

Undervisningsplan – År 1 – Årgang 2025

4. udgave; januar 2026

Nedenfor finder du både praktiske oplysninger vedr. undervisningen og et skema, der giver dig et kronologisk overblik over hele det første år på den 2-årige uddannelse til par-, forældre- og familierapeut hos NOPA Pro. Oversigten gælder fra studiestart og frem til sommerferien 2026. Du modtager planen for uddannelsens andet år inden vinterferien.

Teoriundervisning

Teoriundervisningen for hver blok frigives samlet på undervisningsplatformen kort efter afslutningen af den forudgående blok.

Spørgetimerne

Forud for hvert af uddannelsens ti fysiske moduler, mødes vi online til en fælles spørgetime. Du kan med fordel sende dine spørgsmål på mail forud for spørgetimen (og gerne 1 uge i forvejen) så vi evt. kan nå at forberede nogle slides, så du kan få et mere grundigt og uddybende svar.

Spørgetimerne foregår live online i Zooms webinar-modul, hvor man deltager uden tændt kamera og mikrofon. Hvis du vil stille spørgsmål undervejs, kan du enten bruge QnA funktionen og stille dit spørgsmål skriftligt, eller knappen "raise hand", og så kan vi åbne for din mikrofon, så vi kan tale sammen. Du skal være logget ind i Zoom for at deltage live, og du får klart den bedste oplevelse, hvis du bruger Zoom-appen frem for bare at logge ind via din browser.

Du finder linket til at deltage på undervisningsplatformen under "Materialer og vigtige links". Spørgetimernes længde varierer i sagens natur med antallet af spørgsmål, men regn med 60-90 minutter.

Spørgetimerne optages og lægges op på platformen hurtigst muligt efter afvikling.

Fysiske moduler

Alle moduler med fysisk fremmøde foregår i NOPA's lokaler i Kronprinsensgade 10, 1. i København (også kaldet K10). Lokalerne ligger kun 10 minutters gang fra Nørreport Station, og der er både bus og Metro ved Christiansborg og på Kongens Nytorv. Parkering kan ske i P-kælderen i Vognmagergade 5.

Alle dage er fra 9-16. Vi byder på let morgenmad, sund frokost og lidt sødt til blodsukkeret sidst på dagen. Frugt, kaffe og Perch's the står klar hele dagen. Er du vegetar, har vi mulighed for at imødekomme det, men hvis det er mere kompliceret end det, kan det godt være du skal tage lidt med hjemmefra også.

Supervision

Supervision afvikles enten rent online via Zoom eller fysisk i NOPA's lokaler i København. Vi har tilstræbt en variation af tider, hvorfor du både vil kunne vælge mellem tidlige og sene tider på forskellige hverdage.

Hvis du allerede ved, at du foretrækker at være med online, kan du med fordel vælge så mange af disse tider som muligt, så pladserne med fysisk deltagelse er ledige til dem, der foretrækker dette format.

De af jer, der tager uddannelsen med henblik på at blive certificeret, skal være opmærksomme på, at der er mødepligt til supervision. På uddannelsens 2. år skal I derudover også have haft minimum 1 sag på, hvor I har optaget jeres arbejde på video. Du finder mere info om mødepligt og certificering i studieordningen.

Det er meget forskelligt, hvornår I opstarter træningsklienter og har behov for supervision. Alle studerende skal dog deltage i supervision seks gange pr. år. Da der ikke er lagt flere end 6 supervisionstider til jer hver i kalenderen, er det vigtigt, at de af jer, som har en stram kalender, er tidligt ude, både ift. at skrive jer på, men også ift. at bytte indbyrdes, hvis noget kommer i vejen.

Supervisionen er sat ind i oversigten nedenfor af hensyn til din planlægning, men bemærk gerne, at den ikke som sådan "følger" undervisningen, og at du, som forklaret ovenfor, ikke skal deltage i dem alle.

Brug af biblioteket i Kronprinsensgade

Vi stiller et mindre bibliotek til rådighed, som du og dine medstuderende kan gøre brug af, hvis du vil spare på udgifterne til bøger i løbet af din uddannelse. Her vil der både være flere eksemplarer af de værker, der indgår på uddannelsen som obligatorisk litteratur, og enkelte eksemplarer af udvalgt supplerende litteratur.

Biblioteket fungerer som en "honesty bar" i den forstand, at man selv har ansvar for at dokumentere sine udlån og at aflevere hurtigt, så den næste kan få glæde af bogen. Du kan læse mere om reglerne for brugen af biblioteket i studieordningen.

Frivillig terminsprøve

Af hensyn til dem, der ønsker en form for fagligt check-in efter første år, tilbyder vi en "terminsprøve", som afvikles kort før sommerferien. Her får du mulighed for at teste din forståelse og evne til at anvende det, du har lært på en konkret terapeutisk case. Deltagelse er 100 % frivillig og om du deltager eller ej, har ingen konsekvenser for din mulighed for at blive certificeret efter endt uddannelse.

Spørgsmål?

Bemærk at skemaet nedenfor har én kolonne til hverdagsholdet og én til weekendholdet.

Har du spørgsmål, skal du som altid bare skrive til os på kontakt@nordicparenting.dk.

Vi glæder os til at komme i gang og til at lære jer alle sammen bedre at kende!

Bedste hilsner

Peter og Sofie

Blok 1: Terapeutisk arbejde i familier

TILHØRENDE PENSUM:

Obligatorisk læsning:

Mentalisering i klinisk praksis

Allen, Fonagy og Bateman

Hans Reitzels Forlag, 2010

s. 25-45, 99-138, 191-239

Hvis denne bog er for svær at komme igennem, så start med i stedet at læse "Kort og godt om mentalisering" af Sophie Merrild Juul, Sebastian Simonsen og Sigmund Karterud

Supplerende læsning

Mentalizing in Psychotherapy - A Guide for Practitioners

Carla Sharp & Dickon Bevington

The Guilford Press, 2022

Dato	Hverdagsholdet	Weekendholdet
26. aug 2025 kl. 9-11	Teori #1 - ONLINE: Det moderne trivselssyn & terapeutisk ståsted	
2. sep 2025 kl. 9-11	Teori #2 - ONLINE: Mentalisering og non-mentalisering	
10.-12. sep 2025 kl. 9-16	FYSISK modul 1: Terapeutisk arbejde med MBT	
19.-21. sep 2025 kl. 9-16		FYSISK modul 1: Terapeutisk arbejde med MBT

Blok 2: Tilknytning og symptomer

TILHØRENDE PENSUM:

Obligatorisk læsning:

Relation og fortælling – Tilknytningsmønstre i en behandlingskontekst

Sarah Daniel

Forlaget Samfundslitteratur, 2012

s. 15-129

Supplerende læsning:

Cambridge Guide to Mentalization-Based Treatment (MBT)

Bateman, Fonagy, Campbell, Lutyen & Debbané

Cambridge University Press, 2023

21. okt 2025 kl. 9-11	Teori #3 - ONLINE: Tilknytning og følelseregulering	
28. okt 2025 kl. 9-11	Teori #4 - ONLINE: Følelsesregulering i balance og ubalance	
4. nov 2025 kl. 9-11	Teori #5 - ONLINE: Symptomernes funktion og børns tilpasningsstrategier	
11. nov 2025 kl. 9-11	Teori #6 - ONLINE: Voksnes tilpasningsstrategier	
11. nov 2025 kl. 15-18	Supervision #1 KUN ONLINE	

13. nov 2025 kl. 15-18		Supervision #1 FYSISK
19.-21. nov 2025 kl. 9-16	FYSISK modul 2: Tilknytning og symptomer	
25. nov 2025 kl. 15-18	Supervision #2 FYSISK	
28.-30. nov 2025 kl. 9-16		FYSISK modul 2: Tilknytning og symptomer
4. dec 2025 kl. 9-12		Supervision #2 FYSISK
9. dec 2025 kl. 13-16	Supervision #3 FYSISK	
16. dec 2025 kl. 9-12	Supervision #4 FYSISK	
16. dec 2025 kl. 13-16		Supervision #3 FYSISK

Blok 3: Parforholdets psykologi og parterapi

TILHØRENDE PENSUM:

Obligatorisk læsning:

Emotionsfokuseret parterapi, trin for trin – Nøglerne til forandring for kriseramte par
Lorrie L. Brubacher

Forlaget Mindspace, 2018
s. 29-171

Emotionsfokuseret terapi - Metodens oprindelse, teoretiske fundament og udvikling

Leslie S. Greenberg
Forlaget Mindspace, 2022
s. 95-130 samt s. 153-162

Supplerende læsning:

Tilknytningsteorien i aktion – Emotionsfokuseret terapi for enkeltpersoner, par og familier

Susan M. Johnson
Forlaget Mindspace, 2019
s. 41-102

6. jan 2026 kl. 9-11	Teori #7 - ONLINE: Parterapi som disciplin	
6. jan 2026 kl. 15-18		Supervision #4 KUN ONLINE
13. jan 2026 kl. 9-11	Teori #8 - ONLINE: Forelskelse og kærlighed	
20. jan 2026 kl. 9-11	Teori #9 - ONLINE: EFT som metode	
20. jan 2026 kl. 13-16	Supervision #5 KUN ONLINE	
28.-30. jan 2026 kl. 9-16	FYSISK modul 3: Parterapi i praksis	

6.-8. feb 2026 kl. 9-16		FYSISK modul 3: Parterapi i praksis
17. feb 2026 kl. 13-16		Supervision #5 KUN ONLINE
4. feb 2026 kl. 9-12	Supervision #6 ONLINE	
18. feb 2026 kl. 9-12		Supervision #6 ONLINE
19. feb 2026 kl. 15-18	Supervision #7 FYSISK	

Blok 4: Forældreskabet og forældreterapi

TILHØRENDE PENSUM:

Obligatorisk læsning:

Shame Regulation Therapy for Families – A Systemic Mirroring Approach

Uri Weinblatt

Springer, 2019

s. v-xiii, 1-39, 57-72

Non-Violent Resistance – A New Approach to Violent and Self-Destructive Children, 2nd Ed.

Haim Omer

Cambridge University Press, 2021

s. 44-113

Supplerende læsning:

Working with Parents in Therapy – A Mentalization-Based Approach

Malberg, Jurist, Bate & Dangerfield

American Psychological Association, 2023

s. 13-66

24. feb 2026 Frigives 09:00	TEORI 10: Forældreterapi som disciplin TEORI 11: Ny autoritet, skam og forældrealliancen TEORI 12: Forældrenes respons og forældretyper TEORI 13: NVR og SPACE	
3. mar 2026 kl. 9-12		Supervision #7 FYSISK

17. mar 2026 kl. 13-16	Supervision #8 FYSISK	
24. mar 2026 kl. 9-11	Spørgetime - LIVE på Zoom Forældreterapi	
26. mar 2026 kl. 15-18		Supervision #8 FYSISK
15.-17. april 2026 kl. 9-16	FYSISK modul 5: Forældreterapi i praksis	
21. apr 2026 kl. 13-16	Supervision #9 KUN ONLINE	
22. apr 2026 kl. 15-18		Supervision #9 ONLINE
23. apr 2026 kl. 15-18	Supervision #10 FYSISK	
24.-26. apr 2026 kl. 9-16		FYSISK modul 5: Forældreterapi i praksis

Blok 5: Familien som system og familieterapi

TILHØRENDE PENSUM:

Obligatorisk læsning:

Mentalization-Based Treatment with Families

Eia Asen & Peter Fonagy

The Guilford Press, 2021
s. 1-20, s. 38-62 samt s. 80-141

Familieterapi - Systemisk teori og praksis

Rudi Dallos & Ros Draper
Hans Reitzels Forlag, 2007
s. 37-116

Supplerende læsning:

Børn og unge, psykiatri og samfund

Søren Hertz
Akademisk Forlag, 2017

28. apr 2026 Kl. 09:00 Kl. 12:00	TEORI 14: Familieterapi som disciplin TEORI 15: Systemteori og -analyse TEORI 16: Mentaliserende systemer og familieterapiens værktøjskasse Udlevering af <u>frivillig</u> "terminsprøve" på mail	
28. apr 2026 kl. 15-18		Supervision #10 KUN ONLINE
7. maj 2026 kl. 15-18	Supervision #11 FYSISK	
12. maj 2026 kl. 9-11	Spørgetime - LIVE på Zoom Familieterapi	
2. jun 2025 kl. 13-16		Supervision #11 KUN ONLINE

4. jun 2026 kl. 15-18	Supervision #12 ONLINE	
5. juni 2026 Kl. 12	Sidste frist for aflevering af frivillig "terminsprøve"	
10.-12. jun 2026 kl. 9-16	FYSISK modul 5: Familieterapi i praksis	
16. jun 2026 kl. 15-18		Supervision #12 FYSISK
19.-21. jun 2026 kl. 9-16		FYSISK modul 5: Familieterapi i praksis

Afslutning på 1. år

23. jun 2026	Teori #17 - UDGÅR - Afløses af spørgetimer og ekstra teori-videoer
30. jun 2026	Teori 18: Gennemgang af frivillig "terminsprøve": Den gode besvarelse