



LUNDS  
UNIVERSITET

Samhällsvetenskapliga fakulteten

Detta är en äldre version av kursplanen, giltig till och med vårterminen 2024

## 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 av Ledningsgruppen för psykoterapeutprogrammet 2021-04-27. Den reviderade kursplanen träder i kraft 2021-08-30 och gäller från och med höstterminen 2021.

### Allmänna uppgifter

Kursen ingår som obligatorisk kurs inom psykoterapeutprogrammet, utbildningen i kognitiv- beteendeorienterad psykoterapi under termin två samt fyra och fem.

Kursens syfte är att ge ingående kunskap i psykoterapeutiska teorier och metoder på avancerad nivå. Kursen skall tillsammans med 6 andra kurser inom psykoterapeutprogrammet, totalt 90 hp, leda fram till psykoterapeutexamen.

*Undervisningsspråk:*

Undervisningsspråk är svenska och engelska.

### Kursens mål

Efter genomgången kurs ska studenten

### Kunskap och förståelse

- uppvisa fördjupade kunskaper om psykoterapeutiska teorier, metoder, förhållningssätt och behandlingsprinciper inom området för kognitiv-beteendeorienterad psykoterapi samt hur dessa kan tillämpas i det psykoterapeutiska arbetet
- kunna ingående redogöra för förklaringsmodeller, förhållningssätt, och de bärande behandlingsinterventionerna vid olika typer av psykopatologi
- kunna ingående redogöra för olika faser i den kognitivt- beteendeterapeutiska processen
- uppvisa fördjupade kunskaper om det terapeutiska samspelet i mötet med en klient /patient

## **Färdighet och förmåga**

- självständigt kunna etablera en förtroendefull allians i den psykoterapeutiska relationen
- självständigt planera och implementera olika faser i terapin som inledningsfas, förändringsfas och avslutningsfas
- självständigt kunna planera och tillämpa olika typer av interventioner och förhållningssätt och genomföra sina interventioner på ett systematiskt sätt uppvisa färdighet att tillämpa intervju- och samtalsmetoder samt olika interventioner
- självständigt kunna tillämpa kognitiv-beteendeariktad psykoterapi vid olika svårigheter hos, i första hand, vuxna men i viss mån även hos barn- och ungdomar och hos äldre, samt kritiskt reflektera över och självständigt använda kunskaper om kognitiv-beteendeariktad gruppterapi, par- och familjeterapi
- visa förmåga att tillgodogöra sig innehållet i aktuell behandlingslitteratur och vetenskapliga tidskriftsartiklar om psykoterapi och psykoterapiforskning
- visa förmåga att självständigt reflektera över, samt 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
- kunna kritiskt värdera aktuell behandlingslitteratur kring olika syndrom, och värdera dess relevans för psykoterapeutisk behandling, bedömning samt det terapeutiska förhållningssättet
- visa förmåga att kritiskt granska och värdera olika ställningstaganden i diskussionen kring vad som är verksamt vid psykoterapi utifrån ett vetenskapligt förhållningssätt analysera och redogöra för likheter och skillnader mellan olika psykoterapeutiska inriktningar och om psykoterapeutisk integration
- visa förmåga att, utifrån erfarenheter av utbildningsterapin och klientrollen, reflektera över den psykoterapeutiska processen, terapeutrollen samt psykoterapeutens förhållningssätt och arbetsmetoder

## **Kursens innehåll**

Kursen syftar till att ge den blivande psykoterapeuten fördjupade kunskaper om psykoterapeutisk behandlingsteori och dess vetenskapliga förankring. Denna kunskap är en bas för det handledda klientarbetet under kurs 7 och de ger sammantaget med kurs 2, psykopatologi och diagnostik, den förståelse, kunskap och värderingsförmåga avseende psykoterapeutiska teorier och metoder som krävs för att självständigt kunna bedriva psykoterapeutiskt behandlingsarbete. Kursen innehåller genomgång av metoder och centrala teorier inom området för kognitiv-beteendeariktad psykoterapi gällande såväl långtids- som korttidspsykoterapi. Terapeutiska interventioner, terapeutiska förhållningssätt och intervju och samtalsmetoder studeras och tränas. Dessutom belyses skeenden i den terapeutiska relationen. I huvudsak betonas individuell psykoterapi, men gruppterapi samt par- och familjeterapi berörs också i viss mån. Vidare tas andra psykoterapiformer upp.

**Kursen är indelad i fem delkurser:**

Delkurs 4:1, basfärdigheter inom kognitiv beteendeterapi (9 hp), delkurs 4:2, fördjupade behandlingsfärdigheter samt behandling vid ångest och depressionstillstånd (6 hp), delkurs 4:3 särskilda tillämpningar av kognitiv beteendeterapi, samt komplex problematik (10 hp), delkurs 4:4, senare tiders utveckling inom kognitiv beteendeterapi (4 hp), och delkurs 4:5, utbildningsterapi (1 hp). Under delkurs 4:5, utbildningsterapi, genomgår den blivande psykoterapeuten en egen terapi som syftar till fördjupad självkännetdom och empatisk förmåga utifrån klientrollen. Utbildningsterapin omfattar 50 timmar. Minst 20 timmar därav måste vara inom den valda inriktningen (individuell kognitiv beteendeterapi). Den studerande svarar själv, och på egen bekostnad, för att utbildningsterapin blir fullgjord i enlighet med socialstyrelsens föreskrifter. Terapeuterna som anlitas ska vara legitimerade psykoterapeuter.

## **Kursens genomförande**

Undervisningen sker som föreläsningar, seminarier, gruppdiskussioner och tillämpningsövningar. Seminarierna, gruppdiskussionerna och tillämpningsövningar kräver förutom obligatorisk närvaro ett aktivt deltagande och ansvarstagande från de studerande.

## **Kursens examination**

Examination omfattar dels fullgörande av seminarie- och gruppdiskussionsuppgifter samt deltagande i tillämpningsövningar, dels individuella hemskrivningar.

I samband med delkurserna erbjuds två möjligheter till omexamination; en i nära anslutning till kurstillfället och en vid ett senare tillfälle i en uppsamlingsexamination. Därefter erbjuds studenten ytterligare provtillfällen men i enlighet med då gällande kursplan.

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 stöd fatta beslut om alternativ examinationsform för berörd student.

## **Betyg**

Betygsskalan omfattar betygsgraderna: Underkänd, Godkänd  
Vid bedömning används betyget Godkänd eller Underkänd.

## **Förkunskapskrav**

Antagen till psykoterapeutprogrammet