

"Freud discovered the unconscious; Davanloo  
has discovered how to use it therapeutically."  
David Malan, 1980

## Forkurs i ISTDP

Oppstart: April 2021  
Sted: Drammen

NI-ISTDP

Norsk Institutt for ISTDP  
instituttet.istdp.no

# | Innholdsfortegnelse

<b>Presentasjon av kursholdere</b>	<b>s. 03</b>
<b>Innhold og struktur på forkurs og videreutdanning</b>	<b>s. 04</b>
<b>«Deliberate practice» som rammeverk for terapeututvikling</b>	<b>s. 05</b>
<b>Forkurs i ISTDP (3 + 2 dager)</b>	<b>s. 06</b>
<b>Videreutdanning i ISTDP (3 år)</b>	<b>s. 07</b>

# I Presentasjon av kursholdere

Utdanningen ledes av lærere og veiledere fra Norsk Institutt for ISTDP (NI-ISTDP). Alle de norske lærerne har gjennomført sine 3 årige videreutdanninger i ISTDP med Jon Frederickson, Allan Abbass og Kees Cornelissen, samt 3 årig lærer- og veilederutdanning med Jon Frederickson ved "Institute for ISTDP Training and Research» i Washington. Lærerne mottar jevnlig veiledning fra de dyktigste klinikere og forskere innen ISTDP, og har tett kontakt med det internasjonale ISTDP-miljøet.

**Roger Sandvik Hansen** er psykologspesialist og har bred erfaring som kliniker, underviser og veileder i psykoterapi. Han har tidligere jobbet ved ISTDP posten ved Thorsberg Døgnseksjon, Drammen DPS. Han er i dag seniorspesialist ved avdeling for depressive lidelser ved Modum Bad og har en bistilling ved Psykologisk Fakultet ved Universitetet i Bergen hvor han underviser i dynamisk korttidsterapi på profesjonsstudiet i psykologi. Han har presentert og undervist i ISTDP en rekke steder nasjonalt og internasjonalt. I tillegg til å veilede og undervise på flere videreutdanningsgrupper i ISTDP gjennom NI-ISTDP er han godkjent lærer og veileder i Affektbevissthetsmodellen.

**Ole André Solbakken** er doctor psychol og psykologspesialist med omfattende erfaring som kliniker, underviser, veileder og forsker innen psykoterapifeltet. Han er førsteamanuensis i klinisk psykologi ved Psykologisk Institutt, Universitetet i Oslo. Solbakken skrev sin doktorgrad om betydningen av affektintegrasjon for psykopatologi og psykoterapi og har forfattet en rekke publikasjoner innen klinisk psykologi og psykoterapiforskning i både nasjonale og internasjonale publiseringskanaler. I tillegg til å veilede og undervise i ISTDP, er han godkjent lærer og veileder i Affektbevissthetsmodellen.

**Bernt Langvasbråten** er psykologspesialist og var initiativtaker til ISTDP døgnposten ved Drammen DPS og til utdanningen av leger og psykologer i ISTDP i Norge. I tillegg til sin kliniske praksis med voksne er Bernt veileder i ISTDP og lærer ved flere av våre videreutdanningsgrupper i Drammen og Trondheim.

**Jonas Sharma-Bakkevig** er psykologspesialist ved Lovisenberg Sykehus og lærer/veileder i NI-ISTDP. Han har tidligere arbeidet ved ISTDP-posten på Thorsberg Døgnseksjon, og arbeider for tiden med klinikk, veiledning og undervisning innen psykoterapi. Han holder flere veilednings- og videreutdanningsgrupper i ISTDP og holder jevnlig presentasjoner og forelesninger om ISTDP, kognitiv terapi og integrativ psykoterapi.

**Filip Myhre** er psykologspesialist og arbeider som kliniker, veileder, fagutvikler og foreleser. Han har erfaring fra poliklinikk, døgnbehandling og privat praksis. Filip har vært behandler på ISTDP posten ved Drammen DPS, parallelt med undervisning og fagutvikling ved andre enheter. Filip er veileder i ISTDP og lærer ved flere av våre videreutdanningsgrupper i Drammen og Trondheim.

**Dr. Allan Abbass** er professor i psykiatri, og leder for Centre for Emotions and Health på Dalhousie University i Halifax, Canada. Han har studert ISTDP under og med Davanloo siden 1990, og er helt sentral i utvikling og formidling av ISTDP i dets nye format gjennom de siste tiårene. Han regnes som den fremste og mest anerkjente kliniker og forsker innen ISTDP, og har bidratt på over 150 forskningsartikler. Han har mottatt flere undervisningspriser, og holder både undervisningsgrupper og fordypningsseminar nasjonalt og internasjonalt. Flere av hans publikasjoner er tilgjengelig på [www.istdp.ca](http://www.istdp.ca). Allan Abbass holder det årlige ISTDP fordypningsseminaret i Drammen som inngår som del av videreutdanningen.

# I Innhold i forkurs og videreutdanning

## Utdanningen består av et forkurs og en 3-årig videreutdanning i ISTDP:

### 5 dagers forkurs i ISTDP:

- Går over 3 + 2 dager der deltakerne introduseres for grunnleggende teori og ferdigheter i ISTDP. Deltakerne introduseres for arbeidet med å etablere effektivt fokus i terapi, bygge en bevisst terapeutisk allianse, identifisere og arbeide med forsvar, regulere angst, og optimalisere pasientens tilgang på følelser. Det kreves fullført forkurs for å søke den 3-årige videreutdanningen.
- Pris 3025,- per kursdag; totalt 15.125,- for hele forkurset på 5 dager.
- *Forutsetter fullført fellesprogram NPF om en er psykolog.*

### 3-årig videreutdanning i ISTDP etter forkurset:

- Tre samlinger årlig, hver på tre dager (foregår på norsk). På videreutdanningen lærer deltakerne å effektivt intervensere basert på pasientens responser, og å skreddersy behandlingen til pasientens unike karakter, symptomutforming og angsttoleranse. Deltagerne har med eget videomateriale til hver samling. Pris per dag 2950,- i 2020. Årlige prisjusteringer på ca. 2,5 %.
- I tillegg ett tredagers fordypningsseminar hvert år i Drammen med fokus på tilegnelse av spesifikke ferdigheter illustrert med terapivideoer og knyttet til et spesifikt tema. Seminarene er ledet av psykiater og professor Allan Abbass fra Canada (foregår på engelsk). Pris 6850,- i 2020. Årlige prisjusteringer på ca. 2,5%.
- 

### Frivillig tillegg: Spesialiteten i klinisk psykologi med psykoterapi:

- ISTDP fordypningsveiledning gis i smågrupper til de som ønsker å bruke utdannelsen til spesialiteten i psykoterapi i NPF eller ønsker ekstra veiledning mellom samlingene. Mellom hver tredagers samling møtes man da til to halve dager i mindre grupper på max 4 stk. hvor man mottar veiledning på medbrakt videomateriale. Det er totalt 20 slike halve dager med fordypningsveiledning i ISTDP fordelt på 3 år. Fordypningsveiledningen er tellende som veiledning til spesialiteten i NPF (for de som trenger/ønsker dette) og utgjør totalt 80 timer over 3 år. Priser fastsettes årlig.

### Godkjenninger fra Norsk Psykologforening (NPF):

I tillegg til at utdanningen er godkjent av «Institute for ISTDP Training and Research» ([www.istdpinstitute.com](http://www.istdpinstitute.com)) ble vårt videreutdanningsprogram i ISTDP i 2015 også godkjent av NPF for spesialiteten i klinisk psykologi med psykoterapi. Videreutdanningsprogrammet er i tillegg forhåndsgodkjent av NPF som vedlikeholdsaktivitet og fritt spesialkurs.

De utdypende bestemmelsene for det obligatoriske programmet i spesialiteten i psykoterapi finner du på NPF's sine hjemmesider: <http://www.psykologforeningen.no/medlem/kurs-og-utdanning/spesialistutdanningen/spesialiteten-i-psykologi-ny-ordning/utfyllende-bestemmelser-spesialiteten-i-psykologi-ny-ordning/spesialiteten-i-psykoterapi>

### Om ISTDP:

Som en introduksjon til ISTDP kan vi anbefale følgende artikkel: <http://www.psykologtidsskriftet.no/pdf/2013/838-844.pdf>

# Deliberate practice som rammeverk for terapeututvikling

For å få god effekt i et terapiforløp, vektlegger terapiforskning kompetanse i etablering terapeutisk allianse, fremme følelsetilgang, tilpasse seg pasientens følelsetoleranse, identifisere og håndtere misallianse, identifisere og håndtere forløp uten bedring, samt håndtere manglende engasjement i terapirommet.

Her kommer spesifikke ferdigheter til nytte. For i best mulig grad å kunne bistå våre kandidater i deres faglige utvikling og ferdighetstilegnelse, tar Norsk Institutt for ISTDP (NI-ISTDP) utgangspunkt i "deliberate practice»-rammeverket, som vil si at vi aktivt trener på samlingene på å møte pasientens responser med tilpassede intervensjoner. Slik utvikler vi praktiske ferdigheter, og lager plan for hvordan vi best kan utvikle oss videre. Gjennom observasjon, vurdering og tilpasning av intervensjoner ut fra pasientens grad av emosjonell aktivering, angsttoleranse og forsvarsstruktur kan vi øve opp evnen til fokusert arbeid med det pasientene til enhver tid trenger hjelp til.

I veiledningsgruppene trener vi som gruppe på basale ferdigheter, og vi supplerer dette med et individuelt fokus ved å bistå den enkelte terapeut mer spesifikt. Gjennomgående gjøres dette i et vennlig og trygt klima, der målet er at utvikling skal være en så positiv prosess som mulig.

Vi tilbyr opplæring i bruk av enkle feedback-skjema som kan benyttes for å følge terapienes utvikling.

# | Forkurs i ISTDP (3+2 dager)

**Norsk institutt for Intensiv dynamisk korttidsterapi (NI-ISTDP)** organiserer forkurs i ISTDP i Drammen april 2021 som er åpent for psykologer, psykologspesialister, leger i psykiatriutdanning og psykiatere. Forkurset er en obligatorisk for deltakelse på videreutdanningen og psykologer må ha gjennomført fellesprogrammet til NPF før oppstart.

**Pris:** 3025,- per kursdag, 15125,- for hele forkurset på 5 dager.

**Veiledere:** Psykologspesialist Jonas Sharma-Bakkevig  
Psykologspesialist Bernt Langvasbråten

**Sted:** Sentralt i Drammen

**Datoer:** 1. samling 07. - 09. april 2021 (3 dager).  
2. samling 29. og 30. april 2021 (2 dager)

**Tidsrom:** Hver dag varer fra kl. 09.00 til 16.00.

## **Innhold på samlingene:**

Forelesninger  
Undervisning med bruk av video  
Ferdighetstrening  
Øvelser  
Prosess/refleksjonsmøte