Stockholms universitet

Kursanvisningar

Utbildning i Dynamic Interpersonal Therapy (DIT)

Start 1 februari 2027

Avslut 19 april 2027

Innehåll och syfte

Dynamic Interpersonal Therapy (DIT) är en semi-strukturerad individuell korttidsterapi (16 sessioner) utvecklad för depression och ångest inom primärvård. Manualen utformades av Alexandra Lemma, Peter Fonagy och Mary Hepworth och bygger på psykodynamiska psykoterapeutiska kompetenser som visat sig förknippade med goda terapiresultat hämtade från psykoanalytiska/psykodynamiska behandlingsmodeller.

Teoretiskt bygger modellen på objektrelationsteori, interpersonell teori, anknytningsteori och mentaliseringsteori och kan sägas vara en kombination av traditionell psykodynamisk terapi och senare teoribildningar inom fältet. Modellen har både fokus på ökad insikt/förståelse av omedvetna relationsmönster och symtomlindring kopplat till ökade interpersonella färdigheter. DIT har i en större forskningsstudier visat på goda resultat och ytterligare studier pågår.

Kursens syfte är att ge fördjupade teoretiska och praktiska färdigheter inom DIT men mycket av det som studeras är även generella färdigheter som lämpar sig vid kortare tidsbegränsade psykoterapeutiska behandlingar, såsom bedömning, fokusformulerande och avslutningsarbete.

Undervisningen sker främst i form av föreläsningar och diskussioner med inslag av videodemonstrationer och rollspelsövningar. Kursen evalueras skriftligt och muntligen vid det sista kurstillfället.

Lärandemål

Den studerande ska efter avslutad delkurs ha uppnått:

- Fördjupade kunskaper om bedömning inför DIT
- Fördjupade färdigheter och kompetens att formulera fokus för DIT
- Fördjupade färdigheter och kompetens att intervenera utifrån detta fokus samt bedöma patientens respons på terapeutens interventioner
- God förståelse för tidsramens betydelse för DIT.

Examination

Kursen examineras dels genom deltagande i undervisning samt examinationsseminarium, dels skriftligt i form av hemtentamen. Betygsskalan är godkänd-icke godkänd.

Omfattning och plats

Kursen motsvarar 7,5 hp och består av 7 halvdagar med föreläsningar/seminarier och praktiska övningar. Undervisningen är förlagd till Psykologiska institutionen vid Stockholms universitet. Kursintroduktion sker via zoom.

Litteraturlista

Lemma, A., Hepworth, M., & Fonagy, P., Luyten, P., Abrahams, D. (2024). *Brief dynamic interpersonal therapy:A clinicians guide*. 2ed. New York, NY: Oxford University Press. Hela boken (ca 300 sidor).

von Below, C. (2020). *Anknytning i psykoterapi*. Stockholm: Natur och Kultur. (336 sidor).

Fonagy, P. et al. (2019). Dynamic interpersonal therapy for moderate to severe depression: a pilot randomized controlled and feasibility trial. *Psychological Medicine, 50*(6), 1010-1019. doi: 10.1017/S0033291719000928

Landström, K., Levander L., & Philips, B. (2019). Dynamic Interpersonal therapy as experienced by young adults. *Psychoanalytic psychotherapy, 33*(2), 99-116.

Fonagy, P., Luyten, P., Allison, E., & Campbell, C. (2019). Mentalizing, Epistemic Trust and the Phenomenology of Psychotherapy. *Psychopathology, 52*, 94-103. doi: 10.1159/000501526

Luyten, P., & Fonagy, P. (2015). The neurobiology of mentalizing. *Personality disorders: Theory, research, and treatment, 6*(4), 366-379.

Schema

Alla tillfällen måndagar kl 13-16 i psykologiska institutionen lokaler, Stockholms universitet förutom kursintroduktionstillfället som är 13-14.30 på zoom, se nedan.

Tillfälle 1
1 feb 13-16

- Kursintroduktion på zoom.

Tillfälle 2
8 feb 13-16

- Grunderna i DIT
- Initialfasen i DIT

Tillfälle 3
15 feb 13-16

- Formulering av interpersonellt affektivt fokus (IPAF)

Tillfälle 4
22 feb 13-16

- Mentalisering anknytning i DIT

Tillfälle 5
8 mars 13-16

- Mittfasen i DIT

Tillfälle 6
15 mars 13-16

- Avslut i DIT

Tillfälle 7
22 mars 13-16

- Videofilmade rollspel: fokusformulering

Tillfälle 8
19 april 13-16

- Examination och kursevaluering