december 2019.

Observera att antalet platser är begränsat och att antagning sker i samband med ansökan.

INFORMATION

Anna Törnquist, rektor, 070-690 24 08, anna.tornquist@sapu.se

Annelie Karlsson, administratör, 08-642 10 24, info@sapu.se

Patrik Lindert Bergsten, kursledare, 073-372 04 17, patrik.lindert@affekta.se

KURSPLAN

Delkurs I. Den affektfokuserade psykodynamiska terapin i praktiken (21 lektionstimmar)

Allmänt

Syftet med delkursen är att deltagarna genom praktisknära föreläsningar/workshops om och övningar i centrala metoder, samt genom metodkonsultationer, fördjupar sina kunskaper i praktiken. Målet för delkursen är att utveckla deltagarnas förmåga att praktisera affektfokuserad psykodynamisk terapi.

Kurskrav

Deltagares obligatoriska närvaro, aktivt deltagande i samband föreläsningar/workshops, inlämnande av skriftliga hemuppgifter samt aktiva deltagande i konsultationer. För deltagande psykologer under specialistutbildning tillkommer en ytterligare uppgift.

Innehåll

- Arbete med försvar/affektundvikande, övningar i centrala metoder
- Arbete med affektreglering, övningar i centrala metoder
- Arbete med affekt fördjupning, övningar i centrala metoder
- Användning av konflikttriangeln, övningar i att utifrån konflikttriangeln växla mellan arbete med försvar, affektreglering och affekt fördjupning
- Användning av relationstriangeln, övningar i att utifrån relationstriangeln identifiera arbete i nutida och dåtida relationer samt i den terapeutiska relationen

Lärandemål

Efter detta moment skall deltagaren kunna:

1. Identifiera behov av arbete med försvar/affektundvikande och använda sig av centrala metoder för att minska försvar/affektundvikanden
2. Identifiera behov av arbete med att affektreglering och använda sig av centrala metoder för att reglera affekt
3. Identifiera behov av arbete med affekt fördjupning och använda sig av centrala metoder för att fördjupa affekt
4. Avgöra om arbetet med försvar/affektundvikande, affektreglering eller affekt fördjupning här och nu pågår i nutida eller dåtida relationer, eller i den terapeutiska relationen

Examination

Lärandemål kunskap och förståelse

- Skriftliga hemuppgifter utifrån egeninspelade samtal inlämnas inför konsultationer, behov av arbete med försvar/affektundvikande, affektreglering och affekt fördjupning identifieras liksom hur arbetet fördelas på nutida och dåtida relationer och i den terapeutiska relationen.
- För deltagande psykologer under specialistutbildning tillkommer en ytterligare uppgift inom ramen för den skriftliga hemuppgiften. I denna uppgift examineras psykologerna särskilt avseende kunskap och förståelse.

Lärandemål färdighet och förmåga

- Aktivt deltagande i övningarna i att arbeta med försvar/affektundvikande, affektreglering, affekt fördjupning och i att använda konfliktriangeln och relationstriangeln i samband med föreläsningar/workshops.
- För deltagande psykologer under specialistutbildning tillkommer en ytterligare uppgift inom ramen för den skriftliga hemuppgiften.

Lärandemål värderingsförmåga och förhållningssätt

- I de skriftliga hemuppgifterna utifrån egeninspelade samtal inlämnade inför konsultationer, motiveras dels hur olika behov av arbete med försvar/affektundvikande, affektreglering och affekt fördjupning identifierats och dels varför arbetet fördelats på ett visst sätt på nutida och dåtida relationer och i den terapeutiska relationen.
- För deltagande psykologer under specialistutbildning tillkommer en ytterligare uppgift inom ramen för den skriftliga hemuppgiften. I denna uppgift examineras psykologerna särskilt avseende värderingsförmåga och förhållningssätt.

Betygskriterier

Betygsnivåerna är godkänd – icke godkänd.

För godkänt resultat krävs:

- Uppfyllande av kurskrav
- Aktivt deltagande i övningar
- Inlämnande av skriftliga hemuppgifter inför konsultationer
- Aktivt deltagande vid konsultationer

Undervisningsformer

- Föreläsningar/workshops
- Övningar i smågrupper
- Konsultationer

Terapeuten i affektfokuserad psykodynamisk terapi (21 lektionstimmar)

Allmänt

Syftet med delkursen är att genom reflektion kring sina erfarenheter av att tillämpa affektfokuserad psykodynamisk terapi ge deltagarna insikt i betydelsen av (och därmed skapa förutsättningar för utveckling av sin förmåga till) att arbeta med intensiva affektupplevelser i affektfokuserad psykodynamisk terapi. Särskilda övningar i självreflektion återkommer kontinuerligt med målet att fördjupa självförståelse specifikt kopplad till att praktisera affektfokuserad psykodynamisk terapi.

Kurskrav

Deltagares obligatoriska närvaro, aktivt deltagande i samband med föreläsningar/workshops och vid övningar i självreflektion utifrån sig själv i rollen som affektfokuserad psykoterapeut. Mail inför föreläsningar/workshops där egna utmaningar i samband med arbete mot olika delmål specificeras. Inlämnande av skriftliga hemuppgifter inför och aktivt arbete med egna utmaningar i konsultationer.

Innehåll

- Egna utmaningar vid arbete med försvar/affektundvikande; övning i motsvarande metoder
- Egna utmaningar vid arbete med affektreglering; övning i motsvarande metoder
- Egna utmaningar vid arbete med affektördjupning; övning i motsvarande metoder
- Egna utmaningar vid användning av konflikttriangeln; övning i att utifrån konflikttriangeln växla mellan arbete med försvar, affektreglering och affektördjupning
- Egna utmaningar vid användning av relationstriangeln; övning i att utifrån relationstriangeln identifiera arbete i nutida och dåtida relationer samt i den terapeutiska relationen
- Övning i självreflektion utifrån sig själv i rollen som affektfokuserad psykoterapeut

Lärandemål

Efter detta moment skall deltagaren kunna:

1. Identifiera egna utmaningar vid arbete med försvar/affektundvikande och ta sig an dem i motsvarande metoder
2. Identifiera egna utmaningar vid arbete med affektreglering och ta sig an dem i motsvarande metoder
3. Identifiera egna utmaningar vid arbete med affektördjupning och ta sig an dem i motsvarande metoder
4. Identifiera egna utmaningar vid användning av konflikttriangeln och ta sig an dem i samband med växling mellan arbete med försvar, affektreglering och affektördjupning
5. Identifiera egna utmaningar vid användning av relationstriangeln och ta sig an dem vid arbete i den terapeutiska relationen

Examination

Lärandemål kunskap och förståelse

- Skriftliga hemuppgifter utifrån egeninspelade samtal inlämnas inför konsultationer, egna inre konflikter, affektreglering och psykologiska försvar kopplas till klientens behov av arbete med försvar/affektundvikande, affektreglering och affektfördjupning i en terapeutisk relation.

Lärandemål färdighet och förmåga

- Aktivt deltagande under föreläsningar/workshops och inför genom att i mail ange de egna utmaningarna i arbete mot olika delmål. Aktivt deltagande vid och inför konsultationerna genom de skriftliga hemuppgifterna.

Lärandemål värderingsförmåga och förhållningssätt

- I de skriftliga hemuppgifterna inför konsultationerna ingår att beskriva hur deltagaren i sin konsultationssituation vill ta sig an sina utmaningar kopplade till klienters behov av arbete med försvar/affektundvikande, affektreglering och affektfördjupning i den terapeutiska relationen. Vid konsultationen examineras aktivt deltagande.

Betygskriterier

Betygsnivåerna är godkänd – icke godkänd.

För godkänt resultat krävs:

- Uppfyllande av kurskrav
- Mail där de egna utmaningarna specificeras närmare inför föreläsningar/workshops
- Aktivt deltagande i övningar och särskilt i övningar i självreflektion
- Inlämnande av skriftliga hemuppgifter inför konsultationer
- Aktivt deltagande vid konsultationer

Undervisningsformer

- Föreläsningar/workshops
- Övningar i smågrupper
- Övningar i självreflektion utifrån sig själv i rollen som affektfokuserad psykoterapeut
- Konsultationer

LITTERATUR

Frederickson, J. (2013). *Co-Creating change: Effective Dynamic Therapy Techniques*. Seven Leaves Press. 532 sidor.

McCullough, L., (ed). (2003). *Treating Affect Phobia. A Manual for Short-Term Dynamic Therapy*. Guilford Publications. 365 sidor.

McCullough, L. & Kuhn, N. (2009). *The Varieties of STDP Experience: Taking our theories lightly*. Ad Hoc Bulletin, Volume 13. 12 sidor.

McCullough, L., Larsen, A., Schanche, E., Andrews, S. & Kuhn, N. (2008). *Achievement of Therapeutic Objectives Scale: ATOS-Scale*. Short-Term Psychotherapy Research Program at Harvard Medical School. 19 sidor.

För deltagande psykologer under specialistutbildning:

Bhatia, M., Gil Rodriguez, M., Fowler, D., M., Godin, J., E., G., Drapeau, M., McCullough, L. (2011). Desensitization of conflicted feelings: using the ATOS to measure early change in a single--case affect phobia therapy treatment, *Archives of Psychiatry and Psychotherapy*, 2009; 1 : 31–38. 8 sidor.

Totalt 936 sidor.

Referenslitteratur

Bergsten, K. (red). (2015). *Affektfokuserad psykodynamisk terapi. Teori, empiri och praktik*. Natur och Kultur.

Vissa artiklar och enstaka kapitel kan tillkomma.