

Psykoterapiuddannelse

3-årig psykodynamisk specialistuddannelse i mentaliseringsbaseret psykoterapi for læger, psykologer og andre faggrupper

Baggrund

Mentaliseringsbaseret psykoterapi (MBT) er en evidensbaseret behandlingsmetode, der er udviklet af Peter Fonagy og Antony Bateman primært til behandling af patienter med borderline personlighedsforstyrrelse, men er gennem det seneste årti anvendt til andre psykopatologiske tilstande som eksempel depression og spiseforstyrrelser. Behandlingen har vundet indpas i det skandinaviske sundhedsvæsen. Der afholdes således hvert andet år en nordisk mentaliserings kongres på skift mellem Norge, Danmark og Sverige.

MBT bygger på et teoretisk grundlag fra psykoanalysen, tilknytningsteori, og kognitions teori samt neurovidenskab. Den grundlæggende antagelse er, at mentalisering udvikles i en tilknytningsrelation og er en forudsætning for at kunne forstå og agere i mellemmenneskelige og sociale forhold. Traumer og belastninger medfører risiko for sammenbrud af mentaliseringsevnen og udvikling af psykopatologi. Gennem en åben og nysgerrig tilgang hjælpes patienten til at udvikle og fastholde mentalisering, dvs. at kunne sammenkæde reaktionsmønstre hos sig selv og andre med hændelser, følelser, tanker og behov mm. MBT er således en læringsorienteret psykoterapi.

Traditionelt bliver MBT regnet for en dynamisk psykoterapi, fordi den bygger på et relationelt fundament

Som en del af uddannelsen vil der indgå et teoretisk modul med gennemgang af de forskellige psykoterapiskoler, fra psykoanalysen over objektrelationer til selvpsykologi, kognitiv psykologi og mentaliseringsteori.

Formål

MBT-uddannelsen har til formål at sikre deltagerne et dybdegående kendskab til mentaliseringsteori og kompetencer i praktiske og kliniske interventionsformer. Uddannelsen er opbygget efter Dansk Psykiatrisk Selskabs (DPS) psykoterapiretningslinjer. Uddannelsen opfylder desuden Dansk Psykologforening (DPF) krav til specialiseringsmodul på 120 timer teori, og de overskydende 44 teoritimer, kan anvendes som fleksibelt valg inden for enten voksenmodulet eller det tværgående modul. Derudover indgår 160 sessioners supervision til specialistuddannelsen som opfylder

kravene til supervision i gruppe. Supervision foregår på baggrund af medbragt videooptagelser af terapi/supervisions-sessioner

Uddannelsen er tidligere godkendt af såvel DPS som DPF og der er søges om forhåndsgodkendelse af aktuelle forløb.

Det er muligt at tilkøbe egenterapiforløb, der opfylder kravene til personligt udviklingsarbejde. Det tilstræbes, at kursisterne bliver i stand til at anvende de psykodynamiske grundbegreber og anvende en specifik mentaliseringsbaseret tilgang til udredning og behandling af forskellige psykiske lidelser. Derudover er formålet med uddannelsen, at deltagerne opnår superviseret praktisk erfaring i forhold til MBT, således at kursisten bliver i stand til selvstændigt at planlægge, gennemføre og evaluere behandlingsforløb med patienter/klienter med psykiatriske/psykologiske problemstillinger.

Endvidere vil uddannelsen indeholde elementer relevant for Børne & Ungdomspsykiatrien (unge over 14 år) samt psykose og depressionsområdet.

Uddannelsens opbygning

MBT-uddannelsen afholdes over 3 år gennem 6 moduler, i alt 54 dage, der enten kan tages som en samlet pakke med henblik på at opnå godkendelse ved DPS, eller enkelt pakker, dog med det forbehold, at sammensætning af undervisning og supervisionsgrupper skal leve op til både DPS's og DPF's retningslinjer, hvilket i praksis betyder modul 3-6 skal tages sammenhængende. kandidater som allerede har et introduktionskursus i mentaliseringsbaseret terapi kan fravælge modul 1 på uddannelsen.

Kandidater der tager hele pakken vil blive prioriteret.

Kandidaten skal under uddannelsesprogrammet have minimum to kliniske patientforløb, og samlet have udført 130 terapisesioner á 45-60 min. I det samlede MBT-uddannelsesforløb indgår både individuel og gruppeterapi. De psykoterapeutiske forløb skal dokumenteres i en logbog. Supervision af eget psykoterapeutisk arbejde gives i mindre grupper med max 8 deltagere, i alt 27 dage á 6 timer sv.t. 162 timer. Disse fordeles på supervisioner af assessment, supervision af udført terapi og supervision af supervision efter kandidatens behov. Den Teoretiske undervisning udgør samlet 27 dage á 6 dage sv.t. 162 timer. Med henblik på at træne kandidaterne i kritisk gennemgang af artikler og præsentation af viden, vil kandidaterne på skift blive bedt om at søge relevant litteratur inden for dagens tema, som fremlægges og diskuteres i plenum. Desuden vil den ansvarlige lærer gennemgå pensum og udføre og supervisere workshops med rollespil.

Lægekandidaten skal udarbejde en skriftlig publikation og formidling af en seminar-opgave efter gældende retningslinjer i DPS psykoterapibetænkning (Bilag 2 i Målbeskrivelse for specialistuddannelsen version 2024.3), mens psykologkandidaten skal udarbejde en skriftlig publikation eller formidling efter gældende retningslinjer i Dansk Psykologforening. Kandidaterne vil på skift fremlægge deres opgave i plenum. Kandidater af anden faglig baggrund skal følge psykologforeningens retningslinjer.

Kursisten vil i løbet af den samlede uddannelse opnå kendskab og kompetencer i følgende:

Psykiske lidelser (sygdomsmodeller), professionelle og etiske retningslinjer, psykoterapeutiske modeller, alliance, emotionelt indhold i sessionen, assessment of psykoterapeutisk problemstilling og mentaliseringsevne, evnen til at drage nytte af supervision, grundlæggende principper for mentaliseringstilgang, problemformulering, rammer for terapi, fokus for terapi, identificering af terapeutiske problemer, arbejdet med mentaliseringsvanskeligheder, interventionsprincipper og teknikker, arbejdet med overføring/modoverføring, og opstart, proces og afslutning af psykoterapi, samt kendskab til andre psykoterapeutiske retninger.

Litteratur er både på dansk og engelsk.

Egenterapi

Mentaliseringsbaseret egenterapi i gruppe for fagpersoner.

Der kan tilkøbes en egenterapi-pakke bestående af et intensivt gruppeforløb over 16 torsdage á 6 terapisesioner. Det svarer til i alt 96 sessioner under uddannelsesforløbet og vil strække sig over to år.

Egenterapien varetages af psykolog Lone Gerup Adamsen og foregår i Aarhus. Lone er godkendt af både Psykologforeningen og af Dansk Psykiatrisk Selskab og har tidligere været underviser på MBT-uddannelsen. Se mere på www.lone-adamsen.dk.

Når uddannelsen nærmer sig start vil alle deltagere blive forespurgt om behov og interesse for deltagelse i dette forløb, og derefter vil gruppen blive sammensat. Der skal være minimum 6 deltagere for at gruppen oprettes og der er plads til 8. For flere oplysninger kan Lone Gerup Adamsen kontaktes på privat@lone-adamsen.dk eller på tlf. 81442022.

Gennemgående lærerkræfter og supervisorere:

Uddannelsen udbydes af Akademi for Mentalisering.

Gennemgående lærerkræfter er psykolog Henning Jordet (HJ), Psykolog Katharina Kjølbye Wrist (KK) og speciallæge i psykiatri Morten Kjølbye (MK). Alle har omfattende klinisk og undervisningsmæssig erfaring i anvendelse af MBT og er MBT certificerede samt godkendte specialister i psykoterapi. HM og MK er i tillæg godkendte supervisorere ved DPS og DPF. Desuden er MK godkendt supervisor ved BUP.

Gæsteundervisere

Der anvendes efter behov og på de enkelte moduler gæstelærere med en særlig kompetence inden for det pågældende område.

Uddannelsens samlede timeantal

Den 3-årige MBT-uddannelse har et samlet timetal på 324 timer over 54 dage fordelt ligeligt på teori og supervision. Hertil kommer egenterapi som kursisten enten selv skal etablere, eller som kan tilkøbes.

Indhold

Uddannelsens er opbygget i moduler har følgende indhold:

Modul	Indhold	Teori i dage	Supervision i dage
Modul 1 Introduktionskursus	Basal indføring i tilknytning, mentalisering, MBT og epistemisk tillid	3	
Modul 2 Fra Freud til Fonagy Grundlæggende psykodynamisk forståelse	Psykoterapiens historie: Egopsykologi, objektrelation, selvpsykologi, kognitiv adfærdsterapi, Systemiskterapi, skemafokuseret terapi Psykodynamiske grundbegrebet: overføring/modoverføring, forsvarsmekanismer, modstand, parallelprocesser	5	
Modul 3 Psykopatologi i mentaliseringsforståelse	Gennemgang af de diagnostiske hovedkategorier i et mentaliseringsperspektiv	5	
Modul 4 Assessment og caseformulering til MBT-I og MBT-G	Assessment af mentaliseringsevne og – dimensioner Udarbejdelse af mentaliseringsbaseret caseformulering og indgåelse af psykoteraeutisk kontrakt, inkl. evt. kriseplan	2	4

Modul 5 MBT-I & MBT-G	MBT-I og MBT-G mhp indføring af MBT-teknikker Psykoterapiforskning og formidling af MBT-klinik og teori Supervision og MBT-supervision	12	23 heraf 4 dage til sup af sup
I alt		27	27

	År 1			År 2			År 3		
	Beskriv	teori	sup	beskriv	teori	sup	beskriv	teori	sup
1	Intro	3		MBT-I	1	2	MBT-G	1	2
2	Freud til fonagy	3		MBT-I	1	2	MBT-G	1	2
3	Freud-Fonagy	2		MBT-I	1	2	Supervision	1	2
	Assess	1							
4	Assess	1	2 ass	psykose	1	2	MBT sup	1	2 sup af sup
5	MBT generelle interventioner	1	2 ass	Angst og spisef	1	2	MBT afslutning	1	2 sup af sup
6	PF	3		MBT-G	1	2	MBT vurdering	1	2 sup af sup

I alt T		14			6			6	
I alt S			4			12			12, heraf 5 med sup af sup
I alt		18			18			18	

Kursusbevis

Der udstedes kursusbevis til kursister der har gennemført de enkelte uddannelsesmoduler og den samlede uddannelse. Max 10 % fravær kan accepteres.

Godkendelse af uddannelsen

Psykiatere:

Uddannelsen imødekommer de krav, som Dansk Psykiatrisk Selskab har til specialistuddannelse jf. Målbeskrivelse for specialistuddannelsen version 2024.3. Der er ansøgt om forhåndsgodkendelse til uddannelsen hos Dansk Psykiatrisk Selskab.

Psykologer:

Uddannelsen lever op til Dansk Psykolog Forenings krav til specialiseringsmodulet som led i specialistuddannelse i psykoterapi for voksenområdet jf. Dansk Psykolog Forenings krav til specialist og supervisor, revideret udgave juli 2014. Der er ansøgt om forhåndsgodkendelse af uddannelsen hos Dansk Psykolog Forening.

For alle kandidater:

Uddannelsen vil kvalificere til de internationale krav for MBT-kvalitetsmodel. Kandidaten kan herigennem efter endt uddannelse ansøge, individuelt, om certifikation som MBT-terapeut på niveau C, hvilket er en international standard som også giver adgang til supervisoruddannelse i MBT.

Litteratur

På uddannelsen anvendes følgende grundbøger og artikler. Det forudsættes at grundbøgerne erhverves af kursisten selv.

Bateman, Anthony; Fonagy, Peter, *Mentalization Based Treatment for Personality Disorders: A Practical Guide*, Oxford University Press, 2016

Bateman, Anthony, *Cambridge Guide to Mentalization-Based Treatment (MBT) (Cambridge Guides to the Psychological Therapies)*, Cambridge University Press, 2023

Allen, Jon G., *Mentalizing in the Development and Treatment of Attachment Trauma (Developments in Psychoanalysis)*, Karnac Books, 2012

Karterud, Sigmund; Bateman, Anthony, *Mentaliseringsbaseret Terapi. Manual og Vurderingsskala*, Hans Reitzel, 2011

Karterud, S. *Manual for mentaliseringsbasert gruppeterapi (MBT-G) (2. utg.)*. Gyldendal Norsk Forlag 2023.

Karterud, S., Folmo, E. & Kongerslev, M. T. *MBT - Mentaliseringsbasert terapi*. Gyldendal Norsk Forlag, 2020.

Hertil kommer relevante artikler der løbende bliver udleveret på uddannelsen

Målgruppe

Primært læger og psykologer samt andre faggrupper (disse må af hensyn til DPF og DPS ikke udgøre mere en 25%) der arbejder psykoterapeutisk.

Læger skal have gennemført grunduddannelse i psykoterapi og have to års efterfølgende klinisk psykiatrisk erfaring. Psykologer skal have opnået autorisation.

Deltager antal og gruppesammensætning forbliver uændret fra og med modul 3.

Der kan optages 24 deltagere på uddannelsen. Uddannelsen afholdes kun, hvis der er mindst 16 deltagere.

Uddannelsen udbydes

Der undervises ons-torsdag fra kl. 9.00-16.00 og fredag fra 8.00-15.00, med 6 samlinger a 3 dage årligt.

1 år: 17-19 sep. (introduktion), 22-24 okt. og 26-28 nov. 2025 samt 21-23 jan., 25-27 marts og 3-5 juni 2026 (personlighedsforstyrrelser)

2 år: 23-25 sep., 21-23 okt. og 25-27 nov. 2026 samt 20-22 jan., 10-12 marts og 26-28 maj 2027

3 år: 22-24 sep., 27-29 okt. og 24-26 nov. 2027 samt 26-28 jan., 22-24 marts og 26-28 april 2028

Sted

Hjallerup Kro, Søndergade 1, 9320 Hjallerup

Der er mulighed for gratis parkering og overnatning til en meget rimelig pris.

Tilmeldingsfrist

1. juni 2025 til kursuskoordinator Anne-Kirstine Kiil Kjølbye pr. mail: ak@kjolbyepsykoterapi.dk eller ak@akademiformentalisering.dk

Pris

Den fulde 3-årige MBT-uddannelse inklusiv fuld forplejning er kr. 39.500 pr. år. I alt kr. 118.500.

Fravælges modul 1 reduceres prisen med kr. 3000

Fravælges modul 2 reduceres prisen med kr. 5000

Egen terapi modul kr. 29.500

Introduktions modul inklusive forplejning er kr. 6.500

Freud til Fonagy modul inklusive forplejning er kr. 11.000

Personlighedsforstyrrelses modul inklusive forplejning er kr. 6.500

Kontaktperson

Spørgsmål til uddannelsen kan rettes til kursuskoordinator Anne-Kirstine Kiil Kjølbye pr. mail: ak@akademiformentalisering.dk eller ak@kjolbyepsykoterapi.dk

Der tages forbehold for eventuelle ændringer.