



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 2022.

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	2022-05-18
Kursplanen gäller från	Höstterminen 2022

## **Särskild behörighet**

Legitimerad läkare under specialistutbildning i psykiatri.

## **Mål**

*Kunskap och förståelse*

Efter genomgången kurs ska deltagaren kunna:

- översiktligt redogöra för områdets vetenskapliga grund och evidens
- förstå och beskriva grundläggande kognitiv teori och inlärningspsykologisk teori
- förstå och beskriva principer, begrepp och modeller i kognitiv beteendeterapi
- redogöra för olika allmänpsykologiska processer som är relevanta för psykoteraepi

- översiktligt beskriva andra evidensbaserade psykoterapiformer.

### *Färdighet och förmåga*

Efter genomgången kurs ska deltagaren kunna:

- tillämpa grundläggande kognitiv och beteendeterapeutisk teori och metod i det kliniska arbetet under handledning
- etablera en konstruktiv arbetsrelation i klientarbetet
- planera och genomföra kognitivt beteendeterapeutiskt bedömnings- och behandlingsarbete på vetenskaplig grund under handledning
- utvärdera och dokumentera psykoterapeutiskt arbete.

### *Värderingsförmåga och förhållningssätt*

Efter genomgången kurs ska deltagaren kunna:

- granska och reflektera kring sitt psykoterapeutiska arbete utifrån vetenskap och beprövad erfarenhet
- förhålla sig till juridiska riktlinjer och etiska aspekter i det egna patientarbetet
- identifiera egna begränsningar i det psykoterapeutiska arbetet och tillgodogöra sig handledning.

## **Innehåll**

Kursen ges under två terminer och omfattar teoretisk undervisning samt klinisk tillämpning i den psykoterapeutiska metoden kognitiv beteendeterapi. Handledningen sker i grupp och innefattar både bedömnings- och behandlingsarbete. Utöver detta ingår kursinslag rörande allmänpsykologi, juridik, etik, psykopatologi samt en introduktion i andra evidensbaserade psykoterapiformer.

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

Betygsskala: GU

Moment 1 omfattar grundläggande teori och begrepp för bedömning, problemanalys och behandling med kognitiv beteendeterapi för huvudsakligen ångest- och depressionstillstånd. I momentet ges en översikt av områdets vetenskapliga grund och evidens. Vidare omfattar momentet undervisning om allmän- och utvecklingspsykologi. Teori och praktisk övning i samtalsmetodik ingår. Momentet innehåller även en introduktion till hur psykoterapeutiskt arbete utvärderas. Momentet ges på termin 1

### **Psykoterapeutisk bedömning och behandling under handledning, 15.0 hp**

Betygsskala: GU

Moment 2 innefattar problemanalys, bedömningsarbete och behandlingsarbete under handledning utifrån kognitiva och beteendeterapeutiska principer. Under momentet ska minst två bedömningar och minst en behandling genomföras. Deltagaren ska lämna sessionsrapport och ljudinspelning i förväg till handledaren och de övriga kursdeltagarna i gruppen inför varje handledningstillfälle. Efter varje bedömning skrivs en fallformulering. Efter avslutad behandling skrivs en behandlingsrapport. Handledning sker i grupper om max fyra deltagare. Momentet ges på termin 1 och 2.

### **Kognitiv beteendeterapeutisk teori och 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 kognitiv beteendeterapi, med fortsatt huvudfokus på ångest och depression. Momentet omfattar även en översikt av behandling vid andra tillstånd, som exempelvis

substansbruk, psykos och personlighetssyndrom. I momentet ingår även grundläggande etiska principer och juridik som är tillämpbar i psykoterapeutisk verksamhet, samt en orientering i andra evidensbaserade psykoterapeutiska metoder. Momentet ges på termin 2.

## Arbetsformer

Den teoretiska undervisningen sker genom föreläsningar och verkstäder (dvs träning av psykoterapeutiska färdigheter). I handledningsmomentet ingår träffar i mindre grupper med en handledare.

## Examination

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

För moment 2 ska deltagaren genomföra minst två bedömningar samt skriva en fallformulering i samband med varje bedömningsavslut. Deltagaren ska genomföra minst en behandling och skriva behandlingsrapport (inklusive fallformulering) enligt anvisning. Momentet examineras också genom aktivt deltagande vid handledningen.

Närvaro är obligatorisk på verkstäder. Vid frånvaro bedömer examinator 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 handledningsträffarna går inte att kompensera med ersättningsuppgift och underkänt betyg ges.

Examinator kan med omedelbar verkan avbryta en deltagares kliniska arbete, kopplat till moment 2 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.

Utbildningen följer examinationsordningen för Karolinska Institutets uppdragsutbildningar, samt de riktlinjer och åtgärder som gäller vid fusk/plagiering.

### Möjlighet till undantag från kursplanens föreskrifter om examination

Om det föreligger särskilda skäl, eller behov av anpassning för deltagare med funktionsnedsättning, får examinator fatta beslut om att frånga kursplanens föreskrifter om examinationsform, antal examinationstillfällen, möjlighet till komplettering eller undantag från obligatoriska utbildningsmoment m.m. Innehåll och lärandemål samt nivån på förväntade färdigheter, kunskaper och förhållningssätt får inte ändras, tas bort eller sänkas.

## Övriga föreskrifter

Kursutvärdering kommer att genomföras enligt de föreskrifter som är fastställda för utbildning vid Karolinska Institutet.

## Litteratur och övriga läromedel

### Obligatorisk litteratur

Ytterligare litteratur samt artiklar kan tillkomma.

### *Moment 1*

Ytterligare litteratur samt artiklar kan tillkomma.

*Kåver, Anna*

**KBT i utveckling : en grundbok i kognitiv beteendeterapi**

2., uppdaterade utg. : Stockholm : Natur & kultur, 2016 - 382 s.

ISBN:9789127147447 LIBRIS-ID:19088210

[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](#)

**Moment 2**

*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](#)

*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](#)

**Moment 3**

**KBT inom psykiatrin**

*Öst, Lars-Göran*

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

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

[Sök i biblioteket](#)

**Rekommenderad litteratur**

*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](#)

**Etik och juridik - för psykologer och psykoterapeuter**

*Sverne Arvill, Ebba; Hjelm, Åke; Johnsson, Lars-Åke; Sääf, Christina*

8 uppl. : Studentlitteratur AB, 2020 - 456 sidor

ISBN:9789144137759 LIBRIS-ID:kws72brkhhn8p127

[Sök i biblioteket](#)

*Miller, William R.; Rollnick, Stephen*

**Motiverande samtal : att hjälpa människor till förändring**

3., [dvs 4]., utg. : Stockholm : Natur & Kultur, 2013 - 516 s.

ISBN:9789127135390 LIBRIS-ID:14008440

[Sök i biblioteket](#)

*Holmberg, Johan; Stalby, Magnus*

**Samtal som fungerar : [om tillämpad beteendeanalys, motivation och förändring]**

1. utg. : Stockholm : Natur & Kultur, 2012 - 168 s.

ISBN:91-27-11939-4 (inb.) LIBRIS-ID:11496423

[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](#)