



Psykologpartners grundläggande psykoterapiutbildning

Kursplan

Innehåll

Psykologpartners grundläggande psykoterapiutbildning ska ge en bred och mångsidig bas inom det kognitivt beteendeterapeutiska fältet, med betoning på evidensbaserade principer och behandlingsmodeller för de vanligast förekommande psykiska ohälsotillstånden.

Utbildningen skall ge studenterna sådana kunskaper och färdigheter som fordras för att under handledning kunna bedriva psykoterapi med kognitiv beteendeterapeutisk (KBT) inriktning. Utbildningen ska också ge studenterna grundläggande färdigheter kring litteratursökning och kritisk granskning av publikationer inom området, samt i att kunna knyta samman relevant teori med klinisk praktik. Respektive delkurs presenterar mer konkreta mål och färdigheter. Dessa mål omfattar lärande på tre nivåer: kunskap och förståelse, färdighet och förmåga samt värderingsförmåga och förhållningssätt.

Utöver vedertagen praxis inom det kognitivt beteendeterapeutiska fältet i Sverige och vetenskapligt beprövade metoder inom kontextuell beteendevetenskap utgår utbildningen från den kompetenslista som tagits fram vid UCL: <https://www.ucl.ac.uk/clinical-psychology/competency-maps/cbt-map.html> (med särskilt fokus på de grundläggande kompetenserna på denna lista).

Kursens nivå och omfattning

Utbildningen är på grundläggande nivå över fyra terminer och omfattar en tidsåtgång per termin om ca 40 % av en heltid. För att beskriva studiernas omfattning anges vad den totala kursen motsvarar i högskolepoäng (hp), där 60 hp är ett års heltidsstudier. Hela utbildningen skulle alltså, om utbildningsgivaren kunde utfärda högskolepoäng, motsvara 45 hp eller 30 veckors studier på heltid. Psykologpartners utfärdar inga högskolepoäng. Vid avslutad utbildning utfärdas utbildningsintyg där utbildningens innehåll och omfattning framgår.

I praktiken innebär detta schemalagd tid om minst 240 h undervisning och 120 h handledning. Utöver detta förväntas självstudier och förberedelser.

Undervisning

Undervisningen ska integrera kunskapsorienterade och färdighetsorienterade moment och skall inte enbart bedrivas med distansstudier. Andelen färdighetsträning skall vara betydande. Studenterna ska utöver relevant teori och metod också tränas i att genomföra sökning i relevanta databaser och i vetenskapliga tidskrifter samt att kritiskt förhålla sig till den litteratur som söks på egen hand men även rekommenderad kurslitteratur. Undervisningen skall ha en fast evidensbaserad förankring med både kliniskt och vetenskapligt meriterade föreläsare. Genomgående ska lärotillfällen såsom workshops, föreläsningar och examinationer kopplas tydligt till kursmålen.

Psyologpartners grundläggande psykoterapiutbildning

Kursplan

Under delkursen "Psykioterapi under handledning" skall studenterna genomföra klientarbete under handledning. Handledningen skall omfatta 120 timmar i grupper om maximalt 4 studenter.

Examinationer

Examinationerna skall vara flera, minst en per delkurs, och bör sammantaget inom utbildningen innehålla såväl muntlig som skriftlig examination av kunskaper samt färdighetsprövande moment. Examinator skall vara disputerad i psykologi/klinisk psykologi och som betyg ges godkänd eller underkänd. Det handledda klientarbetet bedöms primärt av tilldelad handledare, vilken skall vara legitimerad psykoterapeut och handledarutbildad i enlighet med utbildningen som lärare och handledare i psykoterapi.

Vid underkänt betyg ska ytterligare två (2) examinationstillfällen erbjudas. Underkänns studenten på det handledda klientarbetet görs individuell planering av hur momentet kan slutföras.

Kurslitteratur

Kurslitteraturen skall vara uppdaterad och aktuell och bör innefatta ett påtagligt inslag av aktuell vetenskaplig rapportering och översiktsartiklar för att ge aktuella resultat.

Behörighetskrav

För antagning till utbildningen skall grundläggande behörighet samt kraven för särskild behörighet uppfyllas (se nedan).

Krav för grundläggande behörighet:

1. Avlagt en högskoleförberedande examen i gymnasieskolan eller inom kommunal vuxenutbildning på gymnasial nivå,
2. Avlagt en yrkesexamen i gymnasieskolan eller inom kommunal vuxenutbildning på gymnasial nivå samt har lägst betyget E i de kurser i svenska eller svenska som andraspråk och engelska som krävs för en högskoleförberedande examen i gymnasieskolan,
3. Har en svensk eller utländsk utbildning som motsvarar krav 1 eller 2; **eller**
4. Genom svensk eller utländsk utbildning, praktisk erfarenhet eller på grund av någon annan omständighet har förutsättningar att tillgodogöra sig utbildningen.

Krav för särskild behörighet:

1. Anställning i verksamhet som omfattas av HSL (hälso- och sjukvårdslagen) eller SoL (socialtjänstlagen) **och**
2. Att den sökande under utbildningstiden kommer att ha arbetsuppgifter med inslag av psykologisk behandling, vilka kan utgöra underlag för meningsfull handledning.



Psykologpartners grundläggande psykoterapiutbildning

Kursplan

Kurser - översikt

Kurs A

Diagnostik och fallformulering enligt KBT (motsvarande 10 hp)

Kurs B

Samtalsmetod och bemötande (motsvarande 5 hp)

Kurs C

Metod och teori inom KBT (motsvarande 24 hp)

Kurs D

Psykoterapi under handledning (motsvarande 9 hp)

Kurs E

Utvärdering och forskning inom psykoterapi (motsvarande 3 hp)

Kurs F

Självkännedom & professionell utveckling (motsvarande 3 hp)



Psykologpartners grundläggande psykoterapiutbildning

Kursplan

Kursmål

Kurs A Fallformulering enligt KBT, diagnostik och juridik (motsvarande 10 hp)

Efter genomgången kurs skall studenten kunna:

Kunskaper

- Ha kännedom om och kunna redogöra för de diagnostiska systemen DSM och ICD och dess framväxt.
- Identifiera och beskriva psykiatriska diagnoser, framförallt förstärknings- och ångestdiagnoser.
- Med stöd i litteraturen kunna föra ett kritiskt resonemang över användningen av diagnoser och diagnosticering.
- Redogöra för och förklara centrala inläringsteoretiska begrepp som ligger till grund för beteendeterapi.
- Ha kännedom om ohälsotillståndens relation till bredare områden som kognitiv psykologi, utvecklingspsykologi, emotions- och socialpsykologi samt fysiologiska processer/neurobiologi.
- Ha kännedom om relevant juridik och riktlinjer för psykoterapeutiskt arbete.

Färdigheter

- Genomföra en beteendeanalys, där samtal och kompletterande formulär används för att också göra diagnostiska ställningstaganden.
- I bedömning skapa en helhetsbild av symtom, uppkomst, utveckling, vidmakthållande och konsekvenser samt eventuell påverkan av andra inre och yttre kontextuella faktorer.
- Göra en beteendeanalys baserad på funktionella analyser av individens beteende.



Psykologpartners grundläggande psykoterapiutbildning

Kursplan

Kurs B Samtalsmetod och bemötande (motsvarande 5 hp)

Efter genomgången kurs skall studenten kunna:

Kunskaper

- Ha grundläggande kännedom om hur livsförhållanden, genus och etnicitet inverkar på den psykiska hälsan och kunna omsätta detta, i de fall det är befogat, i en bedömning.
- Ha kunskap om generella behandlarfärdigheter i klientarbetet såsom att hålla struktur, praktisera empatiskt förhållningssätt och förmågan att inta klientperspektiv.
- Ha kunskap om goda samtalsfärdigheter såsom aktivt lyssnande och anpassning av kommunikationen till den nivå som efterfrågas baserat på personens förståelse och frågor.
- Ha kännedom om färdigheterna att för klient presentera en behandlingsrationall och förklara behandlingsprinciper samt centrala begrepp inom KBT.
- Ha kännedom om hur hantera hemuppgifter och återkoppling på dessa i det terapeutiska arbetet.

Färdigheter

- Använda agenda för att strukturera ett samtal.
- Uppvisa aktiva samtalsfärdigheter (validering, fokuserande frågor, reflektioner, sammanfattningar).
- Genomföra psykoedukation anpassad till individens situation och förmåga.

Kurs C Metod och teori inom KBT (motsvarande 24 hp)

Efter genomgången kurs skall studenten kunna:

Kunskaper

- Visa grundläggande kännedom om kognitiva och beteendeterapeutiska teorier och deras vetenskapliga och historiska bakgrund.
- Ha kunskap om och förståelse för centrala evidensbaserade modeller och principer inom det kognitiva och beteendeterapeutiska paraplyet, med specifikt fokus på de som grundar sig på beteendeteori samt kunna jämföra dessa avseende likheter och skillnader.
- Ha kunskap om centrala tekniker i KBT.
- Ha kännedom om anpassningar av KBT efter exempelvis ålder eller funktionshinder.
- Ha kännedom om hur KBT kan tillämpas i andra former än individualterapi.
- Ha kännedom om farmakologiska strategier vid psykisk ohälsa samt hur dessa påverkar psykoterapeutisk behandling.

Färdigheter

- Kunna redogöra för och reflektera kring val, planering genomförande och uppföljning av centrala tekniker i KBT.

Psyologpartners grundläggande psykoterapiutbildning

Kursplan

Kurs D Psykoterapi under handledning (motsvarande 9 hp)

Efter genomgången kurs skall studenten kunna:

Kunskaper

- Ha kunskap om viktiga källor och resurser för behandlingsrekommendationer och behandlingsmaterial.
- Kunna utvärdera behandling och följa upp behandlingsmål och mätningar utifrån relevanta och etablerade mått.

Färdigheter

- Ta till sig handledning och aktivt nyttja handledningssituationen för att utveckla behandling och egna färdigheter.
- Uppvisa generella behandlarfärdigheter i klientarbetet såsom att hålla struktur, praktisera empatiskt förhållningssätt och förmågan att inta klientperspektiv.
- Uppvisa och tillämpa goda samtalsfärdigheter såsom aktivt lyssnande och anpassning av kommunikationen till den nivå som efterfrågas baserat på personens förståelse och frågor.
- I behandling använda relationsfärdigheter för att skapa och upprätthålla en fungerande samarbetsrelation med klienten.
- Genomföra inledande utredning och analys av klientens besvär samt sammanfatta detta i beteendeanalys.
- Med stöd av handledning välja, och utifrån olika modeller samt evidensbaserad praktik inom KBT, tillämpa och anpassa KBT-behandling till en patients problem.
- För klient kunna presentera behandlingsrationale och på ett begripligt sätt kunna förklara behandlingsprinciper samt centrala begrepp inom KBT, samt hantera hemuppgifter och återkoppling på dessa i det terapeutiska arbetet.
- Visa färdigheter avseende centrala tekniker i KBT.
- På grundläggande nivå kunna knyta ihop relevant teori och praktik, både muntligt i handledning men också skriftligt i fallsammanfattning.
- Uppvisa ett professionellt förhållningssätt avseende hantering och tillämpning av sekretess, tillbörlig etik och juridik, samt dokumentation av bedömning och behandling.
- Ha kännedom om personlig förmåga till ett fungerande psykoterapeutiskt arbete baserat på egen kompetens.

Psyologpartners grundläggande psykoterapiutbildning

Kursplan

Kurs E Utvärdering och forskning inom psykoterapi (motsvarande 3 hp)

Efter genomgången kurs ska studenterna kunna:

Kunskaper

- Redogöra för centrala vetenskapsteoretiska perspektiv inom psykoterapeutisk verksamhet och forskning.
- Översiktligt kunna redogöra för centrala kvalitativa och kvantitativa metoder inom psykoterapiforskningen.
- Med stöd av litteraturen kunna redogöra för resultat från psykoterapiforskning rörande centrala ohälsotillstånd.
- Vara bekant med och visa grundläggande förståelse för evidensbaserad av olika terapeutiska behandlingsmetoder.

Färdigheter

- På grundläggande nivå kunna förstå vetenskaplig rapportering från psykoterapifältet.
- Genomföra enklare utvärderingar av egen psykoterapeutisk verksamhet.
- Att självständigt kunna göra litteratursök och granska vetenskaplig artikel inom fältet psykoterapiforskning/psykologisk behandling.
- Med stöd av litteraturen kunna sammanställa, värdera och resonera kring centrala frågor som rör evidensbaserad kunskapssyn, empiriskt validerad behandling och evidensläget för psykoterapi vid centrala ohälsotillstånd.
- Identifiera och resonera kring etiska frågeställningar som väcks inom psykoterapiforskning och applicera tillämpliga regler och riktlinjer på dessa.

Kurs F Självkännedom & professionell utveckling (motsvarande 3 hp)

Efter genomgången kurs ska studenterna kunna:

Kunskaper

- Uppmärksamma och resonera kring, relationen mellan yrkesroll, praktik och privatliv samt egna livsförhållandens inverkan på klientrelation och förmåga till analys och samspel.
- Ha kunskaper om sin yrkesmässiga stresstålighet och hållbarhet.
- Kunna reflektera kring upplevelsen av att vara i en klientroll och av att själv arbeta med KBT relaterade psykoterapeutiska metoder.

Färdigheter

- Ha förståelse för hur den egna inlärningshistorien påverkar den yrkesmässiga utvecklingen och utövningen samt uppvisa förmåga att bedöma denna.
- Ha förmågan att, utifrån sin kunskap kring relation mellan yrkesroll, praktik och privatliv, kunna fatta beslut gällande yrkespraktik i enlighet med rådande etik.



Psykiologpartners grundläggande psykoterapiutbildning Kursplan

Kursplanen fastställd augusti 2022

Kursledningen för Psykiologpartners grundläggande psykoterapiutbildning:

Jenny Evertsson Wallin, leg psykolog, leg psykoterapeut, handledare och lärare i psykoterapi
Johanna Morén, leg psykolog, leg psykoterapeut, handledare och lärare i psykoterapi
Julia Ridal, leg psykolog, leg psykoterapeut, handledare och lärare i psykoterapi
Celia Young, leg psykolog, leg psykoterapeut, handledare och lärare i psykoterapi
Cecilia Engblom Rosengren, leg psykolog, leg psykoterapeut

Examinatorer för Psykiologpartners grundläggande psykoterapiutbildning:

Per Carlbring

professor i klinisk psykologi, leg psykolog, leg psykoterapeut, specialist i klinisk
psykologi, Stockholms universitet

Victoria Blom

docent i psykologi, leg psykolog, prefekt Institutionen för Fysisk aktivitet och
hälsa, GIH