

# Unified Protocol för Barn och Ungdomar – 8 dagars specialistkurs Göteborg

**Verksam Psykologi arrangerar en åtta dagars praktisk och teoretisk specialistkurs i Unified Protocol för Barn och Ungdomar (UP-C och UP-A). UP är en känslofokuserad, integrativ KBT metod som förenar evidensbaserade principer från alla tre vågorna av KBT. De åtta behandlingsmoduler UP består av är bland de mest beforskade och verksamma behandlingsinterventionerna i KBT. Utbildningen passar därför både för dem som önskar få en grundutbildning i KBT och för dem som vill fördjupa sina KBT kunskaper med den senaste utvecklingen i känslofokuserad KBT behandling.**

UP är utvecklat av David Barlows forskarteam vid CARD i Boston, och barn- och ungdomstillämpningen är utvecklad av Jill Ehrenreich-May och hennes team vid University of Miami. Syftet är att ha en gemensam, flexibel behandling för all ångest- och depressionsproblematik. Till skillnad från de flesta andra KBT behandlingar för barn och ungdomar fokuserar UP inte bara ångest utan är transdiagnostiskt och syftar till att öka förmåga att förstå och ta hand om alla känslor. UP syftar också till att öka tillgången till positiva känslor som stolthet och glädje.

UP och evidensbaserad psykologisk praktik: UP är en evidensbaserad metod. De åtta behandlingsmoduler UP består av är bland de mest beforskade och verksamma behandlingsinterventionerna i KBT för att behandla känslomässiga problem. UP är också studerat i RCT studier och har lika god effekt som de bästa diagnosspecifika evidensbaserade KBT behandlingarna, och bättre effekt vid komorbid problematik (Farchione et al 2012, Barlow et al in press. I kursen läggs stor tonvikt vid hur kursdeltagarna kan anpassa metoden till sin specifika kliniska praktik, och kursledarna har bred erfarenhet av att tillämpa och handleda på UP i ett stort antal kliniska kontexter. UP är specifikt framtaget för att möjliggöra anpassning till patientens preferenser vid behandling.

Utbildningen består av en undervisningsdel på 8 heldagar och är ackrediterad som specialistkurs för leg. psykologer. Stor vikt läggs vid konkret färdighetsträning.

**Kursdatum Göteborg:** 10-11/10, 24-25/10, 14-15/11, 28-29/11 2019

**Plats:** Verksam Psykologi, Oskarsgatan 20D, 414 63 Göteborg

**Kurskostnad:** 23 950 kr + moms

**Examinationsavgift på 1 500 kr tillkommer för examinering som specialistkurs.**

## Målgrupp

Leg. Psykologer

## Lärandemål

- Att förstå rationalen och evidensen för var och en av modulerna i UP och kunna reflektera över målsättningen med var och en av dessa moduler i en psykologisk behandling utifrån evidensbaserade behandlingsprinciper.
- Att kunna tillämpa modulerna i en sammanhängande klinisk behandling
- Att förstå vilka implikationer UP's teori för känslor och känsloreglering har för behandlingsinterventioner, och förhållningssätt till psykologisk behandling.

## Dagsöversikt

Totalt 8 kursdagar, undervisningstid 10.00-17.00 eller 9.00-16.00. Aktivt arbete med litteratur och egen övning mellan kursdagarna:

Dag 1-2: Modul 1 & 2 i UP: Motivation till behandling utifrån MI samt de teorier om känslor och känsloreglering som UP bygger på.

Dag 3-4: Modul 3 & 4 i UP: Träning i att uppmärksamma känslor genom medveten närvaro samt kognitiv omvärdering för ökad kognitiv flexibilitet

Dag 5-6: Modul 5-6 i UP: Känslomässigt undvikande och känslostyrda beteenden samt exponering för fysiska förmågelser, samt sammanfattning av forskningsfronten inom transdiagnostisk KBT.

Dag 7-8: Modul 7-8 i UP: Interoceptiv, imaginär, och situationsbaserad känslomässig exponering samt vidmakthållandeprogram. Evidensen för exponering och responsprevention och sammanfattning av grundforskningen för verkningsmekanismerna

bakom exponering och responsprevention med följande kliniska interventioner för att förbättra effekten av exponering.

## Lärare och kursledare

Mats Jacobson, leg. Psykolog & leg. Psykoterapeut  
Certifierad handledare i UP av CARD i Boston,  
Medlem i MINT (nätverket för MI tränare) och  
mindfulnessinstruktör.

Erik Nilsson, leg. Psykolog, Certifierad handledare i  
UP av CARD i Boston

Karin Hammarstrand, leg. Psykolog, specialist i  
klinisk psykologi, Certifierad handledare i UP av  
CARD i Boston

## Examination

Utbildningen examineras av Karin Hammarstrand,  
Leg. Psykolog, specialist i klinisk psykologi, och  
certifierad handledare i UP.

Examinationen består av 1) praktiskt deltagande i övningar med hög lärarnärvaro under kursdagarna (minst 1 lärare/8 deltagare), där deltagarna får individuell feedback på praktiska färdigheter i de 8 moduler som ingår i UP, samt 2) Teoretisk examination i form av en hemtentamen där deltagaren skall knyta teori och forskningsresultat från litteraturlistan till kliniska interventioner utifrån en fallbeskrivning. Både praktisk och teoretisk examination är separat för psykologer. För godkännande skall deltagaren visa prov på självständig förmåga att reflektera över och tillämpa de verksamma principerna i UP och god reflekterande förmåga kring kurslitteratur och relevant forskning.

## Utvärdering

Utbildningen utvärderas skriftligt och muntligt efter varje kursdag, samt kurssammanfattande vid avslut.

## Kurslitteratur

Totalt ingår c:a 1500 s. litteratur, läsanvisningar kommer att ges för varje avsnitt på utbildningen.

### Obligatorisk litteratur böcker (sök bästa pris på nätet på [www.bokfynd.nu](http://www.bokfynd.nu))

Ehrenreich-May, J., Kennedy, S. M., Sherman, J. A., Bilek, E. L., Buzzella, B. A., Bennett, S. M., & Barlow, D. H. (2017). *Unified protocols for transdiagnostic treatment of emotional disorders in children and adolescents: Therapist guide*. Oxford University Press.

Ehrenreich-May, J., Kennedy, S. M., Sherman, J. A., Bilek, E. L., & Barlow, D. H. (2017). *Unified Protocol for Transdiagnostic Treatment of Emotional Disorders in Children: Workbook*. Oxford University Press.

Ehrenreich-May, J., Kennedy, S. M., Sherman, J. A., Bennett, S. M., & Barlow, D. H. (2017). *Unified Protocol for Transdiagnostic Treatment of Emotional Disorders in Adolescents: Workbook*. Oxford University Press.

### Obligatorisk litteratur artiklar (samtliga artiklar finns tillgängliga för deltagarna som pdf)

Craske, M. et al (2014) Maximizing exposure therapy: An inhibitory learning approach *Behavior Research and Therapy*, 58, 10-23

### Kontaktuppgifter

Välkommen att kontakta oss vid frågor

Mats Jacobson, tel. 0739-651959.

Epost: [mats@verksampsykologi.com](mailto:mats@verksampsykologi.com)

Verksam Psykologi  
Oskarsgatan 4  
414 63 Göteborg