



inbjuder till

Affektfokuserad korttidspsykoterapi Introduktionsutbildning - Precore 11,12 mars och 25,26 mars 2022

Affektfokuserad psykoterapi innefattar flera behandlingsmetoder som är utvecklade ur en psykodynamisk tradition. Dessa behandlingsmetoder beskrivs ofta under paraplybegreppet EDT (Experiential Dynamic Therapy) och har visat effektivitet i behandlingen av psykiatriska patienter (Lilliengren m.fl 2015). Psykoterapiformerna inom EDT baseras på, förutom modern PDT, forskning och teorier om affekter och anknytning, tillsammans med behandlingsprinciper från KBT. Olika förhållningssätt i EDT har skilda betoningar i sin teori och praktik. Denna utbildning fördjupar kunskaperna i Affektfobiterapi (APT)

Målgrupp: Utbildningen vänder sig till kliniskt verksamma psykoterapeuter med minst en grundläggande utbildning i psykoterapi. Psykoterapeuter med olika teoriinriktningar i sin utbildning är välkomna.

Kursen är en Pre-CORE och ger, tillsammans med övriga kvalifikationer, behörighet att söka CORE vilket är kvalificerad handledning i APT.

Kursens innehåll: För att illustrera tillämpningen av affektfokuserad terapi används Leigh McCulloughs manual för affektfobiterapi, APT, som kombinerar teori och metod från PDT och KBT. APT betraktas därför som en integrativ metod. Som komplement till manualen och för att specifikt arbeta med självmedkänsla, är vi inspirerade av Paul Gilberts "Compassion Focused Therapy" CFT.

- Historik och bakgrund till det affektfokuserade arbetssättet.
- Affekternas roll i ett idéhistoriskt och psykobiologiskt perspektiv.
- Affektfobi modellen - teori och praktik.
- Självmedkänsla i psykoterapi.
- Applicering av teorin på det egna kliniska arbetet.

- Introduktion till ATOS (*Achievement Objectives Scale*).
- Översikt av aktuell psykoterapiforskning inom området.
- Målmedveten träning på modellens grundläggande förhållningssätt.
- Egen upplevelseträning.

Undervisningsformer: Teori och klinisk praktik illustreras med videoinspelade autentiska klientsessioner. Praktiska färdighetsövningar och upplevelseträning, liksom gruppdiskussioner, förekommer kontinuerligt under kursen. Vi använder principer från "målmedveten träning" (Rousmaniere 2017, 2017, 2019) vilket skapar möjlighet till övning utifrån varje enskild terapeuts nivå.

Kursledare:



Birgitta Elmquist, Socionom, Leg psykoterapeut, handledar- och lärarutbildad. Internationellt certifierad lärare och handledare i APT enligt IEDTA (International Experiential Dynamic Therapy Association) Birgitta har undervisat och handlett i affektfokuserad psykoterapi sedan början av 2000-talet. Hennes kompetens i APT har utvecklats i nära samarbete med främst Leigh McCullough och Kristin Osborn.



Charlotta Dybeck, legitimerad psykoterapeut, handledare och lärare i psykoterapi, samt fil.mag. i psykologi. Har deltagit i 3-årig corehandledning för Kristin Osborn och Jenny Svebeck. Certifierad psykoterapeut i APT enligt IEDTA.

Lärandemål: Efter avslutad kurs skall kursdeltagaren kunna:

- Göra kliniska bedömningar och tillämpa affektfokuserade metoder i egen psykologisk behandling, med förhållningssättet från APT som bas.
- Vara förtrogen med grunderna i ATOS och appliceringen på det egna kliniska arbetet.
- Vara förtrogen med orienterande kunskaper i närbesläktade modeller av upplevelsebaserad psykoterapi.
- Vara förtrogen med aktuell psykoterapiforskning inom affektfokuserad psykoterapi.

Utvärdering: Kursen utvärderas fortlöpande.

Kurskrav: För kursintyg krävs obligatorisk närvaro och aktivt deltagande.

Rekommenderad litteratur

Bergsten, K. (red.) (2015) *Affektfokuserad psykodynamisk terapi*, Stockholm: Natur & Kultur. OBS, ingår ej i kurskostnaden.

Gilbert, P. (2009) Introducing compassion-focused therapy. *Advances in psychiatric treatment vol 15* (utskickas)

Julien, D., & O'Connor, K.P (2016) Recasting Psychodynamics into a Behavioral Framework: A Review of the Theory of Psychopathology, Treatment Efficacy and Process of Change of the Affect Phobia Model. *J. Contemp. Psychotherapy* (utskickas)

ATOS manualen. Finns på www.affectphobiatherapy.com

Lilliengren, P., Johansson, R., Lindqvist, K., Mechler, J., & Andersson, G (2015) Efficacy of Experiential Dynamic Therapy for Psychiatric Conditions: a Meta-Analysis of Randomized Controlled Trials. *Psychotherapy*. Advance online publication. (utskickas)

McCullough, L. Kuhn, N. Andrews, S. Kaplan, A. Wolf, J & Hurley, C.L. (2003) *Treating Affect Phobia. A Manual for Short-term Dynamic Psychotherapy*. New York: The Guilford Press.

OBS, Ingår ej i kurskostnaden

McCullough, L., Thornes, K. (2007) Self Compassion: an important key to emotional wellbeing. *AD HOC Bulletin of short-term dynamic psychotherapy – practice and theory. Vol 11:1* (utskickas)

Praktisk information

Plats: Timmermansgränd 3. Södermalm i Stockholm.

Tid: dag 1 och 3: 10:00 – 18:00. Dag 2 och 4: 9:00 – 16:00.

Kursavgift: 8000:- plus moms inklusive fika under kursdagarna.

Information: Kursen ges inom ramen för Affektfokus och administreras av Birgitta Elmquist AB (Org nr 556822-4850. Momsreg nr SE 556822485001. Godkänd för F-skatt).

Anmälan: Anmälan sker via mail till birgitta@elmquistmail.se och är då bindande.

Ange: namn, adress, telefon, arbetsplats, yrkesutbildning, tidigare erfarenhet av affektfokuserad terapi samt fakturaadress.

Avanmälan kan ske vid uppvisande av positivt Covid test. I övrigt mot uppvisande av läkarintyg.

Ansökan. Senast 11 februari 2022. Antalen kursplatser är begränsat och kursplatser erhålls i turordning efter anmälningsdatum.

Då det gäller den pågående pandemin följer vi fortlöpande restriktioner från folkhälsoinstitutet.

Vi arbetar med små utbildningsgrupper under 20 personer och planerar att ha kursen IRL.

Vi förbehåller oss rätten att inställa kursen om antalet deltagare inte blir tillräckligt stort.

Välkommen med din anmälan!