



## Kursanvisningar

### Utbildning i Dynamic Interpersonal Therapy (DIT)

för yrkesverksamma legitimerade psykologer

Start 4 februari 2022

Avslut 20 maj 2022

## Innehåll och syfte

Dynamic Interpersonal Therapy (DIT) är en semi-strukturerad individuell korttidsterapi (16 sessioner) utvecklad för depression och ångest inom primärvård. Manualen utformades av Alexandra Lemma, Peter Fonagy och Mary Target och bygger på psykodynamiska psykoterapeutiska kompetenser som visat sig förknippade med goda terapieresultat hämtade från psykoanalytiska/psykodynamiska behandlingsmodeller.

Teoretiskt bygger modellen på objektrelationsteori, interpersonell teori, anknytningsteori och mentaliseringsteori och kan sägas vara en kombination av traditionell psykodynamisk terapi och senare teoribildningar inom fältet. Modellen har både fokus på ökad insikt/förståelse av omedvetna relationsmönster och symtomlindring kopplat till ökade interpersonella färdigheter. DIT har i en större forskningsstudie visat på goda resultat och ytterligare studier pågår. (Se litteraturlista Fonagy 2019).

Kursens syfte är att ge fördjupade teoretiska och praktiska färdigheter inom DIT men mycket av det som studeras är även generella färdigheter som lämpar sig vid kortare tidsbegränsade psykoterapeutiska behandlingar, såsom bedömning, fokusformulerande och avslutningsarbete.

Undervisningen sker främst i form av föreläsningar och diskussioner med inslag av videodemonstrationer och rollspelsövningar.

## Lärandemål

Den studerande ska efter avslutad delkurs ha uppnått:

- Fördjupade kunskaper om bedömning inför DIT
- Fördjupade färdigheter och kompetens att formulera fokus för DIT
- Fördjupade färdigheter och kompetens att intervensera utifrån detta fokus samt bedöma patientens respons på terapeutens interventioner
- God förståelse för tidsramens betydelse för DIT.

## Examination

Kursen examineras dels genom deltagande i undervisning, dels skriftligt i form av hemtentamen.

## Omfattning och plats

Kursen motsvarar 7,5 hp och består av 8 halvdagar med föreläsningar/seminarier och praktiska övningar. Undervisningen är förlagd till Psykologiska institutionen vid Stockholms universitet.

## Litteraturlista

Lemma, A., Target, M., & Fonagy, P. (2011). *Brief dynamic interpersonal therapy: A clinicians guide*. New York, NY: Oxford University Press. (256 sidor).

von Below, C. (2020). *Anknytning i psykoterapi*. Stockholm: Natur och Kultur. (336 sidor).

Fonagy, P. et al. (2019). Dynamic interpersonal therapy for moderate to severe depression: a pilot randomized controlled and feasibility trial. *Psychological Medicine*, 50(6), 1010-1019. doi: 10.1017/S0033291719000928

Landström, K., Levander L., & Philips, B. (2019). Dynamic Interpersonal therapy as experienced by young adults. *Psychoanalytic psychotherapy*, 33(2), 99-116.

Fonagy, P., Luyten, P., Allison, E., & Campbell, C. (2019). Mentalizing, Epistemic Trust and the Phenomenology of Psychotherapy. *Psychopathology*, 52, 94-103. doi: 10.1159/000501526

Luyten, P., & Fonagy, P. (2015). The neurobiology of mentalizing. *Personality disorders: Theory, research, and treatment*, 6(4), 366-379.

## Schema

Tillfälle 1

4 feb 9-12

- Kursintroduktion, centrala aspekter av korttidsterapi

Tillfälle 2

11 feb 9-12

- Bakgrund och initialfas i DIT
- Introduktion av rollspel utifrån patientfall som deltagarna har med sig.

Tillfälle 3

18 feb 9-12

- Formulering av interpersonellt affektivt fokus (IPAF)

Tillfälle 4

25 feb 9-12

- Mellanfas i DIT

Tillfälle 5

11 mars 9-12

- Anknytningsteori och mentalisering i DIT

Tillfälle 6

18 mars 9-12

- Avslutningsfas i DIT

Tillfälle 7

25 mars 9-12

- Filmade rollspel i mindre grupper

Tillfälle 8

20 maj 9-12

- Examination