Norsk Institutt for ISTDP |
NI-ISTDP

Videreutdanning/ spesialistprogram i ISTDP

Oppstart: November

Sted: Drammen

NI-ISTDP
Norsk Institutt for ISTDP
institute.istdp.no

Innholdsfortegnelse

Presentasjon av kursholdere **s. 03**

Innhold og struktur på forkurs og videreutdanning **s. 04**

Deliberate practice og egenerfaring som rammeverk for terapeututvikling **s. 05**

Forkurs i ISTDP (3 + 2 dager) **s. 06**

Videreutdanning i ISTDP (3 år) **s. 07**

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.

Roger Sandvik Hansen er psykologspesialist og har bred erfaring som kliniker, underviser og veileder i psykoterapi. Roger har tidligere jobbet mange år i døgn/poliklinikk ved ulike enheter i spesialisthelsetjenesten i Vestre Viken HF og ved Modum Bad. I tillegg til å veilede og undervise på flere videreutdanningsgrupper i ISTDP gjennom NI-ISTDP, jobber han til daglig ved Norsk Psykologklinikk.
Roger har en bistilling ved Psykologisk Fakultet ved Universitetet i Bergen hvor han underviser i psykoterapi på profesjonsstudiet i psykologi.

Ole André Solbakken (PhD) er professor og psykologspesialist med omfattende erfaring som kliniker, underviser, veileder og forsker innenfor klinisk psykologi og psykoterapi. Han er leder for klinisk fagavdeling ved Psykologisk Institutt, Universitetet i Oslo. Ole André har skrevet doktorgrad om betydningen av affektintegrasjon for psykisk helse og psykoterapi og har et omfattende forfatterskap innenfor klinisk psykologi, psykometri, personlighetspsykologi og psykoterapiforskning i nasjonale og internasjonale publiseringskanaler inkludert et antall artikler om ISTDP.

Bernt Langvasbråten er psykologspesialist og var initiavtivtaker 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 i Norsk Psykologklinikk er Bernt veileder i ISTDP og lærer ved flere av våre videreutdanningsgrupper i Drammen og Bergen. Bernt er fortsatt engasjert i å bistå med fagutvikling og veiledning i offentlig psykisk helsevern og veileder for tiden ved Depresjonsavdelingen på Modum Bad.

Jonas Sharma-Bakkevig er psykologspesialist ved Psykologvirke 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 og andre terapiformer som PRT, eksponeringsterapi og EMDR.

Filip Myhre er psykologspesialist og har bred erfaring som kliniker, underviser og veileder i psykoterapi. Han har tidligere jobbet mange år i døgn/poliklinikk ved ulike enheter i spesialisthelsetjenesten. I tillegg til å veilede og undervise på flere videreutdanningsgrupper i ISTDP gjennom NI-ISTDP, jobber han til daglig ved Norsk Psykologklinikk.

Allan Abbass er psykiater ved Dalhousie University Hospital, og er en av verdens fremste klinikere og forskere innen korttidsterapi. Han har skrevet lærebøker innen terapi og ISTDP.

Innhold i forkurs og videreutdanning

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

4 dagers forkurs i ISTDP:

- Går over 2 + 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. Kurset er også ilagt egenerfaringsøvelser. Det kreves fullført forkurs for å søke den 3-årige videreutdanningen.

- *NB: Det er et krav fra Norsk Psykologforening at man har fullført fellesprogrammet til NPF før oppstart på forkurset, hvis en er psykolog og ønsker å bruke forkurset til spesialiteten i psykoterapi.*

3-årig videreutdanning i ISTDP (etter forkurset):

- Tre samlinger årlig, hver på tre dager (foregår på norsk). På videreutdanningen lærer deltakerne å effektivt intervenere basert på pasientens responser, og å skreddersy behandlingen til pasientens unike karakter, symptomutforming og angsttoleranse. Deltagerne har med eget videomateriale til hver samling. En stor del av samlingene brukes til egenerfaring, der kandidatene får mulighet til å arbeide med egne prosesser, reflektere over egne reaksjoner og bidrag inn i terapirommet, og å få egenerfaring med terapeutisk arbeid.

- 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 veilederne i instituttet.

- 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) ble vårt videreutdanningsprogram i ISTDP i 2015 også godkjent av NPF for spesialiteten i klinisk psykologi med psykoterapi. Hvis man ønsker å bruke utdanningen til spesialiteten i psykoterapi, må man i tillegg til videreutdanningen og fordypningsveiledningen også ha 100 timer veiledning hos psykologspesialist. Dette foregår ofte på den enkeltes arbeidsplass, og NPF vil kunne forhåndsggodkjenne veiledere til dette.

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-

Deliberate practice og egenerfaring

Deliberate Practice
For å få god effekt i et terapiforløp, vektlegger terapiforskning kompetanse i etablering terapeutisk allianse, fremme følelsestilgang, tilpasse seg pasientens følelsestoleranse, 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.

Egenerfaring
På samlingene vil vi bruke god tid til egenerfaring. Dette er typisk øvelser og arbeid designet for å gi erfaringer med hvordan det er å være i en terapeutisk prosess fra pasientens side, og det vil gi muligheter til å arbeide med eget materiale og utfordringer. I tillegg bruker vi dette arbeidet til å reflektere over våre reaksjoner og vårt bidrag til tearapiprosessen. Egenerfaringsarbeidet er en viktig del av terapeututviklingen, der vi får mulighet til å bli mer kjent med oss selv og vår unike psykologiske struktur og prosesser. Dette gjøres på en trygg og gradert måte, der man ikke trenger å dele mer enn man er komfortabel med, samtidig som vi legger til rette for et optimalt utbytte.

3-årig videreutdanning/ spesialistutdanning i ISTDP

Norsk Institutt for Intensiv dynamisk korttidsterapi (NI-ISTDP) organiserer videreutdanning i ISTDP i Drammen i november 2026, i forlengelsen av forkurs (egen påmelding) i september. Utdanningen er åpen for psykologer, psykologspesialister, leger i psykiatriutdanning og psykiatere. Det kreves fullført forkurs for å søke videreutdanningen i ISTDP.

Den 3-årige videreutdanningen i ISTDP starter i november i 2026. Til hver samling (med unntak av det årlige tredagers fordypningsseminaret) tar kursdeltakerne med videoopptak av egne terapitimer som benyttes til undervisning og veiledning.

Pris:

Forkurs:	9.500,-	(2+2 kursdager)
Videreutdanning:	46 200.- pr år	(12 kursdager)
Fordypningsveilddning:	22.400,- pr år	(6-7 halvdagsveiledninger)

Årlige prisjusteringer iht konsumprisindeks

Støtte:

Kursavgifter for 1. år av videreutdanning kan søkes inntil 60% dekket for de som ikke har utdanningen fullfinansiert fra arbeidsgiver. Hver søknad vurderes individuelt.

*Kursdeltakere som melder seg på forkurs + år 1 av videreutdanningen blir prioritert i tildelings vurderingen.

Veiledere: Psykologspesialist Bernt Langvasbråten
Psykologspesialist Filip Myhre

Samlinger: Fire 3-dagers samlinger pr år
Fordypningsveiledning: 7-8 halvdags samlinger pr år

Sted: Egne kurslokaler i Drammen, og andre lokaler ved behov.

Datoer: Oppstart 18 – 20. november ved nok påmeldte

Tidsrom: Hver dag varer fra kl 9-16

Innhold på samlingene:
Undervisning med video
Egenerfaring
Veiledning/ferdighetstrening

NI-ISTDP
Norsk Institutt for ISTDP