

KURSPLAN

Evidensbaserad psykoterapi 45 högskolepoäng B7008H

Evidence-based psychotherapy

Kursplan antagna: Vår 2023 Lp 3 - Tills vidare

**BESLUTSDATUM
2022-11-01**

Evidensbaserad psykoterapi 45 högskolepoäng B7008H

Evidence-based psychotherapy

Avancerad nivå, B7008H

Utbildningsnivå	Fördjupningskod	Betygsskala	Ämne	Ämnesgrupp (SCB)
Avancerad nivå		U G#	Psykologi	Psykologi

Behörighet

För tillträde till utbildningen krävs särskild behörighet för högskolestudier enligt följande;

- Yrkesutbildning i ett människovårdande yrke om minst 180 hp, inom psykologi, medicin, omvårdnad eller socialt arbete.
- Minst två års yrkeserfarenhet på heltid efter examen i det behörighetsgivande yrket som innefattar arbete med klienter/patienter.
- Svenska 3 och Engelska 6 med lägst betyget godkänd/E eller motsvarande.
- Pågående yrkesutövande där psykologisk behandling, vilket inkluderar psykosociala insatser och psykosocial behandling, ingår (ex. öppenvård, psykiatri, primärvård, äldrevård, somatisk vård, socialtjänst, eller annat).

Urval

Urval X Prio ordning: 1. Anställda i Region Norrbotten. 2. Anställda i kommuner i Norrbottens län. 3. Anställda i annan större verksamhet, tex kyrkan i Norrbotten. 4. Anställda i Region Västerbotten/andra regioner. 5. Andra kommuner/annan större verksamhet. 6. Enskilda aktörer med AB eller handelsbolag.

Vid fler ansökningar än antalet platser kommer lottning att ske inom varje grupp.

Examinator

Jessica Körning-Ljungberg

Mål/Förväntat studieresultat

Kunskap och förståelse

- Redogöra för centrala teorier och metoder inom evidensbaserade psykoterapi
- Beskriva och behärska grundläggande kompetenser och evidensbaserade behandlingsmanualer inom KBT
- Identifiera, redogöra för och skilja mellan vanliga psykopatologiska tillstånd
- Redogöra för uppkomst och vidmakthållande av psykopatologiska tillstånd med förklaringsmodeller och teorier från ett KBT-perspektiv och andra evidensbaserade metoder
- Känna till betydelsen av den terapeutiska alliansen och dess utvecklingsförlopp
- Redogöra för kognitiv neurovetenskap relevant för psykoterapi
- Redogöra för grunderna i vetenskaplig metod vid psykologisk och terapeutisk forskning, inklusive metoder och problem i utvärderingsstudier
- Redogöra för etiska principer kopplade till det psykoteraeutiska arbetet, samt behärska regler och lagstiftning gällande behandling, journalföring och sekretess
- Reflektera kring hur det egna psykoteraeutiska arbetet kan utvärderas ur en vetenskaplig synvinkel
- Beskriva olika terapeutiska inriktningar
- Reflektera kring förutsättningar för att utjämna samhällsliga och strukturella ojämlikheter på psykologisk behandling.

Färdighet och förmåga

- Identifiera fiktiva patientens diagnos eller problembild och relevant behandling
- I fiktiva fall kunna analysera och konceptualisera denna behandling
- Följa kunskapsutvecklingen för evidensläget för psykoterapi
- Planera och genomföra ett mindre fördjupningsarbete med fokus på en psykoteraeutisk skolbildning med utgångspunkt från ett fiktivt eller ett eget patientarbete

Värderingsförmåga och förhållningssätt

- Visa förmåga att reflektera över sin roll i det terapeutiska arbetet och att bedöma när behandlingsarbetet kräver handledning
- Identifiera och reflektera över sitt behov av kompetensutveckling
- Visa förmåga att tillämpa ett professionellt och etiskt förhållningssätt i relation till patienter

Kursinnehåll

Kursen består av 9 delmoment.

Introduktion

Moment 1: Allmänna terapeutiska kompetenser (3 hp)

Moment 1 ges på termin 1. I den här introduktionen till terapeutisk verksamhet behandlas de färdigheter och förmågor som ligger till grunden för arbetet. Konceptet "terapeutisk allians" introduceras och förklaras, liksom det professionella förhållningssättet. Olika typer av samtalsmetodik, så som motiverande samtal och andra samtalsfärdigheter beskrivs, liksom journalskrivning.

Moment 2: Psykiatrisk diagnostik (1,5 hp)

Moment 2 ges på termin 1. Genomgång av Socialstyrelsens rekommendationer för diagnostiska system och instrument, skattningsskalor, samt DSM och ICD.

Moment 3: Kognitiv neurovetenskap (3 hp)

Moment 3 ges på termin 1. Genomgång av kognitiv neurovetenskap som är relevant för psykoterapi. Knyta an till diagnoser, KBT och behandling.

Moment 4: Evidensbaserad teori och metod I (7,5 hp)

Moment 4 ges på termin 1. Introduktion till kognitiva och inlärningspsykologiska teorier och metoder, vilket inkluderar bakgrundsmodeller, emotionspsykologi, neuropsykologi, och utvecklingsteoretiska modeller ur ett KBT-perspektiv och andra evidensbaserade metoder.

Kartläggning av diagnos/problembild och behandlingsmetoder grundade i KBT, arbete med fobier och tvångssyndrom, exponering, responsprevention och beteendeeperiment. Momentet innehåller fallbeskrivningar, rollspel, kognitiv och beteendeorienterad metodik. En fördjupning inom psykopatologi och diagnostik, utifrån ett KBT-perspektiv där vanligt förekommande tillstånd som till exempel depression, social ångest, och fobier tas upp.

Moment 5: Juridik och etik (1,5 hp)

Moment 5 ges på termin 2. Genomgång av lagstiftningen som gäller vid psykoanalytiskt arbete, samt diskussion av juridiska dilemman. Etiska principer att beakta i psykoterapi, och reflektion kring dessa.

Moment 6: Forskning och klinisk utvärdering (6 hp)

Moment 6 ges på termin 2. Momentet tar upp vetenskapsteori och dess grundläggande begrepp, det vetenskapliga förhållningssättet, samt behandlingsforskning för att studenterna ska kunna analysera och kritisera terapeutiska metoder utifrån ett vetenskapligt tankesätt. Genomgång av psykoanalytisk evidens och granskning av vetenskapliga artiklar.

Moment 7: Evidensbaserad teori och metod II (7,5 hp)

Moment 7 ges på termin 2. En fortsättning och fördjupning av psykologiska sjukdomstillstånd, så som tvångssyndrom, social ångest, generaliserat ångestsyndrom och paniksyndrom. Information kring övrig problematik i enbart informativt syfte, så som personlighetsyndrom, beroendeproblematik, ätstörningar, bipolaritet och post-traumatiskt stressyndrom.

Orientering i modeller och manualer som används för att förstå uppkomsten och vidmakthållandet av olika diagnoser, samt behandlande av dessa, ur ett KBT-perspektiv.

Moment 8: Andra evidensbaserade psykoterapiformer (7,5 hp)

Moment 8 ges på termin 3. Genomgång av andra evidensbaserade terapiformer såsom relationell och interpersonell psykoterapi. Psykodynamisk terapi behandlas, så som till exempel Intensive Short-Term Dynamic Psychotherapy (ISTDP). Momentet tar också upp affektfokuserad psykoterapi.

Tredje vågens KBT presenteras, med Acceptance and Commitment Therapy (ACT), mindfulness,

Moment 9: Kognitiv beteendeterapi III. (7,5 hp)

Moment 9 ges på termin 3. En fördjupning av psykoterapeutisk teori och metod vid samsjuklighet. Momentet innehåller ett fokus på transdiagnostiska processer och behandlingsmodeller samt grundläggande psykofarmakologi.

Momentet innehåller också ett individuellt fördjupningsarbete, där studenten väljer en valfri KBT-metod och manual att behandla i en avslutande rapport.

Genomförande

Kursens undervisningspråk samt undervisningsform anges för varje kurstillfälle och framgår av kurssidan på Luleå tekniska universitets hemsida.

Kursen vänder sig till yrkesverksamma där psykologisk behandling, vilket inkluderar psykosociala insatser och psykosocial behandling, ingår.

Evidensbaseradpsykoterapi ges i syfte att skapa en bred kunskap om psykoterapeutiska teorier och behandlingsmetoder som har ett vetenskapligt stöd. Kursen ger deltagaren möjligheten att tillägna sig en grundläggande kompetens i att bedriva psykoterapi under handledning förutsatt att kursdeltagaren, på egen hand, kompletterat med egen utbildningspsykoterapi och utbildningshandledning. Utbildningen kan även ses som en bas, vad gäller den teoretiska biten, för att söka till påbyggnadsutbildningen Psykoterapeutprogrammet (90hp) som ligger till grund för utfärdande av psykoterapeutlegitimation.

Kursen genomförs med stort eget ansvar och självständigt arbete på distans och sträcker sig över tre terminer. Teoridelen, som även utgör en viktig del i praktisk tillämpning, inkluderar självständiga studier samt föreläsningar, seminarier, workshops, och gruppövningar. En övervägande del av undervisningen sker via nätbaserad kommunikation, men teoretiska avsnitt, samt workshops kommer även ingå i de obligatoriska campusträffar som genomförs 3 per termin à 2 dagar. Kursen innefattar även kritiskt granskande och reflektionsuppgifter kring deltagarens lärande och utveckling.

Tidigt under utbildningen ges en introduktion till att söka vetenskapliga artiklar i ämnesspecifika databaser, samt att värdera och använda vetenskapligt material. Dessa färdigheter är av betydelse för studietiden och pågående yrkesliv.

Resor till campusträffar bekostas av köparen.

Övervägande del av undervisning ges på svenska, men delar av genomförandet av kursen kan komma att ges på engelska. Engelsk kurslitteratur ingår.

Examination

Om det finns beslut om särskilt pedagogiskt stöd, i enlighet med Riktlinjen Studentens rättigheter och skyldigheter vid Luleå tekniska universitet, finns möjlighet till anpassad eller alternativ examinationsform.

Kursen examineras genom skriftliga och muntliga uppgifter, vilka kommer att utföras både individuellt och i grupp. Vid obligatoriska campusträffar kommer examination ske genom delaktighet vid seminarier, workshops, och gruppövningar. Uppsamlingsseminarier och skriftliga kompletteringsuppgifter kommer att användas vid frånvaro från obligatoriska träffar.

Examinerande moment anges i schema. All undervisning har som syfte att ge stöd till i ditt lärande. Slutbetyg för kursen fastställs när samtliga examinationsuppgifter, obligatoriska moment är godkänd. Betygsskalan består av betygen Underkänd eller Godkänd.

Litteratur. Gäller från Vår 2023 Lp 3

Kurslitteratur

Artiklar och ytterligare litteratur kan tillkomma under kursens moment och utifrån lärarens anvisningar.

Allmänna terapeutiska kompetenser

Obligatorisk litteratur

Holmberg, J., & Stalby, M. (2012). Samtal som fungerar - om tillämpad beteendeanalys, motivation och förändring. Stockholm: Natur och kultur. 168 sidor. ISBN: 9789127119390

Kåver, A. (2016). KBT i utveckling. Stockholm: Natur & kultur. 382 sidor. ISBN: 9789127147447

Miller, R. W., Rollnick, S., (2013). Motiverande samtal : Att hjälpa människor till förändring. Natur Kultur Läromedel. 516 Sidor. ISBN: 9789127135390

Nyberg, L. (2002). Kognitiv Neurovetenskap- studier av sambandet mellan hjärnaktivitet och mentala processer. Lund: Studentlitteratur AB. 150 sidor. ISBN 9789144020211

Fördjupningslitteratur (ej obligatorisk)

Kåver, A. (2011). Allians – den terapeutiska relationen i KBT. Stockholm: Natur och kultur. 212 sidor ISBN 9789127131484

Rautalinko, E. (2019). Samtalsfärdigheter: stöd, vägledning och ledarskap. Stockholm: Liber, 171 sidor. ISBN 9789147128303

Stihl, M. (2018). Motiverande samtal i praktiken: Hjälpa människor till varaktig förändring. Helsingborg: Komlitt. 125 sidor. ISBN: 9789172511743

Psykiatrisk diagnostik

Obligatorisk litteratur

Herlofson, J. (2014). Minipsykiatri. Stockholm: Natur & Kultur. 277 sidor. ISBN: 9789127135796

Fördjupningslitteratur (ej obligatorisk)

American Psychiatric Association (2013). DSM-5 (Diagnostic and statistical manual of mental disorders), 5:e upplagan. Arlington: American Psychiatric Publishing. 300 sidor. ISBN: 9780890425558

Kognitiv neurovetenskap

Obligatorisk litteratur

Nyberg, L. (2002). Kognitiv Neurovetenskap- studier av sambandet mellan hjärnaktivitet och mentala processer. Lund: Studentlitteratur AB. 150 sidor. ISBN 9789144020211

Evidensbaserad teori och metod I - III

Obligatorisk litteratur

Eriksson, B. (2019). Konceptualisering i kognitiv beteendeterapi – Att begripliggöra människor i rummet och situationen samt utifrån deras personliga kontexter och bakgrundshistoria. Lund: Studentlitteratur. 304 sidor. ISBN: 9789144131689

Hofmann, S. G. (2019) Känslor och psykoterapi: Från forskning till behandling. Stockholm: Natur och kultur. 223 sidor. ISBN: 9789127822511

Kåver, A. (2014). Social ångest: att känna sig granskad och bortgjord. Stockholm: Natur och Kultur. 214 sidor. ISBN: 9789127135598

Linton, S. J., Bergbom, S., & Flink, I. (2013). Beteendeanalys steg för steg: grunden till en effektiv KBT-behandling. Stockholm: Natur & kultur. 216 sidor. ISBN: 9789127132146

Martell, C., Dimidjian, S., & Herman-Dunn, R. (2013). Beteendeaktivering vid depression: en handbok för terapeuter. Lund: Studentlitteratur. 234 sidor. ISBN: 9789144071022

Mørch, M. M., & Rosenberg, N. K. (2006). Kognitiv terapi: modeller och metoder. Malmö: Gleerups Utbildning AB. 376 sidor. ISBN: 9789140647610

Fördjupningslitteratur (ej obligatorisk)

Barkham, M., Lutz, W., & Castonguay, L. G. (2021). Bergin and Garfield's Handbook of Psychotherapy and Behavior Change, 7:e upplagan. 848 sidor. New Jersey: John Wiley Sons Inc. 848 sidor. ISBN: 9781119536581

Karterud, S., Wihlberg, T., & Urnes, Ö. (2014) Personlighetspsykiatri. Lund: Studentlitteratur. 573 sidor. ISBN: 9789144077024

Ramnerö, J., & Törneke, N. (2020). Beteendets ABC: en introduktion till behavioristisk psykoterapi. Lund: Studentlitteratur, 288 sidor. ISBN: 9789144136639

Linton, S. J., & Flink, I. (2021). 12 verktyg i KBT: från teori till färdighet, 2:a utgåvan. Stockholm: Natur & kultur. 327 sidor. ISBN: 9789127824546

Juridik och etik

Obligatorisk litteratur

Sverne Arvill, E., Hjelm, Å., Johnsson, L-Åk., & Sääf, C. (2020). Etik och juridik för psykologer och psykoterapeuter. Lund: Studentlitteratur. 453 sidor. ISBN: 9789144137759

Andra evidensbaserade psykoterapiformer

Obligatorisk litteratur

Bergsten, K. (red). (2015). Affektfokuserad psykodynamisk terapi. Teori, empiri och praktik. Natur och Kultur. 214 sidor. ISBN 9789127135581

Goodheart, C.D., Kazdin, A.E., & Sternberg, R.J. (2006). Evidence-based psychotherapy : where practice and research meet. Washington, DC : American Psychological Association, 295 sidor. ISBN:1591474035

Goldman, R. N., Vaz, A., & Rousmaniere, T. (2021). Deliberate Practice in Emotion- Focused Therapy. American Psychological Association.

Hayes, S. J., & Lillis, J. (2013) Acceptance and commitment therapy: ACT - en introduction. Lund: Studentlitteratur. 161 sidor. ISBN: 9789144088822

Forskning och klinisk utvärdering
Obligatorisk litteratur

Öst, L-G (2020). Att utvärdera psykoterapi och kritiskt granska psykoterapistudier. Stockholm: Natur och Kultur. 192 sidor. ISBN: 9789127829275

Kursgivare

Institutionen för hälsa, lärande och teknik

Kod	Benämning	Betygsskala	Hp	Tillstånd	Gäller från	Titel
0001	Allmänna terapeutiska kompetenser, muntlig presentation	U G#	1,5	Obligatorisk	V23	
0002	Allmänna terapeutiska kompetenser, rollspel	U G#	1,5	Obligatorisk	V23	
0003	Psykiatrisk diagnostik, skriftlig examination	U G#	1,5	Obligatorisk	V23	
0004	Kognitiv neurovetenskap, skriftlig examination	U G#	3	Obligatorisk	V23	
0005	Evidensbaserad teori och metod I, fallbeskrivning	U G#	1,5	Obligatorisk	V23	
0006	Evidensbaserad teori och metod I, rollspel	U G#	1,5	Obligatorisk	V23	
0007	Evidensbaserad teori och metod I, seminarium	U G#	1,5	Obligatorisk	V23	
0008	Evidensbaserad teori och metod I, skriftlig examination	U G#	3	Obligatorisk	V23	
0009	Juridik och etik, diskussionsuppgift	U G#	1,5	Obligatorisk	V23	
0010	Forskning och klinisk utvärdering, seminarium	U G#	2	Obligatorisk	V23	
0011	Forskning och klinisk utvärdering, muntlig presentation	U G#	2	Obligatorisk	V23	

Kod	Benämning	Betygsskala	Hp	Tillstånd	Gäller från	Titel
0012	Forskning och klinisk utvärdering, skriftlig rapport	U G#	2	Obligatorisk	V23	
0013	Evidensbaserad teori och metod II, fallbeskrivning	U G#	1,5	Obligatorisk	V23	
0014	Evidensbaserad teori och metod II, rollspel	U G#	1,5	Obligatorisk	V23	
0015	Evidensbaserad teori och metod II, seminarium	U G#	1,5	Obligatorisk	V23	
0016	Evidensbaserad teori och metod II, skriftlig examination	U G#	3	Obligatorisk	V23	
0017	Andra evidensbaserade psykoterapiformer, skriftlig rapport	U G#	2	Obligatorisk	V23	
0018	Andra evidensbaserade psykoterapiformer, seminarium	U G#	1,5	Obligatorisk	V23	
0019	Andra evidensbaserade psykoterapiformer, debatt	U G#	1	Obligatorisk	V23	
0020	Andra evidensbaserade psykoterapiformer, skriftlig examination	U G#	3	Obligatorisk	V23	
0021	Evidensbaserad teori och metod III, fallbeskrivning	U G#	1,5	Obligatorisk	V23	
0022	Evidensbaserad teori och metod III, rollspel	U G#	1,5	Obligatorisk	V23	
0023	Evidensbaserad teori och metod III, seminarium	U G#	1,5	Obligatorisk	V23	
0024	Evidensbaserad teori och metod III, rapport	U G#	3	Obligatorisk	V23	

Studiehandledning

Studiehandledning finns i lärplattformen Canvas före kursstart. Du som är ny student hittar all information du behöver på www.ltu.se/studentwebben/ny-student. Du som redan studerar vid Luleå tekniska universitet hittar information om kursstart via schema på studentwebben alternativt via kursrummet i lärplattformen. Du når lärplattformen via Mitt LTU.

Kursplanen fastställd

av Anna Öqvist, huvudansvarig utbildningsledare vid Institutionen för hälsa, lärande och teknik 2022-11-01