



Kursplan för

# **Basutbildning i evidensbaserad psykoterapeutisk metod, 45 hp**

Basic training in evidence-based psychotherapeutic method, 45 credits

Denna kursplan gäller från och med höstterminen 2025.

Observera att kursplanen finns i följande versioner:

HT19 , HT23 , HT25

Kurskod	9K8100
Kursens benämning	Basutbildning i evidensbaserad psykoterapeutisk metod
Hp	45 hp
Utbildningsform	Uppdragsutbildning (högskolepoäng)
Huvudområde	Psykoterapi
Nivå	G2 - Grundnivå 2
Betygsskala	Godkänd, underkänd
Kursansvarig institution	Institutionen för klinisk neurovetenskap
Beslutande organ	Utbildningsnämnden CNS
Datum för fastställande	2019-01-11
Reviderad av	Utbildningsnämnden CNS
Senast reviderad	2024-10-10
Kursplanen gäller från	Höstterminen 2025

## **Särskild behörighet**

Utbildning i och praktisk erfarenhet av ett människovårdande yrke. I yrkesutbildningen ska ha ingått minst 120 hp inom ett eller flera av områdena psykologi, medicin, omvårdnad eller socialt arbete. Den praktiska arbetserfarenheten av det människovårdande yrket ska ha pågått under minst två år. Dessutom krävs Svenska B/Svenska 3 och Engelska A/Engelska 6 med lägst betyget godkänd/E.

## **Mål**

Efter genomgången kurs ska deltagaren kunna:

*Kunskap och förståelse*

- översiktligt redogöra för den teoretiska grunden till kognitiv beteendeterapi (KBT)
- redogöra för generiska och grundläggande KBT-specifika kärnkompetenser samt evidensbaserade psykologiska behandlingsmanualer och interventioner inom KBT
- identifiera, beskriva och skilja mellan vanliga psykiatriska sjukdomstillstånd

- redogöra för och skilja mellan olika grundläggande kognitivt beteendeterapeutiska förklaringsmodeller för uppkomst och vidmakthållande av psykopatologi
- redogöra för grundläggande psykologi och kognitiv neurovetenskap av betydelse för psykoterapi
- redogöra för juridiska aspekter och etiska principer i det psykoteraeutiska arbetet beskriva och problematisera hur det egna psykoteraeutiska arbetet kan utvärderas med ett vetenskapligt förhållningssätt
- redogöra för olika terapeutiska inriktningar och dess evidensläge

### *Färdighet och förmåga*

- tillämpa generiska och grundläggande KBT-specifika kärnkompetenser
- göra en bedömning av patientens diagnos/problembild och lämplighet för psykologisk behandling tillämpa grundläggande evidensbaserade psykoteraeutiska manualer och interventioner inom KBT
- etablera och upprätthålla en konstruktiv arbetsallians med patienten
- agera i enlighet med juridiska aspekter och etiska principer i det egna patientarbetet
- under handledning planera, genomföra och dokumentera behandlingsarbete på god vetenskaplig, juridisk och etisk grund
- tillgodogöra sig handledarens återkoppling och anvisningar
- visa grundläggande förmåga att strukturerat presentera relevant kliniskt material, problemställningar och behandlingsupplägg för patienter, handledare, handledningsgrupp samt till andra professioner inom vården
- söka information om och kritiskt förhålla sig till evidensläget för psykoterapi utvärdera sitt psykoteraeutiska patientarbete utifrån vetenskaplig grund

### *Värderingsförmåga och förhållningssätt*

- under handledning identifiera egna begränsningar i terapeutrollen samt identifiera om en patient bör remitteras
- identifiera och reflektera över sitt behov av kompetensutveckling
- visa förmåga till ett professionellt förhållningssätt gentemot klienter och deras närstående
- identifiera etiska aspekter på eget psykoteraeutiskt arbete
- granska egna värderingar och förhållningssätt som kan påverka eget yrkesutövande och risken att diskriminera en patient p.g.a. dennes kön, könsöverskridande identitet eller uttryck, etniska tillhörighet, religion eller annan trosuppfattning, funktionsnedsättning, sexuella läggning eller ålder.

## **Innehåll**

Kursen omfattar ett och ett halvt års halvfartstudier med teori samt klinisk tillämpning. Patientarbetet sker inom primärvården under fortlöpande handledning. Kursen innehåller totalt 12 moment.

### **Generella terapeutiska kompetenser, 3.0 hp**

Betygsskala: GU

Moment 1 ges på termin 1 och omfattar teori och träning av grundläggande terapeutiska färdigheter såsom förmåga att utveckla en terapeutisk allians, samtalsmetod, professionellt förhållningssätt, terapeutisk struktur och journalskrivning.

### **Psykiatrisk diagnostik, 2.5 hp**

Betygsskala: GU

Moment 2 ges på termin 1 och innefattar kunskap om och träning i psykiatrisk diagnostik enligt vedertagna diagnostiska instrument och system.

## **Kognitiv beteendeterapeutisk teori och metod 1, 6.0 hp**

Betygsskala: GU

Moment 3 ges på termin 1 och innefattar förståelse för den teoretiska grunden till kognitiv beteendeterapi samt kunskaper i analys och bedömning av patienters problembild utifrån kognitiv beteendeterapi. Det inkluderar grundläggande förklaringsmodeller för uppkomst och vidmakthållande av psykopatologi samt grundkunskaper i beteendeanalys och kognitiv fallkonceptualisering. Momentet innehåller även kunskaper och praktisk övning i grundläggande KBT-specifika kärnkompetenser. Dessutom introduceras evidensbegreppet och dess relevans för psykoterapi.

## **Juridik och etik, 1.0 hp**

Betygsskala: GU

Moment 4 ges på termin 1 och omfattar lagstiftning som reglerar psykoterapeutisk verksamhet samt grundläggande etiska principer.

## **Forskning och klinisk utvärdering, 3.5 hp**

Betygsskala: GU

Moment 5 ges på termin 1 och omfattar en fördjupning av evidensbegreppet, en genomgång av forskning inom psykoterapiområdet, samt en introduktion till metoder för kvalitetssäkring. En orientering ges om relevanta databaser och sökmetoder för att deltagarna fortsättningsvis ska kunna hålla sig uppdaterade om forskningsutveckling.

## **Grundläggande psykologi och kognitiv neurovetenskap, 1.0 hp**

Betygsskala: GU

Moment 6 ges på termin 2 och omfattar grundläggande psykologi och kognitiv neurovetenskap av betydelse för evidensbaserad psykoterapi.

## **Kognitiv beteendeterapeutisk teori och metod 2, 8.0 hp**

Betygsskala: GU

Moment 7 ges på termin 2 och innefattar förståelse för några av de vanligast förekommande modellerna och manualerna för uppkomst och vidmakthållande samt behandling av olika diagnoser utifrån kognitiv beteendeterapi, däribland social ångest, generaliserat ångestsyndrom, paniksyndrom och depression. Vidare ingår en orientering i modeller för att förstå och behandla andra sjukdomstillstånd eller beteendeproblem. Momentet innehåller även kunskaper och praktisk övning i motiverande samtal och i KBT-specifika interventioner och kompetenser, exempelvis beteendeeperiment och exponering.

## **Kognitiv beteendeterapi under handledning 1, 5.0 hp**

Betygsskala: GU

Moment 8 ges på termin 2 och innefattar psykoterapeutiskt bedömnings- och behandlingsarbete under handledning.

## **Fördjupningsarbete inom evidensbaserad psykoterapeutisk metod, 4.0 hp**

Betygsskala: GU

Moment 9 ges på termin 3 och omfattar ett skriftligt arbete som fokuserar på fördjupning av psykoterapeutisk metod, vilket har avhandlats under termin 1 och 2. Det skriftliga PM-et ska beröra psykoterapeutisk metod i vid bemärkelse och presenteras i muntligt format. Som stöd i arbetet erhåller studenter handledning på formulering av forskningsfråga, databassökning, vetenskapligt skrivande och muntlig presentation.

### **Kognitiv beteendeterapeutisk teori och metod 3, 5.0 hp**

Betygsskala: GU

Moment 10 ges på termin 3 och innefattar fördjupning av psykoterapeutisk teori och metod vid samsjuklighet. Momentet kommer också innehålla ett fokus på transdiagnostiska processer och behandlingsmodeller samt psykofarmakologi.

### **Andra evidensbaserade psykoterapiformer, 1.0 hp**

Betygsskala: GU

Moment 11 ges på termin 3 och omfattar en orientering av psykoterapiformer där evidens för metodens effektivitet är under utveckling. Momentet kommer att beröra likheter och skillnader i psykoterapeutiska teorier och metoder gentemot KBT.

### **Kognitiv beteendeterapi under handledning 2, 5.0 hp**

Betygsskala: GU

Moment 12 ges på termin 3 och innefattar psykoterapeutiskt bedömnings- och behandlingsarbete under handledning.

## **Arbetsformer**

Den teoretiska undervisningen sker genom föreläsningar, webbaserade inslag, seminarier, verkstäder och gruppövningar. Verksamhetsförlagd utbildning sker på vårdcentral. Handledningen på de kliniska momenten sker i mindre grupper och omfattar minst 120 timmar.

## **Examination**

Momenten examineras genom hemexaminationer, aktivt deltagande vid obligatoriska inslag, skriftligt PM och muntlig redovisning. Handledning och verkstäder är obligatoriska.

Momenten Kognitiv beteendeterapi under handledning (8 och 12) examineras i relation till kursmålen genom kontinuerlig bedömning av deltagarens kompetens via skriftliga rapporter, inspelade psykoterapisessioner samt aktivitetsnivå under handledningen. För att uppnå kursmålen ska deltagaren genomföra minst två bedömningar samt två behandlingar. Deltagaren ska ha fullgjort kraven på journalföring under varje termin för att kunna bli godkänd på respektive moment. Deltagaren ska under inledningen av behandlingen utföra en fallformulering för varje patient. Efter avslutad behandling ska deltagaren för varje patient skriva en behandlingsrapport enligt anvisning. Utöver detta ska deltagaren före varje handledningssession lämna sessionsrapport och ljudinspelning till handledaren och de övriga kursdeltagarna i gruppen samt aktivt bidra till de övriga kursdeltagarnas arbete i handledningssessionerna.

På samtliga moment gäller betygen Godkänd eller Underkänd. För att självständiga skriftliga arbeten ska vara aktuella för bedömning måste de ha inkommit före angiven inlämningstid, vilken anges i examinationsinstruktionerna. Föreläsningar är inte obligatoriska men innehållet kan ligga till grund för examination. Deltagare som missar eller underkänns på tentamen på ett teoretiskt moment har rätt att genomgå förnyad tentamen en gång. Skulle fler examinationer krävas kommer en avgift för detta att tas ut. Avgiftens storlek beror på examinationens karaktär, vilket regleras i separat avtal. Gällande

verksamhetsförlagd utbildning (VFU) eller motsvarande medges inte någon möjlighet till ytterligare examination utan att en ny avgift för detta tas ut. Avgiftens storlek beror omfattningen av VFU eller praktikperiod.

Examinator kan med omedelbar verkan avbryta en deltagares verksamhetsförlagda utbildning (VFU) eller motsvarande om deltagaren visar sådana allvarliga brister i kunskaper, färdigheter eller förhållningssätt att patientsäkerheten eller patienternas förtroende för sjukvården riskeras.

*Frånvaro från eller ej fullgörande av obligatoriska utbildningsinslag*

Examinator bedömer om och i så fall hur frånvaro från eller ej fullgörande av obligatoriska utbildningsinslag kan tas igen. Innan deltagaren deltagit i eller fullgjort de obligatoriska utbildningsinslagen, eller tagit igen frånvaro/ brister i enlighet med examinatorns anvisningar kan inte studieresultaten slutrapporteras. Frånvaro från eller ej fullgörande av ett obligatoriskt utbildningsinslag kan innebära att deltagaren inte kan ta igen tillfället förrän nästa gång kursen ges.

## Övergångsbestämmelser

För skriftliga examinationer kan omtentamen genomföras under 1 år efter en eventuell nedläggning av kursen alternativt vid en ny kursplan. Kursen planeras att ges med nuvarande behörighetskrav en sista gång med start HT25.

## Övriga föreskrifter

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

Undervisningsspråk: svenska

Kurslitteratur på engelska förekommer.

Kursen får inte tillgodoräknas i examen samtidigt med genomgången och godkänd kurs, vars innehåll helt eller delvis överensstämmer med innehållet i kursen.

## Litteratur och övriga läromedel

Artiklar och ytterligare litteratur kan tillkomma under kursens moment utifrån lärares eller handledares anvisningar.

## Generella terapeutiska kompetenser

### *Obligatorisk litteratur*

*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](#)

*Linton, Steven James; Flink, Ida*

#### **12 verktyg i KBT : från teori till färdighet**

Andra utgåvan : [Stockholm] : Natur & kultur, [2021] - 327 sidor

ISBN:9789127824546 LIBRIS-ID:lzx7kpl5jxbzpw78

[Sök i biblioteket](#)

## Psykiatrisk diagnostik

### *Obligatorisk litteratur*

*Herlofson, Jörgen*

#### **MiniPsykiatri**

1. utg. : Stockholm : Natur & Kultur, 2014 - 277 s.

ISBN:9789127135796 LIBRIS-ID:14674030

[Sök i biblioteket](#)

## Kognitiv beteendeterapeutisk teori och metod 1-2

### *Obligatorisk litteratur*

*Hofmann, Stefan G.*

#### **An Introduction to Modern CBT : Psychological Solutions to Mental Health Problems**

John Wiley & Sons, 2011 - 240 sidor

ISBN:9780470971758 LIBRIS-ID:21709743

[Sök i biblioteket](#)

*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](#)

*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](#)

#### **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](#)

### *Fördjupningslitteratur*

#### **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](#)

#### **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](#)

*Beck, Judith S.*

### **Cognitive behavior therapy : basics and beyond**

Third edition : New York : The Guilford Press, [2021] - xviii, 414 pages

ISBN:9781462544196 LIBRIS-ID:kx3njhl5hgcg4pcb

[Sök i biblioteket](#)

*Ramnerö, Jonas; Törneke, Niklas*

### **Beteendets ABC : en introduktion till behavioristisk psykoterapi**

Tredje upplagan : Lund : Studentlitteratur, [2020] - 288 sidor

ISBN:9789144136639 LIBRIS-ID:jvcq4hrcgf8mcd1b

[Sök i biblioteket](#)

## **Juridik och etik**

### *Obligatorisk litteratur*

#### **Medicinsk rätt**

*Zillén, Kavot; Mattsson, Titti; Slokenberga, Santa*

Andra upplagan : Stockholm : Norstedts juridik, [2022] - 386 sidor

ISBN:9789139025269 LIBRIS-ID:8prgvcpw67z4njx9

[Sök i biblioteket](#)

## **Forskning och klinisk utvärdering**

### *Obligatorisk litteratur*

*Öst, Lars-Göran*

#### **Att utvärdera psykoterapi och kritiskt granska psykoterapistudier**

Första utgåvan : Stockholm : Natur & kultur, [2020] - 191 sidor

ISBN:9789127829275 LIBRIS-ID:zbcwqnnnwmgngm4d

[Sök i biblioteket](#)

## **Grundläggande psykologi och kognitiv neurovetenskap**

### *Obligatorisk litteratur*

Kompendium och artiklar delas ut vid starten av momentet. Litteraturen berör grundläggande psykologi och kognitiv neurovetenskap av betydelse för evidensbaserad psykoterapi.

## **Kognitiv beteendeterapi under handledning 1-2**

### *Obligatorisk litteratur*

*Linton, Steven James; Flink, Ida*

#### **12 verktyg i KBT : från teori till färdighet**

Andra utgåvan : [Stockholm] : Natur & kultur, [2021] - 327 sidor

ISBN:9789127824546 LIBRIS-ID:lzx7kpl5jxbzpw78

[Sök i biblioteket](#)

## **Fördjupningsarbete inom evidensbaserad psykoterapeutisk metod**

Kompendium och artiklar delas ut vid starten av momentet. Litteraturen berör formulering av forskningsfråga, databassökning, vetenskapligt skrivande och muntlig presentation.

### **Kognitiv beteendeterapeutisk teori och metod 3**

#### ***Obligatorisk litteratur***

##### **Cognitive behaviour therapies**

*Dryden, Windy*

Sage Publications Ltd, 2012 - 304 sidor

ISBN:9780857021199 LIBRIS-ID:199fxvr5zfrjl3hc

[Sök i biblioteket](#)

Artiklar om psykoterapeutisk teori och metod vid samsjuklighet, transdiagnostiska behandlingsmodeller och dessas evidensläge samt psykofarmakologi tillkommer utifrån lärares anvisningar.

### **Andra evidensbaserade psykoterapiformer**

#### ***Obligatorisk litteratur***

Kompendium och artiklar delas ut vid starten av momentet. Litteraturen berör andra psykoterapiformer och dessas evidensläge.

Artiklar om andra psykoterapiformer och dessas evidensläge tillkommer utifrån lärares anvisningar.