

INFORMATION OCH KURSPLAN

Affektfokuserad psykodynamisk terapi, introduktion

Uppdragsutbildning för legitimerade psykologer som är anställda vid Västra Götalandsregionen.

INFORMATION

Detta är en inledande utbildning i affektfokuserad psykodynamisk terapi omfattande sex heldagar varav den sista dagen innehåller en avslutande ärendekonsultation.

Kursen kommer att vara en uppdragsutbildning för Västra Götalandsregionen och kommer att äga rum hösten 2020. Datum kommer att meddelas senare. Kursen kommer att äga rum i Västra Götalandsregionens lokaler i Göteborg

Varje tillfälle inleds med föreläsning och tid ges för att diskutera hur presenterad teori och metod förhåller sig till deltagares olika förkunskaper och kliniska erfarenheter. Föreläsning varvas därefter med inslag då deltagarna själva praktiskt tillämpar teori och metod för fortlöpande egen integration av kursinnehållet. Övning i självreflektion utifrån sig själv i rollen som affektfokuserad psykoterapeut är återkommande.

Examination sker i form av närvaro samt genom en individuell och skriftlig uppgift. Kursen utvärderas avslutningsvis.

ÖVERGRIPANDE MÅL

Deltagare skall efter avslutad utbildning kunna:

- Redogöra för centrala begrepp och grundläggande teori för affektfokuserad psykodynamisk terapi i allmänhet liksom för hur affektfobiterapi (AFT) och Intensive Short term Dynamic Therapy (ISTDP) skiljer sig åt när det gäller centrala begrepp och teoretiska utgångspunkter.
- Formulera affektfokus och föreslå och ge exempel på interventioner med utgångspunkt i AFT respektive ISTDP.
- Reflektera kring när och hur AFT respektive ISTDP är lämplig utgångspunkt i ett visst ärende.
- Beskriva och konkretisera, både med utgångspunkt i teoretisk kunskap och i självreflektion, hur klienter kan påverka den affektfokuserade terapeuten och vilka utmaningar terapeuten då ställs inför

KURSPLAN

Teoretiska utgångspunkter för den affektfokuserade psykodynamiska terapin och terapeuten i affektfokuserad psykodynamisk terapi

Allmänt

Syftet med kursen är att ge deltagarna kunskap om teori underliggande den affektfokuserade psykodynamiska terapin liksom ingående centrala begrepp. Syftet är även att ge grundläggande kunskap om den psykoterapeutiska tillämpningen. Syftet är vidare att via egna erfarenheter under övningar i självreflektion 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.

Innehåll

- Grundläggande affektteori och Tomkins grundaffekter
- Genomgång av affektreglering, psykologiska försvar och Malans trianglar
- Genomgång av likheter och skillnader mellan affektfobiterapi (AFT) och Intensive Short term Dynamic Therapy (ISTDP)
- Den Affektfokuserade psykodynamiska terapins framväxt. Forskning om affektfokuserad psykodynamisk terapi
- Övning i att uppmärksamma och uppleva affekt för att beskriva psykoterapiprocessen
- Klienters inre konflikter, affektreglering, psykologiska försvar och hur dessa kan komma att påverka den affektfokuserade terapeuten samt övning i att identifiera egna inre konflikter, affektreglering och psykologiska försvar
- Hur utgångspunkter för och de centrala principerna i den affektfokuserade psykodynamiska terapin ställer särskilda krav på klient och terapeut
- Övningar i självreflektion utifrån sig själv i rollen som affektfokuserad psykoterapeut

Lärandemål

Efter detta moment skall deltagaren kunna

1. Skriftligen beskriva teori och ingående centrala begrepp i affektfokuserad psykodynamisk terapi och sammanfatta vad forskning visar.

2. Muntligen och reflekterande tillämpa kursens innehåll på ett eget ärende så affektfokus kan formuleras och interventioner kan specificeras
3. Definiera centrala begrepp och olika utgångspunkter för affektfokuserad psykodynamisk terapi och beskriva hur de förhåller sig till övrig psykodynamisk terapi och till ens förkunskaper
4. Utgå från direkt observerad, rapporterad och/eller egen upplevd affekt för att beskriva affektiva samspel
5. Beskriva och konkretisera hur klienters inre konflikter, affektreglering, psykologiska försvar kan påverka den affektfokuserade terapeuten, med utgångspunkt i självreflektion skilja ut sina egna inre konflikter, egen affektreglering och egna psykologiska försvar
6. Redogöra för hur utgångspunkter för och de centrala principerna i den affektfokuserade psykodynamiska terapin ställer särskilda krav på klient och terapeut
7. Skilja ut sina egna utmaningar som affektfokuserad psykoterapeut och medveten om dylika välja interventioner

Examination

Lärandemål kunskap och förståelse

En skriftlig hemuppgift inlämnas och examineras efter de inledande fyra heldagarna för att säkerställa att teoretisk förståelse avseende såväl affektfobiterapi (AFT) som Intensive Short term Dynamic Therapy (ISTDP) nu är inhämtad. Vid icke godkänt resultat ges möjlighet till komplettering inför utbildningens avslutning och konsultationen. Vid föreläsningar prövar deltagarna regelbundet att tillämpa teori i olika praktiska övningar utifrån egna exempel och aktivt deltagande förväntas då.

Lärandemål färdighet och förmåga

En skriftlig hemuppgift inlämnas och examineras inför den avslutande konsultationen för att säkerställa att teori avseende såväl affektfobiterapi (AFT) som Intensive Short term Dynamic Therapy (ISTDP) nu kan tillämpas skriftligen. Vid icke godkänt resultat ges möjlighet till komplettering inför utbildningens avslutning och konsultationen. Aktivt deltagande krävs vid konsultationen.

Lärandemål värderingsförmåga och förhållningssätt

En skriftlig hemuppgift inlämnas och examineras inför den avslutande konsultationen och i den ingår att beskriva hur centrala begrepp och utgångspunkter för affektfokuserad psykodynamisk terapi förhåller sig till ens förkunskaper. I den skriftliga hemuppgiften ingår att sammanfatta vad forskningen på affektfokuserad PDT visat.

I den skriftliga hemuppgiften ingår också att beskriva hur utgångspunkter för och centrala begrepp i affektfokuserad psykodynamisk terapi kan vara utmanande för en själv. I uppgiften ingår också att ta ställning till när affektfobiterapi (AFT) och Intensive Short term Dynamic Therapy (ISTDP) är tillämpliga i ett visst ärende och för en själv.

Kurskrav

Betygsnivåerna är godkänd eller icke godkänd. För godkänt krävs:

- Uppfyllande av kurskrav
- Godkänd skriftliga examination
- Aktivt deltagande i övningar
- Aktivt deltagande vid konsultation

Kursdeltagaren bedöms som godkänd när samtliga lärandemål är uppfyllda.

Examinationen sker genom självständig skriftlig inlämningsuppgift samt genom formativ bedömning av praktiska övningar. Närvaro under samtliga kursdagar är därför mycket viktigt för att en bedömning ska kunna ske. För att bli godkänd behöver en affektfokuserad behandling genomföras under kursen.

Undervisningsformer

- Föreläsningar
- Gruppdiskussioner och tillämpningsövningar
- Konsultation

LITTERATUR

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

Coughlin Della Selva, P. (2004). *Intensive Short-term Dynamic Psychotherapy: Theory and Technique*. Karnac Books.

Lilliengren, P., Johansson, R., Lindqvist, K., Mechler, J., & Andersson, G. (in press). Efficacy of Experiential Dynamic Therapy in psychiatric conditions: A meta-analysis of randomized controlled trials. *Psychotherapy*.

McCullough Vaillant, L. (1997). *Changing Character: Short Term Anxiety-Regulating Psychotherapy*. New York: Basic Books.

Vissa artiklar och enstaka kapitel kan tillkomma