



STUDIEORDNING

**DEN METAKOGNITIVE
PSYKOTERAPUTUDDANNELSE**

Version 1.5 - 17. December
2023

Indholdsfortegnelse

Version 1.5 – 17. December 2023	1
Uddannelsens formål og mål	5
Videnskabeligt udgangspunkt samt terapeutisk retning, metode og værdigrundlag	6
Undervisningsmetoder	7
<i>Undervisning</i>	7
<i>Teoretiske oplæg</i>	7
<i>Træning af praksis og metode</i>	7
Optagelseskriterier og deltagerforudsætninger	8
<i>Optagelseskriterier</i>	8
<i>Merit</i>	8
<i>Optagelsesprocedure og betaling</i>	9
<i>Forlænget studietid / pause i studiet</i>	9
<i>Fravær</i>	9
<i>Studievejledning</i>	9
Etiske regler og forventninger til engagement	10
<i>Etiske regler for udøvelse af psykoterapi</i>	10
<i>Forventninger til den studerendes engagement</i>	10
Uddannelsens tidsforbrug	11
<i>Skema over samlet tidsforbrug</i>	11
<i>Teori og metode</i>	13
<i>Selvrefleksion / færdighedstræning/ feedback på egen stil</i>	13
<i>Gruppe Supervision</i>	13
<i>Studiegruppe</i>	13
<i>Klinisk erfaring m. træningsklienter</i>	13
Studiebeskrivelse	14
<i>Oversigt over det samlede indhold på uddannelsen</i>	14
<i>Generelle krav til en Psykoterapeutuddannelse godkendt af Dansk Psykoterapeut uddannelse</i>	14

1. år – Psykoterapeutuddannelse	16
<i>Modul 1.1 – Indføring i den metakognitive metode</i>	16
<i>Modul 1.2 – Certificeret Metakognitiv Stresscoach</i>	16
<i>Modul 1.3 – Metakognitiv Terapeut</i>	17
2. år – Psykoterapeutuddannelsen	19
<i>Modul 1 – Kognitiv adfærdsterapi</i>	19
<i>Modul 2 – ACT, Acceptance & Commitment therapy</i>	19
3. år – Psykoterapeutuddannelsen	21
<i>Indhold 3. år Psykoterapeutuddannelse</i>	21
<i>Modul 1 – Tilknytningsforstyrrelser og mentalisering</i>	21
<i>Modul 2 – Den motiverende samtale</i>	21
<i>Modul 3 – Choice Therapy</i>	22
<i>Modul 4 Kommunikation og Psykologiens historie</i>	23
<i>Modul 5 – indføring i Mindfulness baseret Psykoterapi</i>	23
4. år – Psykoterapeutuddannelsen	23
<i>Modul 1</i>	24
<i>Modul 2 – Etik og videnskabelige studier</i>	24
<i>Modul 3 Metakognitiv angstbehandling overbygning</i>	24
<i>Modul 4 Metakognitiv misbrugsbehandling</i>	25
<i>Modul 5 metakognitiv depressionsbehandling overbygning</i>	25
<i>Modul 6 metakognitiv parterapi overbygning</i>	26
<i>Modul 7: metakognitiv terapi til børn og unge overbygning</i>	26
<i>Modul 8: metakognitive gruppeforløb</i>	26
<i>Modul 10</i>	27
<i>Eksamenstræning /supervision</i>	27
Eksaminer og prøver	29
<i>Eksamen 1. År</i>	30
<i>Eksamen 2. År</i>	31
<i>Eksamen 3. År</i>	32
<i>Evaluering af uddannelsen</i>	34

Organisation	36
<i>Primære undervisere.....</i>	<i>36</i>
<i>Censorkorps</i>	<i>36</i>
<i>Ansvarlig leder af uddannelsen samt studievejleder</i>	<i>36</i>
<i>Administration og daglig ledelse</i>	<i>37</i>

Uddannelsens formål og mål

Formålet med den 4-årige psykoterapeutuddannelse er at uddanne Psykoterapeuter, der på et fagligt og menneskeligt niveau kan tilbyde og udføre psykoterapi med udgangspunkt i de kognitive teorier. Metakognitiv terapi og Kognitiv adfærdsterapi, samt andre teorier og metoder tilhørende den 3. bølge af kognitive teorier, som ACT, Mindfulnessbaseret psykoterapi samt Choice Therapy.

Uddannelsen har som mål:

- at den studerende opnår teoretisk viden og praktisk erfaring til at udføre effektiv og etisk forsvarlig psykoterapi.
- at den studerende tilegner sig kompetence til at forholde sig kritisk og reflekteret overfor valg og anvendelse af teorier og metoder, så den enkeltes praksis og virke står på et solidt personligt og fagligt fundament.
- at uddannelsen vil ruste den studerende til at kunne behandle de fleste psykiske lidelser, ved hjælp af terapeutiske metoder, samt modtage supervision i forhold til egen terapeutisk stil.
- at med Psykoterapeuternes 4-årige psykoterapeutuddannelse er den studerende godt rustet til eksempelvis at starte sin egen psykoterapeutiske praksis eller specialisere sig indenfor sit nuværende fag.
- at udvide den studerendes viden om menneskers tanke-, handle-, motivations- og værdimønstre. Den studerende får igennem sin uddannelse også mulighed for at reflektere og blive bevidst om egne mønstre, som kan komme i spil i forhold til at udøve terapi

Videnskabeligt udgangspunkt samt terapeutisk retning, metode og værdigrundlag

Uddannelsens teoretiske ståsted er Metakognitiv terapi, samt nyere evidensbaserede kognitive terapier tilhørende primært den 3. bølge. Den 3. bølge indenfor kognitive terapier karakteriseres overordnet set ved, at man arbejder med omstrukturering af tankeprocesser. I løbet af uddannelsen vil der blive arbejdet med følgende teorier:

- Metakognitiv terapi
- ACT
- Choice Theory
- Mindfulnessbaseret Psykoterapi
- Kognitiv adfærdsterapi

På uddannelsens 1. og 4. år beskæftiger man sig primært med den Metakognitive teori og metode

Kognitiv og metakognitiv tilgang

Kognitiv adfærdsterapi, samt metakognitiv terapi er videnskabelige dokumenterede terapiformer med behandlingsprotokoller for de fleste psykiske lidelser. På hele uddannelsen holdes et teoretisk og praktisk fokus på menneskers tænkning og psykiske tilstand.

År 1 og 4 indeholder den metakognitive del af uddannelsen. Her arbejdes der med, hvilken indvirkning metakognitioner har på menneskets psykiske tilstand.

Under hele uddannelsesforløbet er der fokus på, ikke blot hvad, der virker, men i høj grad også på, hvorfor det virker.

Psykologisk forskning

På hele forløbet søges både teori og metode koblet til psykologisk forskning på området.

Undervisningsmetoder

Uddannelsens fokus på involverende, læringsorienteret psykoterae viser sig i de valgte og benyttede undervisningsmetoder og pædagogikker.

Psykoteraeuterne bygger traditionelt på et læringsparadigme, hvor den studerende er aktiv og engageret, der bruges derfor en inddragende og praktisk tilgang som et grundlæggende pædagogisk princip.

Undervisning

Planlægning af undervisningen er ud fra et givent fagligt tema. De enkelte emner og formål formuleres så bredt, at de kan fungere som vejledninger i forhold til at kunne støtte de studerende i at lære optimalt. Dialogen bruges som en måde at holde et højt aktivitetsniveau og skabe vedkommende læring.

Feedback på egen stil og selvrefleksion anvendes som en måde at skabe fokus på både den studerendes forcer, samt de udviklings- og arbejds punkter, den studerende har. Undervisere, medstuderende, supervisorer anvender anerkendende feedback som fast omdrejningspunkt i forbindelse med al metodetræning.

Brug af video i undervisningen giver de studerende mulighed for at lære gennem dette blik udefra via supervision, samt feedback på egen stil.

Teoretiske oplæg

På alle undervisningsdage er der teorioplæg i den obligatoriske teori og litteratur. Teorioplæggene er støttet af moderne av-midler og vil altid foregå i dialog med de studerende. Gæstelærer, specialister og eksperter vil i forbindelse med teorioplæggene blive brugt.

Træning af praksis og metode

Undervejs opøver de studerende deres terapeutiske praksis gennem træning, feedback, refleksion og supervision fra undervisere, supervisorer og medstuderende. Samtidig har de studerende fra uddannelsens 3. år træningsklienter, som giver mulighed for at træne klinikkompetencer på en række forskellige måder.

Optagelseskriterier og deltagerforudsætninger

Psykoterapeuterne tilbyder flere gange om året en introduktionsaften, hvor interesserede kan komme og høre om uddannelsen og møde nøglepersoner fra uddannelsen.

Optagelseskriterier

Ud over en introduktion til uddannelsen, skal den studerende leve op til en af nedenstående 3 kvoter, før deltageren kan starte på Psykoterapeutuddannelsen:

Kvote 1

Ansøgere til psykoterapeutuddannelsen skal have en relevant uddannelses- og erhvervsbaggrund, der svarer til en professions bachelor eller en videregående akademisk uddannelse. Uddannelsen skal være af psykologisk, pædagogisk eller sundhedsfaglig karakter, som f.eks. lærer, sygeplejerske, socialrådgiver, ergo – eller fysioterapeut, pædagog, læge eller psykolog.

Ansøgere skal efterfølgende have erhvervserfaring inden for denne profession i mindst 3 år eller anden relevant erhvervserfaring i mindst 3 år.

Kvote 2

Andre ansøgere med en uddannelse på minimum professionsbachelor niveau, der ikke er af psykologisk, pædagogisk eller sundhedsfaglig karakter.

Ansøgere der optages på dispensation, skal have minimum 3 års relevant erhvervserfaring. Ansøgere optages på uddannelsen efter en konkret vurdering, der gives ud fra en helhedsbetragtning, hvor også uddannelsesniveau, alder, modenhed, motivation, og erhvervserfaring klarlægges og vurderes.

Kvote 3

Ansøgere tilhørende andre faggrupper. Disse ansøgers uddannelse skal være suppleret med et-årigt kursus i psykologi/psykologiske teorier bestående af et forløb med afsluttet eksamen. Kurset skal være fortløbende og indeholde undervisning i og gennemgang af mindst tre, helst flere, grundteorier inden for psykologien. Det kan for eksempel tages fra universiteter, Master i psykologi fra udbydere i erhvervssektoren, HF i psykologi på B-niveau og lign.

Ansøgere der optages på dispensation, skal have minimum 3 års relevant erhvervserfaring. Ansøgere optages på uddannelsen efter en konkret vurdering, der gives ud fra en helhedsbetragtning, hvor også uddannelsesniveau, alder, modenhed, motivation, og erhvervserfaring klarlægges og vurderes.

Merit

Merit kan gives ved dokumentation for hele, afsluttede studieår.

Forudsætningen er, at uddannelsen afsluttes inden for den normerede tidsramme.

Optagelsesprocedure og betaling

Alle ansøgere udfylder et elektronisk ansøgningsskema. Herudover deltager ansøgere i en fælles introduktionsaften.

De studerende optages ud fra en samlet vurdering i forhold til kriterierne for optagelse på uddannelsen og i det omfang, der er plads på det ønskede hold.

Man forpligter sig til at deltage i og betale for uddannelsen 1 år ad gangen. Ratebetaling kan evt. aftales.

Forlænget studietid / pause i studiet

Instituttet anbefaler, at den studerende gennemfører uddannelsen på den normerede tid. Dog kan den studerende tage op til 2 års pause undervejs, så den studerende maksimalt er 6 år om at gennemføre uddannelsen.

Hvis den studerende af personlige, helbredsmæssige (herunder graviditet og sygdom), arbejdsmæssige eller andre grunde ønsker at holde en pause undervejs, anbefaler skolen, at den studerende aftaler en individuel samtale om en uddannelses- og studieplan for vedkommende.

Den studerende skal skriftligt begrunde sin beslutning om forlænget studietid over for instituttets administration.

Fravær

Skolen forudsætter et fremmøde på min. 90%. Har den studerende et fravær på mere end 10% i løbet af et undervisningsår, skal den studerende deltage i erstatningsundervisning på et lignende undervisningsmodul. Den studerende skal som udgangspunkt betale for denne ekstraundervisning.

Studievejledning

Skolen tilbyder studievejledning til de studerende undervejs. De enkelte undervisere vejleder og rådgiver i de specifikke faglige spørgsmål undervejs. De studerende aftaler individuel studievejledning direkte med skolens administration.

Etiske regler og forventninger til engagement

Etiske regler for udøvelse af psykoterapi

Psykoterapeuterne følger Dansk Psykoterapeutforening etikregler for udførsel af psykoterapi. Psykoterapeuternes undervisere følger der etiske regler der er opsat af Dansk Psykoterapeutforening for uddannelsessteder.

Hos Psykoterapeuterne mødes såvel klienter, som studerende, med respekt og ansvarlighed. Såvel undervisere som udøvere af terapi er underlagt tavshedspligten og bringer sig ikke i et afhængighedsforhold til de studerende samt klienter.

De kan endvidere forvente at undervisere løbende holder sig fagligt opdateret.

De studerende hos Psykoterapeuterne skal, som led i deres kontrakt med Psykoterapeuterne, skrive under på, at de forpligter sig til ikke at videregive personlige oplysninger om andre til tredjepart, som også omfatter ægtefælle, ven/veninde og andre.

Hos Psykoterapeuterne forventes det af de studerende, at alle forhold som ikke er i overensstemmelse med stedets etiske regler bringes direkte til uddannelses leder eller igennem studierepræsentanten.

<https://psykoterapeutforeningen.dk/etikregler/>

Forventninger til den studerendes engagement

Psykoterapeuterne forventer at den studerende:

- involverer sig og aktivt bidrager i undervisning, øvegrupper, under supervision og i det hele taget indtager en position, hvor den studerende viser, at hun/han aktivt bidrager til både sin egen og den fælles læreproces.
- stiller sig til rådighed i forbindelse med undervisning, demonstrationer, ved kollegial sparring, træning og supervision på holdet samt i gruppesupervisionen.
- bidrager til det fælles læringsrum og den fælles læreproces.
- Er aktive i forbindelse med planlægning og gennemførelse af gruppetræning og gruppesupervision.
- Efterlever de etiske regler for udøvelse af psykoterapi.

Uddannelsens tidsforbrug

Uddannelsens samlede tidsforbrug over de 4 uddannelsesår er i alt 884 lektioner

Lektioner fordelt på følgende måde:

Teori og metode	450 lektioner
Selvrefleksion / lærerterapi	150 lektioner
Supervision	200 lektioner
I alt på undervisningsmoduler	800 lektioner

Holdundervisningen er på i alt 800 lektioner à 45 minutter. Der undervises ca. hver 4. uge, 3 dage.

Herudover er der uden for undervisningsmodulerne et samlet tidsforbrug på 114 lektioner for den studerende. Dette er 84 lektioner til studiegruppe og 30 lektioner klinisk arbejde med (trænings) klienter. Læs mere nedenfor om indhold og specifikke krav.

Den studerende skal yderligere sætte tid af til forberedelse via litteraturlæsning, samt forberedelse til både skriftlige og praktiske eksaminer.

Skema over samlet tidsforbrug

	1.år	2. år	3.år	4.år	I alt
Teori og metode	104	128	120	98	450
Supervision	48	48	48	56	200
Færdighedstræning / feedback På egen stil / selvrefleksion	40	32	40	38	150
Egne klienter *		10	10	12	30
Studiegruppe *	21	21	21	21	84

*) lektioner uden for undervisning

Uddannelsens delelementer

Teori og metode

450 lektioner ud af 800 lektioner er teori kombineret med praktiske øvelser, rollespil samt div. videodemonstrationer.

Selvrefleksion / færdighedstræning/ feedback på egen stil

Selvrefleksion er den studerendes individuelle refleksion i forbindelse med terapeutisk arbejde med en eller flere andre medstuderende (par eller mindre grupper) på undervisningsmodulerne.

Færdighedstræning / feedback på egen stil;

De studerende medbringer video / audio eller har forberedt en live case. Formålet er at optimere de studerendes færdigheder. En del af feedbacken udgør endvidere egenterapi, hvor den studerendes terapeutiske stil og udviklingspunkter identificeres og bearbejdes.

Både i forbindelse med selvrefleksion og færdighedstræning har de involverede parter tavshedspligt.

Gruppe Supervision

På disse dage er det de studerende der sætter dagsordenen. Formålet med supervisionen er, at klæde de studerende på til at behandle klienter ud fra de lærte teorier. Det er de studerendes egne cases, der tages op til supervision. Underviser kan også uddybe efter ønske fra de studerende et allerede gennemgået emne i forhold til hvordan man bedst behandler dette indenfor de kognitiv og metakognitiv terapi.

Studiegruppe

Mellem alle undervisningsmoduler skal de studerende træne de af uddannelsens teorier og metoder, der allerede er gennemgået. Dette foregår via studiegrupper, der mødes regelmæssigt.

Når studiegrupperne mødes fordeles rollerne terapeut, klient og observatør. Alle skal indtræde ligeligt i alle 3 roller.

Der er forventning om, at de studerende bruger 21 lektioner pr. studie i deres studiegrupper.

Studiegruppen skal dokumenteres skriftligt – skemaer kan downloades på instituttets hjemmeside.

Klinisk erfaring m. træningsklienter

På uddannelsen 3. og 4. år skal den studerende have klinisk erfaring med træningsklienter.

Klinisk erfaring m. klienter skal dokumenteres skriftligt

Studiebeskrivelse

Oversigt over det samlede indhold på uddannelsen

Den Metakognitive Psykoterapeutuddannelse er først og fremmest solidt baseret på Den Metakognitive Metode. Metoden anses for at være transdiagnostisk, men det er vores holdning og erfaring at selvom Den Metakognitiv tilgang er rigtigt godt til rigtigt meget, dækker den nødvendigvis ikke alt. Vi mener ligeledes at en psykoteraapeut er langt bedre funderet, helstøbt og versatil med psykologiske redskaber funderet i supplerende psykologiske retninger.

Uddannelsen kickstartes med 1 års intensiv indføring i metakognitiv- stresscoaching og terapi med henblik på allerede efter første år at give den studerende mulighed for at udøve terapi på psykiske lidelser. Dermed opbygges den studerendes erfaringsgrundlag og terapeutiske selvtillid så tidligt i uddannelsen som muligt.

Imens den studerende sideløbende opbygger praktisk erfaring, bygger vi det 2. år den terapeutiske redskabskasse op med solide kompetencer i kognitiv coaching og ACT.

Den studerende får i løbet af det 3. år opbygget flere redskaber til redskabskassen og får samtidigt teoretisk psykologiske fundament på plads.

Det 4. og sidste år af uddannelsen cementerer vi den studerendes Metakognitive psykoteraapeutiske færdigheder i den tungere ende af den diagnostiske skala så den studerende efter endt uddannelse står med både et solidt teoretisk og især et praktisk og erfaringsrigt grundlag at basere sin praksis på.

Generelle krav til en Psykoterapeutuddannelse godkendt af Dansk Psykoteraapeut uddannelse

Psykoteraapeutiske hovedretningers historie og samfundsmæssige udvikling – De studerende undervises eks i Meta om historien og udviklingen indenfor denne teori.

Psykoterapeutbegrebets historiske udvikling.

- Teori om kommunikation
- Teori om udvikling og personlighedsdannelse.
- Forståelse af teoriens implikationer for begreber som sundhed og sygdom.
- Teori om pågældende psykoterapis mål, muligheder og begrænsninger.
- Teori om psykoteraapeutiske processer.
- Relevant teori om relationerne i selve psykoterapien.
- Teori om den pågældende retnings psykoteraapeutiske behandlingsforståelse.

- Psykopatologi samt metodik og empiri fra psykoteraeforskningen og evidensbaserede psykoteraeimetoder. mv., herunder teorier om karakterudvikling, personlighedsstruktur og personlighedsforstyrrelser samt kendskab til diagnosticeringer og deres anvendelse.
- Etik og psykoterae.

1. år – Psykoterapeutuddannelse

Mål og indhold

På 1. år er fokus primært på Stress og behandling af stress, samt metakognitiv behandling af psykiske lidelser. Den studerende lærer den grundlæggende teori inden for den metakognitive metode, gennem undervisning, samt praksisorienterede øvelser.

Det teoretiske og metodiske udgangspunkt for Metakognitiv terapi introduceres og trænes gennem denne del af uddannelsen via oplæg, feedback og selvrefleksion. Ved siden af de 2 undervisningsmoduler skal den studerende have min. 21 lektioner studiegruppe. Studiegruppen dokumenteres skriftligt.

Modul 1.1 – Indføring i den metakognitive metode

3 undervisnings dage – 24 lektioner

Formål

På modul 1 introduceres den studerende til den metakognitive metode og teori, Formålet er at introducere den studerende til Adrian Wells evidensbaseret teori. For at kunne anvende den til behandling af stress og psykiske lidelser. Formålet er at de studerende lærer om opmærksomhed samt metakognitioner og CAS.

Emner

- Indføring i teorien
- Metakognitioner og psykisk trivsel
- Den metakognitive Sagsformulering
- Detached Mindfulness
- Opmærksomhedstræning
- Mere om metakognitioner
- Egen CAS i vores arbejde
- Supervision i egne cases
- Træning af tillært viden
- Metakognitiv redskabskasse

Modul 1.2 – Certificeret Metakognitiv Stresscoach

9 Undervisningsdage / 72 lektioner

Studiegruppe - 10 lektioner

Formål

På modul 2 introduceres den studerende til coaching og det metakognitive stressbegreb. Formålet med dette modul er at gøre den studerende i stand til at gennemføre coachingsessioner. Den

studerende stifter derudover bekendtskab med kommunikation og hvilken rolle det har i det terapeutiske rum.

Emner

- Den professionelle samtale
- Sokratiske dialog
- Kommunikation
- Stress. Langvarig / akut stress
- Sagsformulering til Stress
- Metakognitioner og CAS
- Psykisk lidelse
- Behandling
- Træning
- Stressmanual
- Stressforløb
- Træning i coaching
- Feedback på egen stil
- Supervision

Modul 1.3 – Metakognitiv Terapeut

12 undervisnings dage / 96 lektioner

studiegruppe - 11 lektioner

Formål

På modul 3 undervises den studerende i metakognitiv behandling af psykisk lidelse som, angst, depression, PTSD og OCD. Formålet med dette modul er at den studerende bliver trænet i at udøve psykoterapeutisk behandling af klienter med psykisk lidelse.

Emner

- Angst
- Social angst
- Depression
- OCD
- Sagsformulering
- PTSD
- Behandling
- Udvikling og personlighedsdannelse
- Borderline personligheds-forstyrrelse
- Terapi med børn og unge
- Børn og unge med angst
- Par terapi
- Familie terapi
- Træning

- Supervision
- Feedback på egen stil

2. år – Psykoterapeutuddannelsen

Mål og indhold

På 2. år undervises i Kognitiv adfærdsterapi samt ACT. Styrken ved denne uddannelse er, at de studerende uddannes til at være eklektiske terapeuter. For at kunne virke som dette. Er det af afgørende betydning, at de studerende får en dybere forståelse af andre teorier indenfor de kognitive teorier, så den studerende i højere grad kan vælge og fravælge metoder og teknikker i en given sammenhæng.

Det teoretiske og metodiske udgangspunkt for Kognitiv adfærdsterapi samt ACT introduceres og trænes gennem denne del af uddannelsen via oplæg, feedback og selvrefleksion.

Ved siden af de undervisningsmoduler skal den studerende afholde studiegruppe min. 21 lektioner med sine medstuderende. Studiegruppen skal dokumenteres skriftligt.

Modul 1 – Kognitiv adfærdsterapi

Formål

Formålet med 1. modul er at give den studerende en dybere forståelse for kognitiv adfærdsterapi muligheder og begrænsninger som psykologisk behandlingsmetode, samt at udvide den studerendes kompetencer med modeller og spørgeteknikker, der afdækker og behandler psykiske lidelser hos klienten.

Indhold

- Introduktion til metoden, kognitive forvrængninger
- Kognitive diamant
- Kognitiv behandling af lavt selvværd – angst – depression
- Kognitiv adfærdsterapi til børn og unge
- Kognitiv adfærdsterapi til par
- Supervision
- Træning og feedback på egen stil

Varighed

12 Undervisningsdage / 96 lektioner

Studiegruppe: 12 lektioner

Modul 2 – ACT , Acceptance & Commitment therapy

Formål

Formålet med 2. modul er at give den studerende en dybere forståelse for ACT muligheder og begrænsninger som psykologisk behandlingsmetode, samt at udvide den studerendes kompetencer med modeller og spørgeteknikker, der afdækker og behandler psykiske lidelser hos klienten.

Indhold

- Teorien bag ACT og psykisk lidelse
- Terapeutiske relation i ACT
- Introduktion til de 6 kerneprocessor
- Psykologisk fleksibilitet vs psykologisk rigiditet
- Sessioner i behandling med ACT
- Behandling af depression
- Den svære klient
- Egen omsorg – compassion
- Terapeutens personlige rejse
- Børn og unge
- Supervision
- Feedback på egen stil

Varighed

12 Undervisningsdage / 96 lektioner

Studiegruppe: 12 lektioner

3. år – Psykoterapeutuddannelsen

Målet med uddannelsens 3. år er, at den studerende bliver i stand til at arbejde med motivation hos klienter, samt en forståelse for tilknytning og mentalisering i arbejdet med par, børn og familier. Det handler især om at træne en personlig og faglig robusthed, så psykoterapeuten både som fagperson og som menneske kan klare mødet med det svære, og til tider udfordrende arbejde som terapeut.

Den studerende får udvidet sin forståelse for psykologiske forandringsprocesser og for, hvad det vil sige at arbejde med strategisk, læringsorienteret psykoterapi. Der arbejdes med den bio-psyko-sociale model.

Samtidig bliver den studerende trænet i at kunne argumentere kvalificeret og reflekteret over sine valg og fravalg af metoder og teknikker i egen praksis med klienter samt i stand til at vurdere muligheder og begrænsninger i forbindelse med psykoterapeutens arbejde med sundheds- og sygdomstematikker og de etiske valg forbundet med disse.

Indhold 3. år Psykoterapeutuddannelse

Modul 1 – Tilknytningsforstyrrelser og mentalisering

Formål

Formålet med 1. modul er at introducere de studerende for tilknytningsforstyrrelser og tilknytningmønstre vi mennesker har. Denne viden kan være nyttig at have med sig som terapeut i arbejdet med par og den svære klient.

Indhold

- Tilknytningmønstre
- Mentalisering
- Mentalisering som behandlingsmetode
- Mentalisering til forældrearbejde
- Mentalisering til parterapi
- Supervision
- Træning og feedback på egen

Varighed

3 Undervisningsdage / 24 lektioner

Studiegruppe: 3 lektioner

Modul 2 – Den motiverende samtale

Formål

Formålet med 2. modul er at introducere den motiverende samtale teori og metode. Som terapeuter vil man støde på umotiverede klienter og her kan motivations samtalen komme forud det terapeutiske arbejde

Indhold

- Indføring i teorien
- Motivationscirklen
- motivationsfaktorer og forandringsprocessor
- live demonstration
- supervision
- træning og feedback af egen stil

Varighed

6 Undervisningsdage / 48 lektioner

Studiegruppe: 6 lektioner

Modul 3 – Choice Therapy

Formål

3. moduls formål er at give den studerende e introduktion til den 3. bølges teori om relationer, Choice Theory. De studerende vil få et redskab som med fordel kan kombineres med Metakognitiv terapi.

Indhold

- Indføring i teorien
- Kvalitetsverden
- Egenterapi
- 5 basale behov
- Behandlingsarbejde
- WDEP – systemet
- 7 gode og 7 dårlige vaner
- Livedemonstration
- Træning og feedback på egen stil

Omfang

6 Undervisningsdage / 48 lektioner

Studiegruppe : 6 lektioner

Modul 4 Kommunikation og Psykologiens historie

Formål

4. Moduls formål er at udvide de studerendes forståelse for psykologien og psykoterapeutens historie. Der er en dag om kommunikation i det terapeutiske rum, hvad er det vi som terapeuter udsender verbalt og nonverbalt, hvilken betydning har det i det terapeutiske rum og i forhold til vores relation med klienten

Indhold

- Psykologiens historie
- Kommunikation i det terapeutiske rum
- Supervision

Omfang

3 Undervisningsdage / 24 lektioner

Studiegruppe: 3 lektioner

Modul 5 – indføring i Mindfulness baseret Psykoterapi

Formål

5. moduls formål er at give den studerende en grundlæggende viden om Mindfulness baseret psykoterapi.

Indhold

- Mindfulness, begrebet og forståelse
- Hvorfor opstod MBKT
- Anvendelighed
- Stress – MBSR
- MBKT syn på psykisk lidelse
- Sessioner i MBKT
- Behandling
- supervision

Varighed

3 Undervisningsdage / 24 lektioner

Studiegruppe: 3 lektioner

4. år – Psykoterapeutuddannelsen

Modul 1

Varighed

3 dage / 24 lektioner

Studiegruppe: 3 lektioner

Modul 2 – Etik og videnskabelige studier

Formål

Formålet med 2. modul er at give den studerende en viden om Forskning og videnskabelige studier.

De studerende undervises i videnskabelige studier. Hvordan studerer man psykologiske fænomener videnskabeligt? Hvordan studeres effekten af en terapeutisk metode videnskabeligt

Etik: for at kunne føre forsvarlig terapi, undervises, samt forskellig drøftelse af de etiske psykoterapeutiske retningslinjer, samt drøftelse af begrebet etik.

Indhold

- Gennemgang af forskellige typer af studier
- kigger på en videnskabelig metode (Metakognitiv Terapi)
- hvordan studeres effekten af terapeutiske metode videnskabeligt
- Etiske retningslinjer
- Drøftelse af etikbegrebet, i det terapeutiske rum, kollegialt
- Supervision

Varighed

3 undervisningsdage / 24 lektioner

Studiegruppe: 3 lektioner

Modul 3 Metakognitiv angstbehandling overbygning

Formål. Formålet med dette modul, er at de studerende kan forbyde sig mere i den metakognitive angstbehandling. Her får de studerende mulighed for at lære mere om angst og for at træne den metakognitive tilgang og behandlingsmetoder indenfor generaliseret angst og OCD

Indhold

- Generaliseret angst

- Metodetræning
- OCD
- Behandlingsforløb
- Supervision

Varighed: 3 dage / 24 lektioner

Studiegruppe: 3 lektioner

Modul 4 Metakognitiv misbrugsbehandling

Formål. Målet med modul 4 er at de studerende tilegner sig viden indenfor alkoholmisbrug. Hvad sker der i vores hjernen og hvad er afhængighed? der undervises i Spadas metakognitive misbrugsmodul og de studerende træner den metakognitive behandlingsmetode

Indhold

- Hjernen og alkohol
- Senfølger af alkohol
- Behandlingsmuligheder
- Spada's misbrugsmodel
- Metodetræning
- Træning og feedback

Varighed

3 dage / 24 lektioner

Studiegruppe 3 lektioner

Modul 5 metakognitiv depressionsbehandling overbygning

Formål: Formålet med dette modul, er at de studerende kan forbyde sig mere i den metakognitive depressionsbehandling. Her får de studerende mulighed for at lære mere om depression og depressive tilstande og for at træne den metakognitive tilgang og behandlingsmetoder indenfor depression.

Indhold

- Depression
- Metakognitiv depressionsbehandling
- Metodetræning
- Klienter
- Cases
- Feedback og selvrefleksion
- Supervision

Varighed

3 dage / 24 lektioner

Studiegruppe: 3 lektioner

Modul 6 metakognitiv parterapi overbygning

Formål. De studerende får indblik i problematikker hos par, udfordringer ved parterapi, relationer. De studerende undervises metakognitiv behandling af par, samt træner sessioner i parterapi

Indhold

- Parterapi i et metakognitivt perspektiv
- Demonstration
- Hvis behandling ikke virker
- Træning og feedback på egen stil
- Supervision

Varighed

3 dage / 24 lektioner

Studiegruppe: 3 lektioner

Modul 7: metakognitiv terapi til børn og unge overbygning

Formål. Flere og flere børn og unge er i psykisk mistrivsel. De studerende præsenteres for udviklingen i dette og drøfter årsagen. Der undervises i den metakognitive tilgang til børn og unge, samt de studerende træner metakognitiv behandling af børn og unge, så de studerende er klædt på til at udøve behandling

Indhold

- Børn og unge i behandling
- Metakognitiv gruppeterapi
- Træning med klienter
- supervision

Varighed

3 dag2 / 24 lektioner

Studiegruppe: 3 lektioner

Modul 8: metakognitive gruppeforløb

Formål. En måde at udøve metakognitiv terapi er i gruppeforløb. Der undervises i session 1-6 i gruppeforløb og de studerende træner disse sessioner.

Indhold

- Fordele / ulemper ved gruppeforløb

- Gruppeforløb trin for trin
- Gruppeforløb session 1-6
- De enkelte sessioner
- Træning og feedback på egen stil
- supervision

varighed

3 dage / 24 lektioner

Studiegruppe: 3 lektioner

Modul 10

Eksamenstræning / supervision

Mål: i disse dage bliver der samlet op på uddannelsen og de studerende kan få supervision samt feedback på deres eksamen

Indhold

- Case-arbejde og rollespil
- Psykoekation
- Supervision af terapeutisk arbejde i løbet af modulet

Omfang

3 undervisningsdage / 24 lektioner

Studiegruppe

Mellem alle undervisningsmoduler skal de studerende træne de af uddannelsens teorier og metoder, der allerede er gennemgået 21 lektioner pr. år. Dette foregår via øvegrupper, der mødes regelmæssigt.

Når øvegrupperne mødes fordeles rollerne terapeut, klient og observatør. Alle skal indtræde ligeligt i alle 3 roller.

Underviseren på uddannelsen eller en psykoteraapeut (MPF) vejleder i forbindelse med Studiegrupper på 3. og 4. år.

De involverede parter har tavshedspligt omkring de temaer og emner, der er arbejdet med. Hvis temaer og emner af mere generel karakter tages op på et efterfølgende undervisningsmodul, skal alle involverede parter være indforstået med dette. Studiegrupper skal dokumenteres skriftligt – skemaer kan downloades på skolens hjemmeside.

Klinisk erfaring m. træningsklienter

På uddannelsen 3. og 4. år skal den studerende have klinisk erfaring med træningsklienter. Den studerende kan evt. aftale et honorar med klienten og skal udtrykkeligt gøre klienten opmærksom på, at den studerende er psykoterapeutstuderende under supervision.

Klinisk erfaring m. klienter skal dokumenteres skriftligt – skemaer kan downloades på skolens hjemmeside.

Eksaminer og prøver

Hvert uddannelsesår afsluttes med en eksamen.

Indstilling til eksamen / evalueringssamtale

Studievejleder indstiller den studerende til eksamen efter hvert studieår. I den forbindelse har den studievejlederen en personlig evalueringssamtale med den studerende, hvor den studerendes terapeutiske kompetencer, generelle niveau, kvaliteter, færdigheder og arbejds punkter drøftes. Herigennem vejledes og rådgives den studerende i retning af de mål, der er med de enkelte år på uddannelsen. Den studerende må have en fraværsprocent på op til 10% for at kunne indstilles til eksamen.

Hvis man ikke består hele eller dele af en eksamen

Skulle den studerende ikke være på niveau på eksamensdagen, giver underviser en specifik feedback samt konkrete forslag til, hvordan den studerende kan komme på niveau. Den studerende kan herefter gå til eksamen igen efter aftale med uddannelsens underviser og administrationen.

Sygdom ved eksamen

Skulle den studerende blive syg til en eksamen, skal skolens kontor kontaktes hurtigst muligt, så der kan findes en ny dato for eksamen (reeksamen).

Reeksamen

Skulle den studerende ikke bestå, eller har den studerende været syg eller fraværende af anden gyldig grund, kan den studerende gå til reeksamen efter aftale med skolens administration. Evt. ekstraudgifter til en reeksamen afholdes som udgangspunkt af den studerende.

Den studerende kan gå til reeksamen 2 gange, med mindre der er særlige forhold gældende.

Uddannelsesbevis / certifikat

Psykoterapeuterne udsteder et uddannelsesbevis / certifikat, efter 1, 2, 3. og 4. år

Derudover udstedes der ved afslutningen af 4. året et eksamensbevis og diplom med karakterer efter gældende karakterskala

Eksamen 1. År

1. år af psykoteraeutuddannelsen afsluttes med 1 mundtlig prøve, som ved bestået kvalificerer den studerende til at gå videre til 2. år. Prøven er med intern censur og består af:

- Som afslutning på psykoteraeutuddannelsens 1. år gennemfører instituttet en årseksamen, som har til formål at sikre, at den studerende har et videns- og kompetenceniveau svarende til årets pensum.
- Ved tilfredsstillende niveau kvalificerer årseksamen den studerende til at gå videre til 2. året. Prøven er med intern censur, bedømmes med bestået / ikke bestået og indeholder følgende elementer:
- Den studerende skal via denne eksamen demonstrere tilegnet teoretisk viden, samt terapeutiske færdigheder i form af rollespil, hvor den studerende skal vise opnåede terapeutiske kompetencer. Den studerende får en case på sidste undervisningsdag før eksamen og skal forberede en session på ca. 15 min. samt have en udfyldt sagsformulering med.
- Der lægges vægt på
 - Terapeutisk stil
 - Relevant valg af terapeutiske redskaber
 - Evnen til at flytte klienten fra objekt niveau til metaniveau
- Desuden stilles der teoretiske spørgsmål.
- De studerende går op 2 og 2 og spiller klient for hinanden.

Eksamen er med intern censor og vurdere bestået / ikke bestået.

Eksamen 2. År

2. år af psykoterapeutuddannelsen afsluttes med 1 mundtlig eksamen, som ved bestået, kvalificerer den studerende til at gå videre til år 3. Prøven er med intern censur og består af:

- Som afslutning på psykoterapeutuddannelsens 2. år gennemfører skolen en årseksamen, som har til formål at sikre, at den studerende har et videns- og kompetenceniveau svarende til årets pensum.
- Ved tilfredsstillende niveau kvalificerer årseksamen den studerende til at gå videre til 3. året. Prøven er med intern censur, bedømmes med bestået / ikke bestået og indeholder følgende elementer:
- Den studerende skal via denne eksamen demonstrere tilegnet teoretisk viden, samt terapeutiske færdigheder i form af rollespil, hvor den studerende skal vise opnåede terapeutiske kompetencer. Den studerende får en case på sidste undervisningsdag før eksamen, og skal forberede en session på ca. 20 min.
- De studerende går op 2 og 2 og spiller klient for hinanden.

Eksamen er med intern censor og vurderes bestået / ikke bestået

Eksamen 3. År

Den afsluttende eksamen efter 3. år har til formål at sikre, den studerende har et videns- og kompetenceniveau svarende til uddannelsens samlede pensum med et særligt fokus på den metakognitive teori og metode.

Når de studerende har bestået 3.års eksamen, kvalificerer de sig til at gå videre til 4. år
3.års eksamen vil bestå af: 1 skriftlig opgave mellem 3- 5 A4-sider, med skriftstørrelse 11-12 og linjeafstand på 1,15.

Opgaven består af 4-5 spørgsmål indenfor uddannelsens samlede pensum.

Eksamensopgaven afleveres 3 uger før eksamen

4. års eksamen

Den afsluttende eksamen efter 4. år har til formål at sikre, den studerende har et videns- og kompetenceniveau svarende til uddannelsens samlede pensum med et særligt fokus på den metakognitive teori og metode. De studerende skal kunne demonstrere at de kan omsætte denne viden til det praktiske klientarbejde.

Når de studerende har bestået 4.års eksamen, kvalificerer de sig til titlen ”Psykoteraapeut med speciale i metakognitiv terapi” og det endelige eksamensbevis kan udstedes.

Den afsluttende eksamen består af 3 delelementer og foregår med en ekstern censor. Eksamen bliver bedømt efter 7-trinsskalaen og varer i 40 minutter.

4.års eksamen vil bestå af:

1. En mundtlig eksamen – en demonstration af en session med en klient,
2. En skriftlig opgave – en beskrivelse af et klientforløb og
3. En video på 20 minutter – af del af en samtale med en klient

1. Den mundtlige eksamen

Den studerende skal demonstrere en del af en Metakognitiv session med en klient i 20 minutter. De studerende kan selv vælge om klientrollen kan varetages af en medstuderende eller en ekstern klient de studerende selv medbringer. Sessionen skal være en del af det forløb, den studerende har udarbejdet i den skriftlige opgave.

Både eksaminator og censor er til stede under denne del af eksamen.

For at kunne bestå denne del af eksamen lægges følgende til grund:

- At den studerende kan afklare klientens problematik set i lyset af den metakognitive teori og metode
- At den studerende kan vise en praktisk / klinisk anvendelse af metakognitiv terapi

Eksaminator og censor vil stille afklarende spørgsmål til de studerende. De studerende skal kunne reflektere over egen tilgang til metoden og kunne forholde sig kritisk til den valgte metode.

2. Den skriftlige eksamen

De studerende skal derefter lave en skriftlig beskrivelse af et terapeutisk forløb med en klient. Et forløb kan bestå af 4 – 10 sessioner. Beskrivelsen skal være på mellem 8 -11 A4-sider, med skriftstørrelse 11-12 og linjeafstand på 1,15.

Beskrivelsen skal indeholde:

1. Indledning

En introduktion til resten af beskrivelsen.

2. Baggrund / historik

En kort redegørelse for klientens situation og problem ifølge klienten

3. Beskrivelse af session 1 – 4 (eller mere)

En redegørelse for hvad en studerende valgt at arbejde med og hvordan i hver session. Den studerende skal også redegøre for klientens reaktioner og oplevelser i hver session. Denne redegørelse skal laves med fokus på den valgte metodes interventioner.

4. Afslutning

Den studerende skal opsummere klientforløbet og reflektere over virksomme interventioner såvel som udfordringer i forløbet. Udfordringerne kan både relatere sig til den studerende som terapeut og klienten.

5. Referencer

Den studerende skal sikre sig, at klienten er indforstået og har accepteret, at sessionerne vil blive beskrevet (anonymt) i en skriftlig eksamensopgave.

Den skriftlige beskrivelse skal afleveres 4 uger før den mundtlige eksamen.

3. En video på 20 minutter

De studerende skal vælge en sekvens af en video som skal vare i 20 minutter. De studerende skal vise de kan bruge metakognitiv terapi i praktikken inklusive den sokratiske dialog, empati og tryghed i det terapeutiske rum.

Evaluering af uddannelsen

Evaluering af undervisning og proces efter hvert modul

De studerende evaluerer løbende undervisningen: Temaernes relevans for uddannelsen, det faglige niveau, den studerendes egen studiemæssige indsats, holdets indsats, samt undervisernes indsats. Disse løbende evalueringer medvirker til at øge den enkeltes opmærksomhed på dels den personlige proces og på det personlige ansvar for egen læring - dels på gruppens proces. Endvidere ser Psykoterapeuterne evalueringerne som en væsentlig del af Instituttets interne kvalitetssikringssystem.

De uafhængige censorer vurderer efter hver eksamensperiode sammenhængen mellem uddannelsens indhold, undervisningsformer samt valg af litteratur i forhold til eksamensresultaterne og den performance, de har været vidner til.

Organisation

Primære undervisere

Betina Buono

Betina Buono er uddannet Certificeret Psykoterapeut med speciale i Metakognitiv terapi. Betina Buono er gennemgående underviser på uddannelsen.

Betina Buono har egen praksis, samt været fast underviser på Neokognitiv institut gennem en årrække. Betina er uddannelsesleder og underviser primært i metakognitiv terapi samt Kognitiv. Betina er partner i Psykoterapeuterne.

Charlotta Holm

Charlotta Holm er uddannet psykoterapeut, ACT coach, samt hun er stud. Psyk. Charlotta underviser i ACT samt fag som: neuropsykologi, psykologiens historie, forskning

Censorkorps

Psykoterapeuterne har etableret både et internt og et eksternt censorkorps.

Alle censorer har erfaring med undervisning, eksamination og supervision og har mindst den samme baggrund som de undervisere, der har undervist på den pågældende del af uddannelsen.

De interne censorer:

- Har som minimum kompetencer inden for det emne, den studerende eksamineres i
- Har erfaring som censor eller supervisor

De eksterne censorer:

- Har som minimum 4 års psykoterapeutisk erfaring samt erfaring inden for det felt, der eksamineres i
- Har som minimum 4 års erfaring som censor, eksaminator eller supervisor
- Har et bredt kendskab til og praksiserfaring med Psykoterapeuterne fagområder

Ansvarlig leder af uddannelsen samt studievejleder

MPF-psykoterapeut. Betina Buono, partner i Psykoterapeuterne i samarbejde med psykoterapeut (MPF) Christian Buono.

- Ansvarlige for det faglige og pædagogiske niveau på uddannelsen
- Ansvarlig for kvaliteten af uddannelsens eksaminer
- Ledelse og udvikling af fagundervisere – herunder supervision og rådgivning
- Kontakt med tilknyttede terapeuter, supervisorer og censorer
- Studievejledning af nye og igangværende studerende

- Introduktion til uddannelse for nye studerende.

Administration og daglig ledelse

psykoterapeut (MPF) Christian Buono i samarbejde med Betina Buono, partner

- Indskrivning af nye studerende, registrering af studerende samt div. Studieadministration
- Kursus- og skemaplanlægning
- Markedsføring af uddannelsen
- Udstedelse af certifikater m.v.