

Interpersonell psykoterapi för tonåringar och unga vuxna (IPT-A), 15 HP

Interpersonal psychotherapy – adolescence (IPT-A) (15 ECTS)

Antal högskolepoäng: 15 HP

Nivå: Avancerad nivå

Studietakt: 25 %

Gäller från: VT 2024

Fastställd av: Kursplanerådet Ericastiftelsen

Fastställandedatum: 2024-02-01

Revideringsdatum: 2025-09-01

Allmän beskrivning av utbildningen

IPT (Interpersonal Psychotherapy) och IPT-A (Interpersonal Psychotherapy for Depressed Adolescents) är evidensbaserade metoder för korttidsterapi för vuxna (IPT) och tonåringar (IPT-A) med depression. IPT-A är en anpassning för tonåringar av IPT metoden. Kursen syftar till att ge teoretisk grundkunskap om IPT/IPT-A samt praktisk tillämpning och ger efter godkänd kurs certifiering på A- och B-nivå i enlighet med den svenska IPT-föreningens regler. Det innebär, enligt såväl internationella som nationella bestämmelser kring certifiering/ackreditering i IPT, att man förvärvat en teoretisk grundkunskap i IPT/IPT-A samt att kursdeltagaren efter två handledda och godkända terapiärenden blir certifierad IPT/IPT-A terapeut. De kursdeltagare som kommer att arbeta med tonåringar arbetar med IPT-A och de som arbetar med unga vuxna arbetar med IPT under utbildningen.

IPT är en metod för korttidsterapi som utarbetades under 1970-talet för behandling av depression. Metoden är väl beforskad och visar ett gott vetenskapligt stöd, inte bara vid depression utan även vid flera andra tillstånd, exempelvis ätstörning, bipolärt syndrom och PTSD. IPT-A, en något modifierad

Ericastiftelsen

Behandling, utbildning och forskning

form utformades på 1990-talet för ungdomar och har i upprepade kontrollerade studier visat på mycket bra effekt. I Sverige är IPT en av de metoder som Socialstyrelsen (2021) rekommenderar vid lindrig till måttlig depression för ungdomar och vuxna.

Utbildningen ges som distansutbildning med ett fåtal sammankomster på Ericastiftelsen i Stockholm. Undervisning sker i form av föreläsningar och seminarier, digitala workshops i smågrupper och eget kliniskt arbete med distanshandledning i grupp. Kursen omfattar sex teoridagar, handledning 60 min/vecka i 40 veckor samt två skriftliga examinationsuppgifter.

Betygsskala

Godkänd och icke godkänd

Omtentamen, överklagande av betyg

Kursdeltagaren har rätt till omtentamen vid högst två tillfällen. Planering för detta görs tillsammans med examinator. Detta gäller även för praktiska moment som terapi under handledning.

Överklagande av betyg sker i förekommande fall enligt Ericastiftelsens generella bestämmelse gällande omprövningsbeslut.

Övergångsbestämmelser

Examination kommer att tillhandahållas under en tid av två år efter en eventuell nedläggning av kursen. Examination kan ske enligt tidigare litteraturlista under en tid av ett år efter den tidpunkt då en förnyelse av litteraturlistan gjorts.

Förkunskapskrav

Kursen ges för leg. psykologer, leg. psykoterapeuter eller andra yrkesgrupper med minst grundläggande utbildning i psykoterapi (före detta steg I). Kursen vänder sig till personer som arbetar inom hälso- och sjukvårdsverksamhet,

Ericastiftelsen

Behandling, utbildning och forskning

såsom VUP, BUP, Primärvård, Unga Vuxna- och Ungdomsmottagningar, för att därmed kunna bedriva patientarbete på ett säkert sätt under utbildningen.

Inför utbildningsstarten förväntas kursdeltagaren ha läst terapimanualen för tonåringar: *Interpersonal Psychotherapy for Depressed Adolescents*, Mufson, L.et. al (2011) och/eller för unga vuxna: *The Guide to Interpersonal Psychotherapy*, Weissman, MM., Markowitz JC, & Klerman GL. (2017).

Kursvärdering

Kursvärdering sker i enlighet med kursledningens och sedvanliga rutiner på Ericastiftelsen.

Kursens övergripande mål

Fokus i kursen ligger på att ge studenterna en fördjupad förståelse för hur utsatthet för trauma kan påverka barn, unga och deras nära relationer, samt vikten av ett traumamedvetet terapeutiskt förhållningssätt. Vidare syftar kursen till att ge kunskap om behandlingsmetoden traumafokuserad KBT och erbjuder konkreta verktyg i syfte att bota/lindra traumarelaterad problematik hos barn och unga, i samarbete med dess förälder/omsorgsperson.

Lärandemål

Efter avslutad kurs ska deltagaren kunna:

Kunskap och förståelse

- Visa kunskap och förståelse för teorier och metoder inom IPT-A
- Erhållit kännedom om den historiska kontext som IPT har utvecklats i samt ha förståelse om teorin bakom IPT/IPT-A
- Ha fördjupade kunskaper om det empiriska stödet för IPT/IPT-A för behandling av depression

Färdighet och förmåga

Ericastiftelsen

Behandling, utbildning och forskning

- Kunna värdera anamnesen och behärska bedömning om IPT/IPT-A är ett lämpligt behandlingsalternativ
- I terapin bedöma när specifika IPT tekniker är användbara och använda teknikerna på ett flexibelt sätt.

Värderingsförmåga och förhållningssätt

- Visa förmåga att värdera etiska och juridiska aspekter vid bedömning inför och tillämpning av IPT/IPT-A

Innehåll

Utbildningen innehåller genomgång av hur metoden utvecklats, den teoretiska basen och en översikt av forskningsläget. Fördjupad genomgång ges av metodens delar vilka illustreras med filmvinjetter, övning sker genom rollspel.

Varje kursdeltagare ska planera för och genomföra två IPT-A/IPT terapier med tonåringar eller unga vuxna i enlighet med metoden. Grupphandledning ges via webbplattform (Teams) samt genom att handledaren lyssnar på minst tre inspelade sessioner för den första patienten och tillsammans med den handledde lyssnar och skattar tre audioinspelade terapisesioner för den andra patienten. Efter avslutad utbildning skall kursdeltagaren ha förvärvat förmåga att tillämpa IPT och/eller IPT-A för behandling av tonåringar/unga vuxna med depression genom: kunskap om historik, forskning, teoretisk ansats samt tekniker inom IPT.

Undervisnings- och arbetsformer

- Föreläsningar
- Praktiska övningar
- Rollspel
- Gruppsamtal

Ericastiftelsen

Behandling, utbildning och forskning

- Handledning på kliniskt behandlingsarbete i grupp

Kurskrav

- Obligatorisk närvaro.

Examinationsformer

Examinationer sker genom:

- Aktivt deltagande i undervisning, seminarier, rollspel och diskussioner i grupp
- Individuell skriftlig inlämningsuppgift
- Godkänt genomförande av minst två behandlingar

För psykologer under specialistutbildning

Psykologer antagna till Sveriges Psykologförbunds specialistutbildning

examineras i tillägg till ovan genom en skriftlig processbeskrivning om 6 – 8 sidor, med minst fem aktuella referenser.

Lärandemål i tillägg för psykologer inom specialistutbildningen

Psykologen ska visa

- förmåga att tillämpa fördjupad diagnostik och bedömning vid IPT/IPT- A
- kunskap om behandlingsplanering omfattande kontradiktioner och alternativa behandlingsval
- förmåga att göra en processbeskrivning av behandlingen med särskilt fokus på hur IPT/IPT-A tekniker integrerats
- förmåga till sammanfattning och analys av behandlingsutfall

Ericastiftelsen

Behandling, utbildning och forskning

Litteraturlista

Artiklar, filmer och annat material kan tillkomma under utbildningen.

Mufson, L., et.al. (2011). *Interpersonal Psychotherapy for Depressed Adolescents*, Second Edition. New York: The Guilford Press.

Weissman, MM., Markowitz JC, & Klerman GL. (2017). *The Guide to Interpersonal Psychotherapy*. (Updated and expanded from the 2007 edition). New York: Oxford University Press.

Law, R. (2016). *Defeating Teenage Depression*. London: Robinson.

Lipsitz, J.D., & Markowitz, J.C. (2013). Mechanisms of change in interpersonal therapy (IPT). *Clinical Psychology Review* 33 (2013): 1134-1147.

Markowitz, J. & Weismann, M. (2012). *Casebook of interpersonal psychotherapy*. New York: Oxford University Press.

Weissman, M.M. (2020). Interpersonal Psychotherapy: History and Future. *American Journal of Psychotherapy*. 2020; 73:3-7.

Zhou, X., et. al. (2015). Comparative efficacy and acceptability of psychotherapies for depression in children and adolescents: a systematic review and net-work meta-analysis. *World Psychiatry* 2015; 14: 207-222.

Länk till gratis artikel om IPT-A:

https://www.researchgate.net/publication/6172994_Interpersonal_psychotherapy_for_depressed_adolescents_IPT-A