



Kursplan

Fakulteten för hälso- och livsvetenskap

Institutionen för psykologi

4PS01U Grundläggande psykoterapi på kognitiv-beteendeariktad grund, 45 högskolepoäng

Basic Psychotherapeutical Course in Cognitive-Behavioral Therapy, 45 credits

Huvudområde

Psykologi

Ämnesgrupp

Psykoterapi

Nivå

Avancerad nivå

Fördjupning

A1N

Fastställande

Fastställd av Fakulteten för hälso- och livsvetenskap 2018-10-29

Kursplanen gäller från och med höstterminen 2018

Förkunskaper

Grundläggande behörighet för studier på avancerad nivå, samt särskild behörighet:

Kandidatexamen inom något av följande områden psykologi, vårdvetenskap, pedagogik, socialt arbete, psykiatrisk behandling eller motsvarande. Yrkesverksamhet inom relevant område motsvarande minst 12 månaders heltidstjänstgöring

Mål

Efter avslutad kurs förväntas de studerande kunna:

Övergripande mål

- Visa kunskap om och förståelse för centrala teorier och metoder inom området för kognitiv-beteendeariktad terapi, KBT
- Visa fördjupad kunskap om psykisk ohälsa och om psykiatriska sjukdomstillståndets uppkomst, utveckling och vidmakthållande ur ett kognitivt-beteendeariktat perspektiv
- Visa förmåga att genomföra psykoterapi utifrån KBT-metodik vid olika psykiska ohälsotillstånd och psykiatriska tillstånd

Delkurs 1: Utvecklingspsykologi, KBT för barn, dynamisk och familjeteoretisk teori 5,5 hp

- Visa kunskap och förståelse för utvecklingspsykologi, barn och ungdoms utveckling

- visa kunskap och förståelse för utvecklingspsykologi, barn och ungas utveckling och familjens betydelse i behandlingsarbete

Delkurs 2: Kognitiv beteendeorikterad psykoterapi, teori och metod, 22,5 hp

- Visa kunskap och förståelse för centrala teorier inom kunskapsområdet kognitiv beteendeterapi
- visa fördjupad metodkunskap inom området för kognitiv-beteendeorikterad terapi
- Visa förmåga att självständigt planera och genomföra terapeutiska interventioner
- visa insikt om den terapeutiska relationens betydelse i psykoterapeutiskt arbete
- visa sådan färdighet som fordras i professionellt förhållningssätt

Delkurs 3: Psykiatriska sjukdomstillstånd och diagnostik 5 hp

- visa förmåga att granska olika områden av psykisk ohälsa och psykiatriska tillstånd, enligt DSM:5 i förhållande till den kognitiva-beteendeorikterade teorin och kritiskt reflektera över psykoterapeutiska metoder vid dessa tillstånd
- visa kunskap om journalføring och gällande journallagstiftning

Delkurs 4: Behandlingsforskning och etik 2 hp

- Visa kunskap om grundläggande forskningsmetodik och begreppet evidens samt kunskap om etiska och juridiska aspekter inom området psykoterapi och psykoterapiforskning

Delkurs 5: Handlett klientarbete, 10 hp

- Visa färdighet i att under handledning genomföra psykoterapeutiskt behandlingsarbete i kognitiv-beteendeorikterad metod
- uppvisa färdigheter i att skapa och upprätthålla ramar för psykoterapi samt visa empatisk förmåga och alliansskapande i mötet med patienter
- visa förmåga att reflektera över egna reaktioner i professionella kontakter

Innehåll

Kursen syftar till att deltagare ska förvärva grundläggande teoretiska och praktiska färdigheter i psykoterapeutiskt arbete. Kursen ger en teoretisk bas och metodkunskap för psykoterapeutiskt arbete under handledning.

Kursen omfattar fem delkurser som delvis löper parallellt.

Delkurs 1: Utvecklingspsykologi, KBT för barn, dynamisk och familjeteoretisk teori 5,5 hp

Delkursen innehåller en orientering avseende utvecklingspsykologi, psykodynamisk, familjeteoretisk teori samt KBT till barn. I delkursen betonas den unges utveckling och familjen betydelse.

Delkurs 2: Kognitiv beteendearbetad psykoterapi, Teori och metod, 22,5 hp

Delkursen innehåller en genomgång av centrala teorier och olika metoder inom området för kognitiv-beteendearbetad terapi, KBT.

Terapeutiska interventioner, förhållningssätt samt samtals- och intervjuteknik studeras och tränas.

Dessutom belyses skeenden i den terapeutiska relationen. I huvudsak betonas individuell psykoterapi.

Delkurs 3: Psykiatriska sjukdomstillstånd och diagnostik 5 hp

Delkursen innehåller en genomgång av psykiatriska sjukdomstillstånd med dimensionella bedömningar och spektrumtillstånd enligt DSM:5.

Delkursen innehåller också en genomgång av behandlingsdokumentation, journalföring samt journallagstiftning.

Delkurs 4: Behandlingsforskning och etik 2 hp

Delkursen innehåller en orientering av behandlingsforskningens metoder och resultat utifrån kritisk granskning av publicerade vetenskapliga artiklar inom området psykoterapi och kombinationsbehandling farmakologi/psykoterapi.

Delkurs 5: Handlett klientarbete, 10 hp

Delkursen omfattar en integrering av teori och metod, bestående av KBT-behandling till patienter under regelbunden handledning.

Terapeutiskt arbete sker med två till tre på varandra följande terapier.

Metodhandledningen omfattar 120 timmar och ges i grupp om 4 deltagare. Arbetsplatser tillhandahåller patienter som kommer att ingå i den handledda KBT-behandlingen.

Ljud och bildinspelningar av terapisesionerna kan användas vid handledningen.

I delkursen ingår skriftliga redovisningar av terapierna i form av fallformulering och behandlingsrapport, som delvis presenteras i handledningen.

Undervisningsformer

I undervisningen ingår föreläsningar, seminarier, övningar och patientarbete under handledning.

Deltagande i handledning, klientarbete och examinerande seminarier är obligatoriskt.

Frånvaro från enstaka tillfällen kompenseras i samråd med examinator.

Examination

Kursen bedöms med betygen Underkänd eller Godkänd.

För slutbetyget Godkänd krävs att kursdeltagaren blivit godkänd på samtliga examinationsuppgifter samt uppfyller de mål som anges för kursen.

Examination på delkurs 1 sker i form av en skriftlig hemtentamen som skrivs i grupp.

Examination på delkurs 2 sker genom muntlig redovisning av inspelat rollspel med skriftlig reflektion gällande KBT-verktyg samt två individuella skriftliga salstentamen.

Examination på delkurs 3 sker i form av individuell skriftlig tentamen.

Examination på delkurs 4 sker genom en kritisk granskning av en vetenskaplig artikel som presenteras muntligt under ett seminarium.

Examination på delkurs 5 sker dels i form av en skriftlig behandlingsrapport samt även i form av kontinuerlig bedömning utifrån särskilda bedömningskriterier avpassade för klienthandledd KBT.

Kursvärdering

Under kursens genomförande eller i nära anslutning till kursen genomförs en kursvärdering. Resultat och analys av kursvärderingen ska återkopplas till de studenter som genomfört kursen och de studenter som deltar vid nästa kurstillfälle.

Kursvärderingen genomförs anonymt.

Kurslitteratur och övriga läromedel

Obligatorisk litteratur

American Psychiatric Association (2015). *Mini. DSM-5*. Stockholm: Pilgrim Press. ISBN: 9789198007916.

Benderix, Ylva (2015). *Familjer med barn och unga med psykisk ohälsa*. Kunskapsöversikt. Nationellt Kompetenscenter Anhöriga, NKA.

Harris, Russ (2011). *ACT – helt enkelt. En introduktion till Acceptance and Commitment Therapy*. Stockholm: Natur & Kultur. ISBN: 9789127129689.

Kåver, Anna (2011). *Allians. Den terapeutiska relationen i KBT*. Stockholm: Natur & Kultur. ISBN: 9789127131484.

Linton, Stephen, & Flink, Ida (2010). *12 verktyg i KBT: från teori till färdighet*. Stockholm: Natur och Kultur. ISBN: 9789127121126.

Ramnerö, Jonas & Törneke, Niklas (2013) *Beteendets ABC. En introduktion till behavioristisk psykoterapi*, andra upplagan. Studentlitteratur AB. ISBN: 9789144079592.

Sandman, Lars & Källström Sofia (2018). *Etikboken: etik för vårdande yrken*. Lund: Studentlitteratur. ISBN: 9789144120539

Westbrook, David, Kennerly, Helen, & Kirk, Jean (2017) *An Introduction to cognitive behavior therapy, Skills and applications*. 3e upplagan. London : SAGE Publications. ISBN:9781473962569. 476s

Öst, Lars-Göran (2013) *Kognitivt beteendeterapi inom psykiatrin*. 2:a upplagan Stockholm: Natur & Kultur. ISBN:9789127135604.

Öst, Lars-Göran (2010) *KBT inom barn och ungdomspsykiatrin*. Stockholm: Natur &

Kultur. ISBN: 9789127115095

Referenslitteratur

Artiklar/bokkapitel om DBT, KBT via internet, Compassion fokuserad terapi, Unified Protocol, primärvårdsanpassad KBT och forskning. Ca 300 sidor.

Tillkommer även litteratur som rekommenderad litteratur vid behandling av specifika klientärenden.