



Kursplan för

# **Basutbildning i psykoteraeutisk metod, inriktning KBT, för ST-läkare, 30 hp**

Basic training in Psychotherapeutic method, CBT, for physicians in specialist training, 30 credits

Denna kursplan gäller från och med höstterminen 2018.

Observera att kursplanen finns i följande versioner:

VT18 , HT18 , VT20 , HT20 , HT22

Kurskod	9K8086
Kursens benämning	Basutbildning i psykoteraeutisk metod, inriktning KBT, för ST-läkare
Hp	30 hp
Utbildningsform	Uppdragsutbildning (högskolepoäng)
Huvudområde	Psykoteraepi
Nivå	AV - Avancerad nivå
Betygsskala	Godkänd, underkänd
Kursansvarig institution	Institutionen för klinisk neurovetenskap
Medverkande institutioner	<ul style="list-style-type: none"><li>• Institutionen för neurovetenskap</li></ul>
Beslutande organ	Utbildningsnämnden CNS
Datum för fastställande	2017-10-18
Reviderad av	Utbildningsnämnden CNS
Senast reviderad	2018-04-24
Kursplanen gäller från	Höstterminen 2018

## **Särskild behörighet**

Legitimerad läkare under specialistutbildning i psykiatri.

## **Mål**

### *Kunskap och förståelse*

Efter genomgången kurs ska deltagaren kunna förstå och beskriva:

- områdets vetenskapliga grund och sambandet mellan evidens och beprövad erfarenhet.
- kognitiv teori och inlärningspsykologisk teori.
- begrepp och modeller inom kognitiv beteendeterapi samt redovisa och diskutera beteendeanalys och fallkonceptualisering.

- kognitionsteoretiska, inlärningspsykologiska samt neuropsykologiska förklaringsmodeller relaterade till psykopatologi.
- psykodynamisk och familjeterapeutisk teori och behandling översiktligt
- hur man på vetenskaplig grund kan utvärdera den egna arbetsinsatsen

### *Färdighet och förmåga*

Efter genomgången kurs ska deltagaren kunna:

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

### *Värderingsförmåga och förhållningssätt*

Efter genomgången kurs ska deltagaren kunna:

- söka information om och kritiskt värdera olika terapeutiska teorier utifrån aktuellt forskningsläge.
- granska sitt psykoterapeutiska arbete utifrån vetenskap och beprövad erfarenhet.
- förhålla sig till betydelsen av juridiska och etiska aspekter i det egna patientarbetet.
- med handledning identifiera egna begränsningar i behandlarrollen samt kunna bedöma när en patient bör remitteras till psykoterapi.
- identifiera och reflektera över sitt behov av kompetensutveckling avseende psykoterapi.

## **Innehåll**

Kursen ges på halvfart under två terminer och omfattar teoretisk undervisning samt klinisk tillämpning i den psykoterapeutiska metoden kognitiv beteendeterapi. Handledningen sker i grupp och är uppdelad i en termins bedömningsarbete och en termins behandlingsarbete. Utöver detta ingår kursinslag rörande grundläggande psykologi, juridik, etik, psykopatologi, familjeterapi, psykodynamisk terapi, neurovetenskap samt kombinationsbehandling med kognitiv beteendeterapi och psykofarmaka.

### **Kognitiv beteendeterapeutisk metod 1, 7.5 hp**

Betygsskala: GU

Moment 1 omfattar grundläggande teori och begrepp för problemanalys och behandling huvudsakligen vid ångest och depression. Vidare omfattar momentet områdena emotions-, minnes-, kognitions-, inlärnings- och utvecklingspsykologi. Teori och praktisk övning i samtalsmetodik ingår samt en introduktion i motiverande samtal. Momentet ges på termin 1.

### **Psykoterapeutisk bedömning under handledning, 7.5 hp**

Betygsskala: GU

Moment 2 innefattar såväl problemanalys som bedömningsarbete under handledning utifrån kognitiva och beteendeterapeutiska principer. Ljudinspelning görs av sessionerna, skriftliga sessionsrapporter och avslutande sammanfattande bedömning görs för varje klient. Handledning sker i grupper om max fyra studenter. Momentet ges på termin 1.

### **Kognitiv beteendeterapeutisk metod 2, 7.5 hp**

Betygsskala: GU

Moment 3 är en fördjupning av moment 1 och omfattar grundläggande teori och begrepp för problemanalys och behandling, med fortsatt huvudfokus på ångest och depression. Momentet innefattar

också inlärnings-, informationsprocessteoretiska- och neuropsykologiska förklaringsmodeller av några av de vanligaste psykiatriska diagnoserna. Utöver behandling av ångest och depression omfattar momentet även en översikt av behandling vid andra tillstånd, som t.ex. substansbruk, psykos, personlighetsstörning och ätstörning. I momentet ingår även en introduktion till psykometri med tillämpning på några vanliga mätinstrument. Slutligen omfattar momentet även grundläggande etiska principer som är tillämpbara i psykoterapeutisk verksamhet. I momentet ingår även en orientering i andra psykoterapimetoder. Momentet ges på termin 2.

## **Psykoterapi under handledning, 7.5 hp**

Betygsskala: GU

Moment 4 innefattar såväl problemanalys som behandlingsarbete under handledning utifrån kognitiv beteendeterapi. Ljudinspelning görs av sessionerna, skriftliga sessionsrapporter och avslutande behandlingsrapport görs för varje klient. Handledning sker i grupper om max fyra studenter. Momentet ges på termin 2.

## **Arbetsformer**

Den teoretiska undervisningen sker genom föreläsningar och till dessa kopplade verkstäder (dvs träning av psykoterapeutiska färdigheter). Som stöd för inläringen finns även webbaserat material i form av instuderingsuppgifter rörande centrala begrepp.

## **Examination**

Moment 1 och 3 examineras genom individuella skriftliga examinationer samt genom aktivt deltagande i verkstäder.

För moment 2 och 4 gäller att deltagaren ska lämna sessionsrapport och ljudinspelning i förväg till handledaren och de övriga kursdeltagarna i gruppen inför varje handledningstillfälle. Under termin 1, moment 2, ska studenten genomföra minst två bedömningar med beteendeanalys och fallkonceptualisering samt skriva en sammanfattande bedömning i samband med varje bedömningsavslut. Deltagaren skall genomföra minst en behandling under termin 2 och skriva behandlingsrapport (inklusive beteendeanalys och fallkonceptualisering) enligt anvisning. Momenten examineras också genom aktivt deltagande vid handledningen på respektive moment.

Närvaro är obligatorisk på verkstäder. Vid frånvaro bedömer kursansvarig om möjlighet till ersättningsuppgift finns, i annat fall ges underkänt betyg på momentet och studenten får ta igen verkstaden nästa gång kursen ges. Frånvaro överstigande 20 % avseende moment 2 och 4 går inte att kompensera med ersättningsuppgift och underkänt betyg ges.

Examinator kan med omedelbar verkan avbryta en deltagares kliniska arbete, kopplat till moment 2 och 4, om deltagaren visar sådana allvarliga brister i kunskaper, färdigheter eller förhållningssätt att patientsäkerheten eller patienternas förtroende för sjukvården riskeras. När det kliniska arbetet avbryts på detta sätt innebär det att deltagaren underkänns på aktuellt moment.

## **Övriga föreskrifter**

Kursutvärdering genomförs enligt de riktlinjer som är fastställda av Styrelsen för utbildning.

## **Litteratur och övriga läromedel**

### ***Obligatorisk litteratur***

Ytterligare litteratur samt artiklar kan tillkomma.

**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](#)

**KBT inom psykiatri**

*Öst, Lars-Göran*

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

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

[Sök i biblioteket](#)

*Kennerley, Helen; Kirk, Joan; Westbrook, David*

**An introduction to cognitive behaviour therapy : skills and applications**

Edition 3 : Los Angeles : SAGE, 2017 - xxv, 486 s.

ISBN:978-1-4739-6256-9 LIBRIS-ID:19927063

[Sök i biblioteket](#)

***Rekommenderad litteratur***

*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](#)

*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](#)

### **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](#)

*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](#)