

«Introduksjonskurs: Grunnleggende ferdigheter i psykedelika-assistert psykoterapi»

Kurset arrangeres av Psykolyse

Sted: Sentralt i Oslo, se nettside for adresse.

Datoer: Se nettside for nyeste oppdaterte kursdatoer.

Samlingsbasert kurs over et semester, totalt fire fysiske samlinger hvorav en hver måned. Se nettside for aktuelle datoer. Kurset vil ha hovedfokus på grunnkompetanser som er helt essensielle å ha på plass for å kunne drive med Ketamin-assistert psykoterapi som psykolog/behandler, og med potensiell psykedelika-assistert psykoterapi i fremtiden. Modellen vi baserer kurset på er PSI modellen (**P**reparation, **S**ession Support & **I**ntegration) som benyttes i 90% av kliniske studier på psykedelika (men med andre navn), og som mange ketaminklinikker i Norge anvender seg av. Modellen kan anvendes uavhengig av terapiretning, og det vil bli gitt eksempler på hvordan den kan integreres med for eksempel MKT, MBCT og psykodynamisk terapi.

Dette kurset er ingen garanti eller sertifisering i å drive med psykedelika-assistert terapi, da dette i dag kun kan drives lovlig innenfor klinisk forskningsvirksomhet. Men kurset vil gi deg basiskompetanser som vi mener er helt nødvendig og som gir god kompetanse til å kunne jobbe med for eksempel psykoterapi integrert i ketaminbehandling. Utover dette gir kurset ferdigheter innen mindfulness, relasjon og musikkterapi som vil være overførbart til helt ordinær klinisk praksis. Maks 12 deltakere, studenter får 40% rabatt. Pris 9.500kr pr deltaker, 5.700kr for studenter. Deltakere som tidligere har fullført dagskurs får 25% rabatt, og kan velge om de deltar på Samling 1, eller møter direkte til 2.samling.

Samling 1. Overordnet om forskningsgrunnlaget med Attila og Kristoffer, 08.30-15.00, 22 mars 2025

08.30-09.00 Introduksjon til kursrekken og presentasjonsrunde.

09.00-10.00 Tidligere forskning på psykedelika 1930-1999

10.00-10.15. Pause

10.15-11.30. Nyere forskning psykedelika-assistert psykoterapi (2000-2025)

Effekter og bivirkninger

12.15-13.15 Virkningsmekanismer.

Biologiske: Hjernenettnettverk, nevrobiologi og potensielle anti-inflammatoriske

Opplevelsesorienterte:

Mystiske opplevelser, emosjonelle gjennombrudd, oppløsning av ego, psykologisk innsikt og utfordrende opplevelser.

Personlighetsmessige: Fokus på endringer i NEO-PI

13.15-14.30 Forskning på Ketamin- og MDMA-assistert psykoterapi (2000-2025)

14.30-15.00 Åpent (Spørsmål, deling av erfaringer fra dagen, tilbakemeldinger)

Samling 2. Grunnleggende ferdigheter i forberedende fase (Preparation) med Kristoffer 19.april 2025 kl. 09.00-15.00.

09.00-09.15. Hva mener vi med forberedende fase

09.15-10.15. Psykoedukasjon til klienten.

Realistiske forventninger til terapien.

Informasjon om effekt og bivirkninger.

Forklare potensielle opplevelser en kan ha under KAP-økter

Sette mål/intensjon

Konseptualisere KAP som en mulighet for å øve på å være tilstede med sine egne indre opplevelser

Forberede deltakerne på å møte og utforske traumatiske minner

10.15-10.30 Pause.

10.30-11.00 Rollespill/øvelser 20min. + 10min diskusjon.

11.00-11.45. Konkrete forberedelser til selve ketamin-sesjonen.

Mindfulnessøvelser veiledet av Kristoffer.

Musikk-opplevelse

Forstå hensikten med å simulere en «Mini-sesjon» og erfaring med å gjøre dette.

11.45-12.30 LUNSJ.

12.30-13.30 Terapeutisk stil og tilknytning

Åpen, ikke vitende, lyttende og nysgjerrig holdning til klienten.

Lytte til trygghet og vurdere pas. Sin tilknytningsstil til deg som terapeut.

13.30-14.00 Utfordringer i forberedende fase.

Idealisering av terapeut og ketamin.

«Siste mulighet til å bli frisk»

Samarbeid med øvrig nettverk

Terapeutens egen motoverføring

Tilknytningsvansker

Veldig engstelige klienter.

14.00-14.30 Rollespill med ulike caser i forberedende fase.

14.30-15.00 Åpent (Spørsmål, deling av erfaringer fra dagen, tilbakemeldinger)

Samling 3. Grunnleggende ferdigheter med å støtte klienter under en psykedelisk sesjon (session support), med Kristoffer. (09.00-15.00, 24 mai 2025, Oslo)

09.00-15.00. Opplevelsesorientert dag med egenopplevd mindfulness, hypnose og musikk-sesjoner fordelt utover dagen med fokus på hvordan dette oppleves på egen kropp. Ta med yogamatte. Flere muligheter for å få erfaring med å lede mindfulnessøvelser eller andre intervensjoner som er passende å gi under den psykedeliske sesjonen.

Konkret vil du som deltaker lære å:

- Innlede en ketamin-sesjon med suggesjon, mindfulness eller andre intervensjoner.
- Lage en konkret plan for hvordan du og klient skal forholde dere til hverandre.
- Lage en «kriseplan» for hvordan dere sammen kan håndtere vanskelige opplevelser.

Samling 4. Integrasjon med Bjørn Holmøy, Attila Szabo og Kristoffer Andersen (09.00-15.00, 21. juni 2025, Oslo)

09.00-10.00. Integrasjonsbegrepet og konseptualisering av integrasjonspraksis

Integrasjon i psykedelika/MDMA/ketamin-assistert psykoterapi

Integrasjon til klienter som bruker psykedelika rekreasjonelt

10.00 – 11.45 Integrasjons i KAP

Skape en delt forståelse med klienten angående hva integrasjon innebærer

Persontilpasset og avhengig av mål.

Integrasjon av nærvær/egenomsorg, ulike sider av selvet/ulike deler, av skyggesider mm.

Integrasjonsprosess sammen med terapeuten.

Integrasjonsprosess mellom timene og i livet etter.

11.45-12.30 Pause

12.30-13.15. Bjørn Holmøy:

Skadevirkninger ved rekreasjonelt bruk av psykedelika.

Integrasjon til pasienter som bruker psykedelika rekreasjonelt med fokus på hjelp etter negative ettervirkninger

13.15-14.30. Integrasjon caser + mulig erfaringskonsulent.

14.30-15.00 Åpent.