

Psykodynamisk psykoterapi för barn och unga

Forskningsläge, metoder och tekniker

Agneta Thorén

Fil dr i psykologi, leg psykolog, leg psykoterapeut

Ericastiftelsen

Behandling, utbildning och forskning



- Högskoleutbildning
 - Psykoterapeututbildning, inriktning barn-/ungdomspsykoterapi: grundläggande och avancerad nivå
 - Handledarutbildning
 - Child Parent Psychotherapy (CPP)
 - Mentaliseringsbaserad terapi (MBT-C)
- Psykologisk behandling, stödinsatser
- Forskning, utvärdering

Ericastiftelsen
Behandling, utbildning och forskning

Viktigt att undersöka effektiviteten i psykoterapi för barn och unga

- 1/8 av barn/unga lider någon gång av psykisk ohälsa
Polanczyk et al., 2015; Barican et al., 2022
- Depression är det fjärde största hälsoproblemet bland ungdomar (WHO, 2019)
- Dramatisk ökning av barn/unga som vänder sig till BUP
Upp till 18% av barn mellan 7-17 år (SKR, 2023). 35% ökning sedan 2017.
- 75% av vuxnas psykiska ohälsa debuterar i barn-/ungdom
Kessler et al., 2012; Kim-Cohen et al., 2003; MQ, 2017; Wang et al., 2023.
- Ungas problem kvarstår och fördjupas utan behandling
Goodman, et al., 2011; Costello & Maughan, 2015



Forskningsöversikt (Midgley et al., 2021)

82 studier, varav 22 RCT



Slutsatser hittills:

1. PDT har visad effekt vid ett brett spektrum av vanliga problem hos barn:
 - Ångest, Depression
 - Beteendestörning med emotionell pålagring
 - Trauma, försummelse
 - Ätstörning, Självskada
 - Begynnande personlighetsstörning
2. PDT tycks vara lika effektiv som andra terapiformer. Bättre än väntelista.
3. Yngre barn och tonåringar tycks dra störst nytta av PDT.
4. Barn med emotionella symtom (**depression**) tycks dra mer nytta av PDT, än barn med utagerande symtom.
5. Parallellt föräldraarbete är väsentligt.
6. PDT ger långsammare, men mer långsiktig effekt. "**Sleeper effect**"

Det finns för få studier...



...vilket ger ett sämre evidensläge för PDT barn/ungdom

...men "*inte*" innebär att terapin har konstaterats vara *sämre*".

Weisz & Simpson Grey (2008)



Varför har vi varit så sena i startgroparna?

- Längre fördomar mot empirisk forskning
 - Barnterapi präglas av lekfull spontanitet, symboliska uttryck. Manual avlägset.
- Metodologiska utmaningar
 - Studieobjektet är stadd i kontinuerlig utveckling
 - Inte bara *ett* studieobjekt, utan även inverkan av omsorgssystemet
 - Brist på validerade utfallsinstrument för yngre barn
- Finansieringssvårigheter



Allan Abbass



Första meta-analysen PDT barn/ungdomar

- 11 studier (9 RCT; 2 kvasi-randomiserade)
- 655 barn (8–14 år)
- STPP: m 20 sessioner (10-40)
- Problem: Ångest; Depression; Mixed; Personl./beteende
- Jämförelse: Familjeterapi – Långtidsterapi – Prolonged exposure – Psykoedukativ grupp – TAU – Väntelista

Fynd:

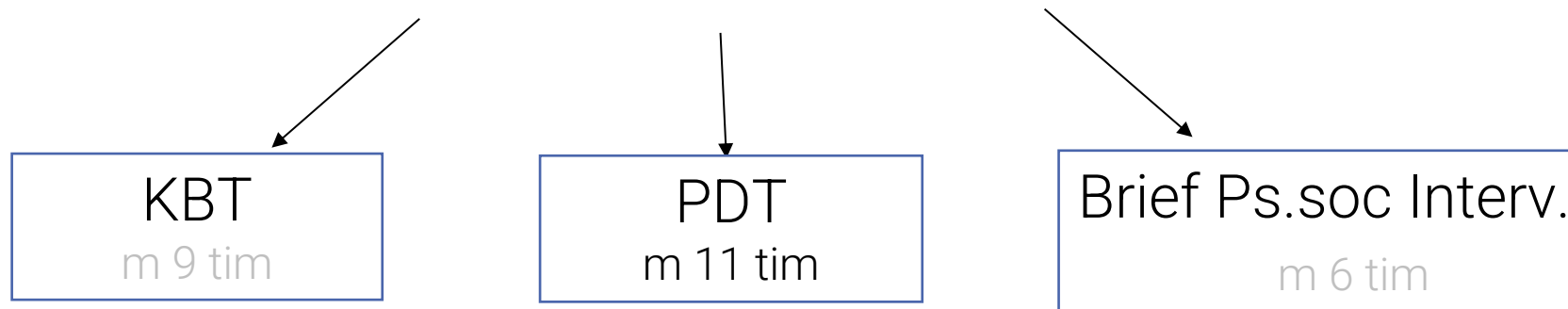
- ❖ Goda effekter (g 1.07) på samtliga utfallsmått.
- ❖ “Sleeper-effect”
- ❖ Ingen skillnad mot andra aktiva behandlingar.



RCT: **IMPACT-studien**

Improving Mood with Psychoanalytic And Cognitive Therapies

470 barn, 11-17 år, med Depression



Fynd:

- ❖ Ingen skillnad KBT – PDT – BPI avs. Depression
- ❖ KBT och PDT mer effektiva än BPI avs. Ångest
- ❖ Kvarvarande effekt 1 år efter avslut (85% ej längre depr.)
- ❖ Ingen skillnad KBT – PDT – BPI avs. Cost-effectiveness



First Experimental Study of Transference Work – In Teenagers (FEST-IT)

100 ungdomar (16-18 år) med Depression (MDD)

PDT 28 sessioner

PDT
Transference Work

PDT
~~Transference Work~~



Universitetet i Oslo
Randi Ulberg
Per Hoglend



First Experimental Study of Transference Work – In Teenagers (FEST-IT)



PDT
Transf. Work

PDT
~~Transf. Work~~

- Utforska den unges interpersonella relationer.
- Utforska tankar/känslor som den unge tycks undvika.
- Uppmärksamma återkommande mönster av tankar/känslor/handlingar.

Överföringsinterventioner (måttlig mängd = 1-3 st/session):

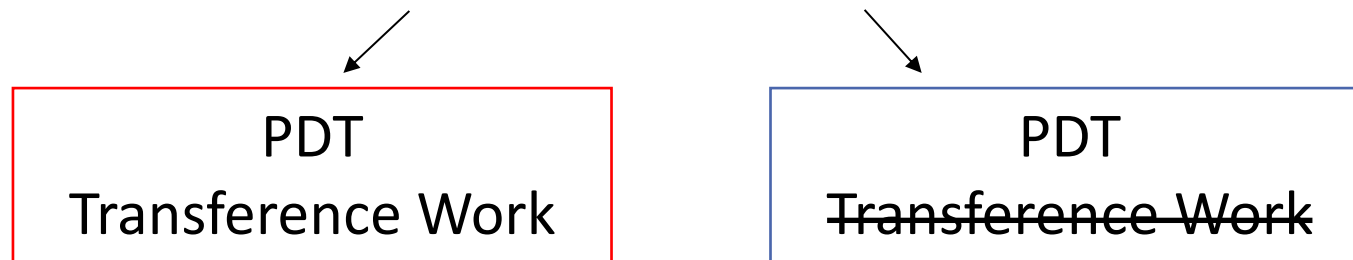
- Utforska den unges tankar/känslor rörande *terapin och terapeuten*.
- Uppmärksamma här-och-nu-dynamiken i *patient-terapeut-relationen*.
- Länka återkommande interpersonella mönster till förehavanden *mellan patient-terapeut*.



First Experimental Study of Transference Work – In Teenagers (FEST-IT)

100 ungdomar (16-18 år) med Depression (MDD)

PDT 28 sessioner



Universitetet i Oslo

Randi Ulberg

Per Hoglend

Fynd:

- ❖ Båda grupperna förbättrades i psykisk funktion (*Psychodyn. Funct Scale*). Kvarstod eft. 1 år.
- ❖ Överföringsgruppen förbättrades **mer** avs. Depression (*BDI, MADRS*). Kvarst. eft 1 år.

Slutsats: Viktigt att inkludera den unges tankar/känslor i relation till terapeuten i PDT med deprimerade tonåringar.

Ulberg et al. (2021). The first experimental study of transference work - in teenagers (FEST-IT): A multicentre, observer-, patient-blind, randomised controlled component study. *BMC Psychiatry*



Psykologiska inst., SU

Karin Lindqvist
Jakob Mechler
Björn Philips
Per Carlbring

Gerhard Andersson
Robert Johansson
Fredrik Falkenström
Peter Lilliengren
Randi Ulberg
Nick Midgley
Agneta Thorén

RCT: **The ERiCA study**

EaRly internet-based interventions for Children and Adolescents

76 ungdomar (15-18 år) med Depression

I-PDT

8 v. guidad självhjälp + 30 min Tpt-chat/v.
Fokus: Emotionella konflikter ger symptom
och försvar. Relationer påverkar måendet.

I-Stöd

Fokus: mående och symptom

Åtta behandlingsmoduler

1. Känslor – våra inre vägvisare

Vi utforskar hur våra anknytningsbehov ofta går före våra egna känslor, och hur detta kan leda till att vi undviker vissa känslor ("affektfobi"). Känslotriangeln.

2. Depressionens röst

Vi lär oss att känna igen **skam** och **självkritiska tankar**, och hur vi kan bygga en mer vänlig och stödjande inställning till oss själva.

3. Ångest – kroppens larmsystem

Här fokuserar vi på att skilja mellan "lagom" och för mycket ångest. Vi går igenom tekniker för att reglera ångest, t.ex. genom andning och självreflektion.

4. Försvar – för att undvika känslor

Vi identifierar vanliga sätt att skydda oss från obehagliga känslor, och hur försvar kan skapa problem på längre sikt.

5. På jakt efter inre vägvisare – skapa utrymme för känslor

Vi jobbar med att uppmärksamma våra känslor, både i tankarna och fysiskt i kroppen.

6. Särskilt svåra känslor

Vi utforskar svåra känslor - **ilska**, **sorg**, **skuld**. Lär oss att närma oss svåra och blandade känslor. Skilja på att uppleva – agera.

7. Självständighet och samhörighet

Vi kartlägger våra vanliga relationsmönster och hur dessa kan hänga ihop med att vi undviker vissa känslor. Att identifiera och bryta negativa mönster!

8. Vägen framåt – dela känslor i nära relationer

Slutligen fokuseras på att förlåta sig själv/andra. Hur vi kan kommunicera känslor på ett hälsosamt sätt, och stärka våra relationer framåt.

Självanklagelser
Undvikande

Försvar

Anknytnings-
relaterad oro

Ångest



Känslor

Ilska
Övergivethet, sorg

Tpt letar relationella "triggers" för upp- och nedgångar i mående.

"Jag ser att du har skattat att du försämrats i ditt mående, är det något särskilt som hänt?"

Tpt hjälper pat att koppla till interpersonella händelser:

"Det låter som en svår situation med din pojkvän – hur påverkade det ditt mående?"

Tpt kopplar till konflikttriangeln:

"Så din pojkvän sårade dig. Det låter som att det väckte känslor av både ilska och övergivenhet, känslor som i sin tur väckte ångest (tryck över bröstet), och så blev det istället att du anklagade dig själv för att ha orsakat situationen och höll utåt en positiv fasad. Du undvek känslorna och blev mer ledsen."

"Jag undrar var den där känslan att bli övergiven har sin rot i. Det är en väldigt vanlig oro, som vi ofta har fått med oss från våra tidiga relationer och erfarenheter. Har du någon tanke om varför du oroar dig så mycket över att din pojkvän ska lämna dig?"

'Common factors'-interventioner (allianssskapande):

- Förmedla hopp och uppmuntran.
- Vara varm och sympatiserande.
- Arbeta tillsammans som ett team.

Tpt: "Det där tycks vara en väldigt viktig sak som du har lagt märke till hos dig själv – att när du känner jobbiga känslor, då leder det till en känsla av panik. Har jag uppfattat det rätt? Säg bara till om jag har missuppfattat dig."

Tpt: "Det är verkligen en bra sak, att du har upptäckt den där självkritiska sidan hos dig själv. Känslan av självkritik är verkligen jättesvår att bära, så jag är imponerad av att du har noterat den – det är det första steget mot förändring."



Psykologiska inst., SU

Karin Lindqvist
Jakob Mechler
Björn Philips
Per Carlbring

Gerhard Andersson
Robert Johansson
Fredrik Falkenström
Peter Lilliengren
Randi Ulberg
Nick Midgley
Agneta Thorén

RCT: **The ERiCA study**

EaRly internet-based interventions for Children and Adolescents

76 ungdomar (15-18 år) med Depression

I-PDT

8 v. guidad självhjälp + 30 min Tpt-chat/v.
Fokus: Emotionella konflikter ger symptom
och försvar. Relationer påverkar måendet.

I-Stöd

Fokus: mående och symptom

- Fynd:**
- ❖ I-PDT mer effektiv i att minska Depression och Ångest, och att öka Emotionsreglering och Självmedkänsla.
 - ❖ Effekten kvarstod vid 6 mån.uppfölj.



Psykologiska inst., SU

Karin Lindqvist
Jakob Mechler
Björn Philips
Per Carlbring

RCT: **The ERiCA study**

EaRly internet-based interventions for **C**hildren and **A**dolescents

272 ungdomar (15-19 år) med Depression

I-PDT

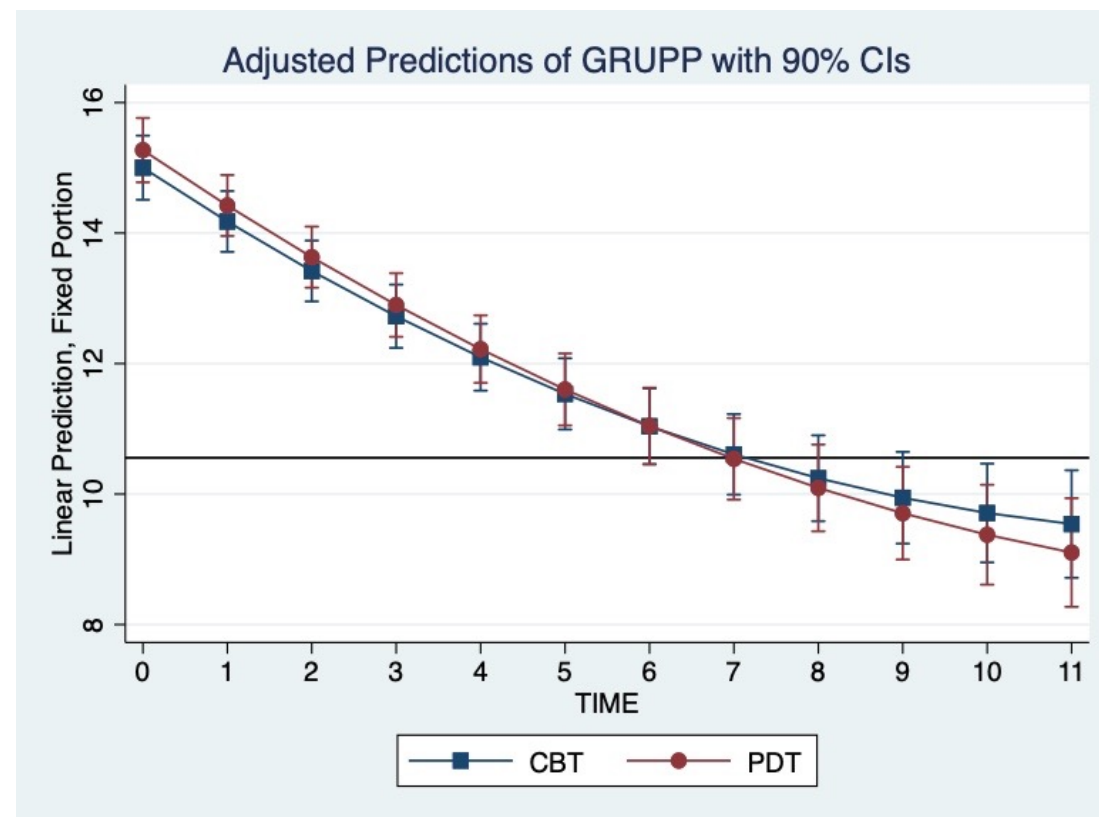
10 v. guidad självhjälp
+ 30 min Tpt-chat/v.

I-KBT

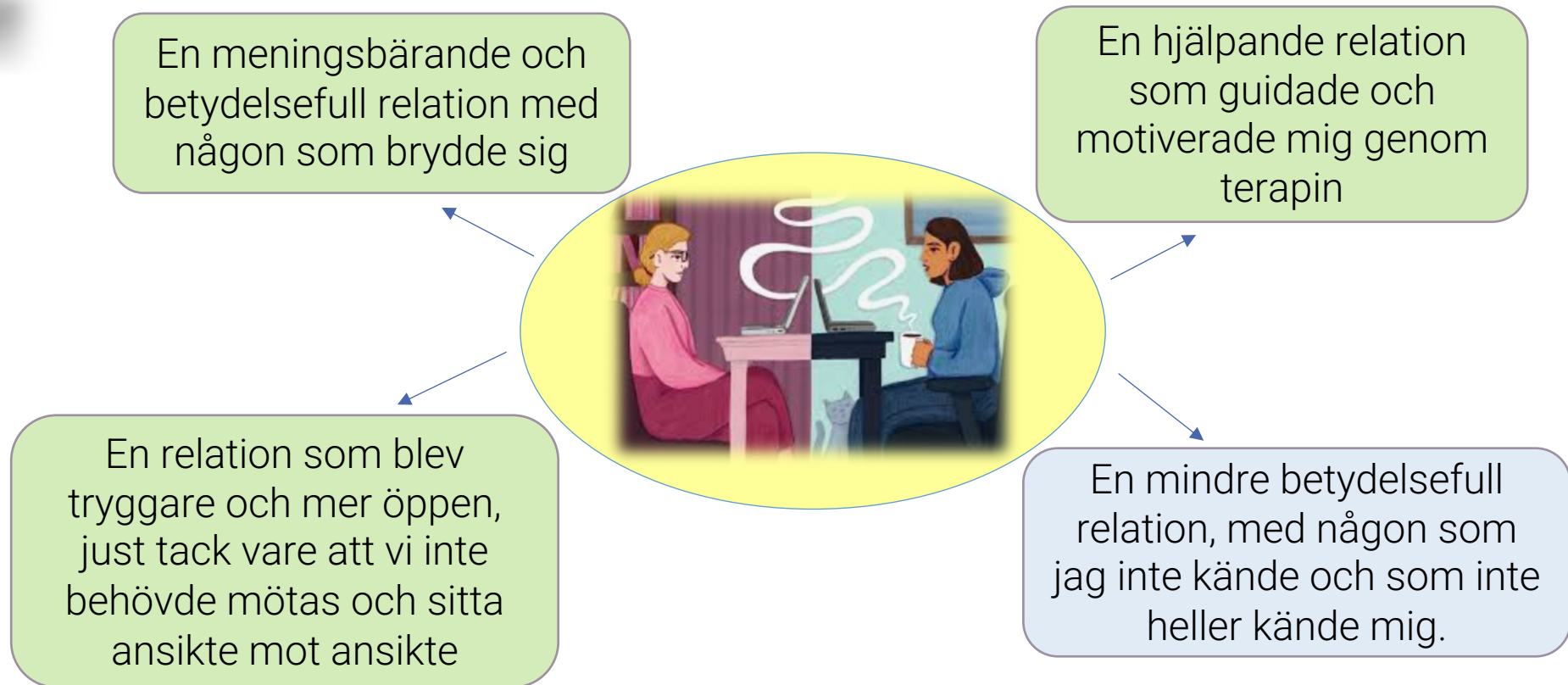
Fynd:

- ❖ Båda behandlingarna **lika effektiva** i att minska Depression och Ångest, och att öka Emotionsreglering och Självmed-känsla.

Mechler et al. (2022). Therapist-guided internet-based PDT vs CBT for adolescent depression in Sweden: A randomised, clinical, non-inferiority trial. *The Lancet Digital Health*.



"Jag behövde inte se henne i ögonen" – Ungdomars upplevelser av terapirelationen i I-PDT



Transdiagnostisk, integrativ metod för barn 5-12 år

Mentaliserings-baserad barnpsykoterapi (MBT-C)

Att kunna **förstå** andras och egna handlingar i termer av **mentala** tillstånd: avsikter, önskningar, tankar, förväntningar, känslor...

Grundläggande mekanism i barnets utveckling av:

- en känsla av själv
- förmågan att hantera sina känslor
- att kunna navigera i den sociala världen
- trygghet i anknytningsrelationer

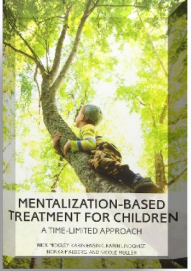


Några fynd från studier om mentalisering i barnpsykoterapi

- Samband mellan 'mental state talk'-interventioner i barnterapi och ökad förmåga till känsloreglering.
(Halfon, Bekar & Gürleyen, 2017)
- Arbete via symbollek och uttryckande av negativa effekter i barnterapi, samtidigt som mentaliserande interventioner, ökar känsloreglering och ger symtomförbättring.
(Halfon, Yilmaz & Çavdar, 2019)
- Samband mellan mentaliserande förhållningssätt och ökad trygghet hos barnet, ökad känsla av att vara förstådd och ökad emotionell tillgänglighet.
(Carvalho, Goodman & Ramirez, 2019)
- Förändringar i föräldrars förmåga att mentalisera om sitt barn och barns förmåga att mentalisera om sig själva, visar samband med utfallet i barnterapi.
(Halfon & Besiroglu, 2020)



Mentalization-Based Treatment for children (MBT-C)



222 barn (5-12 år), emotionell/beteende problematik



Sibel Halfon
Istanbul Bilgi
University

Nick Midgley
Anna Freud
Center
UCL, London



MBT-C

12 v. MBT-C + parallella föä.samtal

Barnterapi

- **Uppmärksamhetsreglering**
 - Spegling, intoning, avsikter, delad uppm.
- **Känsloreglering**
 - Benämna känslor, reglera affektnivå, identifiera triggers för mentaliseringsbrott.
- **Explicit mentalisering**
 - Länka beteende–mentalt, utforska olika perspektiv, mentalisera relationen.

Föä.samtal: Motsvarande interventioner.

Parenting Social Skill Group (PSSG)

12 v. social färdigh.grupp+ parallell föä.grupp

Barngrupp (5-7, 8-10, 11-12 år)

Träning av:

- Sociala och interpersonella förmågor
- Empati och perspektivtagande
- Självsäkerhet
- Känslomässig förståelse och reglering
- Lekfärdigheter

Föä.grupp: Utveckla effektiv föräldraförmåga, stärka föä-barn-relationen.

Mentalization-Based Treatment for children (MBT-C)

222 barn (5-12 år), emotionell/beteende problematik

MBT-C

12 v. MBT-C + parallella föä.samtal

Parenting Social Skill Group (PSSG)

12 v. social färdigh.grupp+ parallell föä.grupp



Sibel Halfon
Istanbul Bilgi
University



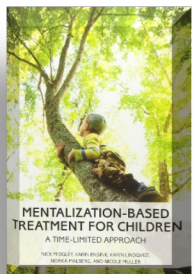
Nick Midgley
Anna Freud
Center
UCL, London



Fynd:

- ❖ Båda beh. lika effektiva i symtomlindring vid avslut (12 v).
- ❖ MBT-C mer effektiv vid uppföljning (36 v). "Sleeper-effect"
- ❖ MBT-C mer effektiv i att öka Emot.reglering hos barn + föä. Kvarstod vid uppföljning.

Mentalization-Based Treatment for children (MBT-C)



17 barn (4-11 år), emotionell/beteende problematik

MBT-C

12 v. MBT-C + parallella föä.samtal

Väntelista

12 v.



Ericastiftelsen



Fynd:

- ❖ MBT-C-gruppen visade signifikanta förbättringar vid avslut (12 v):
 - ❖ Symtombild (HoNOSCA)
 - ❖ Psykisk funktion (CGAS)
 - ❖ Föräldrarnas upplevda problembelastning (SDQ-Impact)
 - ❖ Barnens upplevda problembelastning (Bollröret)
- ❖ Förbättringarna kvarstod eller förbättrades ytterligare vid uppföljningar (39 v; 66 v). "Sleeper-effect"





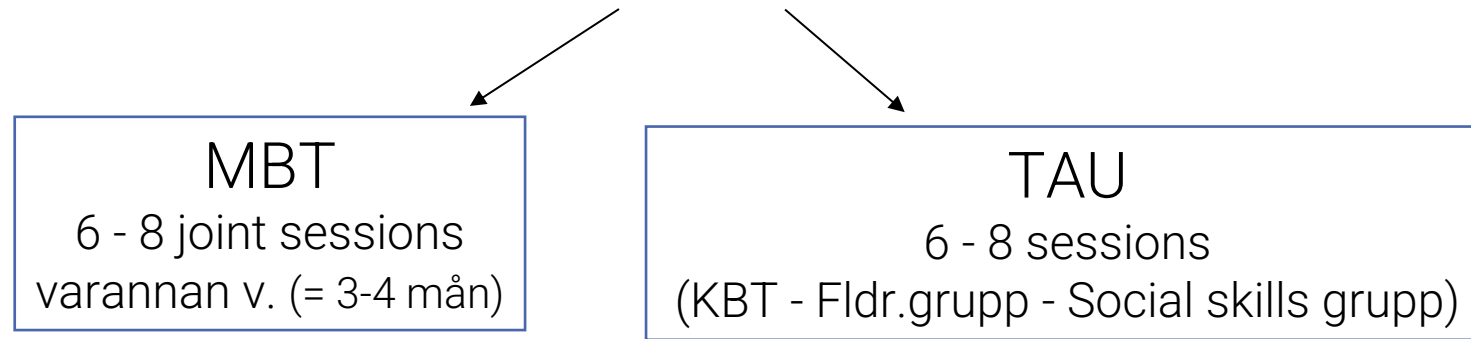
RCT: **The ERiC study**

Emotion Regulation in Children



Nick Midgley
Anna Freud Center
UCL, London

360 barn, 6-12 år, med mixed problems (Emot.+Bet.)



Utfallsmätning: Start - Mitten - Avslut - Uppfölj 6 mån - Uppfölj 2-5 år

- ☐ SDQ
- ☐ Me and my feelings
- ☐ Parenting Stress Index, short form
- ☐ Parent-child interaction task
- ☐ PRFQ
- ☐ Emotional Awareness Questionnaire
- ☐ Test of Emotional Comprehension (TEC)
- ☐ Emotion Regulation Checklist for Children
- ☐ Difficulties in Emotion Regulation Scale

Vad behövs framöver?

- Fler RCT studier. Större undersökningsgrupper
- 'Practice-Based Evidence', Routine outcome monitoring
- Kvalitativa studier, fokus på patienters perspektiv





Tack för att ni lyssnat!

agneta.thoren@ericastiftelsen.se

Ericastiftelsen

Behandling, utbildning och forskning

Foto: Hanna Källebo Neikter

- Abbass, A., Rabung, S., Leichsenring, F., Refseth, J. & Midgley, N. (2013). Psychodynamic psychotherapy for children and adolescents: A meta-analysis of short-term psychodynamic models. *Jnl American Academy of Child and Adolescent Psychiatry*, 52(8), 863-875.
- Goodman, A., Joyce, R., Smith, J.P. (2011). The long shadow cast by childhood physical and mental health problems on adult life. *Proceedings of the National Academy of Sciences*, 108(15), 6032-6037.
- Goodyer, I.M., Reynolds, S., Barrett, B., Byford, S., Dubicka, B., Hill, J....& Fonagy, P. (2017). Cognitive behavioural therapy and short-term psychoanalytical psychotherapy versus a brief psychosocial intervention in adolescents with unipolar major depressive disorder (IMPACT): A multicentre, pragmatic, observer-blind, randomised controlled superiority trial. *Lancet Psychiatry*, 4, 109-119.
- Halfon et al. (2025). The efficacy of Mentalization-Based Treatment for Children with internalizing and externalizing problems: A randomized controlled trial. *Journal of the American Academy of Child & Adolescent Psychiatry*.
- Kessler, R. C., Angermeyer, M., Anthony, J. C., DE Graaf, R., Demyttenaere, K., Gasquet, I., DE Girolamo, G., Gluzman, S., Gureje, O., Haro, J. M., Kawakami, N., Karam, A., Levinson, D., Medina Mora, M. E., Oakley Browne, M. A., Posada-Villa, J., Stein, D. J., Adley Tsang, C. H., Aguilar-Gaxiola, S., Alonso, J., ... Ustün, T. B. (2007). Lifetime prevalence and age-of-onset distributions of mental disorders in the World Health Organization's World Mental Health Survey Initiative. *World psychiatry : official journal of the World Psychiatric Association (WPA)*, 6(3), 168-176.
- Kim-Cohen, J., Caspi, A., Moffitt, T. E., Harrington, H., Milne, B. J., & Poulton, R. (2003). Prior juvenile diagnoses in adults with mental disorder: developmental follow-back of a prospective-longitudinal cohort. *Archives of general psychiatry*, 60(7), 709-717.
- Lindqvist, K., Mechler, J., Carlbring, P., Lillengren, P., Falkenström, F., Andersson, G.,... & Philips, B. (2020). Affect-focused psychodynamic Internet-based therapy for adolescent depression: A randomized controlled trial. *Journal of Medical Internet Research*, 22(3), 8047.
- Lindqvist, Mechler, Midgley, Carlbring, Carstorp, Neikter ... Philips (2022). "I didn't have to look her in the eyes"—participants' experiences of the therapeutic relationship in internet-based psychodynamic therapy for adolescent depression. *Psychotherapy Research*, 34(5), 648–662.
- Mechler, J., Lindqvist, K., Carlbring, P., Topooco, N., Falkenström, F., Lillengren, P., Andersson, G., Johansson, R., Midgley, N., Edbrooke-Childs, J., Dahl, H. J., Sandell, R., Thorén, A., Ulberg, R., Bergsten, K. L., & Philips, B. (2022). Therapist-guided internet-based psychodynamic therapy versus cognitive behavioural therapy for adolescent depression in Sweden: a randomised, clinical, non-inferiority trial. *The Lancet. Digital health*, 4(8), e594–e603.
- Midgley, N., Mortimer, R., Cirasola, A., Batra, P. & Kennedy, E. (2021). The evidence-base for psychodynamic psychotherapy with children and adolescents: A narrative synthesis. *Frontiers in Psychology*, 12, 662671.
- Midgley, N., Mortimer, R., Carter, M., Casey, P., Coffman, L., Edbrooke-Childs, J., Edridge, C., Fonagy, P., Gomes, M., Kapoor, A., Marks, S., Martin, P., Moltrecht, B., Morris, E., Pokorna, N., & McFarquhar, T. (2023). Emotion regulation in children (ERiC): A protocol for a randomised clinical trial to evaluate the clinical and cost effectiveness of Mentalization Based Treatment (MBT) vs Treatment as Usual for school-age children with mixed emotional and behavioural difficulties. *PLoS one*, 18(8), e0289503.
- MQ (2017). *UK Mental Health Research Funding 2014-2017*. <https://www.mqmentalhealth.org/who-we-are/financials-and-reports/>
- Nemirovski Edlund, J., Thorén, A., & Carlberg, C. (2014). Outcome of psychodynamic child psychotherapy in routine practice, *European Jnl of Psychotherapy & Counselling*, 16(3), 228-244.
- Nemirovski Edlund, J. & Carlberg, G. (2014). Psychodynamic psychotherapy with adolescents and young adults: Outcome in routine practice. *Clin Child Psychology and Psychiatry*, 21, 66-80.
- Polanczyk, Salum, Sugaya, Caye & Rohde (2015). Annual research review: A meta-analysis of the worldwide prevalence of mental disorders in children and adolescents. *Journal of child psychology and psychiatry, and allied disciplines*, 56(3), 345–365.
- Stefini, A., Horn, H., Winkelmann, K., Geiser-Elze, A., Hartmann, M., & Kronmüller, K. T. (2013). Attachment styles and outcome of psychoanalytic psychotherapy for children and adolescents. *Psychopathology*, 46(3), 192-200.
- Taubner, Ulberg, et al. (2024). Mediators of outcome in adolescent psychotherapy and their implications for theories and mechanisms of change: a systematic review. *European Child & Adolescent Psychiatry*, 33(10), 3321–3358.
- Thorén, Lindqvist, Pertorft Nemirovski & Mechler (2025). Short-term mentalization-based therapy for common childhood mental disorders - A pilot quasi-randomised controlled trial. *Clinical child psychology and psychiatry*.
- Ulberg, R., Hummelen, B., Hersoug, A. G., Midgley, N., Høglend, P. A., & Dahl, H. J. (2021). The first experimental study of transference work-in teenagers (FEST-IT): a multicentre, observer- and patient-blind, randomised controlled component study. *BMC psychiatry*, 21(1), 106.
- Wang, Li, Lu, Ran, Che, Fang, Liang, Sun, Chen, Peng, Shi & Xiao (2023). Treatment Rates for Mental Disorders Among Children and Adolescents: A Systematic Review and Meta-Analysis. *JAMA network open*, 6(10), e2338174.
- Weisz, J. R., & Gray, J. S. (2008). Evidence-Based Psychotherapy for Children & Adolescents: Data from the Present and a Model for the Future. *Child & Adolescent Ment Health*, 13(2), 54-65.
- Weisz & Simpson Grey (2008). Evidence-based psychotherapy for children and adolescents: Data from the present and a model for the future, *Child Adolescent Mental Health*.

Psychodynamic psychotherapy with adolescents and young adults: Outcome in routine practice

- 218 ungdomar/unga vuxna (14-24 år)



Fynd:

- ❖ Betydande pre-post förbättring i global psykisk funktion (CGAS/GAF)
- ❖ Signifikant minskning i symtom (SCL-90).

Outcomes of psychodynamic child psychotherapy in routine practice

- 207 barn (4-12 år)



Fynd:

- ❖ Signifikant pre-post förbättring.
- ❖ Större förbättring för yngre (4-6 år) än äldre barn (10-12 år).
- ❖ Barn med ångest drog mest nytta (SDQ) av terapin, barn med PDD minst.
- ❖ Barn som fick STPP hade lägre problemtyngd före insats, men visade störst förändring pre-post.

”The **focus** marks the playfield”

Fokus

En kort mening som syftar till att stimulera mentalisering

- Visar hur beteenden kan göras meningsfulla genom reflektion och nyfikenhet
- Riktat uppmärksamhet mot, för barnet, centrala upplevelser, tankar, känslor.
Stimulerar föräldrarnas nyfikenhet på barnets inre.
- Pekar på/betonar barnets resurser och kompetens.
- Stimulerar barnets känsla av agens och delaktighet.
- Bjuder in barnet att engagera sig i den terapeutiska processen (“det handlar om mig!”)
- Reglerar uppmärksamhet och känslor under terapin

Fokus

Fokus ska vara kort, och utgå från något barnet visat/lekt under bedömningen. Formuleras på ett sätt, som väcker igenkänning och nyfikenhet på barnets upplevelser och självbild. Ska förmedla hopp och möjlighet till förändring.

Exempel:

En 6-årig flicka med kraftiga vredesutbrott, konfliktfyllt relaterande till föräldrarna och hårt styrande över kamrater. Under bedömningen, hade hon i sin lek visat en upptagenhet av att försöka skydda djurfamiljer mot hotande faror. Och också en gryende vilja till en annan, lugnare ordning mellan djur-mammor och deras ungar.

Terapeuten formulerade följande fokus för den här terapin:

"Hitta sätt att skydda det goda."

Behandlingsgrupp

Aktualiseras och bedöms	Terapistart	Terapiavslut	Uppföljning 6 mån	Uppföljning 12 mån
januari	jan./febr.	april	oktober	april
februari	febr./mars	maj	november	maj
½ mars (1-15)	mars/april	juni	december	juni
augusti	aug./sept.	november	maj	november
september	sept./okt.	december	juni	december

Kvasi-radomisering genom jämförelse med väntelistan.

Väntelistgrupp

Aktualiseras och bedöms	Ny bedömning efter 3 mån. väntetid	Terapistart	Terapiavslut	Uppföljning 6 mån	Uppföljning 12 mån
maj	aug./sept.	aug./sept.	november	maj	november
juni	sept./okt.	sept./okt.	december	juni	december
oktober	jan./febr.	jan./febr.	april	oktober	april
november	febr./mars	febr./mars	maj	november	maj
december	mars/april	mars/april	juni	december	juni

Väntelista =
Om anmälan kom mindre än 8 v före sommar- eller juluppehåll.

Barnets kalender

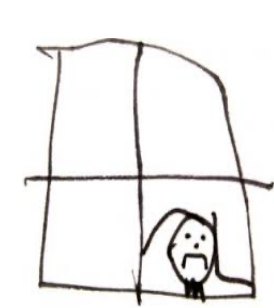
1



2



3



4



5



6



7



8



9



10



11



12



EPU 19/22

Terapeutiska interventioner i chatformat -
jämförelser av IPDT-terapier med bra och
svagt utfall

Viktor Wennlund

Ericastiftelsens psykoterapeutprogram
med inriktning på barn och ungdomar, 90 hp
Examensarbete 15 hp, 2022

Handledare: Björn Philips

ERICASTIFTELSEN
PSYKOTERAPI • UTBILDNING • FÖRSKNING

- Interventioner i chatsessionerna undersöktes för 20 patienter; varav hälften med bra och hälften med svagt utfall.
- Från varje patient hämtades två chattar, en från terapins första resp. andra hälft. Interventioner skattades blint med hjälp av kodningsinstrumentet MULTI.
- *Fynd:* Vanliga interventioner var i linje med behandlingens teoretiska inriktning (PDT).
- Gruppen med **bra utfall** hade högre förekomst av 'Common factors'-interventioner under terapins **första** hälft, dvs **fokus på alliansen**, samt även fokus på **affektfokuserade** interventioner, att sätta ord på känslor.

Fokus

Exempel på fokus

- Vad puttrar i Tages kastrull?
- Hur är det att vara Anton 7 år och både blyg och modig?
- Nyfiken på Signe!
- Vilka bor i Karins by?
- Att lära känna och ta hand om de vilda djuren och de vilda känslorna!
- Lära känna dina skatter
- Gå på upptäcktsfärd i Lasses värld
- Hanna både cool och kul
- Jonathan, general och överbefälhavare för alla trupper
- "Hur är det att vara Karl och ensam och Karl tillsammans"

Psykodynamiska interventioner

- Uppmuntrar ungdomen att utforska känslor som vanligen undviks.
- Undersöker länkar mellan nuvarande situation och tidigare erfarenheter.

Ungd: "Jag försöker hålla tillbaka min ilska men till sist går det inte, utan jag exploderar.

Tpt: "Det här är verkligen något viktigt. Du prickar in många delar av känslotriangeln. I grunden ser vi din sorg och ilska, som triggas av att din pojkvän inte hör av sig så mycket som du vill, och av att du börjar oroa dig för att han ska överge dig eller glömma bort dig. Sedan ser vi ångesten som uppstår, för att du inte vill ha de här känslorna – de riskerar ju att skrämma bort honom ännu mer. Och sedan ser vi försvaren, när du börjar kritisera dig själv och efter ett tag explodera i ilska och tårar.