



Kursplan för

# **Basutbildning i evidensbaserad psykoterapeutisk metod, 45 hp**

Basic Training in Evidence-Based Psychotherapeutic Method, 45 credits

Denna kursplan gäller från och med höstterminen 2020.

Observera att kursplanen finns i följande versioner:

HT20 , [HT23](#) , [HT25](#)

Kurskod	1QA124
Kursens benämning	Basutbildning i evidensbaserad psykoterapeutisk metod
Hp	45 hp
Utbildningsform	Högskoleutbildning, 2007 års studieordning
Huvudområde	Psykoterapi
Nivå	Grundnivå, har minst 60 hp kurs/er på grundnivå som förkunskapskrav
Betygsskala	Godkänd, underkänd
Kursansvarig institution	Institutionen för klinisk neurovetenskap
Beslutande organ	Utbildningsnämnden CNS
Datum för fastställande	2019-12-18
Kursplanen gäller från	Höstterminen 2020

## **Särskild behörighet**

Utbildning i och praktisk erfarenhet av ett människovårdande yrke. I yrkesutbildningen ska ha ingått minst 120 hp inom ett eller flera av områdena psykologi, medicin, omvårdnad eller socialt arbete.

Gällande arbetserfarenhet så ska sådan ha pågått under minst två år i vårdirke eller annat psykosocialt arbete. Dessutom krävs Svenska B/Svenska 3 och Engelska A/Engelska 6 med lägst betyget godkänd/E.

## **Mål**

Efter genomgången kurs ska studenten kunna:

### *Kunskap och förståelse*

- redogöra för och analysera den teoretiska grunden till kognitiv beteendeterapi (KBT)
- redogöra för generiska och KBT-specifika kärnkompetenser samt evidensbaserade psykologiska behandlingsmanualer inom KBT
- identifiera, beskriva och särskilja mellan vanliga psykiatriska sjukdomstillstånd
- redogöra för och särskilja mellan olika kognitivt beteendeterapeutiska förklaringsmodeller för

- uppkomst och vidmakthållande av psykopatologi
- redogöra för grundläggande psykologi och kognitiv neurovetenskap av betydelse för psykoterapi
- redogöra för juridiska aspekter och etiska principer i det psykoterapeutiska arbetet
- beskriva och problematisera hur det egna psykoterapeutiska arbetet kan utvärderas med ett vetenskapligt förhållningssätt
- kunna redogöra för olika terapeutiska inriktningar och dess evidensläge

### *Färdighet och förmåga*

- tillämpa generiska och KBT-specifika kärnkompetenser
- göra en bedömning av patientens diagnos/problembild och lämplighet för psykologisk behandling
- tillämpa evidensbaserade psykoterapeutiska manualer inom KBT
- etablera och upprätthålla en konstruktiv arbetsallians med patienten
- agera i enlighet med juridiska aspekter och etiska principer i det egna patientarbetet
- under handledning planera, genomföra och dokumentera behandlingsarbete på god vetenskaplig, juridisk och etisk grund
- tillgodogöra sig handledarens återkoppling och anvisningar
- visa förmåga att strukturerat presentera relevant kliniskt material, problemställningar och behandlingsupplägg för patienter, handledare, handledningsgrupp samt till andra professioner inom vården
- söka information om och kritiskt förhålla sig till evidensläget för psykoterapi
- utvärdera sitt psykoterapeutiska patientarbete utifrån vetenskaplig grund

### *Värderingsförmåga och förhållningssätt*

- under handledning identifiera egna begränsningar i terapeutrollen samt identifiera om en patient bör remitteras
- identifiera och reflektera över sitt behov av kompetensutveckling
- visa förmåga till ett professionellt förhållningssätt gentemot klienter och deras närstående samt att identifiera etiska aspekter på eget psykoterapeutiskt arbete

## **Innehåll**

Kursen omfattar ett och ett halvt års halvfartstudier med teori samt klinisk tillämpning. Patientarbetet sker inom primärvården under fortlöpande handledning. Kursen innehåller totalt 13 moment.

### **Generella terapeutiska kompetenser, 3.0 hp**

Betygsskala: GU

Moment 1 ges på termin 1 och omfattar teori och träning av grundläggande terapeutiska färdigheter såsom förmåga att utveckla en terapeutisk allians, samtalsmetod, professionellt förhållningssätt, terapeutisk struktur och journalskrivning.

### **Psykiatrisk diagnostik, 2.5 hp**

Betygsskala: GU

Moment 2 ges på termin 1 och innefattar kunskap om och träning i psykiatrisk diagnostik enligt vedertagna diagnostiska instrument och system.

### **Grundläggande psykologi och kognitiv neurovetenskap, 1.0 hp**

Betygsskala: GU

Moment 3 ges på termin 1 och omfattar grundläggande psykologi och kognitiv neurovetenskap av betydelse för evidensbaserad psykoterapi.

## **Kognitiv beteendeterapeutisk teori och metod 1, 6.0 hp**

Betygsskala: GU

Moment 4 ges på termin 1 och innefattar förståelse för den teoretiska grunden till kognitiv beteendeterapi samt kunskaper i analys och bedömning av patienters problembild utifrån kognitiv beteendeterapi. Det inkluderar förklaringsmodeller för uppkomst och vidmakthållande av psykopatologi samt grundkunskaper i beteendeanalys och kognitiv fallkonceptualisering. Momentet innehåller även kunskaper och praktisk övning i KBT-specifika kärnkompetenser. Dessutom introduceras evidensbegreppet och dess relevans för psykoterapi.

## **Kognitiv beteendeterapi under handledning 1, 2.5 hp**

Betygsskala: GU

Moment 5 ges på termin 1 och innefattar psykoterapeutiskt bedömningsarbete under handledning.

## **Juridik och etik, 1.0 hp**

Betygsskala: GU

Moment 6 ges på termin 2 och omfattar lagstiftning som reglerar psykoterapeutisk verksamhet samt grundläggande etiska principer.

## **Kognitiv beteendeterapeutisk teori och metod 2, 8.0 hp**

Betygsskala: GU

Moment 7 ges på termin 2 och innefattar förståelse för några av de vanligast förekommande modellerna och manualerna för uppkomst och vidmakthållande samt behandling av olika diagnoser utifrån kognitiv beteendeterapi, däribland social ångest, generaliserat ångestsyndrom och paniksyndrom. Vidare ingår en orientering i modeller för att förstå och behandla andra sjukdomstillstånd och beteendeproblem. Momentet innehåller även kunskaper och praktisk övning i motiverande samtal och i KBT-specifika interventioner och kompetenser, exempelvis beteendexperiment och exponering.

## **Forskning och klinisk utvärdering, 3.5 hp**

Betygsskala: GU

Moment 8 ges på termin 2 och omfattar en fördjupning av evidensbegreppet, en genomgång av forskning inom psykoterapiområdet, samt en introduktion till metoder för kvalitetssäkring. En orientering ges om relevanta databaser och sökmetoder för att studenterna fortsättningsvis ska kunna hålla sig uppdaterade om forskningsutveckling.

## **Kognitiv beteendeterapi under handledning 2, 2.5 hp**

Betygsskala: GU

Moment 9 ges på termin 2 och innefattar psykoterapeutiskt bedömnings- och behandlingsarbete under handledning.

## **Fördjupningsarbete inom evidensbaserad psykoterapeutisk metod, 4.0 hp**

Betygsskala: GU

Moment 10 ges på termin 3 och omfattar ett individuellt skriftligt arbete som fokuserar på fördjupning av psykoterapeutisk metod, vilket har avhandlats under termin 1 och 2. Det skriftliga PM-et ska beröra

psykoterapeutisk metod i vid bemärkelse och presenteras i muntligt format. Som stöd i arbetet erhåller studenter handledning på formulering av forskningsfråga, databassökning, vetenskapligt skrivande och muntlig presentation.

### **Kognitiv beteendeterapeutisk teori och metod 3, 6.0 hp**

Betygsskala: GU

Moment 11 ges på termin 3 och innefattar fördjupning av psykoterapeutisk teori och metod vid samsjuklighet. Momentet innehåller också ett fokus på transdiagnostiska processer och behandlingsmodeller samt psykofarmakologi.

### **Andra evidensbaserade psykoterapiformer, 2.5 hp**

Betygsskala: GU

Moment 12 ges på termin 3 och omfattar en orientering av psykoterapiformer där evidens för metodens effektivitet är under utveckling. Momentet kommer att beröra likheter och skillnader i psykoterapeutiska teorier och metoder gentemot KBT.

### **Kognitiv beteendeterapi under handledning 3, 2.5 hp**

Betygsskala: GU

Moment 13 ges på termin 3 och innefattar psykoterapeutiskt bedömnings- och behandlingsarbete under handledning.

## **Arbetsformer**

Den teoretiska undervisningen sker genom föreläsningar, webbaserade inslag, seminarier, verkstäder och gruppövningar. Verksamhetsförlagd utbildning sker på vårdcentral. Handledningen på de kliniska momenten sker i mindre studentgrupper och omfattar minst 120 timmar.

## **Examination**

Momenten examineras genom hemexaminationer, webbexaminationer, aktivt deltagande vid obligatoriska inslag, skriftligt PM och muntlig redovisning.

Momenten Kognitiv beteendeterapi under handledning (5, 9 och 13) examineras genom kontinuerlig bedömning av studentens kompetens via skriftliga rapporter, inspelade psykoterapisessioner samt aktivitetsnivå under handledningen. För att uppnå kursmålen skall studenten genomföra minst två bedömningar samt två behandlingar. Studenten skall ha fullgjort kraven på journalföring under varje termin för att kunna bli godkänd på respektive moment. Studenten skall under inledningen av behandlingen utföra en beteendeanalys/fallkonceptualisering på varje patient. Efter avslutad behandling skall studenten för varje patient skriva en behandlingsrapport enligt anvisning. Utöver detta ska studenten före varje handledningssession lämna sessionsrapport och ljudinspelning till handledaren och de övriga kursdeltagarna i gruppen samt aktivt bidra till de övrigas arbete i handledningssessionerna.

Handledning och verkstäder är obligatoriska. Vid mer än 20 % frånvaro per termin från handledning respektive verkstäder bedömer kursansvarig om möjlighet till ersättningsuppgift finns för att nå godkänd nivå. Om så inte är fallet innebär det att studenten får betyget underkänd och inte kan ta igen detta förrän nästa gång kursen ges.

På samtliga moment gäller betygen Godkänd eller Underkänd. För att självständiga skriftliga arbeten ska vara aktuella för bedömning måste de ha inkommit före angiven inlämningstid, vilken anges i examinationsinstruktionerna. Föreläsningar är inte obligatoriska men innehållet kan ligga till grund för

examination. Student som missar eller underkänns på tentamen på ett teoretiskt moment har rätt att genomgå förnyad tentamen högst sex gånger. En deltagare kan aldrig examineras fler gånger än vad Karolinska Institutet medger i sina allmänna regler gällande examination. Student som underkänns på de kliniska momenten 5, 9 och 13 kan examineras på dessa moment högst en ytterligare gång.

Examinator kan med omedelbar verkan avbryta en students verksamhetsförlagda utbildning (VFU) eller motsvarande om studenten visar sådana allvarliga brister i kunskaper, färdigheter eller förhållningssätt att patientsäkerheten eller patienternas förtroende för sjukvården riskeras. Det innebär att studenten underkänns på aktuellt moment och att ett VFU-tillfälle är förbrukat. I sådana fall ska en individuell handlingsplan upprättas, där det framgår vilka aktiviteter och kunskapskontroller som krävs innan studenten ges möjlighet till nytt VFU-tillfälle på denna kurs.

### **Möjlighet till undantag från kursplanens föreskrifter om examination**

Om det föreligger särskilda skäl, eller behov av anpassning för studenter med funktionsnedsättning, får examinator fatta beslut om att frånga kursplanens föreskrifter om examinationsform, antal examinationstillfällen, möjlighet till komplettering eller undantag från obligatoriska utbildningsmoment m.m. Innehåll och lärandemål samt nivån på förväntade färdigheter, kunskaper och förhållningssätt får inte ändras, tas bort eller sänkas.

## **Övergångsbestämmelser**

Examination kommer att tillhandahållas under en tid av två år efter en eventuell nedläggning av kursen. Examination kan ske enligt tidigare litteraturlista under en tid av ett år efter den tidpunkt då en förnyelse av litteraturlistan gjorts.

## **Övriga föreskrifter**

Kursutvärdering kommer att genomföras enligt de föreskrifter som är fastställda vid Karolinska Institutet.

Undervisningsspråk: svenska  
Kurslitteratur på engelska förekommer.

Kursen får inte tillgodoräknas i examen samtidigt med genomgången och godkänd kurs, vars innehåll helt eller delvis överensstämmer med innehållet i kursen.

## **Litteratur och övriga läromedel**

Artiklar och ytterligare litteratur kan tillkomma under kursens moment utifrån lärares eller handledares anvisningar.

### **Generella terapeutiska kompetenser**

#### ***Obligatorisk litteratur***

*Holmberg, Johan; Stalby, Magnus*

#### **Samtal som fungerar : [om tillämpad beteendeanalys, motivation och förändring]**

1. utg. : Stockholm : Natur & Kultur, 2012 - 168 s.

ISBN:91-27-11939-4 (inb.) LIBRIS-ID:11496423

[Sök i biblioteket](#)

*Kåver, Anna*

#### **KBT i utveckling : en grundbok i kognitiv beteendeterapi**

2., uppdaterade utg. : Stockholm : Natur & kultur, 2016 - 382 s.

ISBN:9789127147447 LIBRIS-ID:19088210

[Sök i biblioteket](#)

## Psykiatrisk diagnostik

### *Obligatorisk litteratur*

*Herlofson, Jörgen*

#### **MiniPsykiatri**

1. utg. : Stockholm : Natur & Kultur, 2014 - 277 s.

ISBN:9789127135796 LIBRIS-ID:14674030

[Sök i biblioteket](#)

## Grundläggande psykologi och kognitiv neurovetenskap

### *Obligatorisk litteratur*

*Lundberg, Ingvar; Hwang, Philip*

#### **Grunderna i vår tids psykologi**

*Smedler, Ann-Charlotte*

Natur & Kultur, 2018

ISBN:9789127145344 LIBRIS-ID:fpqxbl90cm2216m6

URL: [Omslagsbild](#)

[Sök i biblioteket](#)

## Kognitiv beteendeterapeutisk teori och metod 1-2

### *Obligatorisk litteratur*

*Hofmann, Stefan G.*

#### **An Introduction to Modern CBT : Psychological Solutions to Mental Health Problems**

John Wiley & Sons, 2011 - 240 sidor

ISBN:9780470971758 LIBRIS-ID:21709743

[Sök i biblioteket](#)

*Kåver, Anna*

#### **KBT i utveckling : en grundbok i kognitiv beteendeterapi**

2., uppdaterade utg. : Stockholm : Natur & kultur, 2016 - 382 s.

ISBN:9789127147447 LIBRIS-ID:19088210

[Sök i biblioteket](#)

*Linton, Steven James; Bergbom, Sofia; Landström Flink, Ida*

#### **Beteendeanalys steg för steg : grunden till en effektiv KBT-behandling**

1. utg. : Stockholm : Natur & kultur, 2013 - 216 s.

ISBN:9789127132146 (inb.) LIBRIS-ID:13913153

[Sök i biblioteket](#)

#### **Kognitiv terapi : modeller och metoder**

*Mørch, Merete M.; Rosenberg, Nicole K.*

*Hagelthorn, Marika; Viborg, Gardar G.*

1. uppl. : Malmö : Gleerups Utbildning AB, 2006 - 375 s.

ISBN:91-40-647561-7 LIBRIS-ID:10285060

[Sök i biblioteket](#)

## ***Fördjupningslitteratur***

*Beck, Judith S.*

### **Cognitive behavior therapy : basics and beyond**

2nd ed. : New York : Guilford, 2011. - 391 s.

ISBN:1-60918-504-8 133.95 LIBRIS-ID:12291483

[Sök i biblioteket](#)

### **Oxford guide to behavioural experiments in cognitive therapy**

*Bennett-Levy, James*

Oxford : Oxford University Press, 2004 - xxi, 461 s.

ISBN:0-19-852916-3 (hft.) LIBRIS-ID:9373318

[Sök i biblioteket](#)

*Ramnerö, Jonas; Törneke*

### **Beteendets ABC- en introduktion till behavioristisk psykoterapi**

ISBN:91-44043-7-40

[Sök i biblioteket](#)

### **KBT inom psykiatrin**

*Öst, Lars-Göran*

2. rev. & utökade utgåvan : Stockholm : Natur & Kultur, 2013 - 424 s.

ISBN:9789127135604 (inb.) LIBRIS-ID:14291372

[Sök i biblioteket](#)

## **Kognitiv beteendeterapi under handledning 1-3**

### ***Obligatorisk litteratur***

*Linton, Steven James; Flink, Ida*

#### **12 verktyg i KBT : från teori till färdighet**

1. utg. : Stockholm : Natur & kultur, 2011 - 390 s.

ISBN:978-91-27-12112-6 (inb.) LIBRIS-ID:11789339

[Sök i biblioteket](#)

## **Forskning och klinisk utvärdering**

### ***Obligatorisk litteratur***

*Öst, Lars-Göran*

#### **Att utvärdera psykoterapi och kritiskt granska psykoterapistudier**

1. utg. : Stockholm : Natur & kultur, 2016 - 191 s.

ISBN:9789127146495 LIBRIS-ID:19088152

[Sök i biblioteket](#)

## **Juridik och etik**

### ***Obligatorisk litteratur***

## **Etik och juridik för psykologer och psykoterapeuter**

*Sverne Arvill, Ebba; Hjelm, Åke; Johnsson, Lars-Åke; Sääf, Christina*

Sjunde upplagan : Lund : Studentlitteratur, [2017] - 373 sidor

ISBN:9789144118727 LIBRIS-ID:21675334

[Sök i biblioteket](#)

## **Fördjupningsarbete inom evidensbaserad psykoterapeutisk metod**

Kompendium och artiklar delas ut vid starten av momentet. Litteraturen berör formulering av forskningsfråga, databassökning, vetenskapligt skrivande och muntlig presentation.

## **Kognitiv beteendeterapeutisk teori och metod 3**

### *Obligatorisk litteratur*

#### **Cognitive behaviour therapies**

*Dryden, Windy*

Sage Publications Ltd, 2012 - 304 sidor

ISBN:9780857021199 LIBRIS-ID:199fxvr5zfrjl3hc

[Sök i biblioteket](#)

Artiklar om psykoterapeutisk teori och metod vid samsjuklighet, transdiagnostiska behandlingsmodeller och dessas evidensläge samt psykofarmakologi tillkommer utifrån lärares anvisningar.

## **Andra evidensbaserade psykoterapiformer**

### *Obligatorisk litteratur*

#### **Evidence-based psychotherapy : where practice and research meet**

*Goodheart, Carol D; Kazdin, Alan E; Sternberg, Robert J*

1st ed. : Washington, DC : American Psychological Association, cop. 2006 - xi, 295 s.

ISBN:1-59147-403-5 LIBRIS-ID:10273539

URL: [Länk](#)

[Sök i biblioteket](#)

Artiklar om andra psykoterapiformer och dessas evidensläge tillkommer utifrån lärares anvisningar.