

Kursplan för

# Exponeringsbaserad psykologisk behandling inom beteendemedicin, 7.5 hp

Exposure-based psychological treatment in behavior medicine, 7.5 credits

Denna kursplan gäller från och med vårterminen 2021.

Kurskod	9K8117
Kursens benämning	Exponeringsbaserad psykologisk behandling inom beteendemedicin
Hp	7.5 hp
Utbildningsform	Uppdragsutbildning (högskolepoäng)
Huvudområde	Psykologi
Nivå	AV - Avancerad nivå
Betygsskala	Underkänd (U) eller godkänd (G)
Kursansvarig institution	Institutionen för klinisk neurovetenskap
Beslutande organ	Utbildningsnämnden CNS
Datum för fastställande	2021-01-13
Kursplanen gäller från	Vårterminen 2021

## Särskild behörighet

Legitimerad och yrkesverksam psykolog med KBT-kompetens.

## Mål

Efter kursen förväntas deltagaren

- kunna redogöra för och kritiskt värdera olika teorier om psykologiska processers roll vid kroppsliga sjukdomar,
- kunna redogöra för de funktioner i hjärna och nervsystem som ligger bakom interoception och identifikation av vissa kroppsliga symtom som hotfulla,
- kunna redogöra för hur internet kan användas för att leverera psykologisk behandling,
- kunna redogöra för aktuell forskning och teori om exponeringsbaserad psykologisk behandling,
- ha ingående kunskap bakom tänkta verkningsmekanismer av exponeringsbaserad psykologisk behandling för patienter med kroppsliga sjukdomar,
- ha ingående kunskap om vilka skattningsinstrument som är relevanta att använda vid bedömning av symtombörda, livskvalitet och eventuell psykiatrisk komorbiditet hos patienter med kroppsliga sjukdomar,
- ha ingående kunskap om särskilda överväganden som krävs vid exponeringsbaserad behandling av barn och ungdomar med kroppsliga sjukdomar,
- kunna genomföra diagnostisk intervju avseende DSM-diagnosen "kroppssyndrom" (somatic symptom disorder) med hjälp av intervjuprotokoll,
- kunna bedöma om patient med kroppslig sjukdom kan dra nytta av exponeringsbaserad psykologisk behandling och när så inte är fallet,
- kunna genomföra en exponeringsbaserad psykologisk behandling för patienter med olika typer av kroppsliga sjukdomar (när så är lämpligt).

## Innehåll

Vid Karolinska Institutet har det under de senaste 15 åren utvecklats och utvärderats ett flertal behandlingsmanualer inom beteendemedicin. Dessa manualer är baserade på exponeringsterapi och riktar sig till patienter med kroppsliga sjukdomar som har utvecklat ett problematiskt beteendemönster i relation till sin sjukdom. Gemensamt för dessa patienter är en upptagenhet vid, eller rädsla för, kroppsliga symtom som leder till överdrivna undvikandebeteenden, kontrollbeteenden och säkerhetsbeteenden, vilka i sin tur stärker uppmärksamhet mot symtom och minskar funktion och livskvalitet. Beteendemönstret är närbesläktat med fear-avoidance-begreppet som brukar användas inom smärtforskning. Exempel på sjukdomar där detta beteendemönster förekommer är funktionella mag-tarmsjukdomar (inklusive irritable bowel syndrome) hos barn och vuxna, fibromyalgi, förmaksflimmer, atopiskt eksem och astma och även hälsoångest. De kliniska studierna har framförallt genomförts via internet.

Kursen ger en fördjupning i hur man bedömer om patienter uppvisar detta beteendemönster, bland annat med diagnostisk intervju, och hur man sedan genomför behandling som riktar sig emot detta beteendemönster. Behandlingen inkluderar element av medveten närvaro men tyngdpunkten ligger på exponering och minskade kontroll- och säkerhetsbeteenden.

### Specifikt innehåll i kursen

- prevalens av ovannämnda tillstånd och komorbiditet och samhällskostnader,
- biologiska mekanismer bakom symtomperception och symtomrädsla,
- olika teoretiska modeller om hur psykologiska faktorer och beteendemönster kan påverka kroppsliga sjukdomar, evidensbasen för dessa samt behandlingsmodeller baserade på dessa teorier,
- samarbete med läkare och annan sjukvårdspersonal,
- evidensläget för effektivitet av exponeringsbaserad behandling vid kroppsliga sjukdomar,
- bedömning och diagnostik av DSM-diagnosen "kroppssyndrom" (somatic symptom disorder),
- noggrann genomgång av generella komponenter i exponeringsbaserad psykologisk behandling vid kroppsliga sjukdomar,
- specifika interventioner och överväganden vid behandling av irritable bowel syndrome, fibromyalgi, förmaksflimmer, atopiskt eksem, astma och hälsoångest hos vuxna,
- specifika interventioner och överväganden vid behandling av barn och tonåringar med funktionella mag-tarmsjukdomar,
- genomgång av hur behandling kan bedrivas via internet.

## Arbetsformer

Undervisningen omfattar fem obligatoriska heldagar, där teoretiska genomgångar kommer att varvas med praktiska övningar. Utöver detta ägnas en heldag åt examination. KIs lärplattform kommer att användas i kursen.

## Examination

Kursen examineras med något av betygen Underkänd (U) eller Godkänd (G). Examination kommer att ske på tre sätt. (1) Slutseminarium där deltagarna diskuterar egna PM som lämnats in innan seminariet. (2) Skriftlig tentamen. (3) För att bli godkänd gäller också närvaro och aktivt deltagande vid samtliga obligatoriska undervisningstillfällen. Frånvaro med omfattning om mindre än en dag kompletteras med skriftlig uppgift.

Examinator bedömer om och i så fall hur frånvaro från obligatoriska utbildningsinslag kan tas igen. Innan deltagaren deltagit i de obligatoriska utbildningsinslagen eller tagit igen frånvaro i enlighet med examinatorns anvisningar kan inte studieresultaten slutrapporteras. Frånvaro från ett obligatoriskt

utbildningsinslag kan innebära att deltagaren inte kan ta igen tillfället förrän nästa gång kursen ges.

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 förmågor får inte ändras, tas bort eller sänkas.

## **Övriga föreskrifter**

Kursutvärdering sker enligt KI:s lokala riktlinjer. Resultat och eventuella åtgärder återförs till deltagarna via lärplattformen.

## **Litteratur och övriga läromedel**

Vetenskapliga artiklar kommer att finnas tillgängliga för deltagarna inför kursstart. Rekommenderade vetenskapliga artiklar kan tillkomma inför föreläsningar.