



## Kursplan

Fakulteten för hälso- och livsvetenskap

Institutionen för psykologi

2PS419 Psykoterapi - teorier, 35 högskolepoäng

Psychotherapy - Theoretical Aspects, 35 credits

### Huvudområde

Psykologi

### Ämnesgrupp

Psykologi

### Nivå

Grundnivå

### Fördjupning

G2F

### Fastställande

Fastställd av Fakulteten för hälso- och livsvetenskap 2013-06-03

Kursplanen gäller från och med höstterminen 2013

### Förkunskaper

100 hp inom psykologprogrammet.

### Mål

#### Mål för hela kursen

Efter avslutad kurs förväntas de studerande kunna:

- förklara, visa kunskap om och förståelse för centrala begrepp, förklaringsmodeller och teorier, förhållningssätt samt behandlingsprinciper inom dynamisk, beteendeterapi, kognitivt beteendeterapeutisk terapi samt barn- och ungdoms/familjeterapi
- kritiskt analysera och redogöra för likheter och skillnader mellan principerna för ovan nämnda terapiformer samt kunna tillämpa ett integrativt perspektiv på grundläggande psykoteraeutiska begrepp och psykoteraeutiska interventioner
- reflektera över samt bedöma indikationer för olika typer av psykoteraeutisk behandling i relation till olika psykopatologiska tillstånd
- kritiskt reflektera och diskutera psykoterautiernas vetenskapsteoretiska förankring
- exemplifiera aktuella frågeställningar, metoder och resultat i modern psykoterautiforskning
- självständigt problematisera den inlästa litteraturen

- visa förmåga att kommunicera sin kunskap både muntligt och skriftligt
- visa förmåga till tidsplanering

### **Mål för respektive delkurs**

#### Delkurs 1 - Individualterapi för vuxna, psykodynamisk inriktning, 7,5 hp

Efter avslutad kurs förväntas de studerande kunna:

- Redogöra för indikationerna för psykodynamisk psykoterapi
- Bedöma indikationer för psykodynamisk psykoterapi i relation till olika psykopatologiska tillstånd.
- Redogöra för centrala begrepp inom psykodynamisk psykoterapi och tillämpa dem i en psykoterapeutisk situation.
- Analysera skeenden i en samtalssituation utifrån psykodynamiska förklaringsmodeller.

#### Delkurs 2 - Barn- och ungdomsterapi, familjeterapi, 7,5 hp

Efter avslutad kurs förväntas de studerande kunna:

- Redogöra för och bedöma indikationer för barn-, familje- och parterapi.
- Analysera interaktionsmönster och familjemönster som skapar låsningar och hur dessa skall hanteras terapeutiskt.
- Redogöra för centrala begrepp inom barn-, familje- och parterapi och de specifika teoretiska modeller som används för att arbeta med samspel och kommunikationsproblem

#### Delkurs 3 - Individualterapi för vuxna, beteendeterapi, kognitiv/beteendeterapeutisk inriktning, 7,5 hp

Efter avslutad kurs förväntas de studerande kunna:

- Förklara, visa kunskap om och förståelse för centrala begrepp, förklaringsmodeller och teoribildningar som KBT- metoderna grundar sig i.
- Förklara och visa kunskap om hur psykiska problem och ohälsa utifrån ett KBT-perspektiv utvecklas och vidmakthålls.
- Visa kunskap om behandlingsmodeller för förståelse och behandling av specifika psykiska problem och tillstånd.
- Söka kunskap om evidens och forskning kring KBT-behandlingar av olika psykiska problem och sjukdomar.
- Tillämpa den teoretiska kunskapen och genomföra en fallformulering där en klients svårigheter analyseras med hjälp av främst kognitiv teori och inlärningspsykologi.

#### Delkurs 4 - Farmakologisk behandling, 1,5 hp

Efter avslutad kurs förväntas de studerande kunna:

- förklara relevanta farmakologiska metoder och principer för behandling

#### Delkurs 5 - Egenterapi, 3 hp

Efter avslutad kurs förväntas de studerande kunna:

- reflektera över hur erfarenheter från egenterapin kan användas för att underlätta förståelse av och tekniskt kunnande i olika terapiformer. Ett intyg för genomgången egenterapi ska kunna visas upp.

#### Delkurs 6 - Motiverande Intervju, 2 hp

Efter avslutad kurs förväntas de studerande kunna:

- tillämpa grundläggande principer och sätt att intervensera i motiverande intervju

#### Delkurs 7 - Integrativt perspektiv på psykoanalytiska begrepp och interventioner, 4 hp

Efter avslutad kurs förväntas de studerande kunna:

- pröva och analysera teoretiska grundbegrepp inom psykoanalytiken och deras praktiska tillämpning,
- bedöma hur olika psykologiska problem hos patienten kan vägas mot valet av intervention, inlärningsstil, psykologiska kapaciteter hos patienten och specifika metodkunskaper hos terapeuten,
- ha en god kännedom om ”common factors”.

#### Delkurs 8 - Affektskola, 2 hp

Efter avslutad kurs förväntas de studerande kunna:

- ha en ingående kännedom om indikationer för affektbehandling
- tillämpa grundläggande principer i affektbehandling (affektskola)

### **Innehåll**

Kursen består av åtta delmoment. De första tre delkurserna behandlar centrala begrepp, förklaringsmodeller och teorier, förhållningssätt samt behandlingsprinciper inom dynamisk, beteendeterapi, kognitiv/-beteendeterapeutisk inriktning samt barn- och ungdoms/familjeterapi. Indikationer för olika interventioner och grundläggande begrepp som är relevanta inom flera psykoanalytiska inriktningar står i fokus för delkursen om integrativt perspektiv. Delkurserna om motiverande intervju och affektbehandling ger ytterligare kunskap om grundläggande principer som kan tillämpas i direkta interventioner. Delkursen om farmakologisk behandling förmedlar grundläggande metoder och principer inom detta område. Egenterapin förmedlar viktiga erfarenheter inför det egna klientarbetet i kommande kurser.

#### Delkurs 1 - Individualterapi för vuxna, psykoanalytisk inriktning, 7,5 hp (Termin 5)

Delkursen innehåller en genomgång av grundläggande modern psykoanalytisk teori och behandlingsmetodik. Den förutsätter att kunskapen om utvecklingspsykologi, personlighetsteori och psykopatologi från tidigare kurser har inhämtats. Teorier, grundbegrepp, förklaringsmodeller och behandlingsprinciper diskuteras. Vidare behandlas psykoanalytisk terapi och psykoanalytikers yrkesroll utifrån genus- och samhällsperspektiv.

#### Delkurs 2 - Barn- och ungdomsterapi, familjeterapi, 7,5 hp (Termin 5)

Kursen inriktas på behandling av barn och ungdomar utifrån grupp- och familjeterapeutiska utgångspunkter. Under kursen betonas särskilt det familjeterapeutiska perspektivet med fokus på samspelet och familjesystemet som grund för avvikelse och psykiska problem. Familjen i ett livslöppsperspektiv samt salutogena aspekter beaktas. Individualterapi för barn och ungdomar i samverkan med föräldrarna behandlas. Under kursen tas särskilt upp vikten av hur terapiformerna svarar på behov som finns i hela familjen eller gruppen,

det sociala nätverket och skolan. Psykologisk mångfald, genus och etnicitet samt hur man som terapeut måste förhålla sig till dessa fenomen betonas särskilt.

### Delkurs 3 - Individualterapi för vuxna, beteendeterapi, kognitiv/-beteendeterapeutisk inriktning, 7,5 hp (Termin 5)

Delkursen omfattar en genomgång av grundläggande beteendeterapeutiska modeller och hur dessa används i kognitivt beteendeterapeutisk teori och forskning. Olika behandlingsmodeller, teorier och förhållningssätt samt behandlingsprinciper avhandlas. Vidare behandlas psykoterapi och psykoterapeutens yrkesroll utifrån genus- och samhällsperspektiv.

### Delkurs 4 - Farmakologisk behandling 1,5 hp (Termin 5)

I avsnittet belyses relevanta farmakologiska metoder och principer för behandling, delvis med tillbakablick på tidigare avsnitt kurs Biopsykologi och Neurokognition där neurotransmittersystem och farmakas verkningsmekanismer avhandlades. I föreliggande avsnitt fokuseras på betydelsen av att förstå hur olika farmaka fungerar enskilt eller tillsammans med psykosociala eller psykoterapeutiska interventioner.

### Delkurs 5 – Egenterapi, 3 hp (Termin 5, 1hp och termin 7, 2hp)

Avsnittet påbörjas ettdera under termin 5 eller 6 och pågår till dess minst 50 timmars individualterapi eller 120 timmar i grupp under legitimerad psykolog, som också är legitimerad psykoterapeut, har genomförts. Utbildningsterapin skall genomföras med högst två olika legitimerade psykoterapeuter. All egenterapi skall pågå regelbundet med ev. uppehåll under sommar och helger.

Följande alternativ är möjliga för utbildningsterapin:

- 50 timmars individualterapi hos en och samma terapeut.
- 50 timmars individualterapi hos två terapeuter med samma eller olika teoretiska inriktning och med minst 20 timmar hos den terapeut där man gått kortast tid. Den första terapin bör vara avslutad innan den andra terapin påbörjas.
- 120 timmars gruppterapi kan bedrivas som grupp sammansatt av psykologistuderande eller deltagare utanför universitet, men skall bedrivas av en och samma legitimerade terapeut.

### Delkurs 6 - Motiverande Intervju, 2 hp (Termin 5)

Delkursen fokuserar på kunskaper kring hur interventioner kan formuleras oberoende av teoretisk inriktning för att möjliggöra förändring och undvika låsningar i relationen. MI är idag en etablerad evidensbaserad metodik inom stora behandlingsområden.

### Delkurs 7 - Integrativt perspektiv på psykoterapeutiska begrepp och interventioner, 4 hp (Termin 6)

Delkursen utgår från grundläggande psykoterapeutiska begrepp och interventioner som är relevanta för flera terapeutiska inriktningar. Deltagarna får möjlighet att särskilt fördjupa sig i något grundläggande begrepp.

### Delkurs 8 - Affektskola, 2 hp (Termin 7)

Studenterna får delta i, och under handledning genomföra, en intervention med en metod som syftar till att öka affektmedvetenhet. Metoden är en tillämpning av affektpsykologi, en intervention utifrån Jon Monsens och B.-Å. Armelius modeller. De studerande får information om tillämpad affektbehandling utifrån tidigare teoretiska kurser på grund och avancerad nivå. Träningen görs i grupp och omfattar det pedagogiska inslaget i

metodiken som har en klar evidensbaserad grund. Metodiken kan tillämpas i en rad sammanhang, och är väl lämpad för psykosomatiska patienter i primärvård och i behandling av t.ex. depressioner och missbruksproblem.

## Undervisningsformer

Undervisningen består av föreläsningar, seminarier, gruppövningar samt utbildningsterapi.

Undervisningen bygger på studentens aktiva kunskapsökande. Vid undervisning som på schemat markeras som seminarium är det obligatorisk närvaro. När utländska gästföreläsare deltar, bedrivs undervisningen på engelska.

## Examinationsformer

Kursen bedöms med betygen Underkänd eller Godkänd.

För betyget godkänd ska de förväntade studieresultaten vara uppnådda. De studerande har rätt till max fem examinationstillfällen per delkurs. Kursmoment som examineras via praktiska övningar och handledning som är utsträckt över tid, reexamineras när tillfälle ges under nästkommande år.

Delkurserna examineras genom kontinuerlig bedömning under seminarierna som ingår i respektive delkurs. Dessutom sker examination på följande sätt:

Delkurs 1 - Individualterapi för vuxna, psykodynamisk inriktning, 7,5 hp

Förutom kontinuerliga bedömningar under seminarier sker examinationen genom en muntlig tentamen vid sista seminariet.

Delkurs 2 - Barn- och ungdomsterapi, familjeterapi, 7,5 hp

Examinationen sker genom en rollspelsövning samt genom individuell skriftlig hemtentamen.

Delkurs 3 - Individualterapi för vuxna, beteendeterapi, kognitivt/beteendeterapeutisk inriktning, 7,5 hp

Examinationen sker genom individuell skriftlig hemtentamen som redovisas i grupp.

Delkurs 4 - Farmakologisk behandling, 1,5 hp

Examinationen sker både muntligt och skriftligt.

Delkurs 5 - Egenterapi, 3 hp

Egenterapin ska omfatta minst 50 timmar individualterapi eller 120 timmar i grupp under legitimerad psykolog, som också är legitimerad psykoterapeut. Minst 20 timmars individualterapi eller 60 timmars gruppterapi ska vara genomförda innan det egna klientarbetet påbörjas. Förutsättningen för att få kursen godkänd är intyg från terapeuten, dels om att 20 respektive 60 timmar har genomförts enligt ovan och dels att terapin har avslutats. Det senare intyget ska uppvisas senast under termin 10. Examination sker även genom skriftliga reflektioner.

Delkurs 6 - Motiverande Intervju, 2 hp

Examinationen sker genom bedömning av gruppövningar.

Delkurs 7 - Integrativt perspektiv på psykoterapeutiska begrepp och interventioner, 4 hp

Examinationen sker genom ett individuellt skriftligt arbete samt genom muntlig presentation för andra kursdeltagare.

Delkurs 8 - Affektskola, 2 hp

Examinationen sker genom bedömning av gruppövningar.

## Kursvärdering

Efter avslutad kurs genomförs en skriftlig kursvärdering. Kursvärderingen sammanställs och återkopplas till studenterna samt arkiveras enligt institutionens bestämmelser.

## Övrigt

Kursen ingår i psykologprogrammet.

## Kurslitteratur och övriga läromedel

### **Delkurs 1 - Individualterapi för vuxna, psykodynamisk inriktning, 7,5 hp**

Igra, Ludvig (2002). *Objektrelationer och psykoterapi*. Stockholm: Natur och Kultur, ISBN 978-91-27-09622-6, 252 s.

Killingmo, Björn & Gullestad, Siri Erika, (2011). *Undertexten – psykoanalytisk terapi i praktiken*. Stockholm: Liber AB, ISBN 978-91-47-09987-0, 262 s.

McWilliams, Nancy (2004). *Psychoanalytic psychotherapy*. New York: The Guilford Press, ISBN 978-1-59385-009-8, 353 s.

Vetenskapliga artiklar och kapitel tillkommer.

### **Delkurs 2 - Barn- och ungdomsterapi, familjeterapi, 7,5 hp**

Cleve, Elisabeth (2011). *Hur länge ska hon vara död? Kristerapi med barn*. Stockholm: Natur & Kultur. ISBN: 9789127121836. 211 s.

Hansson, Kjell (red) (2004). *Familjebehandling på goda grunder. En forskningsbaserad översikt*. Stockholm: Gothia. ISBN: 9789172053199. 269 s.

Hårtveit, Håkon, & Jensen, Per (2012). *Familjen plus en. En resa genom familjeterapiens praktik och idéer*. 3. Uppl. Stockholm: Mareld. ISBN: 9789144080741. 384 s.

Ringborg, Magnus (2010). *Förändrande familjesamtal. En handbok för familjelotsar*. Lund: Studentlitteratur. ISBN: 9789144071671. 121 s.

Tomm, Karl (1989). *Systemisk intervjumetodik. En utveckling av det terapeutiska samtalet*. Stockholm: Mareld. ISBN: 9789197111713. 182 s.

Wrangsjö, Björn, & Winberg Salomonsson, Majlis (2007). *Tonårstid. Utveckling, problem och psykoterapeutisk behandling*. 2. Uppl. Stockholm: Natur & Kultur. ISBN: 9789127026971. 399 s.

All litteratur utom Cleve är obligatorisk.  
Vetenskapliga artiklar och kapitel tillkommer.

### **Delkurs 3 - Individualterapi för vuxna, beteendeterapi, kognitiv/beteendeterapeutisk inriktning, 7,5 hp**

Öst, Lars-Göran (2006). *Kognitiv beteendeterapi inom psykiatrin*. Stockholm: Natur och Kultur. ISBN: 9789127109476. 288 s.

Westbrook, David, Kennerley Helen, & Kirk, Jean (2011). *An introduction to cognitive behaviour therapy. Skills and applications*. 2 uppl. London: SAGE Publications. ISBN: 9781848606876. 448 s.

Sundel, Martin, & Sundel, Sandra S. (2004) *Behavior change in the human services. Behavioral and cognitive principles and applications*. London: SAGE Publications. ISBN: 9780761988700. 400 s.

Vetenskapliga artiklar och kapitel tillkommer.

#### **Delkurs 4 - Farmakologisk behandling, 1,5 hp**

Carlberg, Ingrid (2008). *Pillret. En berättelse om depressioner och doktorer, forskare och Freud, människor och marknader*. Stockholm: Norstedts. ISBN: 9789113037936. 382 s.

Vetenskapliga artiklar och kapitel tillkommer.

#### **Delkurs 6 - Motiverande Intervju, 2 hp**

Prohaska, & Di Clemente. *Motiverande intervju*. Stockholm, Kriminalvårdens tryckeri, 2007.

Vetenskapliga artiklar och kapitel tillkommer.

#### **Delkurs 7 - Integrativt perspektiv på psykoteraeutiska begrepp och interventioner, 4 hp**

Philips, Björn, & Holmqvist, Rolf (red). (2008). *Vad är verksamt i psykoteraupi?* Stockholm: Liber. ISBN: 9789147084418. 280 s.

Roth, Anthony, Fonagy, Peter, Parry, Glenys, Target, Mary & Woods, Robert (2006). *What works for whom? A critical review of psychotherapy research*. 2 rev. uppl. New York: Guilford Publications. ISBN: 9781593852726. 661 s.

Vetenskapliga artiklar och kapitel tillkommer.

#### **Delkurs 8 - Affektskola, 2 hp**

Armelius B-Å & Armelius, K. *Affektskola –principer*, Institutionen för psykologi, Umeå Universitet, 2006.

Vetenskapliga artiklar och kapitel tillkommer.