



## Utbildningsbeskrivning

Basutbildning i kognitiv och beteendearikad psykoterapi (KBT)  
Motsvarande i omfattning 45 högskolepoäng (hp)

### Övergripande beskrivning av utbildningen

#### 1. Omfattning

Denna basutbildning är en sammanhållen deltidsutbildning om sammanlagt 45 hp fördelat över tre terminer. Den innehåller minst 240 timmar teoretisk utbildning jämte patient/klientarbete under handledning.Handledningens omfattning ska vara minst 60 timmar vid individualhandledning alternativt 120 timmar vid grupphandledning.

#### 2. Övergripande mål

Efter avslutad utbildning ska den studerande ha:

- kunskaper, förmåga och förhållningssätt som fordras för att under handledning kunna bedriva KBT i sin ordinarie yrkesroll som exempelvis läkare, psykolog, arbetsterapeut, sjukgymnast, sjuksköterska eller socionom.
- behörighet att söka psykoterapeutprogrammet

#### *Kunskap och förståelse*

För godkänd utbildning och utbildningsbevis skall den studerande visa:

- fördjupade kunskaper om centrala teorier och modeller för beskrivning och förklaring av normala och psykopatologiska processer utifrån KBT-perspektiv
- kunskap om olika psykiska sjukdomstillstånd, psykiatrisk diagnostik och behandlingsmetoder, särskilt olika psykoterapiformer
- kunskap om områdets vetenskapliga grund, generellt och specifikt inklusive psykoterapiforskning, aktuellt forsknings- och utvecklingsarbete, sambandet mellan vetenskap och beprövad erfarenhet samt sambandets betydelse för yrkesutövningen
- kunskap om ett professionellt terapeutiskt förhållningssätt med speciellt beaktande av relevanta författningar, etiska överväganden och ansvarsfrågor i behandlingsarbetet
- kunskap om förhållanden i samhället som påverkar individers och grupper hälsa.

#### *Färdigheter och förmåga*

För godkänd utbildning och utbildningsbevis skall den studerande visa:

- sådana färdigheter som krävs för att under handledning och i samverkan med patienten genomföra kliniska bedömningar samt upprätthålla, genomföra och kritiskt utvärdera psykoterapeutiska behandlingsprogram i individualterapi
- förmåga att integrera teoretisk kunskap och klinisk tillämpning

- förmåga att under handledning bedriva KBT
- förmåga att muntligt och skriftligt redogöra för och diskutera åtgärder och behandlingsresultat med berörda parter samt i enlighet med relevanta författningar dokumentera dessa.
- förmåga till lagarbete och samverkan med andra yrkesgrupper
- förmåga att följa kunskapsutvecklingen inom psykoterapiområdet.

#### *Värderingsförmåga och förhållningssätt*

För godkänd utbildning och utbildningsbevis skall den studerande visa:

- förmåga till ett professionellt förhållningssätt gentemot patienter och deras närstående
- förmåga att med helhetssyn på människan göra åtgärdsbedömningar utifrån relevanta vetenskapliga, samhälleliga och etiska aspekter, med särskilt beaktande av de mänskliga rättigheterna
- förmåga att identifiera sitt behov av ytterligare kunskap samt fortlöpande utveckla sin kompetens
- förmåga att fortlöpande utveckla självkännet och empatisk förmåga.

### **3. Innehåll**

Utbildningen omfattar följande kurser:

- A. Teorier och metoder om kognitioner, emotioner, beteenden och system ur ett allmänt normalitetsperspektiv, 12 hp
- B. Teorier och metoder för analys/diagnostik och behandling av enskilda patienter ur psykologiskt och psykiatriskt patologiskt perspektiv, 20 hp
- C. Psykoterapi under handledning, 9 hp
- D. Forsknings- och utvärderingsmetoder, vetenskapsteori och psykoterapiforskning, 1 hp
- E. Lagstiftning, etik och journalföring, 3 hp.

### **4. Uppläggning**

Utbildningen ges under tre terminer. De olika kurserna sprids över terminerna med i genomsnitt 15 hp per termin. Viss förskjutning kan uppstå. Samtliga kurser i utbildningen är obligatoriska.

### **5. Undervisning och pedagogisk inriktning**

Undervisningen ges i form av föreläsningar, litteraturseminarier och gruppövningar, videodemonstrationer, dels inspelade i undervisningssyfte, dels upptagningar av elevernas egna patientsessioner, samt tillämpningsövningar av olika slag. I metodhandledning skattar studenterna sina patienter/klienter med kognitiva skattningsskalor i samband med varje patientbesök.

Undervisningen är obligatorisk, vilket innebär lägst 80 % närvaro, dels teoridelen, dels i metodhandledningen. Vid behov tas kontakt med arbetsgivaren för återkoppling. I metodhandledningen demonstrerar de studerande inspelade filmer av patient/klientsamtal lägst 60 % av handledningstillfällena.

Integreringen av de teoretiska momenten med praktisk tillämpning betonas starkt under hela utbildningen. Seminarierna och de praktiska tillämpningsmomenten kräver förutom obligatorisk närvaro ett aktivt deltagande och ansvarstagande från de studerande.

De studerande uppmuntras till aktivt och självständigt kunskapsinhämtande, kritisk granskning och reflektion. Av de studerande krävs en hög grad av egenaktivitet, vilket bland annat förutsätter att de aktivt deltar i grupparbeten och gruppredovisningar samt fortlöpande läser kursmaterial, artiklar och litteratur inför seminarier och föreläsningar.

## 6. Examination

Examination omfattar olika former av kunskaps- och färdighetsprov, vilka anpassas till det som bäst passar de olika kursernas syften. Det handlar om olika former för fullgörande av arbetsuppgifter, teoriseminarier (kräver 100 % närvaro), individuella hemtentamina och inlämningsuppgifter. Dessutom tillämpas olika former av färdighetsprov på de praktiska momenten. Som betyg används något av uttrycken *Godkänd* eller *Icke godkänd*. Om studenten ej uppfyller kraven för att bli godkänd, kontaktas arbetsgivaren.

## 7. Behörighet

För behörighet till utbildningen krävs att villkor för såväl grundläggande som särskild behörighet är uppfyllda.

Grundläggande behörighet har den som:

- genomgått treårig utbildning i gymnasieskolan (eller likvärdig utbildning) och har kunskaper i svenska och engelska som motsvarar slutförd lärokurs

*eller*

- har fyllt 25 år, varit yrkesverksam i minst fyra år och har kunskaper i svenska och engelska som motsvarar slutförd lärokurs om minst två årskurser på någon linje i gymnasieskolan.

Särskild behörighet har den som:

- har utbildning och anställning inom ett människovårdande yrke. Exempel på yrkesgrupper som kan komma ifråga är arbetsterapeuter, läkare, psykologer, sjukgymnaster, sjuksköterskor och socionomer

*och*

- under utbildningstiden har arbetsuppgifter som innebär kontinuerliga patient/klient-kontakter med inslag av psykoterapi som kan utgöra underlag för meningsfull handledning, vilket ska kunna verifieras med intyg från arbetsgivaren.

I ansökningsförfarandet tillämpar vi vanligen intervjuer med de sökande.

## 8. Examensbenämning

Till utbildningsbevis skall knytas examensbenämningen ”*Basutbildning i kognitiv och beteendearbetad psykoterapi, KBT*”. På utbildningsbeviset skall följande engelska översättning av examensbenämningen införas: ”*Undergraduate Diploma in cognitive behavioural psychotherapy, CBT*”.

## 9. Urval av sökande

Beslutet om antagning ska fattas av utbildningsansvariga. Vid rangordning av de sökande används följande meriter:

- yrkeserfarenhet med tydliga inslag av behandlingsarbete
- inslag av kurser i psykologi, beteendevetenskap och psykiatri i den sökandes yrkesutbildning motsvarande minst 10 hp
- kurser eller vidareutbildning av relevans för psykoterapiämnet efter avslutad yrkesutbildning om minst 5 hp. Fördelar ökar med ökat poängtal.
- kompetens i engelska utöver gymnasiekompetens
- orienteringskurs i KBT.

Förutom att ta hänsyn till dessa kriterier kan utbildningsansvariga göra en helhetsbedömning där bedömning av personlig lämplighet och motiv för att genomgå utbildningen tas med i beräkningen.

Om två eller flera sökande bedöms lika med hänsyn till meriter går platsen till sökande av underrepresenterat kön. Kan inte heller det skilja de sökande tillgrips lottning under kontroll av utomstående bedömare.

## 10. Utbildningsterapi (egenterapi)

Förutom att fullfölja ovanstående kurser rekommenderas att den studerande genomgår egenterapi hos legitimerad psykoterapeut med KBT-inriktning. Egenterapi är dock inget krav för att bli godkänd på utbildningen. Omfattningen skall motsvara 50 tim individualterapi, alternativt 120 timmar gruppterapi. Den studerande kan själv välja att genomgå hela sin egenterapi som antingen individualterapi eller gruppterapi eller välja att fördela den på båda terapiformerna. Den studerande svarar själv, och på egen bekostnad, för att egenterapin blir fullgjord.