



Stockholms
universitet

Anvisningar KBT i teori och tillämpning, T7 (10 hp)

Kursens placering inom utbildningen

Delkursen KBT i teori och tillämpning (PSPR23-K1, 10 hp) ingår i kurs 23 Psykoterapi och psykologisk behandling 2 – kognitiv beteendeterapi (15 hp) tillsammans med delkurserna Handlett klientarbete (4,5 hp) och Egenterapi (0,5 hp). Kurs 23 ges på Psykologprogrammets termin 7 och är på avancerad nivå, härvarande delkurs ges för studenter som valt KBT som psykoterapeutisk metodinriktning. Delkursen Handlett klientarbete (se separat anvisning) startar i mitten av terminen och går därefter parallellt med Teori och Tillämpning. Kursbetyg utgörs av betyget på delkurs Teori och tillämpning givet att delkurs handlett klientarbete och egen psykoterapi är godkända.

Tillträdeskrav och förkunskaper

För tillträde till kursen ska den studerande ha uppnått godkända resultat på samtliga kurser på termin 1-6, samt fullgjort alla tidigare obligatoriska inslag på programmet. Den studerande rekommenderas att uppdatera sig avseende kunskaper om DSM-5, ångeststörningar, kognitiv beteendeterapi och forskningsmetodik från tidigare kurser på psykologprogrammet för att bäst tillgodogöra sig innehållet i kursen.

Syfte och innehåll

I delkursen KBT i teori- och tillämpning ligger fokus på teori, fallformulering och evidensbaserad psykologisk praktik vid ångestproblematik. Ett kursavsnitt är gemensamt med inriktningen för Psykodynamisk terapi och ägnas åt orientering inom psykoterapiforskning och klinisk forskningsmetod (se separat anvisning).

Lärandemål

Förväntade studieresultat för hela kurs 23 redovisas i kursplanen. För härvarande delkurs gäller nedan lärandemål:

Efter avslutad delkurs skall den studerande kunna:

Kunskap och förståelse:

- i. redogöra för och i ett kliniskt sammanhang applicera centrala begrepp och grundläggande teorier inom (respektive terapiinriktning) kognitiv beteendeterapi.
- ii. samla in relevant diagnostisk information och utifrån denna formulera en fallkonceptualisering och plan för behandling, som tar hänsyn till individens karakteristika, dennes preferenser och kultur.
- iii. redogöra för centrala begrepp i psykoterapiforskning vad gäller processer och utfall, samt resultatet av sådan forskning.

Färdigheter och förmåga

- iv. tillämpa generiska terapeutiska färdigheter
- v. tillämpa grundläggande behandlingsmetoder inom (vald teoretisk inriktning) kognitiv beteendeterapi.

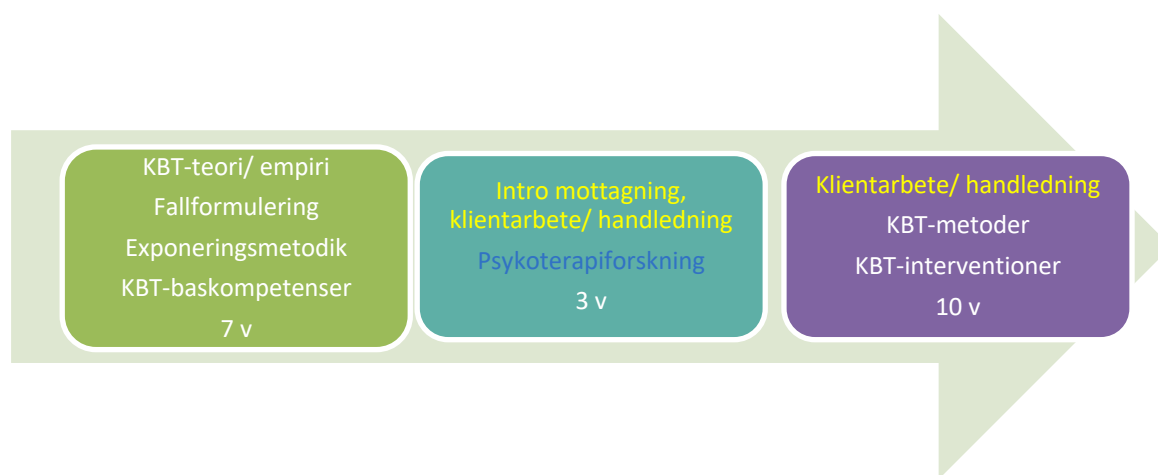
Värderingar och förhållningssätt

- vi. etiska överväganden och hänsyn till klientens karakteristika, dennes preferenser och kultur.

Lärandeaktiviteter

Kursen innehåller olika slags lärandeformer: föreläsningar, seminarier och studiegrupper med inlämningsuppgifter, lärarledda workshops med videodemonstrationer och rollspel. I schemat anges undervisningsformerna. Förutom nämnda lärandeaktiviteter kommer lämpliga studentaktiviteter att användas såsom: flipped classroom som är en form av blandat lärande (webbföreläsningar, föreläsningar och diskussioner i små grupper, case-metodik, rollspel och gruppdiskussioner genom studiegrupper).

Under 3 veckor i mitten på terminen ägnas undervisningstiden åt psykoterapiforskning och klinisk forskningsmetodik tillsammans med PDT-inriktningen. Parallellt med detta påbörjas delkursen Handledd psykoterapi och arbetet på Psykoterapimottagningen.



Examination och krav för godkänt

Kursen examineras löpande med skriftliga inlämningsuppgifter, en praktisk examination (rollspel) och med obligatoriskt deltagande i seminarier samt med salstenta vid kursavslut. Frånvaro från obligatorisk undervisning om max 20% kan kompenseras inom ramen för terminen, kursansvarig beslutar om form för kompensation i det enskilda fallet. Allt kursinnehåll, såväl litteratur som undervisning, kan komma att examineras hemtentan.

Mål	Operationalisering	Examination*	Skala
i, ii	Kartlägga och analysera ångestproblematik utifrån KBT-teori	Grupparbete med skriftliga inlämningsuppgifter och seminarierapportering	U, G
iii	Uppvisa färdighet i exponeringsmetodik (OST) samt att ge rational för denna	Rollspelsexamination	U, G
iii	Uppvisa basfärdigheter i KBT	Obligatorisk närvaro och deltagande i workshops	% närvaro
iv	Centrala begrepp och metoder i psykoterapiforskning samt resultatet av sådan forskning	Obligatorisk närvaro och genomförande av uppgifter vid undervisning i klinisk forskningsmetodik	% närvaro
i, iii	Grundläggande teorier och begrepp i KBT samt dess tillämpning vid ångestsyndrom Planera KBT-behandling	Tentamen	Poäng
iii	Planera KBT-behandling	Hemtentamen	Poäng

* Deltaljerade anvisningar kring examinationsuppgifter ges i lärplattformen Athena

Som betyg för delkursen Teori och tillämpning används den sjugradiga betygsskalan A till F. Betyget består av omräkning av poäng från salstenta enligt följande:

A	Utmärkt	≥ 90 av s:a maxpoäng
B	Mycket bra	80-89 av s:a maxpoäng
C	Bra	70-79 av s:a maxpoäng
D	Tillfredsställande	60-69 av s:a maxpoäng
E*	Tillräckligt	51-59 av s:a maxpoäng
F	Helt otillräckligt	< 49 av s:a maxpoäng

*för att erhålla betyget E (godkänt) och över ska studenten ha godkänt på samtliga examinerande moment samt deltagit i undervisningspass med närvarokrav enligt ovan.

Omexamination

Ej godkända examinerande moment omexamineras i samband med schemalagd omtentamen eller i samband med följande kursomgång.

Plagiat, fusk och otillåtet samarbete

Som en del i ditt ansvar som student ingår att känna till de regler som finns för examination. Utförlig information finns både på institutionens och Stockholms universitets hemsida www.su.se/regelboken. Lärare är skyldiga att anmäla misstanke om fusk och plagiat till rektor och disciplinnämnden. Plagiat och fusk blir alltid ett disciplinärende och kan leda till avstängning. Ett exempel på plagiat är att ordagrant eller nästan ordagrant skriva av en text (gäller även enstaka meningar) och inte ange varifrån detta kommer. Detta gäller även texter du själv skrivit tidigare (självplagiat). Till fusk räknas till exempel att ha med otillåtna hjälpmedel, som mobil, på prov. Att ha studiegrupper tillsammans är utvecklande och tidsbesparande, men när det kommer till examinationsuppgifter måste du vara noggrann med att arbeta själv (om inte annat tydligt anges) för att inte riskera att det ska räknas som otillåtet samarbete.

Obligatorisk litteratur

- Barlow, D. H. (Ed.) (2014). *Clinical handbook of psychological disorders: A step-by-step treatment manual*. Guilford publications. Kap 1, 3-4 + 6 (kursboken används även på termin 8-9)
- Tolin, D. (2016) *Doing CBT – A comprehensive guide to working with behaviors, thoughts and emotions*. Guilford publ. Kap. 1-12, 18-19 + 21 (kursboken används även på termin 8-9)
- Öst, L-G. *Manual för en-sessionsbehandling*. Manual. (Tillhandahålls vid kursintroduktion)
- Linton, S.J. & Flink, I. (2021) *12 verktyg i KBT. Från teori till färdigheter*, Upplaga 2. Natur och Kultur, Stockholm. 327 sid.
- Lundh, L-G. (1998) Becks kognitiva personlighetsteori. (Kompendium, pdf.) Stockholms universitet.
- Rouf et al (2004) Chap 2. Devising effective behavioral experiments. *Oxford guide to behavioral experiments in Cognitive Therapy*. Ed. Bennet-Levy et al. Oxford University Press. (Tillhandahålls vid kursintroduktion).

Artiklar och webbplatser

- Craske, M., Stein, M., Eley, T. et al. Anxiety disorders. *Nat Rev Dis Primers* **3**, 17024 (2017). <https://doi.org/10.1038/nrdp.2017.24>
- Craske, M., Treanor, M., Conway, C., Zbozinek, T., Vervliet, B. (2014) Maximizing exposure therapy: An inhibitory learning approach. *Behaviour Research and Therapy* (58) pp. 10-23.
- Eaton, W., Bienvenu, J. & Miloyan, B. (2018) Specific phobias. Review. *Lancet Psychiatry* (5) pp. 678–86.

- Kemp, J., Blakey, S., Wolitzky-Taylor, K., Sy, J. & Deacon, B. (2019) *The effects of safety behavior availability versus utilization on inhibitory learning during exposure*. *Cognitive Behavior Therapy* (48) pp. 517-528.
- American Psychological Association (2017). *Multicultural Guidelines: An Ecological Approach to Context, Identity, and Intersectionality*. Retrieved from: <http://www.apa.org/about/policy/multicultural-guidelines.pdf>; <https://www.div12.org/psychological-treatments/>
- Hays, P. (2009) Integrating evidence-based practice, cognitive-behavior therapy and multicultural therapy: Ten steps for culturally competent practice. *Professional Psychology: Research and Practice*. Vol. 40 (4). pp. 354-360.
- Waller, G. & Turner, H. (2016) Therapist drift redux: Why well-meaning clinicians fail to deliver evidence-based therapy, and how to get back on track. *Behaviour Research and Therapy* (77) pp.129-137.

Artiklar klinisk forskningsmetod

- APA Presidential Task Force on Evidence-Based Practice. (2006). Evidence-based practice in psychology. *The American Psychologist*, 61(4), 271.
- Freedland, K. E., et al., & National Institutes of Health Office of Behavioral and Social Sciences Research Expert Panel on Comparator Selection in Behavioral and Social Science Clinical Trials (2019). The selection of comparators for randomized controlled trials of health-related behavioral interventions: recommendations of an NIH expert panel. *Journal of clinical epidemiology*, 110, 74–81.
- Kazdin A. E. (2019). Single-case experimental designs. Evaluating interventions in research and clinical practice. *Behaviour research and therapy*, 117, 3–17.
- Kazdin A. E. (2017). Addressing the treatment gap: A key challenge for extending evidence-based psychosocial interventions. *Behaviour research and therapy*, 88, 7–18. <https://doi-org.proxy.kib.ki.se/10.1016/j.brat.2016.06.004>
- Elkin, I., Falconnier, L., Smith, Y., Canada, K. E., Henderson, E., Brown, E. R., & McKey, B. M. (2014). Therapist responsiveness and patient engagement in therapy. *Psychotherapy Research*, 24 (1), 52-66.
- Elliott, R. (2010). Psychotherapy change process research: Realizing the promise. *Psychotherapy Research*, 20(2),123-135.
- Norcross, J. C., & Wampold, B. E. (2011). Evidence-based therapy relationships: Research conclusions and clinical practices. *Psychotherapy*, 48(1), 98.
- Malterud, K. (2001a). The art and science of clinical knowledge: Evidence beyond measures and numbers. *Lancet*, 358, 397-400.
- Malterud, K. (2001b). Qualitative research: Standards, challenges, and guidelines. *Lancet*, 358, 483-488.
- Werbart, A., von Below, C., Brun, J., & Gunnarsdottir, H. (2015). “Spinning one’s wheels”: Nonimproved patients view their psychotherapy. *Psychotherapy Research*, 25(5), 546-64.

Kursansvarig lärare

Nora Choque Olsson

Universitetslektor, leg. psykolog/ psykoterapeut, specialist i klinisk psykologi

nora.choque-olsson@psychology.su.se