Innhold

Kurset gir en grundig innføring i kartleggingsarbeidet som danner grunnlaget for kasusformulering i skjematerapi. Kasusformulering er en viktig prosess hvor klient og terapeut i samarbeid setter betydningsfulle elementer i relasjon til hverandre på en meningsfull måte.

En god kasusformulering gir det beste utgangspunkt for endringsarbeid.

Kurset vil inneholde både teoretiske og praktiske fremstillinger av de ulike delene i kartleggingsprosessen slik de er definert i skjematerapi. Ulike fremgangsmåter for å samle inn vesentlig informasjon vil bli demonstrert.

Målsetting

1. Deltagere vil få en forståelse av sentral prinsipper for kasusformulering i skjematerapi.
2. Deltagere vil få en grundig gjennomgang av forløpet i kartleggingsfasen.
3. Deltagere vil gjennom praktiske øvelser lære hvordan man samler inn vesentlig informasjon og setter de ulike brikkene sammen til et meningsfylt hele.

Praktisk informasjon

Dato
07. mai - 08. mail 2026

Sted
Gjestehuset Lovisenberg
Lovisenberggaten 15a
Oslo

Påmelding og pris
Kursavgift: 5. 000,- (Kurshefte og lunsj begge dager inkludert)
Påmelding gjøres på nettsiden www.psykologbehandling.no

Frist for påmelding er **15. mars 2026**

Godkjenning
Norsk Psykologforening har godkjent kurset med 16 timer vedlikeholdsaktivitet i spesialistutdanningen.

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

Kurset er godkjent av ISST (International Society of Schema Therapy)

Anbefalt litteratur

Perris, P., Gyllenhammar, C (2016). Schematerapi: en klinikers handbok & en terapiberättelse, Natur och kultur akademiska

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

Kasusformulering i skjematerapi

ISST
International Society of Schema Therapy

Erlend Aschehoug

Erlend Aschehoug er spesialist i klinisk psykologi siden 2007. Arbeider ved Klinikk for psykologbehandling med individualterapi og gruppeterapi. Virker som veileder i kognitiv atferdsterapi og skjematerapi. Han er sertifisert skjematerapeut ISST på avansert nivå innen individualterapi og gruppeterapi, og har undervist i skjematerapi i Norge og i utlandet.
Aschehoug er godkjent skjematerapiveileder i individual- og gruppeterapi. Han er medlem av «Evaluation of Supervision and Training committee» ved International Society of Schema Therapy (ISST)

Agenda torsdag 07. mai 2026

09.30 - 10.00: Registrering.
10.00 - 11.30: Oversikt over konseptualiseringens ulike deler
11.30 - 12.30: Lunsj
12.30 - 14.00: Kartleggingsarbeid: plassere symptomer og lidelse i sammenheng.
14.00 - 14.20: Pause
14.20 - 16.00: Bruk av minnebilder for å identifisere tidlig maladaptivt skjema
16.00 - 16.15: Pause
16.15 - 16.40: Bruk av minnebilder for å identifisere tidlig maladaptivt skjema forts.
16.40 - 17.00: Utsjekk - kommentarer og spørsmål

Agenda fredag 08. mai 2026

08.30 - 09.00: Registrering.
09.00 - 10.30: Moduskonseptualisering: differensiere mellom ulike modi, eksempler på vanlige moduskonstellasjoner ved forskjellige personlighetsforstyrrelser
10.30 - 11.30: Konseptualisere modussykluser
11.30 - 12.30: Lunsj
12.30 - 14.00: Psykoedukasjon: undervise pasient om modellen og endringsmuligheter
14.00 - 14.20: Pause
14.20 - 15..40: Utvikling av behandlingsplan
15.40 - 16.00: Utsjekk - kommentarer og spørsmål

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 skjemabasert 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

Norsk forum for skjematerapi

Norsk forum for skjematerapi er for terapeuter som ønsker å utvikle og fremme skjematerapi i Norge. Vi er en tverrfaglig interesseorganisasjon og et fagnettverk i Norsk forening for kognitiv terapi. Dersom du ønsker å ta del i en spennende terapibevegelse kan du kontakte oss på e - post: erlend@psykologbehandling.no