

Innhold

Kurset gir en innføring i tilpasning av skjematerapi for personer med engstelig unnavikende personlighetsproblematikk. Vi ser på de diagnostiske kriterier, kunnskapsstatus, subjektive erfaringer med disse vanskene, endring og behandling. Deretter gjennomgås maladaptive skjema, modi, grunnleggende emosjonelle kjernebehov og former for begrenset nyomsorg som er mest aktuelle og gjenkjennbare ved denne typen vansker. Tilslutt ser vi på hvordan man kan arbeide skjematerapeutisk både med tanke på terapeut stil, konseptualisering, stadier i terapien og øvelser.

Målsetninger:

1. Deltakerne vil få en innføring i diagnosen engstelig unnavikende personlighetsforstyrrelse, kunnskapsstatus samt subjektive erfaringer
2. Deltakerne vil bli kjent med den skjematerapeutiske forståelsen av disse vanskene.
3. Deltakerne vil få en oversikt over hvordan man tilpasser skjematerapi i et terapeutisk forløp for engstelig unnavikende personlighetsforstyrrelse.
4. Deltakerne vil få anledning til drøfting og refleksjon, samt praktiske øvelser.

Praktisk informasjon

Dato

16. mars - 17. mars 2028

Sted

Gjestehuset Lovisenberg
Lovisenberggaten 15a
Oslo

Påmelding og pris

Kursavgift: 5. 000,- (lunsj inkludert begge dagene)

Påmelding gjøres på nettsiden

www.psykologbehandling.no

Frist for påmelding er **01. februar 2028**

Godkjenning

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

Kurset inngår i utdanningsprogrammet i skjematerapi som er godkjent som fordypningsprogram i spesialiteten psykoterapi.

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

Anbefalt litteratur

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

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

Skjematerapi ved unnavikende personlighetsforstyrrelse



International Society of
Schema Therapy



Kristine Dahl Sørensen



Kristine Dahl Sørensen er spesialist i klinisk voksenpsykologi og jobber i et gruppeteam på DPS Aust-Agder, SSHF. Hun er per i dag doktorgradsstipendiat ved Universitetet i Oslo, hvor hun forsker på pasienter med engstelig (unnvikende) personlighetsforstyrrelse. Hun er sertifisert skjematerapeut ISST på avansert nivå innen både individualterapi og gruppeterapi. Hun er godkjent skjematerapiveileder i individualterapi og i gruppeterapi.

Agenda torsdag 16. mars 2028

09.30 -10.00 registrering (og servering)
10.00 - 11.30 hva er engstelig unnvikende personlighetsforstyrrelse? Kunnskapsstatus.
11.30 -12.30 lunsj
12.30 -13.45 Personen i «engstelig unnvikende personlighetsforstyrrelse». Refleksjoner over betydningen for skjematerapeutisk forståelse.
13.45 -14.00 pause
14.00 - 17.00 maladaptive skjema og modi for engstelig unnvikende personlighetsforstyrrelse

Agenda fredag 17. mars 2028

08.30 - 09.00 registrering (og servering)
09.00 - 11.30 skjematerapi for engstelig unnvikende personlighetsforstyrrelse: konseptualisering, forløp og terapeutisk holdning
11.30 - 12.30 lunsj
12.30 - 13.45 skjematerapi for engstelig unnvikende personlighetsforstyrrelse: terapeutiske teknikker og øvelser
13.45 - 14.00 pause
14.00 - 16.00 skjematerapi engstelig unnvikende personlighetsforstyrrelse: terapeutiske teknikker og øvelser; refleksjon.

Hva er skjematerapi?

Skjematerapi er en integrativ psykoterapimodell som kombinerer elementer fra tilknytningsteori, psykodynamisk terapi, gestaltterapi, emosjonsfokustert 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