

Spesialiseringsprogram i psykoterapi

Norsk Forum for Skjematerapi tilbyr i samarbeid med Norsk Forening for Kognitiv Terapi (NFKT) 3-årig spesialisering i psykoterapi med fordypning i skjematerapi. Undervisningen er modulbasert og følger de internasjonale retningslinjene til International Society of Schema Therapy (ISST), hvilket innebærer muligheten for avansert sertifisering i skjematerapi ved utdanningens slutt. Det benyttes ulike pedagogiske former som forelesning, modell-læring, opplevelsesorientert undervisning, rollespill, gruppearbeid og refleksjon over egen klinisk praksis. Da skjematerapi først og fremst retter seg mot pasienter med relasjonelle problemer, har man i utdanningsprogrammet i stor grad vektlagt utvikling av relasjonskompetanse og egenutvikling hos kandidatene.

Temaer i undervisning

Teoretisk modell: Innføring i skjema - og modusmodellen, emosjonelle kjernebehov, definisjon av tidlig maladaptivt skjema med gjennomgang av de 18 spesifikke skjemaene slik de er definert av Jeffrey Young og uhensiktsmessige mestringsstrategier.

Kasusformulering: Skåring og tolking av spørreskjemaer, psykoedukasjon og kasusformulering.

Kognitive intervensjoner: Bruk av sokratisk metode i endringsarbeid, minnekort, tankefeller.

Opplevelsesbaserte intervensjoner:

Visualiseringsøvelser, modusdialog, stolarbeid.

Relasjonelle intervensjoner: Avgrenset nyomsorg (limited reparenting), empatisk konfrontasjon, gjenkjenne og utforske tidlig maladaptivt skjema ved skjemaaktivering i terapielasjonen, terapeutens egne skjemaer.

Atferdsfokusede intervensjoner:

Atferdsekspiriment, overkomme unngåelse, livsklisteret.

Praktisk informasjon

Opptakskriterier

Embetseksamen som psykolog eller lege.

Søkere bør minst ha to års erfaring fra klinisk praksis.

Aktivt arbeid med samme pasienter over tid under utdanningen.

Godkjenning av utdanningen

Fellesprogrammet må være gjennomført før oppstart for at skjematerapiutdanningen godkjennes som del av spesialiteten. Fellesprogrammet inkluderer krav om 12 måneder veiledet praksis, 60 timers veiledning og 96 timer kurs. Det er krav om at kandidaten deltar på alle modulene for å få dem godkjent i spesialistordningen. Kandidaten må ha pasient(er) poliklinisk i skjematerapi under hele utdanningen. Det henvises til kravet om overveiende samtidighet mellom kurs, veiledning og praksis. Når det gjelder det skriftlige arbeidet, henvises det til de generelle utfyllende bestemmelsene for slikt arbeid.

Spesialiseringsprogrammet i skjematerapi dekker kravene fra NPF om kurs og egen erfaring samt 50 timer veiledning. Du er selv ansvarlig for resterende krav og søknad om godkjenning av spesialitet til Norsk psykologforening

Påmelding og pris

Kursavgift for spesialiseringsprogrammet er kr 85 000 (kr 14 167 pr. semester). Dette dekker samtlige kursmoduler (lunsj er inkludert). Veiledningsutgifter på ca kr 45 000,- (totalt) kommer i tillegg, og dekker 104 timer veiledning i skjematerapi forutsatt at det blir en kombinasjon av individuell og veiledning i gruppe. Det vil være opptil 4 deltagere i en gruppeveiledning. Påmelding til spesialiseringsprogrammet og enkeltstående kurs gjøres på nettsiden www.psykologbehandling.no Påmeldingsfrist for deltagelse i spesialiseringsprogrammet er **15. januar 2023**.

Spesialiseringsprogram i psykoterapi - skjematerapi



International Society of
Schema Therapy



Moduler i utdanningen

Spesialiseringsprogram i psykoterapi - skjematerapi 2023 - 2024 på Kongsvinger
Modul 1: Innføring i skjematerapi. Generelt om personlighetsforstyrrelser og differensialdiagnostikk. Kristine Dahl Sørensen og Erlend Aschehoug Onsdag 15.03.23, Kl. 10.00 - 17.00 Torsdag 16.03.23: Kl. 09.00 - 16.00 Fredag 17.03.23 Kl. 09.00 - 16.00
Modul 2: Kasusformulering i skjematerapi Erlend Aschehoug Torsdag 11.05.23: Kl. 10.00 - 17.00 Fredag 12.05.23: Kl. 09.00 - 16.00
Modul 3: Empatisk konfrontasjon Neele Reiss & Erlend Aschehoug Torsdag 21.09.23: Kl. 10.00 - 17.00 Fredag 22.09.23: Kl. 09.00 - 16.00
Modul 4: Stolarbeid i skjematerapi Remco van der Wijngaart Torsdag 23.11.23: Kl. 10.00 - 17.00 Fredag 24.11.23 Kl. 09.00 - 16.00
Modul 5: Terapi for terapeuter del 1 Eva Barkman & Erlend Aschehoug Torsdag 07.12.23: Kl. 10.00 - 17.00 Fredag 08.12.23 Kl. 09.00 - 16.00
Modul 6: Visualisering i skjematerapi Remco van der Wijngaart Torsdag 15.02.24: Kl. 10.00 - 17.00 Fredag 16.02.24 Kl. 09.00 - 16.00
Modul 7: From Addiction to Connection Truus Kersten. Torsdag 14.03.24: Kl.09.00 - 16.00 Fredag 15.03.24 Kl. 09.00 - 16.00
Modul 8: Terapi for terapeuter del 2 Eva Barkman & Erlend Aschehoug Torsdag 30.05.24: Kl. 10.00 - 17.00 Fredag 31.05.24 Kl. 09.00 - 16.00

Spesialiseringsprogram i psykoterapi - skjematerapi 2023 - 2024 på Kongsvinger
Modul 9: Body - Focussed Interventions in Schema Therapy. Janis Briedis Onsdag 11.09.24: Kl 10.00 - 17.00 Torsdag 12.09.24: Kl. 09.00 - 16.00 Fredag 13.09.24: Kl. 09.00 - 16.00
Modul 10: Hvordan styrke den sunne voksne? Erlend Aschehoug Onsdag 24.10.24: Kl. 10.00 - 17.00 Torsdag 25.10.24: Kl.09.00 - 16.00
Modul 11: Terapi for terapeuter del 3 Eva Barkman & Erlend Aschehoug Torsdag 05.12.24: Kl. 10.00 - 17.00 Fredag 06.12.24 Kl. 09.00 - 16.00
Modul 12: Skjematerapi for spiseforstyrrelse Susan Simpson Torsdag 06.02.25: Kl.09.00 - 16.00 Fredag 07.02.25 Kl. 09.00 - 16.00
Modul 13: Skjematerapi for emosjonelt ustabil personlighetsforstyrrelse. Remco van der Wijngaart Torsdag 20.03.25: Kl.09.00 - 16.00 Fredag 21.03.25 Kl. 09.00 - 16.00
Modul 14: Terapi for terapeuter del 4 Eva Barkman & Erlend Aschehoug Torsdag 22.05.25: Kl. 10.00 - 17.00 Fredag 23.05.25 Kl. 09.00 - 16.00
Modul 15: Skjematerapi for engstelig/unnvikende personlighetsforstyrrelse. Kristine Dahl Sørensen Torsdag 25.09.25: Kl.09.00 - 16.00 Fredag 26.09.25 Kl. 09.00 - 16.00
Modul 16: Terapi for terapeuter del 5 Eva Barkman & Erlend Aschehoug Torsdag 20.11.25: Kl. 10.00 - 17.00 Fredag 21.11.25 Kl. 09.00 - 16.00

Kort om veiledning

Det tilbys 104 timer veiledning i utdanningen, gitt av en psykologspesialist med avansert sertifisering i skjematerapi. Veiledningen vil foregå både i gruppe og individuelt. Den skal i hovedsak gis i forhold til opptak som man har gjort av egne terapitimer. Kandidaten må følge minimum fire pasienter og ha minst 25 terapitimer med hver. En av pasientene må ha en personlighetsforstyrrelse eller avvikende personlighetstrekk, og de øvrige skal på ulike måter være egnet for modusarbeid. Når man har kasusframlegg skal man i forkant sende en skriftlig redegjørelse for fokus i terapien og en problemstilling. Ifm med videoopptak skal det også leveres utkast til skriftlige kasusformuleringer. Veileder vil vurdere opptak ved hjelp av Schema Therapist Competency Rating Scale. Regelmessig veiledning på opptak av kandidatens egne terapier har vist god nytteverdi i forhold til utvikling av ferdigheter.

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, familierapi og gruppeterapi. Den benyttes også i kriminalomsorgen. 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