Kursplan för Grundläggande psykoterapiutbildning (steg -1) i Kognitiva och beteendeinriktade terapier, KBT

Utbildningen motsvarar 45 högskolepoäng (hp)

Utbildningens omfattning

Utbildningen sträcker sig över tre terminer och följer den av UHÄ 1978 fastställda studieplanen för grundläggande psykoterapiutbildning (motsvarande 45 högskolepoäng). Utbildningen är sammanhållen och upplagd som en deltidsutbildning med en undervisningsdag per vecka, där både teori och handledning ingår. Det rör sig om en och samma veckodag, måndagar. Teoridelens föreläsningar och seminarier samt handledningen är förlagda över utbildningens tre terminer. Handledningens omfattning är 120 timmar grupphandledning i grupper om 3-4 studenter. Handledningen genomförs enbart på videoinspelade terapier.

Behörighet

För att betraktas som behörig att gå utbildningen måste villkoren för såväl grundläggande som särskild behörighet vara uppfyllda (i enlighet med Universitetskanslersämbetets riktlinjer, läs mer på www.uhr.se).

Grundläggande behörighet har den som:
a)genomgått fullständig minst tvåårig utbildning i gymnasieskolan (eller annan likvärdig utbildning) och som har godkända kunskaper i svenska och engelska motsvarande slutförd lärokurs om minst två årskurser på någon linje i gymnasieskolan, eller b) Fyllt 25 år, varit verksam i fyra år och har godkända gymnasiekunskaper i svenska och engelska.

Kraven på särskild behörighet är:
a)Anställning i människovårdande arbete. Exempel på yrkesgrupper som kan komma i fråga är arbetsterapeuter, sjukgymnaster, logopeder, läkare, psykologer, sjuksköterskor, skötare och socionomer eller motsvarande.
b)Att den sökande under utbildningstiden kommer att ha arbetsuppgifter med inslag av psykoterapi som kan utgöra underlag för meningsfull handledning.

Deltagarantal

Antalet platser är begränsat till 24 studenter. Vi förbehåller oss rätten att ställa in utbildningen om deltagarantalet blir färre än 8.

Utbildningens målsättning

Utbildningen syftar till att i enlighet med riktlinjerna för Grundutbildning i KBT enligt Svenska Föreningen för Kognitiva och Beteendeinriktade Terapier, sfKBT, samt i enlighet med de krav som ställs av Socialstyrelsen för att tillgodoräknas inom ramen för specialistutbildningen i psykiatri för läkare (SOFSF 2015:8) ge en grundläggande bred och omfattande kunskap om kognitiva och beteendeinriktade terapier, KBT, vad gäller teoretiska utgångs-punkter, konceptualisering samt beteendeanalys, bedömning och diagnostik, kliniska tillämpningsområden, psykoterapeutiska arbetsmetoder , farmakologisk och psykologisk kombinationsbehandling, uppföljning och utvärdering av behandling samt psykoterapiforskning. Utbildningen ger även en översikt över övriga evidensbaserade psykoterapeutiska och grundläggande psykologiska teorier och metoder. Under hela utbildningen och framför allt i samband med handledningsmomentet betonas vikten av reflekterande praktik och kommunikativ kompetens. Den studerande förväntas efter genomgången utbildning ha erhållit sådana grundläggande kunskaper och färdigheter som krävs för att under handledning arbeta med kognitiv beteendeterapi för vuxna såväl individuellt som i grupp.

Kunskap och förståelse
Efter genomgången kurs ska deltagaren kunna:

- Diskutera kring samt tillämpa grundläggande begrepp och evidensbaserade modeller inom kognitiva och beteendeinriktade terapier, framför allt inom ångest och depressionsdiagnoser
- Redovisa och diskutera fallkonceptualisering och beteendeanalys
- Relatera, på en grundläggande nivå, kognitiv och beteendeterapeutisk teori till psykologisk vetenskap
- Redovisa övergripande kunskap om informations- och inlärningspsykologiska funktioner samt neuropsykologiska förklaringsmodeller relaterade till normalpsykologi och psykopatologi
- Beskriva hur man på vetenskaplig grund kan utvärdera den egna arbetsinsatsen
- Redovisa grundläggande kunskap om områdets vetenskapliga grund samt grundläggande kunskap om sambandet mellan vetenskap och beprövad erfarenhet
- Uppvisa integrering av förvärvad kunskap inom respektive yrkesprofession och härvid även integrera överväganden av etiska dilemman och ansvarsfrågor

Färdigheter och förmåga
Efter genomgången kurs ska deltagaren:

- Kunna tillämpa teoretisk kunskap, framför allt inom ångest och depressionsdiagnoser, i det kliniska arbetet under handledning
- Kunna etablera en positiv arbetsrelation till en patient
- Under handledning på vetenskaplig grund kunna planera, genomföra och dokumentera kognitivt och beteendeterapeutiskt behandlingsarbete kopplat till den egna grundprofessionen

Värderingsförmåga och förhållningssätt
Efter genomgången kurs ska deltagaren:

- Kunna förhålla sig nyfiken och kritisk till olika terapeutiska teorier och till det aktuella forskningsläget
- Kunna granska sitt eget arbete utifrån vetenskap och beprövad erfarenhet
- Kunna inta en kritisk hållning till sitt eget arbete utifrån juridiska och etiska aspekter
- Med handledning kunna avgöra om en patient bör remitteras till annan kollega eller annan terapeutisk behandling
- Kunna reflektera över sitt behov av ytterligare kunskap och att fortlöpande utveckla sin kompetens och sin självkännedom

Översikt över ingående huvudmoment
Utbildningen omfattar följande kurser (motsvarande 45 högskolepoäng):

A. Psykiatrisk diagnostik, psykopatologi samt normalitetsperspektiv inom grundläggande psykologi, 12 hp
B. Psykoterapeutiska teorier och evidensbaserade metoder inom KBT, 20 hp
C. Psykoterapi under handledning (120 timmar i grupp), 9 hp
D. Forsknings- och utvärderingsmetoder, vetenskapsteori och psykoterapiforskning, 2 hp
E. Lagstiftning, etik och journalföring, 2 hp.

Utbildningen ges under tre terminer. De olika kurserna är fördelade över terminerna med i genomsnitt motsvarande 15 hp per termin. Undervisningen är obligatorisk, vilket innebär lägst 80 % närvaro, dels i teoridelen, dels i metodhandledningen. Vid behov tas kontakt med arbetsgivaren för återkoppling. All handledning sker på videoinspelade sessioner. Studenten och dennes verksamhet ansvarar för teknisk utrustning i samband med inspelning samt uppspelning av de videoinspelade sessionerna.

Undervisningen ges i form av föreläsningar, litteraturseminarier och gruppövningar, videodemonstrationer samt tillämpningsövningar av olika slag. I metodhandledning skattas studenterna med den kognitiva kompetensskattningsskalan CTS-R. Seminarierna och de praktiska tillämpningsmomenten kräver förutom obligatorisk närvaro ett aktivt deltagande och ansvarstagande från de studerande

Examination
Under utbildningen examineras studenten både skriftligt, i form av hemtentamen, och med muntliga redovisningar. Det handledda klientarbete bedöms av respektive handledare.
De betygs som sätts kommer att vara *Godkänd* eller *Underkänd*. Om studenten ej uppfyller kraven för att bli godkänd, kontaktas arbetsgivaren.

Litteratur: omfattar cirka 3000 sidor. En del av kurslitteraturen är på engelska. Kurslitteratur ingår ej i kursavgiften.

Utbildningsterapi (egenterapi)
Utbildningsterapi (egenterapi) är inget krav för att bli godkänd på utbildningen.
För att senare eventuellt kunna ansöka till psykoterapeutprogram (tidigare så kallad ’steg-2’) krävs på de flesta utbildningsorter att den sökande har, förutom grundläggande utbildning i psykoterapi, även egenterapi motsvarande cirka 50 timmar individualterapi, alternativt 120 timmar gruppterapi. Eventuella sådana krav behöver den studerande själv undersöka hos respektive utbildningsanordnare för legitimationsgrundande psykoterapeutprogram (steg-2). Eventuell utbildningsterapi ligger utanför kursavgiften och anordnas själv av studenten.

Kursledning

Rektor och examinator: Anna Ehnvall, leg läkare, specialist i psykiatri, leg psykoterapeut med kognitiv riktning, lärare och handledare i KBT, Docent vid institutionen för neurovetenskap och fysiologi, Sahlgrenska Akademin, Göteborgs universitet.

Studierektor: Lotta Scholander, leg psykolog, specialist i psykologiskbehandling /psykoterapi, leg psykoterapeut KBT, lärare och handledare KBT, verksam vid KBT Skeppsbron. Ordförande i Svenska föreningen för Kognitiva och Beteendeinriktade terapier, sfKBT

Information

Anna Ehnvall 0723-713331 anna@ehnvallkbtkompetens.se
www.ehnvallkbtkompetens.se

Lotta Scholander 073-6403845 lotta.scholander@davay.se
www.kbtskeppsbron.se