



**Karolinska
Institutet**

Kursplan för

Basutbildning i psykoterapeutisk metod, inriktning kognitiv beteendeterapi, för ST-läkare, 45 hp

Basic training in psychotherapeutic method, cognitive behavioural therapy, for psychiatrists under training, 45 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 , HT12

Kurskod	9K8042
Kursens benämning	Basutbildning i psykoterapeutisk metod, inriktning kognitiv beteendeterapi, för ST-läkare
Hp	45 hp
Utbildningsform	Uppdragsutbildning (högskolepoäng)
Huvudområde	Psykoterapi
Nivå	Grundnivå, har endast gymnasiala förkunskapskrav
Betygsskala	Godkänd, underkänd
Kursansvarig institution	Institutionen för klinisk neurovetenskap
Beslutande organ	Styrelsen för utbildning
Datum för fastställande	2011-05-16
Reviderad av	Styrelsen för utbildning
Senast reviderad	2012-08-16
Kursplanen gäller från	Höstterminen 2012

Särskild behörighet

Legitimerad läkare under specialistutbildning i psykiatri.

Mål

Kunskap och förståelse

Efter genomgången kurs ska deltagaren kunna:

- Redovisa grundläggande kunskap om områdets vetenskapliga grund samt grundläggande kunskap om sambandet mellan vetenskap och beprövad erfarenhet.

- Redovisa grundläggande kunskap om informations- och inlärningspsykologiska funktioner.
- Redovisa och diskutera grundläggande begrepp och modeller inom den kognitiva beteendeterapin.
- Redovisa och diskutera beteendeanalys och fallkonceptualisering.
- Relatera, på en grundläggande nivå, kognitiv-beteendeterapeutisk teori till psykologisk vetenskap.
- Redovisa övergripande kunskap om informations- och inlärningspsykologiska, samt neuropsykologiska förklaringsmodeller relaterade till psykopatologi.
- Beskriva hur man på vetenskaplig grund kan utvärdera den egna arbetsinsatsen.

Färdighet och förmåga

Efter genomgången kurs ska deltagaren:

- Kunna tillämpa teoretisk kunskap i det kliniska arbetet under handledning.
- Kunna etablera en positiv arbetsrelation till en patient.
- Under handledning på vetenskaplig grund kunna planera, genomföra och dokumentera kognitivt beteendeterapeutiskt behandlingsarbete.

Värderingsförmåga och förhållningssätt

Efter genomgången kurs ska deltagaren:

- Kunna förhålla sig nyfiken och kritisk till olika terapeutiska teorier och till det aktuella forskningsläget.
- Kunna granska sitt eget arbete utifrån vetenskap och beprövad erfarenhet.
- Kunna inta en kritisk hållning till sitt eget arbete utifrån juridiska och etiska aspekter.
- Med handledning kunna avgöra om en patient bör remitteras till annan kollega eller annan terapeutisk behandling.
- Kunna reflektera över sitt behov av ytterligare kunskap och att fortlöpande utveckla sin kompetens.

Innehåll

Kursen omfattar ett och ett halvt år teoretisk undervisning samt klinisk tillämpning i den psykoterapeutiska metoden kognitiv beteendeterapi.Handledningsmomenten omfattar minst 130 timmar grupphandledning. Utöver detta ingår moment rörande grundläggande psykologi, psykologiska modeller av psykopatologi, samtalsmetodik, forskning och klinisk utvärdering, samt juridik och etik.

Grundläggande psykologi, 4 hp Moment 1 behandlar "Grundläggande psykologi" omfattar områdena emotions-, minnes-, kognitions-, inlärnings- och utvecklingspsykologi. Momentet ges på termin 1.

Informations-, inlärnings- och neuropsykologi 1, 3 hp Moment 2 omfattar inlärnings-, informations- och neuropsykologiska förklaringsmodeller kring några av de vanligaste psykiatriska diagnoserna, bl. a. ångest, depression och personlighetsstörning. Momentet ges på termin 1. **Informations-, inlärnings- och neuropsykologi 2, 3 hp** Moment 3 omfattar inlärnings-, informations- och neuropsykologiska förklaringsmodeller kring några av de vanligaste psykiatriska diagnoserna, bl. a. ångest, depression och personlighetsstörning.

Momentet ges på termin 3. **Samtalsmetodik, 3 hp** Moment 4, *Samtalsmetodik*, omfattar teori och praktisk övning av samtalsmetodik baserad på psykoterapiforskning, informations- och kommunikationsteori samt en introduktion i metodiken "Motiverande samtal". Momentet ges på termin 1. **Kognitiv beteendeterapeutisk metod 1, 2 hp** Moment 5, *Kognitiv beteendeterapeutisk metod*, omfattar grundläggande teori och begrepp för problemanalys och behandling. Momentet omfattar huvudsakligen behandling av ångest- och förstämningssyndrom. Utöver detta ges en orientering om behandling av t ex missbruk och beroende, psykos, personlighetsstörningar, ätstörningar, beteendemedicin och relationsproblem. Momentet examineras på termin 1. **Kognitiv beteendeterapeutisk metod 2, 6 hp** Moment 6, *Kognitiv beteendeterapeutisk metod*, omfattar grundläggande teori och begrepp för problemanalys och behandling. Momentet omfattar huvudsakligen behandling av ångest- och förstämningssyndrom. Utöver detta ges en orientering om behandling av t ex missbruk och beroende, psykos, personlighetsstörningar, ätstörningar, beteendemedicin och

relationsproblem. Momentet examineras på termin 2. **Kognitiv beteendeterapeutisk metod 3, 4 hp** Moment 7, *Kognitiv beteendeterapeutisk metod*, omfattar grundläggande teori och begrepp för problemanalys och behandling. Momentet omfattar huvudsakligen behandling av ångest- och förstämningssyndrom. Utöver detta ges en orientering om behandling av t ex missbruk och beroende, psykos, personlighetsstörningar, ätstörningar, beteendemedicin och relationsproblem. Momentet examineras på termin 3. **Kognitiv beteendeterapi under handledning 1, 2 hp** Moment 8, *Kognitiv beteendeterapi under handledning*, innefattar såväl problemanalys som psykoterapeutiskt behandlingsarbete under handledning. Video- eller audioinspelning görs av sessionerna, skriftliga sessionsrapporter och avslutande behandlingsrapport görs för varje klient. Handledning sker i grupper om fyra studenter. Momentet examineras på termin 1. **Kognitiv beteendeterapi under handledning 2, 9 hp** Moment 9, *Kognitiv beteendeterapi under handledning*, innefattar såväl problemanalys som psykoterapeutiskt behandlingsarbete under handledning. Video- eller audioinspelning görs av sessionerna, skriftliga sessionsrapporter och avslutande behandlingsrapport görs för varje klient. Handledning sker i grupper om fyra studenter. Momentet examineras på termin 2. **Kognitiv beteendeterapi under handledning 3, 6 hp** Moment 10, *Kognitiv beteendeterapi under handledning*, innefattar såväl problemanalys som psykoterapeutiskt behandlingsarbete under handledning. Video- eller audioinspelning görs av sessionerna, skriftliga sessionsrapporter och avslutande behandlingsrapport görs för varje klient. Handledning sker i grupper om fyra studenter. Momentet examineras på termin 3. **Forskning och klinisk utvärdering 1, 1 hp** Moment 11, *Forskning och klinisk utvärdering*, omfattar en genomgång av aktuell forskning på området, samt en introduktion till psykometri med tillämpning på några vanliga mätinstrument. Momentet ges på termin 1. **Forskning och klinisk utvärdering 2, 1 hp** Moment 12, *Forskning och klinisk utvärdering*, omfattar en genomgång av aktuell forskning på området, samt en introduktion till psykometri med tillämpning på några vanliga mätinstrument. Momentet ges på termin 3. **Etik, 1 hp** Moment 13, *Etik*, omfattar grundläggande etiska principer som är tillämpbara på psykoterapeutisk verksamhet. Momentet ges på termin 3.

Arbetsformer

Den teoretiska undervisningen sker genom föreläsningar, seminarier och gruppövningar. Mellan undervisningstillfällena ska studenterna också genomföra hemuppgifter inför kommande undervisning.

Handledningen på de kliniska momenten sker i grupper om max 4 studenter i varje grupp.

Examination

Momenten 1-7 och 11-13 examineras genom skriftliga examinationer samt genom aktivt deltagande i seminarier och gruppövningar där närvaro är obligatorisk vid samtliga undervisningstillfällen.

Momenten inom kognitiv beteendeterapeutisk metod examineras under termin 1 till 3. Rollspel, inspelning på video och muntliga examinationer förekommer. 80 % närvaro på såväl de teoretiska som kliniska momenten är minimum för att komma ifråga för examination.

För moment 8-10 "Kognitiv beteendeterapi under handledning", gäller att studenten ska lämna sessionsrapport och inspelning i förväg till handledaren och de övriga kursdeltagarna i gruppen före varje behandlingssession, fullfölja 2 behandlingar och skriva behandlingsrapport (inklusive beteendeanalys) enligt anvisningar.

Student som inte har deltagit i del av momentet kan av aktuell lärare få extrauppgift för att kompensera för frånvaron.

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. 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.

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.

Övriga föreskrifter

Kursutvärdering kommer att genomföras enligt de riktlinjer som är fastställda av Styrelsen för utbildning.

Litteratur och övriga läromedel

Obligatorisk litteratur

Ytterligare vetenskapliga artiklar och föreläsningsmaterial relevanta för ämnesområdet tillkommer och delas ut av kursledningen i anslutning till föreläsningen.

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

[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](#)

Leahy, Robert L.

Cognitive therapy techniques : A practitioner's guide

New York : Guilford Press, 2003 - 347 s.

ISBN:1-57230-905-9 (paper) LIBRIS-ID:9199838

[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, Niklas

Beteendets ABC : en introduktion till behavioristisk psykoterapi

Lund : Studentlitteratur, 2006 - 249 s.

ISBN:91-44-04374-0 LIBRIS-ID:10082183

[Sök i biblioteket](#)

Rollnick, Stephen; Miller, William R.; Butler, Christopher C.

Motiverande samtal i hälso- och sjukvård : att hjälpa människor att ändra beteende

Lund : Studentlitteratur, 2009 - 273 s.

ISBN:978-91-44-05262-5 LIBRIS-ID:11584447

[Sök i biblioteket](#)

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](#)

Referenslitteratur

Andersson, Gerhard

Ut ur depression och nedstämdhet med kognitiv beteendeterapi

Bergström, Jan

Stockholm : Viva, 2007 - [5] s., s. 8-262

ISBN:978-91-85675-06-7 (inb.) LIBRIS-ID:10417321

URL: <http://194.68.4.214/bilder/b/9185675067.jpg>

[Sök i biblioteket](#)

Beck, Judith S.

Cognitive therapy : basics and beyond

New York : Guilford Press, cop. 1995 - xiv, 338 s.

ISBN:0-89862-847-4 LIBRIS-ID:6299409

[Sök i biblioteket](#)

Carlbring, Per; Hanell, Åsa

Ingen panik : fri från panik- och ångestattacker i 10 steg med kognitiv beteendeterapi

1. utg. : Stockholm : Natur & kultur, 2007 - 268 s.

ISBN:978-91-27-11466-1 (inb.) LIBRIS-ID:10136465

[Sök i biblioteket](#)

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

Barlow, David H.

4. ed. : New York : Guilford Press, cop. 2008 - 722 s.

ISBN:978-1-59385-572-7 LIBRIS-ID:10654616

[Sök i biblioteket](#)

D'Elia, Giacomo

Det kognitiva samtalet i vården

Stockholm : Natur och kultur, 2004 - 217, [1] s.

ISBN:91-27-09823-0 (inb.) LIBRIS-ID:9658766

[Sök i biblioteket](#)

Gyllenhammar, Carl

Bryta vanor : kognitiv och beteendeariktad behandling vid missbruk och beroende

1. utg. : Stockholm : Natur och kultur, 2007 - 175 s.

ISBN:978-91-27-02693-3 (inb.) LIBRIS-ID:10364244

[Sök i biblioteket](#)

Leahy, Robert L.; Holland, Stephen J

Treatment plans and interventions for depression and anxiety disorders

New York : Guilford, 2000 - xix, 332 s.

ISBN:1-57230-514-2 (pbk. & CD-ROM) LIBRIS-ID:6385676

[Sök i biblioteket](#)

Social fobi : effektiv hjälp med kognitiv beteendeterapi

Furmark, Tomas; Holmström, Annelie; Sparthan, Elisabet; Carlbring, Per; Andersson, Gerhard

1. uppl. : Lund : Liber, 2006 - 251 s.

ISBN:91-47-05328-3 LIBRIS-ID:10150901

URL: <http://www2.liber.se/bilder/omslag/100/4705328o.jpg>

[Sök i biblioteket](#)