



**Karolinska  
Institutet**

Kursplan för

# Psykologiska behandlingsmetoder inklusive psykoterapi, 30 hp

Psychological Treatment, Including Psychotherapy, 30 credits

Denna kursplan gäller från och med höstterminen 2017.

Observera att kursplanen finns i följande versioner:

HT14 , HT15 , HT17 , HT19 , HT20 , HT21 , HT22 , HT23

Kurskod	2PS032
Kursens benämning	Psykologiska behandlingsmetoder inklusive psykoterapi
Hp	30 hp
Utbildningsform	Högskoleutbildning, 2007 års studieordning
Huvudområde	Psykologi
Nivå	AV - Avancerad nivå
Betygsskala	Godkänd, underkänd
Kursansvarig institution	Institutionen för klinisk neurovetenskap
Beslutande organ	Programnämnd 8
Datum för fastställande	2014-05-07
Reviderad av	Utbildningsnämnden CNS
Senast reviderad	2017-04-26
Kursplanen gäller från	Höstterminen 2017

## Särskild behörighet

Godkänt resultat från psykologprogrammets termin 1-7 omfattande 210 högskolepoäng samt minst 15 högskolepoäng från termin 8.

Student som underkänts på verksamhetsförlagd utbildning (VFU)/motsvarande till följd av att studenten visat så allvarliga brister i kunskaper, färdigheter eller förhållningssätt att patientsäkerheten eller patienternas förtroende för sjukvården riskerats, är behörig till nytt VFU-tillfälle först när den individuella handlingsplanen har fullföljts.

## Mål

*Moment 1, Klientarbete under handledning, del 1, 6 hp*

Efter genomgången kursmoment ska studenten kunna:

- under handledning genomföra beteendeanalys/fallkonceptualisering, bedömning, behandlingsplanering, behandlingsarbete samt behandlingsutvärdering med klient (barn och/eller vuxen) som har vanligt förekommande problematik (t.ex. ångestsyndrom/förstämningssyndrom, hälso- eller

stressrelaterade problem)

- planera för och vetenskapligt utvärdera de psykologiska behandlingar som studenten genomför inom ramen för kursen
- skriva behandlingsrapport, journalanteckningar samt reflektera kring erfarenheter av behandling för minst en klient

### *Moment 2, Evidensbaserade behandlingsmodeller och kliniska färdigheter, 13,5 hp*

Efter genomgången kursmoment ska studenten kunna:

- redogöra för forskningsmetodik och relevanta begrepp vid psykoterapiforskning, inklusive användning av tidsserieanalyser och "single-subject" design
- beskriva vad som ingår i och kunna planera en vetenskaplig klinisk utvärdering
- på ett integrerat sätt redogöra för, kritiskt granska och diskutera evidensbaserade principer, forskningsfynd samt psykologiska behandlingsmodeller/metoder och kombinationsbehandling vid vanligt förekommande problematik så som exempelvis depressiva syndrom, trauma och stressrelaterade syndrom, ätstörningar, missbruk, personlighetssyndrom, schizofrenispektrumssyndrom, och andra psykosor, bipolära och relaterade syndrom, sexuella problem, par-problematik, vanliga psykologiska problem under barndomsåren samt andra svårigheter som till exempel låg självkänsla, perfektionism, och emotionellt undvikande
- illustrera och modellera tillämpningen av centrala evidensbaserade principer/tekniker
- redogöra för olika fallgropar i behandlingsarbetet och hur man minskar risken för att hamna i dessa
- ha kunskap om hur man anpassar bedömning, psykologisk behandling och klinisk utvärdering i specifika sammanhang (till exempel utifrån en grupp, ett par, en familj, kulturella skillnader samt genusperspektiv)

### *Moment 3, Psykologiska behandlingsmetoder, verkningsmekanismer och implementering, 4.5 hp*

Efter genomgången kursmoment ska studenten kunna:

- kritiskt reflektera kring olika teoretiska perspektiv på behandling genom till exempel analys av likheter och skillnader mellan dessa perspektiv, deras styrkor och potentiella begränsningar
- diskutera och reflektera kring centrala icke-specifika terapeutiska faktorer (till exempel terapeutisk allians och generella terapeutfärdigheter)
- redogöra för och diskutera potentiellt verksamma mekanismer i psykologisk behandling och kunna använda sig av forskningsrelaterade begrepp som mediatorer och moderatorer
- redogöra för aktuell empiri om betydelsen av generella och specifika faktorer för utfallet av psykologisk behandling inklusive psykoterapi
- reflektera kring implementeringsfaktorer såsom behandlingstrohet, kvalitet i utförandet av behandlingen och organisatoriska förutsättningar för behandling

### *Moment 4, Klientarbete under handledning, del 2, 6 hp*

Efter genomgången kursmoment ska studenten kunna:

- under handledning självständigt genomföra beteendeanalys/fallkonceptualisering, bedömning, behandlingsplanering, behandlingsarbete samt behandlingsutvärdering med klient (barn och/eller vuxen), som har vanligt förekommande problematik (till exempel ångestsyndrom/förstämningssyndrom, hälso- eller stressrelaterade problem)
- planera för och vetenskapligt utvärdera (mäta, kritiskt granska, analysera och diskutera) de psykologiska behandlingar som studenten genomför inom ramen för kursen
- skriva behandlingsrapport, journalanteckningar samt reflektera kring erfarenheter av behandling för minst en klient
- redogöra för, kritiskt reflektera över, modellera för andra och diskutera hur man tillämpar och anpassar terapeutiska principer och tekniker
- integrera vetenskapliga, samhällliga och etiska aspekter i bedömning, behandling och utvärdering samt kritiskt reflektera över hur man skapar ett förhållningssätt som kännetecknas av hållbar utveckling i sin professionella roll och i sitt arbete (till exempel förebygga utbrändhet, fortsatt kompetensutveckling, etc.)
- reflektera över ett antal utvalda senare utvecklade terapeutiska metoder, tekniker, processer och terapeutiskt förhållningssätt som befinner sig i forskningsfronten (antingen Acceptance and Commitment Therapy eller Dialektisk beteendeterapi).

## Innehåll

Studenten förväntas från tidigare kurser ha grundläggande kunskaper om utrednings- och testmetodik, DSM-systemet, samtalsmetodik samt skilda psykologiska skolbildningar/teorier inom det terapeutiska området förr och nu (psykodynamisk terapi, kognitiva och beteendeterapeutiska terapier, inlärningsteori/beteendeanalys). På denna kurs fördjupas kunskaperna och kompletteras med kunskap om integrativa strömningar inom psykoterapins område, kombinationsbehandling (farmaka och psykologisk behandling) samt kunskap om specifika klient- och kontextrelaterade frågeställningar. Studenterna förväntas i hög utsträckning själva vara aktiva för inhämtande av kunskap genom bland annat litteratur, rollspel, förberedelser inför handledning och klientarbete samt egna seminarier.

**Klientarbete under handledning, del 1, 6 hp** Studenten får under handledning av legitimerad psykolog/legitimerad psykoterapeut med relevant kompetens genomföra minst en behandling av klient med vanligt förekommande problemområden. Handledningen ges i grupp om 4-5 studenter. För att optimera handledningen spelas sessionerna in som ljudinspelning och studenten skriver sessionsrapport inför varje handledningstillfälle. Klientarbetet är uppdelat på två kursmoment, varför handledning och klientarbete fortsätter under vårterminen inom ramen för kursmoment 4. Handledningen ges regelbundet, veckovis ca 3 timmar per tillfälle, sammantaget 120 h, fördelat på dessa två terminer. Studenten kommer att genomföra sin handledda terapi inom ramen för den psykoteraupiska metod som visat evidens för den aktuella patientens problematik. I enlighet med det nuvarande forskningsläget kommer betoningen att ligga på kognitiv beteendeterapi, KBT, men andra evidensbaserade metoder kan också komma ifråga. **Evidensbaserade behandlingsmetoder och kliniska färdigheter, 13.5 hp** Detta kursmoment innehåller fördjupad kunskap om planering och behandling för barn, unga och vuxna med DSM-diagnoser som ångest, förstämningssyndrom, ätstörningar, missbruk, personlighetsstörningar och psykoser samt andra vanliga problemområden. Evidensbaserade upplägg illustreras bland annat genom exempel från manualer som legat till grund för forskningen samt genomgångar och träning i att använda centrala behandlingskomponenter. Studenten får specifik övning i terapeutiska strategier och färdigheter för att förbättra kvaliteten på genomförda behandlingar och minska risken för avhopp. Studenten får även kunskap om hur de kan hantera vanliga svårigheter, fallgropar och hinder i kliniskt behandlingsarbete (till exempel bristande följsamhet med behandlingen mm.) Kursmomentet sker till stor del genom modellerande föreläsningar, rollspelsövningar, videoinspelningar av rollspel, diskussioner och reflektioner. **Behandlingsmodeller, verkningsmekanismer, implementering, 4.5 hp** Inom ramen för detta moment diskuteras centrala terapeutiska faktorer såsom terapeutisk allians och terapeut-klientrelationen. Dessutom reflekteras kring frågor om olika teoretiska perspektiv, integration av terapiformer, verkningsmekanismer i behandlingen och implementeringsfrågor. Studenterna får även genomföra en föreläsning. Kursmomentet sker till stor del genom problembaserad inlärning, egen inläsning och reflektioner. **Klientarbete under handledning, del 2, 6 hp** På vårterminen fortsätter studenten med klientarbete under handledning, del 2, inom samma handledningsgrupp och med samma handledare som vid kursmoment 1. Studenten får även under detta kursmoment under handledning av legitimerad psykolog/legitimerad psykoterapeut med relevant kompetens genomföra en behandling av minst en klient med vanligt förekommande problemområde. Handledningen ges i grupp om 4-5 studenter. För att optimera handledningen spelas sessionerna in som ljudinspelning och studenten skriver sessionsrapport inför varje handledningstillfälle. Handledningen ges regelbundet, veckovis ca 3 timmar per tillfälle. Studenten kommer att genomföra sin handledda terapi inom ramen för den psykoteraupiska metod som visat evidens för den aktuella patientens problematik. I enlighet med det nuvarande forskningsläget kommer betoningen att ligga på kognitiv beteendeterapi, KBT, men andra evidensbaserade metoder kan också komma ifråga. Studenten får under detta kursmoment även modellera grunderna i ett terapeutiskt samtal för andra studenter i syfte att för sig själv medvetandegöra vilka tekniker/färdigheter som studenten behärskar och använder i klientsammanhang. Under kursmomentet får studenten även göra ett skriftligt, reflekterande arbete om egna terapeutfärdigheter. Utöver detta får studenten reflektera över och öva på förhållningssätt, tekniker och metoder från behandlingsmetoder som befinner sig i forskningsfronten. Detta görs genom att studenten får välja att fördjupa sig inom Acceptance and Commitment Therapy (ACT) eller Dialektisk beteendeterapi (DBT).

Kursmomentet avslutas med ett integrerande seminarium där så väl fallkonceptualisering/funktionell analys, behandlingsplanering och terapeutiska tekniker diskuteras utifrån olika terapeutiska perspektiv (KBT; ACT; DBT).

## Arbetsformer

Undervisningen består av lärarledda föreläsningar, kliniska demonstrationer av olika psykoterapeutiska metoder via till exempel filmer, videovinjetter och modellering, gruppövningar med inslag av praktisk färdighetsträning, diskussions- och rollspelsseminarier, egna studentledda föreläsningar, videoinspelning och granskning av rollspel, grupparbeten och reflektionsövningar (delvis via kurswebb). Studenterna förväntas ta eget aktivt ansvar för litteratursökningar om evidensbaserade terapiformer, forskningsfynd, samt kritisk granskning av och reflektion kring litteraturen. Inom ramen för moment 1 och 4 ges specifik handledning av legitimerad psykolog/legitimerad psykoterapeut med kognitiv beteendeterapeutisk inriktning eller annan lämplig terapeutisk inriktning på det klientarbete som studenten ska bedriva. Vissa seminarier, reflektionsuppgifter och övningstillfällen är obligatoriska. Kursansvarig bedömer hur frånvaro från obligatoriska utbildningsinslag kan tas igen. Innan studenten deltagit i de obligatoriska utbildningsinslagen eller tagit igen frånvaro i enlighet med kursansvarigs anvisningar kan inte studieresultaten slutrapporteras. Frånvaro från ett obligatoriskt utbildningsinslag kan innebära att den studerande inte kan ta igen tillfället förrän nästa gång kursen ges.

## Examination

### *Moment 1*

Studentens kunskap examineras genom

- 1) minst ett genomfört klientarbete
- 2) 90% närvaro på handledningstillfällen
- 3) inlämnade sessionsrapporter, godkända journalanteckningar och avslutad godkänd behandlingsrapport

På momentet ges något av betygen Godkänd/Underkänd.

Riktlinjer vid underkännande

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 klient/patientsäkerheten eller klienternas/uppdragsgivarnas/patienternas förtroende för verksamheten/sjukvården riskeras. När VFU avbryts på detta sätt innebär det 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.

### *Moment 2*

Studentens kunskap om evidensbaserad behandling examineras genom

- 1) skriftlig inlämningsuppgift och reflektion (G/U)
- 2) två skriftliga tentamen (G/U)
- 3) rollspel av terapeutiska färdigheter (G/U)
- 4) granskning av videoinspelat rollspel (G/U)
- 5) minst 80% närvaro med aktivt deltagande på kursmomentets föreläsningar och seminarier (G/U)

På momentet ges något av betygen Godkänd/Underkänd.

### *Moment 3*

Studentens kunskap om evidensbaserad behandling examineras genom

- 1) enskilt utredande arbete (G/U)
- 2) föreläsning om det enskilda utredande arbetet (G/U)
- 3) skriftlig, reflekterande uppgift (G/U)
- 4) minst 80% närvaro med aktivt deltagande på kursmomentets föreläsningar och seminarier (G/U)

På momentet ges något av betygen Godkänd/Underkänd.

#### *Moment 4*

Studentens kunskap examineras genom

- 1) minst ett genomfört klientarbete
- 2) 90% närvaro på handledningstillfällen
- 3) inlämnade sessionsrapporter, godkända journalanteckningar och avslutad godkänd behandlingsrapport
- 4) rollspelsövningar
- 5) enskilt utredande arbete
- 6) diskussionsseminarium

På momentet ges något av betygen Godkänd/Underkänd.

#### *Riktlinjer vid underkännande*

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 klient/patientsäkerheten eller klienternas/uppdragsgivarnas/patienternas förtroende för verksamheten/sjukvården riskeras. När VFU avbryts på detta sätt innebär det 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.

För att bli godkänd på hela kursen krävs betyget G på alla examinationsuppgifter under moment 1-4. Vid frånvaro som kan leda till bristande måluppfyllelse beslutar kursansvarig om möjlighet till ersättningsuppgift. Om detta inte är möjligt ges ytterligare en möjlighet att gå kursen i sin helhet vid nästa kurstillfälle.

#### *Begränsning av examinationstillfällen på teoretiska kursmoment:*

Student som ej är godkänd efter ordinarie examinationstillfälle har rätt att delta vid ytterligare fem examinationstillfällen (dessa kan dock vara nästkommande ordinarie examinationstillfällen på kursen). Om studenten genomfört sex underkända tentamina/prov ges inte något ytterligare examinationstillfälle. Som examinationstillfälle räknas de gånger studenten deltagit i ett och samma prov. Inlämning av blank skrivning räknas som examinationstillfälle. Examinationstillfälle till vilket studenten anmält sig men inte deltagit räknas inte som examinationstillfälle.

#### *Begränsning av verksamhetsförlagd utbildning/kliniska moment:*

Verksamhetsförlagd utbildning/kliniska moment (moment 1 och 4 "Klientarbete under handledning del 1 och Klientarbete under handledning del 2" på denna kurs) har studenten enligt KIs lokala riktlinjer rätt att genomgå maximalt två (2) gånger. Student som ej är godkänd på ordinarie verksamhetsförlagd utbildning/kliniskt moment (moment 1 och 4 "Klientarbete under handledning del 1 och Klientarbete under handledning del 2") har rätt att delta vid ytterligare ett tillfälle (detta kan dock vara vid nästkommande kursgivning).

Om en student riskerar att bli underkänd på moment 1 eller 4, Klientarbete under handledning, ska studenten bli informerad om detta muntligen och skriftligen vid halvtidsbedömningen under terminen. Dessutom ska en skriftlig åtgärdsplan för hur studenten ska kunna uppnå godkänd nivå på kursmomentet upprättas av handledaren och studenten, tillsammans med kursmomentansvarig/examinator. Detta sker så att studenten ges möjlighet att förbättra sina kunskaper.

## **Övergångsbestämmelser**

Övergångsreglerna följer KIs lokala riktlinjer för examination.

## **Övriga föreskrifter**

Kursen ges med 80 % takt under första terminen (ht) och 20 % under andra terminen (vt). Moment 1-3 löper över termin 9 och kursmoment 4 under termin 10.

Kursen får inte tillgodoräknas i examen samtidigt med genomgången och godkänd kurs, vars innehåll helt eller delvis överensstämmer med innehållet i kursen. Följande kurser är (delvis) överlappande: 2PS023, *Psykologiska behandlingsmetoder inklusive psykoterapi, 30.0 hp* och 2PS030, *Psykologiska behandlingsmetoder inklusive psykoterapi, 30.0 hp*

Kursutvärdering sker enligt KIs lokala riktlinjer. Resultat och eventuella åtgärder återförs till studenterna på kurswebben. Kursvärderingar som besvaras av mindre än 50% av studenterna lämnas utan några åtgärder.

## Litteratur och övriga läromedel

### 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](#)

#### **Clinical handbook of psychological disorders : a step-by-step treatment manual**

*Barlow, David H.*

Fifth edition. : New York : The Guilford Press, 2014. - xvi, 768 p.

ISBN:9781462513260 (hardcover) LIBRIS-ID:16260484

*Kursbok på annan, tidigare kurs.*

[Sök i biblioteket](#)

*O'Donohue, William T.; Fisher, Jane E.*

#### **General principles and empirically supported techniques of cognitive behavior therapy**

Hoboken, N.J. : Wiley, 2009. - xxiii, 743 p.

ISBN:047022777x LIBRIS-ID:12088224

[Sök i biblioteket](#)

#### **KBT inom barn- och ungdomspsykiatri**

*Öst, Lars-Göran*

Stockholm : Natur & kultur, 2010 - 261 s.

ISBN:978-91-27-11509-5 (inb.) LIBRIS-ID:11171366

[Sök i biblioteket](#)

#### **The therapeutic relationship in the cognitive behavioral psychotherapies**

*Gilbert, Paul (Ed.); Leahy, Robert L. (Ed.)*

London : Routledge, 2007 - 292 s.

ISBN:978-0-415-38437-7 (hbk.) LIBRIS-ID:10411738

*Valda kapitel. Läsanvisningar kommer att bifogas inför kursstart.*

[Sök i biblioteket](#)

*Öst, Lars-Göran*

#### **Tillämpad avslappning : manual till en beteendeterapeutisk coping-teknik**

[7., rev. uppl.] : [Stockholm : Lars-Göran Öst], 2013 - 108 s.

LIBRIS-ID:14985056

#### **Experiencing CBT from the inside out : a self practice/self-reflection**

*Bennett-Levy, James.; Thwaites, Richard; Haarhoff, Beverly; Perry, Helen*

New York : Guilford, 2015. - xvi, 278 pages

ISBN:1462518893 LIBRIS-ID:17851919

*Kursbok på annan, tidigare kurs.*

[Sök i biblioteket](#)

*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](#)

Diverse artiklar och kompendium.

Dessutom förväntas studenten läsa behandlingsmanualer som ingår på de teoretiska kurserna utifrån lärares anvisningar, samt i klientarbetet i samråd med respektive handledare.

### **Rekommenderad litteratur**

Kursböcker på annan, tidigare kurs.

*Miller, William R.; Rollnick, Stephen*

#### **Motivational interviewing : preparing people for change**

2. ed. : New York : Guilford Press, 2002 - xx, 428 s.

ISBN:1-57230-563-0 (inb.) LIBRIS-ID:6385706

[Sök i biblioteket](#)

*Ramnerö, Jonas; Törneke, Niklas*

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

2., [rev.] uppl. : Lund : Studentlitteratur, 2013 - 232 s.

ISBN:978-91-44-07959-2 LIBRIS-ID:13909031

[Sök i biblioteket](#)

*Hayes, Steven C.; Strosahl, Kirk; Wilson, Kelly G.*

#### **Acceptance and commitment therapy : the process and practice of mindful change**

2nd ed. : New York : Guilford Press, c2012. - xiv, 402 p.

ISBN:9781609189624 (hardcover) LIBRIS-ID:12535947

[Sök i biblioteket](#)

*Linehan, Marsha M.; Linehan, Marsha.*

#### **DBT skills training manual**

Second edition. : New York : The Guilford Press, [2015]. - xxiv, 504 pages

ISBN:9781462516995 (paperback : alk. paper) LIBRIS-ID:17804753

[Sök i biblioteket](#)

### **Fördjupningslitteratur**

*Bates, Sandra; Grönberg, Anna*

#### **Om och om och om igen : att behandla tvångsproblem med KBT - en vägledning för behandlare**

1. utg. : Stockholm : Natur & kultur, 2010 - 286 s.

ISBN:978-91-27-11835-5 (inb.) LIBRIS-ID:11320085

[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](#)

*Farmer, Richard F.; Chapman, Alexander L.q (Alexander Lawrence)*

**Behavioral interventions in cognitive behavior therapy : practical guidance for putting theory into action**

Washington, DC : American Psychological Association, 2008 - 341 s.

ISBN:1--43380241-4 LIBRIS-ID:10664333

*Kursbok på annan, tidigare kurs.*

[Sök i biblioteket](#)

*Kuyken, W.q (Willem); Padesky, Christine A.; Dudley, Robertq (Robert E. J.)*

**Collaborative case conceptualization : working effectively with clients in cognitive-behavioral therapy**

New York : Guilford Press, 2009. - 366 s.

ISBN:978-1-60623-072-5 LIBRIS-ID:11294044

[Sök i biblioteket](#)

*Martell, Christopher R.; Dimidjian, Sona; Herman-Dunn, Ruth*

**Behavioral activation for depression : a clinician's guide**

New York : Guilford, 2010 - 220 s.

ISBN:978-1-60623-515-7 LIBRIS-ID:11798695

[Sök i biblioteket](#)

*Wenzel, Amy.*

**Strategic decision making in cognitive behavioral therapy**

First edition. : - ix, 331 pages

ISBN:9781433813191 LIBRIS-ID:16093938

[Sök i biblioteket](#)