

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

**Verksam Psykologi arrangerar en åtta dagars praktisk och teoretisk specialistkurs i Unified Protocol, en känslfokuserad, 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 känslfokuserad KBT-behandling.**

UP är utvecklat av David Barlows forskarteam vid CARD i Boston. Syftet är att ha en gemensam, flexibel behandling för all ångest- och depressionsproblematik. UP bygger på gedigen forskning om affektreglering och känslomässigt undvikande, och är en intensiv korttidsbehandling. 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). UP är specifikt framtaget för att möjliggöra anpassning till patientens preferenser vid behandling.

Utbildningen varvar teoretisk inläring med kliniska workshops, och fördjupar kurslitteraturen med demonstrationer, rollspel och reflektioner. 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 handla på UP i ett stort antal kliniska kontexter. Utbildningen består av en undervisningsdel på 8 heldagar och är ackrediterad som två specialistkurs inom psykologisk behandling/psykoterapi och klinisk barn- och ungdomspsykologi. Stor vikt läggs vid konkret färdighetsträning. Kursen kan också tillgodoräknas som två breddkurser för de som läser inom annan inriktning.

**Kursdatum:** 9-10/2, 23-24/3, 27-28/4, 25-26/5 2023.

**Plats:** Digitalt via länk.

**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 9.00-16.00. Aktivt arbete med litteratur och egen övning mellan kursdagarna:

Dag 1-2: Motivation till behandling utifrån MI samt de teorier om känslor och känsloreglering som UP bygger på. Att arbeta med föräldrafärdigheterna i UP.

Dag 3-4: Känslomässigt undvikande och känslostyrda beteenden, exponering för fysiska förnimmelser samt kognitiv omvärdering för ökad kognitiv flexibilitet.

Dag 5-6: Träning i att uppmärksamma känslor genom medveten närvaro, 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. 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 kursammanfattande vid avslut.

## Kurslitteratur

Totalt ingår c:a 1800 s. litteratur.

### Dag 1-2

Kapitel 2-4, 6

*Sauer-Zavala, S., Barlow, D.H. (2021). Neuroticism – Ett nytt perspektiv på emotinella problem och deras behandling. Natur och Kultur.*

Kapitel 1-3, 10-13

*Ehrenreich-May, J., Kennedy, S. M., Sherman, J. A., Bilek, E. L., Buzzella, B. A., Bennett, S. M., Barlow, D. H. (2018). Unified Protocols for Transdiagnostic Treatment of Emotional Disorders in Children and Adolescent – Therapist Guide. c:a 350 s*

Kapitel 1-3

*Ehrenreich-May, J., Kennedy, S. M., Sherman, J. A., Bennett, S. M., Barlow, D. H. (2020). Unified protocol för ungdomar: Transdiagnostisk psykologisk behandling- arbetsbok. Natur och Kultur. C:a 143 s.*

Kapitel 1-3

*Ehrenreich-May, J., Kennedy, S. M., Sherman, J. A., Bilek, E., L., Barlow, D. H. (2020). Unified protocol för barn: Transdiagnostisk psykologiskbehandling. – arbetsbok. Natur och Kultur. C:a 247 s.*

### Dag 3-4

Kapitel 4-6, 14-17

*Ehrenreich-May, J., Kennedy, S. M., Sherman, J. A., Bilek, E. L., Buzzella, B. A., Bennett, S. M., Barlow, D. H. (2018) Unified Protocols for Transdiagnostic Treatment of Emotional Disorders in Children and Adolescent – Therapist Guide. c:a 350 s*

Kapitel 4-6

*Ehrenreich-May, J., Kennedy, S. M., Sherman, J. A., Bennett, S. M., Barlow, D. H. (2020). Unified protocol för ungdomar: Transdiagnostisk psykologisk behandling- arbetsbok. Natur och Kultur. C:a 143 s.*

Kapitel 4-7

*Ehrenreich-May, J., Kennedy, S. M., Sherman, J. A., Bilek, E., L., Barlow, D. H. (2020). Unified protocol för barn: Transdiagnostisk psykologiskbehandling. – arbetsbok. Natur och Kultur. C:a 247s.*

## Dag 5-6

### Kapitel 13-17

*Ehrenreich-May, J., Kennedy, S. M., Sherman, J. A., Bilek, E., L., Barlow, D. H. (2020). Unified protocol för barn: Transdiagnostisk psykologiskbehandling. – arbetsbok. Natur och Kultur. C:a 247 s.*

### Kapitel 9

*Ehrenreich-May, J., Kennedy, S. M., Sherman, J. A., Bilek, E. L., Buzzella, B. A., Bennett, S. M., Barlow, D. H. (2018) Unified Protocols for Transdiagnostic Treatment of Emotional Disorders in Children and Adolescent – Therapist Guide. c:a 350 s*

### Sida 135-140

*Ehrenreich-May, J., Kennedy, S. M., Sherman, J. A., Bennett, S. M., Barlow, D. H. (2020). Unified protocol för ungdomar: Transdiagnostisk psykologisk behandling- arbetsbok. Natur och Kultur. C:a 143 s.*

*Barlow DH, Farchione TJ, Bullis JR, et al. The Unified Protocol for Transdiagnostic Treatment of Emotional Disorders Compared With Diagnosis-Specific Protocols for Anxiety Disorders: A Randomized Clinical Trial. JAMA Psychiatry. 2017 Sep;74(9):875-884. DOI: 10.1001/jamapsychiatry.2017.2164. PMID: 28768327; PMCID: PMC5710228*

## Dag 7-8

### Kapitel 6-8, 18-22

*Ehrenreich-May, J., Kennedy, S. M., Sherman, J. A., Bilek, E. L., Buzzella, B. A., Bennett, S. M., Barlow, D. H. (2018) Unified Protocols for Transdiagnostic Treatment of Emotional Disorders in Children and Adolescent – Therapist Guide. c:a 350 s*

### Kapitel 8-12

*Ehrenreich-May, J., Kennedy, S. M., Sherman, J. A., Bilek, E., L., Barlow, D. H. (2020). Unified protocol för barn: Transdiagnostisk psykologiskbehandling. – arbetsbok. Natur och Kultur. C:a 247 s.*

### Kapitel 6-8

*Ehrenreich-May, J., Kennedy, S. M., Sherman, J. A., Bennett, S. M., Barlow, D. H. (2020). Unified protocol för ungdomar: Transdiagnostisk psykologisk behandling- arbetsbok. Natur och Kultur. C:a 143 s.*

### Frivillig fördjupningslitteratur:

*Germer, C., Siegel, R., Fulton, P. (2013). Mindfulness and Psychotherapy Second Edition Guilford Press C:a 150 s*

*Hofmann, Stefan G. (2016): Emotion in Therapy – From Science to Practice Guilford Press 167 s.*

*Sisemore, T. (2012): The Clinician's guide to Exposure Therapies for Anxiety Spectrum Disorders C:a 180 s*

*Rollnick, S., Miller, W. R. (2013). Motiverande Samtal: Att hjälpa människor till förändring NoK C:a 200 s*

### Kontaktuppgifter

Välkommen att kontakta oss vid frågor

Mats Jacobson, tel. 0739-651959, e-post: [mats@verksampsykologi.com](mailto:mats@verksampsykologi.com)

Karin Hammarstrand, tel. 0707-275413, e-post: [karin@verksampsykologi.com](mailto:karin@verksampsykologi.com)