

MODUL & UNDERVISERE	DATO	TEMA & INDHOLD	LÆRINGSMÅL
Modul 1 Certificeringsmodul  Randi Øibakken        + elementer fra modul 5	1 dag = 6t  <b>3.9.2024</b>	Den schematerapeutiske model og assessment  <u>Indhold:</u> Gennemgang af modellen, basale behov, schemaer (copingstile) og modes Træning med makker i psykoedukation i modellen Gennemgang af assessment-teknikker	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Forstå modellen</li> <li>• Kende og lære schemaer og copingstile</li> <li>• Forstå sammenhængen ml. basale følelsesmæssige behov, temperament og indlæringshistorie</li> <li>• Kende og lære kategorierne af modes</li> <li>• Psykoedukation i modellen</li> </ul> Forstå og anvende assessment værktøjer inkl. spørgeskemaer, mode-dialog og visualisering
Modul 2 Certificeringsmodul  Randi Øibakken        + elementer fra modul 5	1 dag = 6t  <b>4.9.2024</b>	Sagskonceptualisering og behandlingsmål  <u>Indhold:</u> a. <i>Generel sagskonceptualisering</i> b. <i>Situationsspecifik sagskonceptualisering</i> c. <i>Psykoedukation i modellen</i> d. <i>Psykoedukation i klientens sagskonceptualisering</i> e. <i>Målsætning</i> f. <i>Træning med makker</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Kunne lave en afgrænset sagskonceptualisering i forhold til en specifik situation</li> <li>• Kunne udfærdige en fuld sagskonceptualisering i forhold til livsproblemer</li> <li>• Kunne psykoeducere i sagskonceptualiseringen</li> <li>• Opsætte mål og behov i schema- og mode-termer</li> </ul>
<b>TILKØB</b> Modul 6 Certificeringsmodul  Randi Øibakken	1 dage = 6t  <b>26.09.24</b>	Populationsspecifikke behandlingsteknikker  <u>Indhold:</u> Gennemgang af behandlingsplan for personlighedsforstyrrelser herunder borderline & ængstelig-evasiv.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Forstå og kende de specifikke modes, der er karakteristiske for personlighedsforstyrrelser herunder borderline &amp; ængstelig-evasiv.</li> <li>• Kende behandlingsplan for PTSD &amp; OCD</li> </ul>

		<i>Gennemgang af behandlingsplan for PTSD &amp; OCD</i> <i>Træning af ST-interventioner for ovenstående diagnosegrupper</i>	
Modul 3 Certificeringsmodul  Randi Øibakken	2 dage = 12t  <b>9+10.10.2024</b>	Schematerapeutiske teknikker I  <u>Indhold:</u> <i>Modedialog med schemaer og modes</i> <i>Teori, praktiske øvelser og metodetræning</i> <i>Forskellige mål med og former for mode-dialog med stole:</i> - gennemgang - demonstration - øvelser <i>Visualisering som forandringsmetode</i> - gennemgang - demonstration <i>øvelser</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Forstå, kende og anvende de generelle schematerapeutiske kompetencer</li> <li>• Have kendskab til og begynde at anvende mode- specifik kommunikation (og mode-dialog med stole) til behandling af schemaer &amp; modes</li> <li>• Konfrontere og grænsesætter dysfunktionelle autoritetsmodes</li> <li>• Have kendskab til og begynde at anvende visualisering til forandring målrettet specifikke schemaer og modes</li> </ul> <p>Linke schemaer og modes med tidligere barndomsoplevelser</p>
Modul 4 (& 5) Certificeringsmodul  Randi Øibakken	1 dag = 6t (1/2 dag for hvert modul)  <b>11.10</b>	Schematerapeutiske teknikker II  <u>Indhold:</u> <i>Kognitive teknikker</i> <i>Hjemmearbejde og adfærdstræning</i> <i>Valg af interventionsmetode</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Have kendskab til og kunne anvende kognitive og adfærdsmæssige forandringsteknikker</li> </ul> <p>Valg af interventionsmetode</p>
Modul 5 (&4) Certificeringsmodul  Randi Øibakken	1 dag = 6t (1/2 dag for hvert modul)  <b>11.10</b>	Den terapeutiske relation og aktivering af egne schemaer  <u>Indhold:</u> <i>Afgrænset forældrekomensation og de forskellige schemaer</i> <i>Empatisk konfrontation og grænsesætning af forskellige copingmodes (med fokus på frustrerede behov)</i> <i>Empatisk konfrontation og grænsesætning af "kritiker-modes"</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Forstå og begynde at anvende afgrænset forælder- komensation</li> <li>• Kendskab til og begyndende anvendelse empatisk konfrontation</li> <li>• Kendskab til og begyndende anvendelse af grænsesætning</li> <li>• Kunne genkende og intervenere overfor de specifikke overkompenserende modes hos patienten på</li> </ul>



		<ul style="list-style-type: none"> <li>- gennemgang</li> <li>- demonstration</li> <li>- øvelser</li> </ul> <p><i>Opmærksomhed på mulige aktiveringer af egne schemaer / modes i forbindelse med specifikke situationer i det terapeutiske arbejde Brug af selv-afsløring</i></p>	<p>en måde, så patienten lytter, kan tage imod og udvikle sig væk fra den dysfunktionelle mode til en sundere voksen forståelse, tilgang og adfærd</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Kunne genkende når egne schemaer og modes aktiveres i terapien</li> </ul> <p>Indsigt i trigger-følelser, trigger-modes, trigger-situationer etc.</p>
<p><b>TILKØB</b> Modul 7 Certificeringsmodul  Randi Øibakken</p>	<p>1 dag= 6 t (4t rollespil + 2t supervision)  <b>21.11.24</b></p>	<p>Den terapeutisk relation &amp; KAT-teknikker  <u>Indhold:</u> <b>Fortsættelse af modul 5</b></p>	<p><b>Fortsættelse af modul 5</b></p>

**Samlet overblik over datoer for 30-timer-uddannelse**

03.-04.09.2024  
09.-11.10.2014

**Samlet overblik over datoer for certificerings-uddannelse i SchemaTerapi**

03.-04.09.2024 (sammen med deltagerne på 30-timers-uddannelsen)  
26.09.2024 (undervisning)  
09.-11.10.2014 (sammen med deltagerne på 30-timers-uddannelsen)  
21.11.2204 (undervisning og supervision)  
21-22.1.2025 (supervision)  
19.02.2025 (supervision)

**Undervisningen foregår fra 9.00-16.00**

**Sted**

Centralt i København

**Pris**

30-timers-udd.: 14.000, - ex moms (momsfritages ifm. specialistudd)  
Certificeringspakke incl. supervision: 25.000, - ex moms

**Godkendelser**

Anden teoretisk referenceramme, kognitiv terapi (12.4.4.2.3)  
Specialiseringsmoduler i retning voksen: Psykoterapi og Sundhedspsykologi, behandling kognitiv terapi.  
Systematisk Efteruddannelse for Ydernummerpsykologer  
Godkendt af International Society of Schema Therapy – ISST til brug for certificering

**Målgruppe**

Psykologer og læger med interesse for SchemaTerapi  
Der er mulighed for deltagelse af max. 25% andre faggrupper



## Om SchemaTerapi

**SchemaTerapi** er en **transdiagnostisk terapiretning**, der bygger på **kognitiv adfærdsterapi** og inddrager elementer af **objektrelationsteori, tilknytningsteori og gestaltterapi**.

I SchemaTerapi arbejdes med **selvdestruktive mønstre/livsfælder, der oversætter verden**, så vi bliver fastholdt i vores schemaer omkring **at være forket, at blive svigtet, ikke at kunne stole på andre, at være mindreværdig osv.**

SchemaTerapi har vist sig særlig effektiv i forhold til **varige ændringer af u hensigtsmæssige eller fastlåste mønstre**.

## Litteratur og forberedelse

**Arntz, A.; Jacob, G. (2013)**. Schema therapy in practice: an introductory guide to the schema mode approach. Chichester, West Sussex; Malden, MA: John Wiley & Sons.

**Gyllenhammer, Carl; Perris, Poul**. Schematerapi: en klinikers handbok & en terapiberättelse

**Jacob, G; Genderen, H.v.; Seebauer, L. (2015)**. Breaking negative thinking patterns: a schema therapy self-help and support book. Chichester, UK; Malden, MA: John Wiley & Sons.

**Young, J.E.; Klosko, J.S. (1993)**. Reinventing your life. New York: Plume books

**Young, J. E. et al. (2003)**. Schema Therapy: A Practitioner's Guide. New York, Guilford

## Kontakt

Randi Øibakken

E-mail: [info@psykologkonsulenterne.dk](mailto:info@psykologkonsulenterne.dk)

Tlf.: 40 59 03 79

*Ret til ændringer forbeholdes*

