



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 2018-10-29

Senast reviderad 2022-01-31 av Fakulteten för hälso- och livsvetenskap.

Kursplanen gäller från och med vårterminen 2022

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 ska de studerande kunna:

Övergripande mål

- redogöra för centrala teorier och metoder inom området för kognitiv beteendeariktad terapi, KBT,
- redogöra för utvecklingen av psykiatriska sjukdomstillstånds uppkomst, för utveckling av psykisk ohälsa och vidmakthållande ur ett kognitivt beteendeariktat perspektiv samt
- genomföra psykoterapi utifrån KBTmetodik vid olika psykiska ohälsotillstånd och psykiatriska tillstånd.

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

- redogöra för grundläggande principer inom utvecklingspsykologi samt utmärkande

-
- principer för behandlingsarbete med barn, ungdomar och dess familjer i KBT, psykodynamisk psykoterapi respektive familjeterapi.

Delkurs 2: Kognitiv beteendearbete, teori och metod, 22,5 hp

- redogöra för centrala teorier inom kunskapsområdet kognitiv beteendeterapi,
- självständigt välja, planera, och tillämpa evidensbaserade behandlingsmetoder inom området kognitiv beteendeterapi som är relevanta för en klients problem eller diagnos,
- beskriva den terapeutiska relationens betydelse i psykoterapeutiskt arbete samt
- tillämpa professionellt förhållningssätt i psykoterapeutiskt arbete och praktisera egen yrkesmässig reflektion genom metoden selfpractice.

Delkurs 3: Psykiatriska sjukdomstillstånd och diagnostik 5 hp

- förklara olika typer av psykisk ohälsa och psykiatriska tillstånd, enligt DSM:5 i förhållande till den kognitiva beteendearbetet och kritiskt reflektera över psykoterapeutiska metoder vid dessa tillstånd samt
- beskriva regler för journalföring och gällande journallagstiftning.

Delkurs 4: Behandlingsforskning och etik 2 hp

- redogöra för grundläggande forskningsmetodik och begreppet evidens samt för etiska och juridiska aspekter inom området psykoterapi och psykoterapiforskning.

Delkurs 5: Handlett klientarbete, 10 hp

- genomföra psykoterapeutiskt behandlingsarbete i kognitivbeteendearbetet metod under handledning,
- skapa och upprätthålla ramar för psykoterapi samt visa empatisk förmåga och alliansskapande i mötet med patienter samt
- reflektera över det egna beteendet i professionella kontakter och dess inverkan på aktuellt behandlingsarbete.

Innehåll

Kursen syftar till att deltagare ska förvärva grundläggande teoretiska och praktiska färdigheter i psykoterapeutiskt arbete i vald inriktning. 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 psykoterapi, familjeterapi samt KBT med barn och ungdomar. I delkursen betonas den unges utveckling och barn och ungdomsperspektiv i de respektive psykoterapiinriktningarna.

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

Delkursen innehåller en genomgång av centrala teorier och olika metoder inom området för kognitivbeteendearbetad 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 KBTbehandling 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. Den studerandes arbetsplats tillhandahåller patienter som kommer att ingå i den handledda KBTbehandlingen.

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 klientarbete under handledning. Deltagande i handledning och klientarbete är obligatoriskt och specificeras

vid kursstart.

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.

Examination på delkurs 1 sker i form av en skriftlig hemtentamen som skrivs i grupp (5,5 hp).

Examination på delkurs 2 sker genom muntlig redovisning av inspelat rollspel (5 hp), individuell muntlig presentation av gällande KBT-verktyg (2 hp), en individuell skriftlig salstentamen (7,5 hp) samt muntlig redovisning i grupp av genomförd selfpractice (8 hp).

Examination på delkurs 3 sker i form av individuell skriftlig tentamen (5 hp).

Examination på delkurs 4 sker genom en kritisk granskning av en vetenskaplig artikel som presenteras muntligt under ett seminarium (2 hp).

Examination på delkurs 5 sker dels i form av en skriftlig behandlingsrapport samt i form av kontinuerlig bedömning utifrån särskilda bedömningskriterier avpassade för klienthandledd KBT (10 hp).

Förnyad examination ges i enlighet med Lokala regler för kurs och examination på grundnivå och avancerad nivå vid Linnéuniversitetet.

Om universitetet beslutat att en student har rätt till särskilt pedagogiskt stöd på grund av funktionsnedsättning, har examinator rätt att ge ett anpassat prov eller att studenten genomför provet på ett alternativt sätt.

Kursvärdering

Under kursens genomförande eller i nära anslutning till kursen genomförs kursvärdering. Resultat och analys av genomförd kursvärdering ska skyndsamt återkopplas till de studenter som genomfört kursen. Studenter som deltar vid nästa kurstillfälle erhåller återkoppling vid kursstart. Kursvärdering genomförs anonymt.

Kurslitteratur och övriga läromedel

Obligatorisk litteratur

American Psychiatric Association (senaste upplagan). MINID 5: diagnostiska kriterier enligt DSM5. Pilgrim Press. 410 sidor.

BennettLevy, J., Thwaites, R., Haarhoff, B., Perry, H., Padesky, C. A. (senaste upplagan). Experiencing CBT from the Inside Out. Guilford Press. 278 sidor.

Ernvik, U. (senaste upplagan). Familjeterapi En utforskande och samskapande lek som förvandlar relationer. Studentlitteratur. 423 sidor, varav ca 100 sidor ingår enligt lärares instruktion.

Gillberg, C. (senaste upplagan). Essence: Om adhd, autism och andra utvecklingsavvikelser. Natur & Kultur. 167 sidor.

Kåver, A. (senaste upplagan). Allians. Den terapeutiska relationen i KBT. Natur & Kultur. 212 sidor.

Linton, S. J. & Flink, I. (senaste upplagan). 12 verktyg i KBT. Natur & Kultur. 327 sid.

Linton, S. J., Bergbom, S. & Flink, I. (senaste upplagan). Beteendeanalys steg för steg. Natur & Kultur. 390 sidor.

Ramnerö, J. & Törneke, N. (senaste upplagan) Beteendets ABC. En introduktion till behavioristisk psykoterapi. Studentlitteratur. 288 sidor.

Sandman, L. & Källström S. (senaste upplagan). Etikboken: etik för vårdande yrken. Studentlitteratur. 485 sidor.

Sarkohi, A. & Andersson, G. (senaste upplagan). Psykisk ohälsa. Ett biopsykosocialt perspektiv. Studentlitteratur. 495 sidor.

Svirsky, L. (senaste upplagan). KBT: Att tillämpa metoden med barn och ungdomar. BoD. 136 sidor.

Westbrook, D., Kennerly, H., & Kirk, J. (senaste upplagan). An Introduction to cognitive behavior therapy, Skills and applications. SAGE Publications. 512 sidor.
Öst, L.G. (senaste upplagan) KBT inom barn och ungdomspsykiatri. Natur & Kultur. 341 sidor.

Referenslitteratur

Harris, R. (senaste upplagan). ACT helt enkelt: En introduktion till Acceptance and Commitment Therapy. Natur & Kultur. 519 sidor.

Kåver, A. & Nilsson, Å. (senaste upplagan). Dialektisk beteendeterapi. Natur & Kultur. 296 sidor.

Fördjupningslitteratur

Artiklar/bokkapitel enligt lärares instruktion kan tillkomma. Ca 300 sidor.

På handledares rekommendation tillkommer även litteratur av relevans vid behandling av specifika klientärenden.