



LUNDS
UNIVERSITET

Samhällsvetenskapliga fakulteten

PTPN04, Psykoterapeutiska teorier och metoder , 30 högskolepoäng

Theories and Methods of Psychotherapy, 30 credits

Avancerad nivå / Second Cycle

Fastställande

Kursplanen är fastställd av Styrelsen vid institutionen för psykologi 2020-12-08 (STYR 2020/2165) och senast reviderad 2024-10-15 (2024/2694). Den reviderade kursplanen träder i kraft 2025-01-06 och gäller från och med vårterminen 2025.

Allmänna uppgifter

Kursen ges som obligatorisk kurs inom psykoterapeutprogrammet med inriktning på kognitiv beteendeariktad psykoterapi.

Undervisningsspråk: Svenska och Engelska
Undervisningsspråk är svenska och engelska.

Huvudområde Fördjupning

- AXX, Avancerad nivå, kursens fördjupning kan inte klassificeras

Kursens mål

Efter genomgången kurs ska studenten:

Kunskap och förståelse

- visa djupgående kunskap om psykoterapeutiska teorier och metoder inom området för kognitiv beteendeariktad psykoterapi.
- utförligt kunna redogöra för förhållningssätt och centrala behandlingsinterventioner och principer inom kognitiv beteendeariktad psykoterapi för olika typer av psykopatologi.
- visa fördjupad kunskap om de olika faser den kognitiv beteendeterapeutisk behandlingsprocessen indelas i.
- visa omfattande kunskap om faktorer som påverkar det terapeutiska samspelet i mötet med en klient/patient.

- kunna analysera och redogöra för likheter och skillnader mellan olika psykoterapeutiska inriktningar och om psykoterapeutisk integration

Färdighet och förmåga

- självständigt kunna planera och redogöra för interventioner gällande olika faser i terapin, inklusive inledningsfas, behandlingsfas och avslutningsfas.
- självständigt kunna planera och tillämpa olika terapeutiska förhållningssätt och interventioner, inkluderande kognitiva, beteendearterade och emotionsinriktade metoder.
- självständigt kunna tillämpa intervju- och samtalsmetoder som motiverande samtal (MI) och sokratisk metod.
- visa förmåga att ge psykoedukation om psykiatriska tillstånd och psykoterapi, samt anpassa metoden till olika åldersgrupper, såsom vuxna, barn, ungdomar och äldre.
- visa förmåga att självständigt använda kunskaper om kognitiv beteendeterapi i olika format, såsom internetterapi, gruppterapi och parterapi.
- visa förmåga att tillgodogöra sig innehållet i aktuell behandlingslitteratur samt vetenskapliga tidskriftsartiklar om psykoterapi och psykoterapiforskning.
- visa förmåga att tillämpa sin erfarenhet från utbildningsterapi i relation till rollen som behandlande psykoterapeut.

Värderingsförmåga och förhållningssätt

- visa förmåga att kritiskt reflektera över psykoterapeutisk behandling och psykopatologiska tillstånd med beaktande av genus, klass, etnicitet och etiska överväganden.
- visa förmåga att kritiskt reflektera över den psykoterapeutiska processen, terapeutrollen samt psykoterapeutens förhållningssätt och arbetsmetoder.
- visa förmåga att kritiskt värdera aktuell behandlingslitteratur kring olika tillstånd, och värdera dess relevans för psykoterapeutisk behandling, bedömning samt det terapeutiska förhållningssättet.
- kritiskt granska och värdera olika ställningstaganden i diskussionen kring vad som är verksamt vid psykoterapi utifrån ett vetenskapligt förhållningssätt.
- visa förmåga att, utifrån erfarenheter av utbildningsterapi och klientrollen, reflektera över terapeutens roll, förhållningssätt och metoder samt den psykoterapeutiska processen.
- kunna analysera och redogöra för likheter och skillnader mellan olika psykoterapeutiska inriktningar och om psykoterapeutisk integration.

Kursens innehåll

Målet med kursen är att på avancerad nivå ge en ingående kunskap i psykoterapeutiska teorier och metoder inom kognitiv beteendeterapi med särskilt betoning på psykoterapeutisk behandlingsteori och dess vetenskapliga grund. Den skall tillsammans med sex andra kurser inom psykoterapeutprogrammet, totalt 90 hp, leda fram till psykoterapeutexamen. Huvudfokus ligger på individuell kognitiv beteendeterapi, men även gruppterapi och parterapi, såväl som andra former av psykoterapi berörs.

Kursen innehåller fem delar fördelat på fyra terminer och löper under terminerna två till och med fem. Dessa är: Basfärdigheter inom kognitiv beteendeterapi (del 4:1, 7hp), Fördjupade behandlingsfärdigheter samt behandlingsmodeller vid ångest- och depressionstillstånd (del 4:2, 7hp), Komplex problematik och särskilda tillämpningar av

kognitiv beteendeterapi (del 4:3, 8hp), senare tiders utveckling inom kognitiv beteendeterapi (del 4:4, 6hp) samt utbildningsterapi (del 4:5, 2hp).

Kursen fokuserar på metoder och centrala teorier inom kognitiv beteendeterapi, både för specifika diagnoser och ur ett transdiagnostiskt perspektiv. Den behandlar kognitiv beteendeterapi såväl vid begränsade som mer komplexa problemställningar. Under de första fyra delarna undersöks och övas terapeutiska interventioner, terapeutiska förhållningssätt och intervju- och samtalsmetoder. Processer i den terapeutiska relationen analyseras och diskuteras i relation till det område delen berör. Under del 4:5, utbildningsterapi, vilket är ett obligatoriskt moment, genomgår studenten en egen terapi omfattande 50 timmar som syftar till fördjupad självkänedom och empatisk förmåga utifrån klientrollen. Minst 25 timmar måste vara i form av individuell kognitiv beteendeterapi varav minst 10 timmar ska genomföras under utbildningens gång och vara klara innan examinationen av del 4:5. För övriga timmar finns det särskilda riktlinjer i kursbeskrivningen.

Kunskaper inhämtade under kursen relateras till och utgör grunden för det handledda klientarbetet i kurs PTPN07, Psykoterapeutiskt arbete under handledning, och ger tillsammans med kurs PTPR02, Psykopatologi och diagnostik, den förståelse, kunskap och värderingsförmåga som krävs för att självständigt bedriva psykoterapeutisk behandling.

Kursens genomförande

Undervisningen i del 1-4 sker i form av föreläsningar, seminarier, gruppdiskussioner, tillämpningsövningar och i del 5 genom deltagande i utbildningsterapi. Seminarierna, gruppdiskussionerna och tillämpningsövningar kräver förutom obligatorisk närvaro ett aktivt deltagande från de studerande. Efter varje praktiskt moment och gruppaktiviteter ska studenten lämna in individuella skriftliga reflektioner om sitt eget lärande och deltagande.

Kursens examination

Examination av del 4:1 Basfärdigheter inom kognitiv beteendeterapi (7 högskolepoäng) sker genom fyra provmoment, där de första tre har formen av obligatoriska färdighetsseminarium (individuella färdighetsprov) inom ramen för deliberate practice, med därtill kopplade skriftliga inlämningsuppgifter som berör teorin bakom färdigheten (individuella skriftliga prov). Provmomenten är 4:1:1 (2 högskolepoäng), Grundläggande kognitiva och beteendeterapeutiska interventioner samt tekniker inom fallformulering och sokratisk metod, provmoment 4:1:2 (1 högskolepoäng), Exponeringsinterventioner samt provmoment 4:1:3 (1 högskolepoäng), Beteendeexperiment. Det fjärde provmomentet 4:1:4 (3 högskolepoäng) är ett individuellt skriftligt prov i där teori och metod diskuteras i relation till ångeststörningar och förstämningssyndrom.

Examination av del 4:2, Fördjupade behandlingsfärdigheter samt behandlingsmodeller vid ångest- och depressionstillstånd (7 högskolepoäng) omfattar två provmoment. Moment 4:2:1 (4 högskolepoäng) är en gruppredovisning där kunskaper inhämtade om behandling av komplex problematik uppvisas. Individuell kunskapskontroll sker genom följdfrågor från examinerande lärare samt ett skriftligt prov (rapport om det egna deltagandet och lärandet). Moment 4:2:2 (3 högskolepoäng) är ett skriftligt prov rörande terapeutiskt förhållningssätt i arbetet med komplexa fall.

Examination av del 4:3 Senare tiders utveckling inom kognitiv beteendeterapi (8 högskolepoäng) sker genom tre provmoment: moment 4:3:1 (1 högskolepoäng), som är ett individuellt skriftligt prov där studenten redogör för sin valda fördjupningslitteratur inom området avancerade behandlingsmetoder. Moment 4:3:2 (4 högskolepoäng), är en gruppexamination i form av redogörelse för ett kliniskt fall

hämtat från någon deltagares arbetsplats, i kombination med ett praktiskt färdighetsprov rörande mer avancerade behandlingsfärdigheter och metoder tillämpade på fallet. Därtill kommer ett individuellt skriftligt prov där studentens lärande och deltagande i gruppaktiviteten analyseras. Provmoment 4:3:3 (3 högskolepoäng) är ett individuellt skriftligt prov där den tidigare valda fördjupningslitteraturen kopplas till behandling och bedömning av komplexa fall.

Examination av del 4:4 (6 högskolepoäng) omfattar två provmoment, del 4:4:1 (3 högskolepoäng), vilket är ett individuellt färdighetsprov där studenten uppvisar en vald behandlingsmetod från senare tidens utveckling av kognitiv beteendeterapi, samt en individuell skriftlig rapport där val av metod och teknik kopplat till kliniskt patientfall belyses och analyseras. Provmoment 2 (3 högskolepoäng) är ett individuellt skriftligt prov med utgångspunkt i kurslitteratur och undervisning om senare tiders utveckling inom kognitiv beteendeterapi.

Del 4:5 utbildningsterapi (2 högskolepoäng) examineras genom obligatorisk närvaro utbildningsterapins samtliga timmar, vilken ska intygas skriftligen av den legitimerade psykoterapeut som bedrivit utbildningsterapin. Därutöver tillkommer obligatorisk närvaro på seminarium med reflektionsuppgifter och ett individuellt skriftligt prov om utbildningsterapin i relation till studentens roll som psykoterapeut.

På kursen erbjuds tre examinationstillfällen för varje provmoment, ett ordinarie prov, ett omprov i nära anslutning till kurstillfället, samt ett uppsamlingsprov inom ett år efter ordinarie prov och efter överenskommelse med examinator. Inom ett år efter kursen genomgått en större förändring eller upphört erbjuds ytterligare två omprov i enlighet med då gällande kursplan.

Ersättning eller alternativ tidpunkt för obligatoriskt moment erbjuds student som utan egen förskyllan, till exempel olycksfall, plötslig sjukdom eller liknande händelser, inte kunnat genomföra det obligatoriska momentet. Detta gäller också studenter som har missat undervisning på grund av ett förtroendeuppdrag som studentrepresentant.

Om så krävs för att en student med varaktig funktionsnedsättning ska ges ett likvärdigt examinationsalternativ jämfört med en student utan funktionsnedsättning, så kan examinator efter samråd med universitetets avdelning för pedagogiskt studentstöd fatta beslut om alternativ examinationsform för berörd student.

Betyg

Betygsskalan omfattar betygsgraderna: Underkänd, Godkänd
För godkänt betyg på respektive del av kursen krävs att alla prov/moment inom delen är godkända. För godkänt betyg på hela kursen att alla delar är godkända och att studenten uppfyller de lärandemål som angivits. Betyg för icke godkänt resultat betecknas med Underkänd.

Vid kursens start informeras studenten om kursplanens lärandemål samt om betygsskalan och dess tillämpning i kursen

Förkunskapskrav

Antagen till psykoterapeutprogrammet

Övrigt

Undervisningen kommer delvis att samordnas med utbildningarna i psykodynamisk psykoterapi och familjeterapi. Studenten svarar själv, och på egen bekostnad, för att utbildningsterapin blir fullgjord. Terapeuterna som anlitas ska vara legitimerade psykoterapeuter.