



**Karolinska  
Institutet**

Kursplan för

# **Egen psykoterapi/utbildningsterapi 1-kognitiv beteendeterapi, 1 hp**

Self directed Experience/Therapeutic Skills 1- Cognitive Behavioural Therapy, 1 credits

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

Observera att kursplanen finns i följande versioner:

HT12 , HT14 , HT15

|                          |                                                              |
|--------------------------|--------------------------------------------------------------|
| Kurskod                  | 2PT096                                                       |
| Kursens benämning        | Egen psykoterapi/utbildningsterapi 1-kognitiv beteendeterapi |
| Hp                       | 1 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  | 2012-05-08                                                   |
| Reviderad av             | Programnämnd 8                                               |
| Senast reviderad         | 2012-05-15                                                   |
| Kursplanen gäller från   | Höstterminen 2012                                            |

## **Särskild behörighet**

- Avlagd psykologexamen (enligt 1982 års studieordning eller senare bestämmelser), eller - läkarexamen med specialistkompetens i psykiatri eller barn- och ungdomspsykiatri, eller - socionomexamen, eller - annan motsvarande examen (kandidatexamen/ yrkesexamen) om minst 180 högskolepoäng. För de två sistnämnda grupperna krävs dessutom grundläggande psykoterapeututbildning eller motsvarande. Den sökande ska ha varit yrkesverksam under minst två år efter den grundläggande psykoterapeututbildningen och under dessa två år arbetat med psykoterapi under handledning av legitimerad psykoterapeut. Detta krav ska dock anses vara uppfyllt för den som genomgått specialistutbildning för läkare i psykiatri eller barn- och ungdomspsykiatri. Den sökande ska inom ramen för den grundläggande psykoterapeututbildningen, eller på annat sätt, ha genomgått egenterapi eller motsvarande omfattande minst 20 timmar hos legitimerad psykoterapeut. Den sökande ska ha intyg från arbetsgivaren som visar att den sökande under studietiden kommer att ha deltidstjänstgöring med psykoterapeutiska arbetsuppgifter inom psykiatrisk vård eller motsvarande. Dessutom krävs kunskaper i svenska och engelska motsvarande Svenska B och Engelska A (med lägst betyget Godkänd).

# Mål

## Kunskaper och förståelse

Efter genomgången kurs ska studenten kunna:

- redogöra för teorier om terapeutvariablers betydelse i terapisituationen.
- 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.

## Färdigheter och förmågor

Efter genomgången kurs ska studenten kunna:

- visa förmåga att granska eget terapeutbeteende

## Värderingar och förhållningssätt

Efter genomgången kurs ska studenten kunna:

- granska 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 tre 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 tre 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 utvecklingsmål, 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 tjugo minuter 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 externa kodare.

# Arbetsformer

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

# Examination

## 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
- 2) Att studenten tillsammans med mentorn formulerat, utvärderat och korrigerat egen skriftlig utvecklingsplan.
- 3) Att studenten genomfört kodningar av minst två sessionsavsnitt och reflekterar över behov av utveckling och förändring av eget beteende.

## 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