Sertifiseringsprogram

Utdanningen består av 8 kursmoduler. I tillegg kommer enten 20 timer veiledning for standard sertifisering eller 40 timer veiledning for avansert sertifisering. Alle som deltar i sertifiseringsprogrammet vil bli tildelt veiledere. Veiledningen skal i hovedsak gis i forhold til videoopptak som kandidaten har gjort av egne terapier.
Til eksamen sendes kasusformulering og videoopptak inn til en uavhengig sensor. Etter endt utdanning og bestått eksamen har kandidaten en internasjonal sertifisering i skjematerapi, enten på standardnivå eller avansert nivå.

Temaer i undervisning

Teoretisk modell: Innføring i grunnmodellen, definisjon av tidlig, uhensiktsmessig skjema og gjennomgang av de 18 spesifikke skjemaene slik de er definert av Jeffrey Young, definisjon av uhensiktsmessige mestringsstrategier (Maladaptive Coping Styles), definisjon av modus.
Kasusformulering: Ulike tilnærmingsmåter for å identifisere og aktivisere skjema, uhensiktsmessig coping og modus, skåring og tolking av spørreskjemaer, psykoedukasjon og kasusformulering.
Kognitive intervensjoner: Bruk av sokratisk metode i endringsarbeid, validitetstesting og skjemadialog,
Følelsesfokuserte intervensjoner: Bearbeiding av følelser ved hjelp av visualiseringsøvelser, dialog - teknikker, ventilering og ekspressiv skriving.
Relasjonelle intervensjoner: Avgrenset nyomsorg (limited reparenting), empatisk konfrontering, identifisere og utforske tildig, uhensiktsmessige skjemaer når de blir aktivert i terapirelasjonen, terapeutens egne skjemaer.
Atferdsfokuserte intervensjoner: Atferdseksperimenter, overkomme unngåelse, valg av partner.
Modusarbeid: Identifisering av modus, oversikt over vanlige modi ved ulike personlighetsforstyrrelser, gjennomgang av forskjellige intervensjoner og teknikker når man arbeider med modus, detaljert behandlingsmanual for emosjonelt ustabil personlighetsforstyrrelse.

Praktisk informasjon

Opptakskriterier
Embetseksamen som psykolog eller lege.
Søkere bør minst ha tre års erfaring fra klinisk praksis.
Aktivt arbeid med samme pasienter over tid under utdanningen.

Godkjennelse av utdanningen
Godkjent deltagelse ved utdanningsprogrammet (gjennomført syv kjernemoduler og 100 % fullført veiledning) og bestått eksamen honoreres med internasjonal sertifisering i skjematerapi.

Påmelding og pris
Kursavgift for sertifiseringsprogrammet er kr 36 000 (kr 9. 000 pr semester). Dette dekker samtlige kursmoduler. Lunsj er inkludert. Veiledningsutgifter kommer i tillegg. NB! Vi gir 15 % rabatt på kursavgiften dersom det er to eller flere deltagere fra samme arbeidsplass som ønsker å ta utdanningen.

Dersom du ikke ønsker å sertifisere deg er det mulig å ta enkeltstående kurs. Pris per kursdag er kr 2. 500.
Påmelding til sertifiseringsprogrammet og enkeltstående kurs gjøres på nettsiden www.kognitiv.no eller www.psykologbehandling.no
Påmeldingsfrist for deltagelse i sertifiseringsprogrammet er **15. februar 2018.**

Pensumliste

Gyllenhammar, C. & Perris, P. (2016). Schematerapi – En klinikers håndbok & en terapiberättelse. Estland: Natur & Kultur.

Young, J.E., Klosko, J.S., & Weishaar, M.E. (2003). Schema therapy. A practitioner's guide. New York: The Guilford Press.

Young, J.E., & Klosko, J.S. (2002). Gjenvinn livet ditt - hvordan bryte ut av negative mønstre og ha det bra med deg selv igjen. Ananke Norge

Rafaeli, E., Bernstein, D,& Young, J. (2010). Schema Therapy: Distinctive Features. London: Routledge (Book)

Arntz, A. & Genderen, H. van (2009). Schema Therapy for Borderline Personality Disorder.

Arntz, A. & Jacob, G. (2013). Schema Therapy in Practice: An Introductory Guide to the Schema Mode Approach

Toårig internasjonalt sertifiseringsprogram i skjematerapi

ISST
International Society of Schema Therapy

Moduler i utdanningen

Sertifiseringsprogram i skjematerapi **2018 - 2019 i Oslo**
Modul 1: Innføring i skjematerapi (kjernemodul) *Erlend Aschehoug* *Torsdag 14.03.18: Kl. 10.00 - 17.00* *Fredag 15.03.18 Kl. 09.00 - 16.00*
Modul 2: Kasusformulering i skjematerapi (kjernemodul) *Erlend Aschehoug* *Torsdag 03.05.18: Kl. 10.00 - 17.00* *Fredag 04.05.18: Kl. 09.00 - 16.00*
Modul 3: Modusarbeid (kjernemodul) *Marit Olsen* *Torsdag 07.06.18: Kl. 10.00 - 17.00* *Fredag 08.06.18: Kl. 09.00 - 16.00*
Modul 4: Skjematerapi ved emosjonelt ustabil personlighetsforstyrrelse (kjernemodul) *Poul Perris.* *Høst 2018, dato ennå ikke bestemt.*
Modul 5: Empatisk konfrontasjon (kjernemodul) *Neele Reiss og Friederike Vogel* *Fredag 09.11.18: Kl. 10.00 - 17.00* *Lørdag 10.11.18: Kl. 09.00 - 16.00*
Modul 6: Visualiseringsteknikker og modusdialog ved bruk av stoler i skjematerapi. (kjernemodul) *Remco van der Wijngaart* *Onsdag 27.03.19: Kl. 10.00 - 17.00* *Torsdag 28.03.19: Kl.09.00 - 16.00* *Fredag 29.03.19 Kl. 09.00 - 16.00*
Modul 7: Skjematerapi ved cluster C personlighetsforstyrrelser. (kjernemodul) *Remco van der Wijngaart* *Torsdag 26.09.19: Kl. 10.00 - 17.00* *Fredag 27.09.19 Kl. 09.00 - 16.00*
Modul 8: Egenerfaring og selvrefleksjon som metode i skjematerapi. Joan Farrell & Ida Shaw *Tre dagers kurs. Høst 2019, dato ennå ikke bestemt.*

Veiledning

Veiledning er en vesentlig del av utdanningen.
Kandidaten kan velge mellom 20 timer veiledning for standard sertifisering eller 40 timer veiledning for avansert sertifisering. Veiledningen vil foregå vekselsvis i gruppe og individuelt. Veiledningen skal i hovedsak gis i forhold til opptak som kandidaten har gjort av egne terapier.
Det er viktig at kandidaten arbeider med klient/pasient over tid. For standard sertifisering må kandidat følge minimum to pasienter og ha minst 25 terapitimer med hver.
Sammenlagt må kandidaten ha minimum 80 terapitimer hvor skjematerapi anvendes. En av pasientene må ha en personlighetsforstyrrelse eller avvikende personlighetstrekk, og de øvrige skal være egnet for modusarbeid.
For avansert sertifisering må kandidaten følge minimum fire pasienter og ha minst 25 terapitimer med hver.
Sammenlagt må kandidaten ha minimum 160 terapitimer hvor skjematerapi anvendes. En av pasientene må ha en personlighetsforstyrrelse eller avvikende personlighetstrekk, og de øvrige skal være egnet for modusarbeid.

Kollegaveiledning

I sertifiseringsprogrammet er det lagt opp til kollegaveiledning. Hensikten er at du som kandidat, skal ha en av de andre kandidatene på ditt kull å lære sammen med. Det vil bidra til økt motivasjon og bedre læring.
Alle deltagerne får tildelt en studiepartner. Dere to jobber i team med å oppmuntre og veilede hverandre til personlig og profesjonell utvikling.
Kollegaveiledningen kan foregå via telefon eller skype, og varighet er 50 minutter pr. gang. Dere vil få et skjema hvor dere fører en kort logg over møtene i form av stikkord om tema for kollegaveiledningen, utbytte av samtalen og dato. Kravet er minimum fire møter per semester.
På den første samlingen vil du møte din studiepartner, og det avsettes tid for at dere skal bli litt kjent med hverandre og hvor dere kan avtale tidspunkt for første møte.

Kort om utdanningen

To årig sertifiseringsprogram for psykologer og leger arrangert av Norsk Forum for skjematerapi i samarbeid med Norsk Forening for Kognitiv terapi. Programmet følger International Society of Schema Therapy (ISST) sine standarder for sertifisering slik at man mottar en internasjonal sertifisering i skjematerapi etter endt utdanning.

Hva er skjematerapi?

Skjematerapi er en integrativ psykoterapimodell som kombinerer elementer fra tilknytningsteori, psykodynamisk terapi, gestaltterapi, emosjonsfokusert terapi og kognitiv atferdsterapi (Vreeswijk, Broersen & Nadort, 2012). Det er en utbredt terapitilnærming som stadig har fått nye anvendelser, og den benyttes i dag overfor barn, ungdom og voksne og gis i form av individualterapi, parterapi, familieterapi og gruppeterapi.
Den benyttes også i kriminalomsorgen. Skjematerapi ble utviklet av den amerikanske psykologen Dr. Jeffrey Young på midten av 1980-tallet, i 1990 benevnt skjemafokusert terapi, senere skjematerapi.

Forskningsmessig har skjematerapi blitt viet stor interesse siden begynnelsen av 2000-tallet. Både de grunnleggende teoretiske begrepene og effektene av klinisk behandling har blitt studert. Forskning viser at skjematerapi er meget godt egnet i forhold til behandling av personlighetsforstyrrelser generelt, og emosjonelt ustabil personlighetsforstyrrelse spesielt. Skjematerapi er videre en evidensbasert terapitilnærming i forhold til kompliserte psykiatriske tilstander som rusavhengighet, spiseforstyrrelser, angstlidelser og depresjoner

Godkjenning

Norsk Psykologforening har godkjent utdanningen med 144 timer vedlikeholdsaktivitet i spesialistutdanningen.

Kursmodulene vil bli søkt godkjent som valgfritt spesialist- og etterutdanningskurs av Spesialitetskomiteen i psykiatri og av Spesialitetskomiteen i allmennmedisin.