

**UTVIKLINGSRETTET INTERSUBJEKTIV PSYKOTERAPI  
MED UNGDOM,  
OG ET SÆRLIG FOKUS PÅ EGENUTVIKLING SOM TERAPEUT**

MODUL 2

RBUP 2021 – 2022

studentutgave



**GRUPPELÆRERE**

-Vil bli avklart i løpet av kort tid

## LITTERATUR

**\*NB- litteraturlisten er under utarbeidelse og vil justeres- legges ut.**

Det er lagt opp følgende grunnbøker som studentene kjøper;

### Intersubjektiv terapi:

**Per Einar Binder (2018)** *Hvem er jeg? Om å finne og skape identitet*. Fagbokforlaget.

**Birgit Svendsen, Unni Tanum Johns, Ingeborg Egebjerg, Heidi Brautaset (2012)**. *Utviklingsrettet intersubjektiv psykoterapi med barn og unge*. Fagbokforlaget

**Daniel Stern (2004)** *The present moment in Psychotherapy and everyday life*.

**Grunnbøker fra modul 1 som fortsatt vil være relevante og som det forutsettes godt kjennskap til:**

**Bjørg Røed Hansen (2012)** *I dialog med barnet*. Intersubjektivitet i utvikling og psykoterapi. Gyldendal forlag.

**Unni Tanum Johns og Birgit Svendsen (2016)** *Håndbok i tidsavgrenset intersubjektiv barneterapi*. Fagbokforlaget.

### Terapeututvikling, litteratur anbefalt:

**Per Einar Binder** *Et oppmerksomt liv, om relasjon kropp og nærvær i eksistensens psykologi*. (Særlig kap: 16 Vennlig oppmerksomhet, kap 17: den lyttende relasjon, kan 18: å arbeide med følelser og relasjoner i psykoterapi)

**Per Einar Binder (2016)**: *ikke vær så slem mot deg selv, en veiviser i det ufullkomne livet*. (utvalgte kapitler herfra)

**Rønnestad (...)** Om terapeututvikling ..... referanse kommer.

## Læringsplattformen CANVAS

Her legges ut øvrig pensum; dvs artikler og enkeltkapitler fra andre bøker.

E-læringsfilmer vil legges ut etter hvert som de ferdigstilles.

Refleksjonsoppgaver. Vil komme før hver samling, de legges også ut på Canvas.

## Arbeidsform

Undervisningen vil bestå av forelesninger, refleksjoner knyttet til teori, kliniske fremlegg og øvelser.

Studentene vil få en egen arbeidsbok til egne refleksjoner.

**1. samling; DET SÆREGNE VED UNGDOMSKLIENTEN**  
**(3 undervisningsdager)**  
**13, 14 og 15 oktober 2021**

**TEMA FOR SAMLINGEN**

Vi starter med et tilbakeblikk til modul 1, fordi modul 2 bygger på, fordyper og utvider dette kunnskapsgrunnlaget

I Modul-2 går vi inn i det særegne ved ungdomsklienten, med normalutviklingen som bakgrunnstappe for å forstå deres psykiske strev.

De sentrale utviklingsoppgavene utgjør rammeverk for å forstå hva som preger utviklingen både fysiologisk, kognitivt og emosjonelt. Sentral kunnskap er hjernens utvikling i ungdomsalder, og konsekvenser dette har for selvregulering og relasjonelle utfordringer.

**LÆRINGSMÅL;**

**HVA;** I løpet av denne samlingen skal studenten ha fått et omriss av hva de viktigste utviklingsoppgavene er. Ha noe innsikt i nevrobiologiske endringer i hjernen, samt hormonelle forandringer i kroppen, og hvilke utslag dette kan gi.

**HVORDAN;** Gjennom øvelser selv fått være i kontakt med ungdommen en selv var, og gjennom dette fått aktivert det følelsesmessige knyttet til ungdomstiden. Det skal videre være fokus på å anvende denne kunnskapen til å utarbeide kasusformuleringer og å begrunne retning/fokus i behandlingen. Hvordan oversette og involvere ungdommen i dette, for å styrke ungdommens eierskap til behandlingen (behandlingsplan).

**HVORFOR;** Oppleve å få «respekt» for, og få vekket / skape nysgjerrighet for de store omveltningene ungdommen skal finne ut av, og at de er sårbare i kraft av sin alder.

**TERAPEUTUTVIKLING**

En begynnelse i å erfare og bevisstgjøre seg oppmerksomt nærvær som redskap i å kultivere en tilstedeværende terapeutisk holdning.

Å arbeide med å kunne romme og stå i det emosjonelle presset som oppstår, både fra en selv og ungdommen en møter i det terapeutiske rom.

**LITTERATUR**

**Birgit Svendsen et.al. (2012)** *Utviklingsrettet Intersubjektiv psykoterapi med barn og unge.* Kap.6 Heidi Brautaset og Ingeborg Egebjerg; *Utviklingsrettet intersubjektiv psykoterapi med ungdom.*

**Anders Landmark og Line Stänicke (2016)** *Det uforståelige barnet. Om å skape sammenheng mellom indre og ytre verden.*

Kap 9; Ungdomstid – bevegelse, psykologiske utviklingstemaer og transformasjon.

**Per Einar Binder et.al.** Meeting an adult ally on the way out into the world; Adolescent patients experiences of useful psychotherapeutic ways of working at an age when independence really matters. *Psychotherapy Research*, (2011), Volume 21, issue 5

Litteratur oppmerksomt nærvær;

**Per Einar Binder (2011)** *Et oppmerksomt liv. Om relasjon, kropp og nærvær i eksistensens psykologi.*

Kap 16 Vennlig oppmerksomhet

Kap 17 Den lyttende relasjon

Kap 18 Å arbeide med følelser og relasjoner i psykoterapi.

## **2. samling; FORSTÅELSE AV UNGDOMSALDER OG IMPLIKASJONER FOR TERAPI (3 undervisningsdager) 08, 09 og 10desember 2021**

### **TEMA FOR SAMLINGEN**

Med bakgrunn i forståelse av ungdomsalder; vil vi gå inn i hvilke implikasjoner dette har for innganger til terapi med ungdom. Dette omhandler bl.a. å bevisstgjøre seg intensjon med det terapeutiske arbeidet for den enkelte ungdom en møter.

Sentrale problemstillinger er; Hva er terapi med ungdom? Hvilke rammer har de behov for? Hvordan tilrettelegge for utvikling av en god arbeidsallianse og relasjon.

Vi vil gi en fordypelse i de fire følelseskomponentene til Bjørg Røed Hansen, som hjelp til å ha retning i det terapeutiske arbeidet; vitalitetsaffekt, selvagens, affektinntoning og sosial referering. Vi vil også arbeide med Stern`s selvområder som samværsformer i terapi med ungdom, hvordan styrke de ulike selvområdene med måter å være sammen på.

Videre vil vi gi kjennskap til ulike metoder som redskaper i arbeid med ungdom;

- Kreative teknikker (eks bruk av tegning) som utgangspunkt for felles oppmerksomhet.
- Om intersubjektive prosesser i gruppeterapi med ungdom.
- TIB- modellen til terapeutisk arbeid med ungdom. Hvordan kan det gjøres innenfor et pakkeforløp?

### **LÆRINGSMÅL**

**HVA;** Få en forståelse for ungdommens «her og nå orienterte» væren.

Å få utvidet sitt repertoar for hvordan komme i et utviklende samspill – samtale med ungdommen.

**HVORDAN;** Ha fått forsøkt og skapt egne erfaringer fra annen metodikk (tegning, rollespill, stol arbeid, mindfulness),

Å arbeide med å kultivere en terapeutisk holdning, som muliggjør bevegelse og utvikling.

**HVORFOR;** Å kunne anvende relasjonelle begreper inn i det terapeutiske arbeidet, for å klargjøre intensjon og retning i arbeidet.

## TERAPEUTUTVIKLING

Å bevisstgjøre seg hvordan du utfordres særlig av ungdom i terapi?

Hva skjer i deg, hvilke impulser får du, hva gjør du med det? Vi vil arbeide med å konkretisere noen «utviklingsoppgaver» for terapeuten med tanke på ungdomsterapiene; bære motivasjon, stå i avvísning, devaluering, «romme» sterke følelser.

Å bli mere klar over hvilke følelser som kan være utfordrende for deg? Hvordan påvirker dette det intersubjektive feltet?

## LITTERATUR

**Line Stänicke (2012)** Relasjonelle utfordringer i ungdomsterapier – sett i lys av noen psykodynamiske begreper. *Mellanrummet*, nr. 6

**Johnsen, A. Sundet, R og Thorsteinsson, V.W. (2008)** *Samspill og selvopplevelse*. Kap. 7  
Selvopplevelse og samspill som metafor for terapi med ungdom.

**Daniel Hughes (2013)** *Healing moments in Psychotherapy*. Kap; Facilitating mindfulness in the abused or neglected child through the mindfulness of the therapist and parent.

**Helene Nissen-Lie ( )** Love yourself as a person, doubt yourself as a therapist.

## 3. samling; Å ARBEIDE MED GRUNNFENOMENER I UNGDOMSTERAPIENE (3 undervisningsdager) 02, 03 og 04 februar 2022

### TEMA FOR SAMLINGEN

Det transdiagnostiske perspektiv i å arbeide med grunnfenomener (emosjonsregulering, oppmerksomhet, selvagens og vitalitetsaffekt) i psykoterapi med ungdom. Hvordan ser de ut nå og hvordan kan de ramme/blokkere utviklingen hos en ungdom?

Hvilket psykologisk strev det er som ligger bak symptomet og hvordan oversette symptomet til et psykologisk innhold, et fenomennært språk som kan deles med ungdommen?

Sentrale problemstillinger vil være; når blir det et livsbegrensende symptom? Hva er mer vanlig pubertetsstrev?

Hvordan bruke kunnskap om utviklingsoppgaver for å vurdere grad av alvor.

Ungdommer kommer til terapi med sine relasjonserfaringer og forventninger, som oftest ikke er verbalisert: Hvordan arbeide med å fange opp det implisitte og jobbe terapeutisk med dette?

## LÆRINGSMÅL

**HVA;** Å kunne gjenkjenne og fange opp grunnfenomener i ungdomsalder. Hva skjer med disse grunnfenomenene i møte med puberteten? Å kjenne til og forstå ungdommens nye arenaer der de skal leve ut vitalitet, regulere emosjoner, nivåer av selvbevissthet (oppmerksomhet) og behov for agens. Også seksualitet som viktig og «ny» arena for samspill.

Hvordan arbeide i «her og nå», fra øyeblikk til øyeblikk, med ungdom. Hva er framtrædende i den aktuelle ungdommens form i timen her og nå? Hvordan viser dette grunnfenomener ungdommen kan streve med?

**HVORDAN;** Via kasusformulering jobbe med å generere hypoteser om grunnfenomener som er rammet/patogene prosesser/hva vi skal særlig være opptatt av å fange opp. Dette arbeider vi systematisk med gjennom studie av mikroprosesser i kliniske framlegg. Refleksjon over eget klinisk materiale der en lytter til hva ungdommen kommuniserer implisitt av strev relatert til grunnfenomener.

**HVORFOR;** En god livsutfoldelse/utvikling/bevegelse er forbundet med en balanse i grunnfunksjonene. Også forutsetning for økt mentaliseringskapasitet.

## TERAPEUTUTVIKLING

Å kunne håndtere emosjonelt press både innenfra og fra ungdommen (indre og ytre emosjonelt press) uten å agere.

Kjenne etter og bevisstgjøre seg hvilke av grunnfenomenene du selv kan streve med å balansere; agens, vitalitet, oppmerksomhet og emosjonsregulering.

Kjenne etter eksempler der de ulike fenomenene er i sving/er særlig utfordret. Eks pasienter som devaluerer mye av det du sier, hva gjør det med din agens? Vitalitet?

Hensikten er å øke bevisstheten innover, for å stimulere til videre egenutvikling.

Øvelse i henhold til terapeututvikling; Rollespille en pasient som er utfordrende og devaluerende. Kjenne etter hvilke grunnfenomener du rammes på som terapeut? Hvordan kan det å identifisere strev i egne grunnfenomener bli en hjelp til å skape en god bevegelse i terapien? I motsetning til prematur lukning f eks, overtilpasset terapeut, utagerende terapeut, avvisende terapeut, bli veldig på innhold mer enn å tematisere hva skjer mellom oss her og nå.

## LITTERATUR

**Birgit Svendsen et.al (2012)** Utviklingsrettet intersubjektiv psykoterapi med barn og unge. Kap 7 Hege Syversen Smerud; «Når følelsene tar overhånd» Emosjonsregulering og tvangssymptomer.

**\*Tonje Grønning Andersen;** Dr. grads artikkel

**\*Yalom .** Group Psychotherapy. Kap Working in the here and now.

**4. samling; RELASJONELLE UTFORDRINGER I TERAPEUTISK ARBEID MED UNGDOM  
(3 undervisningsdager)  
06, 07 og 08 april 2022**

**TEMA FOR SAMLINGEN**

I denne samlingen er det fokus på å fange opp det implisitte, arbeide i her og nå. Vi vil ha et spesielt fokus på skam og skyldfølelse, som særlig kan aktiveres i ungdomsalder. Vi vil også vektlegge seksualitetens rolle i ungdomsalder som kilde til glede og skamfølelse. Hvordan fange opp og arbeide med dette?

Vi vil formidle kunnskapsgrunnlaget for Kontroll-mestringsteori, som et redskap til å kunne håndtere emosjonelt press i ungdomsterapier, og identifiser hvilke relasjonelle utfordringer som kan fremtre.

Utover dette vil det være fokus på andre metoder / redskaper som;

- ABFT – foreldre – familiearbeid.
- Bruk av tegning som kilde til felles oppmerksomhet, utforsking i refleksjon over indre tilstander.
- MBT for ungdom. Vi vil særlig ha oppmerksomhet på mentalisering i denne samlingen, se på hvordan denne funksjonen er særlig rammet i ungdomstid, på hvilken måte og hvorfor. Hva gjør vi med dette/hvordan arbeider vi for å øke tilgang til mentalisering? Hvordan alt vi fokuserer på av grunnfenomener og utviklingsoppgaver osv. også peker mot arbeid med å øke mentaliseringskapasiteten

**LÆRINGSMÅL**

**HVA;** Å kunne fange opp og arbeide med det implisitte. Med et særlig fokus på relasjonen mellom ungdom og terapeut, som utgangspunkt for arbeid med utviklingsmessige behov.

Å kunne anvende Kontroll Mestringsteori gjennom å lage planformuleringer, som redskap til å kunne stå i det emosjonelle presset samt være forberedt, ha en bevissthet rundt relasjonelle utfordringer som kan vise seg.

Hva har de med seg inn fra egen tilknytningshistorie som gjør dem sårbare eller bedre rusta til selvstendighet/autonomi?

Å kunne kjenne på, tåle og ikke agere i et rom med emosjonelt press. Gjennom dette å forhindre prematur lukning i det terapeutiske arbeidet.

**HVORDAN;** Lage kasusformuleringer ut fra Kontroll Mestringsteori.

Se kasuspresentasjoner, mikroprosesser på film, øve seg i å fange opp / fornemme implisitt kommunikasjon.

Rollespille førstesamtale mellom pasient og foreldre, med terapeut (ABFT; relational switch).

**HVORFOR;** Ungdommer kan trenge hjelp til å komme på sporet av egne behov, få tematisert og få et forhold til disse som muliggjør bevegelse og utvikling, ikke stagnasjon, «hakk» eller destruktive spor.

Utvide hva vi har fokus på som terapeuter; til også å omfatte det implisitte, det skamfulle, det ubevisste eller «ensomme» i ungdommen.

Jobbe med å inntone det som har vært utenfor «sonen for mulig deling».

## TERAPEUTUTVIKLING

Å bevisstgjøre deg hva som skjer i deg i møte med utfordrende tema hos ungdommen, som skam, seksualitet, sterke følelser, «umulige følelser».

Å styrke det å berede rom i deg som gjør deg bedre til hjelp for ungdommen når du blir aktivert, eller passiv.

Øvelse; Å gå gjennom egen livshistorie/erfaringer, se på om det er noe av dette som kan påvirke våre terapier med ungdommer.

## LITTERATUR

**Per Einar Binder et al (2008)** Den håpefulle utprøving; Kasusformulering og vekstbefordrende samhandling i lys av kontroll-mestringsteori. *Tidsskrift for Norsk psykologforening*. Vol. 45

**Curtis & Silberschatz (1986)**. Clinical implications of research on brief dynamic psychotherapy I. Formulation the patients problems and goals. *Psychoanalytic psychology*. Vol 3

**Curtis & Silberschatz (1986)**. Clinical implications of research on brief dynamic psychotherapy II. How the therapist helps or hinders therapeutic progress. *Psychoanalytic psychology*. Vol 3

**Diamond & Diamond (2014)**. *Attachment- Based Therapy for Depressed Adolescents*. American Psychology association.

Kap 1, Historical roots and empirical support for attachment-based family therapy.

Kap 3; Task 1: Relational frame

\*Trygghetssirkelen for ungdom

## 5. samling; Å AVSLUTTE UNGDOMSTERAPIER. TERAPEUTUTVIKLING SOM EN LIVSLANG PROSESS.

AVSLUTTENDE SAMLING MED EGET FREMLEGG.

(3 undervisningsdager)

01, 02 og 03 juni 2022

## TEMA FOR SAMLINGEN

Vi vil arbeide med kriterier for avslutninger av ungdomsterapier.

Hvordan finne en balanse i å støtte autonomi –eller motivere for videre terapeutisk arbeid; «holde på dem».

Å tilrettelegge for at ungdommer erfarer en god avslutning, noe som innebærer at en forholder seg til tema avslutning både i terapien og i livet.



## LÆRINGSMÅL

**HVA;** Å ha en bevisst holdning til det å avslutte terapier, både å vurdere kriterier for avslutning og kunne tilpasse tempo og innhold.

Hvordan bruke overgangssymboler?

Hvordan lager vi stillas rundt det dysregulerende ved avslutning?

Skape rom for det som oppstår av følelser rundt avslutning.

Å kunne formidle sitt fag til egen og andre faggrupper.

**HVORDAN;** Fordype teori på avslutninger. Arbeide med avslutninger i terapi gjennom videofremlegg.

Å arbeide med / erfare det å oversette og formidle egen faglighet.

**HVORFOR;**

Kunne bruke denne fasen av terapien og potensialet som ligger i den.

Som spesialist forventes det at du skal kunne formidle ditt eget fag til egen og andre faggrupper.

## TERAPEUTUTVIKLING

Å få en bevissthet rundt hvor jeg er i min utvikling som ungdomsterapeut.

Å forstå og forholde seg til terapeututvikling som en livslang prosess

Bevisstgjøre seg hvordan ta vare på min videre utvikling, slik at jeg beholder mitt engasjement og faglige glød.

## LITTERATUR

**Spiegel, S. (1996)** *An interpersonal approach to child and adolescent psychotherapy*. Jason Aronson. Inc. London

Kap 10 Termination of treatment

**Råbu, M. og Haavind, H. (2017)** «Hvor langt kom vi». Felles utforsking av bedring i siste fase av psykoterapi». *Tidsskrift for Norsk Psykologforening*, Vol 53