



**Karolinska
Institutet**

Kursplan för

Egen psykoterapi/utbildningsterapi - kognitiv beteendeterapi, 3 hp

Self directed experience/Therapeutic Skills Cognitive Behavioral Therapy - cognitive behavioural therapy, 3 credits

Denna kurs är nedlagd, för mer information se rubriken Övergångsbestämmelser i den sista versionen av kursplanen.

Observera att kursplanen finns i följande versioner:

VT11 , VT12

Kurskod	2PT065
Kursens benämning	Egen psykoterapi/utbildningsterapi - kognitiv beteendeterapi
Hp	3 hp
Utbildningsform	Högskoleutbildning, 2007 års studieordning
Huvudområde	Psykoterapi
Nivå	AV - Avancerad nivå
Betygsskala	Godkänd, underkänd
Kursansvarig institution	Institutionen för klinisk neurovetenskap
Beslutande organ	Programnämnd 8
Datum för fastställande	2010-11-03
Kursplanen gäller från	Vårterminen 2011

Särskild behörighet

Godkänd på kursen " Psykoterapi under handledning samt arbetsplatsförlagd praktik 3 - KBT"

Mål

Efter genomgången kurs förväntas studenten: Kunskaper och förståelse Ingående kunna redogöra för teorier om terapeutvariablers betydelse i terapisituationen. Ingående kunna redogöra för metoder för att kontinuerligt uppmärksamma och beskriva kvaliteten i det egna terapeutiska beteendet och professionell roll i relation till effekter på patienten i terapisituationen. Kunna kritiskt granska och reflektera kring forskning och teorier om relevansen i att förstå patientens upplevelser och perspektiv i den psykoterapeutiska processen. Kunna kritiskt granska och reflektera kring forskning och teorier om terapeuters yrkesutveckling och yrkesspecifika risker och problem. Färdigheter och förmågor Visa förmåga att granska eget terapeutbeteende, jämföra det med vad forskning och teorier anger är önskvärt, samt vidta åtgärder för att möta ett identifierat utvecklingsbehov. Visa förmåga att reflektera över den egna upplevelsen av tillämpningen av psykoterapeutiska interventioner utifrån såväl psykoterapeut- som patientroll. Värderingar och förhållningssätt Kunna granska och reflektera över egna värderingar som

kan påverka eget yrkesutövande, inklusive att i beteendetermer formulera vad det innebär att inte diskriminera någon pga av dennes könstillhörighet, etniska tillhörighet, religion eller annan trosuppfattning, sexuella läggning eller funktionshinder

Innehåll

Undervisningen sker individuellt samt i grupp. Kursen består av fem delar med olika pedagogiskt fokus för att utvecklas i de aspekter som i forskning kallas för terapeutvariabler, terapeutrollen och att få egen erfarenhet av terapeutiska tekniker samt få metoder för utveckling av egen terapeutroll. Kursen består av fem delar: I) Föreläsningar om terapeutrollen, evidensläget angående terapeutbeteenden och terapeututveckling, professionellt sammanhang så som tidskrifter och konferenser, samt risker i yrket. II) Individuella mentorssamtal. Samtalen syftar till att formulera, klargöra och följa upp individuella mål med utbildningen, egen prioritering och tidsplan. Detta ska leda till en skriftlig utvecklingsplan för studenten som inkluderar procedur för att självregistrera och förbättra variabler i den professionella rollen. Mentorssamtalen förbereds genom att studenten i förväg utarbetar en preliminär plan som sänds till mentorn. Under mentorssamtalen skall mentorn tillsammans med studenten identifiera och klargöra de terapeutvariabler studenten anser sig behöva utveckla och/eller de övriga aspekter rörande terapeutroll och terapeutbeteende där studenten uppmärksammat att förändring behöver påbörjas. De ska även tillsammans återkommande följa upp och utvärdera måluppfyllelsen samt korrigera och vid behov komplettera studentens utvecklingsmål. III) Övningsgrupp. Dessa innehåller både teori om terapeutvariabler och demonstration och övningar i gruppformat. Studenter följer sin egen utveckling i terapeutvariabler genom att ge varandra positiv återkoppling i grupphandledning på inspelade patientsessioner. Studenten väljer ut ett lämpligt tjugominuter långt utdrag ur ett patientsamtal inför varannan övningsgrupp. Det valda avsnittet transkriberas och kodas enligt ett psykometriskt validerat system av studenten. Ett samtal under termin 1 samt ett under termin 6 kodas av oberoende kodare. IV) Kommunikationsfärdigheter. I olika övningar ska studenterna träna att beskriva egna ickeverbala signaler till patient i terapisesioner och signalernas hypotetiska inverkan på patienten. V) Egen erfarenhet av terapeutisk teknik (experientiell). Studenten ska tillämpa vissa tekniker vanliga i psykoterapi på sig själv för att stärka studentens empatiska och pedagogiska förmåga. Experientiellt lärande (själverfarenhetsövningar) fokuserar på praktisk träning av olika färdigheter och psykoterapeutiska metoder, ägnade att främja den pedagogiska skickligheten.

Arbetsformer

Undervisningen sker i form av föreläsningar, gruppövningar, seminarier och individuella samtal.

Examination

All närvaro är obligatorisk. Studenten godkänns ej vid mer än 20% frånvaro. Vid frånvaro om högst 20 % ska studenten ges ersättningsuppgift för det undervisningstillfälle då studenten varit frånvarande. Vid underkänt har studenten rätt att gå om kursen en gång. För godkännande på kursen krävs: 1) Aktivt deltagande i kursens delar och uppfyllt närvarokravet om minst 80 %. 2) Godkänd skriftlig examination om för kursen relevanta teorier och forskningsresultat. 3) Att studenten tillsammans med mentorn formulerat, utvärderat och korrigerat egen skriftlig utvecklingsplan. 4) Att studenten genomfört kodningar av minst två sessionsavsnitt och erhållit resultatet godkänd i minst ett sessionsavsnitt avseende terapeutvariabler (empatisk förmåga, kunna stödja patientens autonomi, kunna främja samarbete med patient, styrning av terapisesionen samt kunna locka fram patientens perspektiv och förstärka patientens uttryck för att vilja förändra sig), kodade av oberoende kodare.

Övergångsbestämmelser

Examination kommer att tillhandahållas under ett år efter en eventuell nedläggning av kursen alternativt vid ny kursplan.

Övriga föreskrifter

Kursutvärdering kommer att genomföras enligt de riktlinjer som är fastställda av Styrelsen för utbildning. Varje student ska inlämna intyg från arbetsgivaren som visar att studenten under aktuell termin har haft deltidstjänstgöring med psykoterapeutiska arbetsuppgifter inom psykiatrisk vård eller motsvarande uppgifter.

Litteratur och övriga läromedel

Obligatorisk litteratur

Laireiter, A R; Willutzki, U

Self-reflection and self-practice in training of cognitive behaviour therapy: An overview.

Clinical Psychology and Psychotherapy, 10, 19-30, 2003

Moyers, T., Martin, T., Manuel, J., Miller, W. & E; Svensk översättning: Forsberg, L., Forsberg, L., V

Revised global scales: The motivational interviewing treatment integrity code 3.0 (MITI 3.0)

Institutionen för klinisk neurovetenskap, 2007

Referenslitteratur

Forsberg, L., Berman, A., Källmén, H., Hermansson,

A test of the validity of the motivational interviewing treatment integrity code (MITI).

Cognitive Behaviour Therapy, 37, nr 3, 2008

Geller, J.D., Norcross, J.C. & Orlinsky, D.E. (Eds

The Psychotherapists Own Psychotherapy. Patient and Clinical Perspectives

York: Oxford Univ. Press, Inc, 2005

Hamreby, M

Bortkastad tid? Empirisk forskning om psykoterapeuters egenterapi.

Matrix, 23, 4-30., 2006

Miller, W

Motivational interviewing with problem drinkers.

MINT-bulletin 14.2 (Part 1), 2008

URL: [Länk](#)

Miller, W

A randomized trial of methods to help clinicians learn motivational interviewing.

Journal of Consulting and Clinical Psychology, 72, 1050-1062, 2004

Moyers, T., Miller, W. & Hendrickson, S.

How does motivational interviewing work? Therapist interpersonal skill predicts client involvement within motivational interviewing sessions.

Journal of Consulting and Clinical Psychology, 73, 590-598, 2005

Norcross, J. C.

Psychotherapy relationships that work: therapist contributions and responsiveness to patients.

Oxford: Oxford University Press, 2002

Orlinsky, D.E. & Rønnestad, M.H. et al

How psychotherapists develop. A study of therapeutic work and professional growth

Washington DC: American Psychological Association., 2005

Skovholt, T.M. & Rønnestad, M.H.

The Evolving Professional Self

Chichester, UK: John Wiley & Sons., 1992