

## *Lillian Noring Andersson*

### **Kursplan för Basutbildning( i Kognitiva och beteendearbeteterapier, KBT**

**Motsvarande i omfattning 45 högskolepoäng (hp)**

#### **Övergripande beskrivning av utbildningen**

##### **Utbildningens omfattning**

Denna basutbildning är en sammanhållen deltidsutbildning om sammanlagt motsvarande 45 hp fördelat över tre terminer. Den innehåller 240 timmar teoretisk utbildning jämte patient/klientarbete under handledning. Handledningens omfattning är 120 timmar grupphandledning i grupper om 4 studenter.

##### **Behörighet**

För att betraktas som behörig att gå utbildningen måste villkoren för såväl allmän som särskild behörighet vara uppfyllda.

Allmän behörighet har den som:

a) genomgått fullständig minst tvåårig utbildning i gymnasieskolan (eller annan likvärdig utbildning) och har kunskaper i svenska och engelska motsvarande slutförd lärokurs om minst två årskurser på någon linje i gymnasieskolan, eller b) Fyllt 25 år, varit verksam i fyra år och har gymnasiekunskaper i svenska och engelska.

Kraven på särskild behörighet är:

a) Anställning i människovårdande arbete. Exempel på yrkesgrupper som kan komma i fråga är arbetsterapeuter, sjukgymnaster, logoped, läkare, psykologer, sjuksköterskor, skötare och socionomer eller motsvarande.

b) Att den sökande under utbildningstiden kommer att ha arbetsuppgifter som innebär minst 50% patient/klientkontakter med inslag av psykoterapi, vilket kan utgöra underlag för meningsfull handledning. Verifieras med intyg från arbetsgivaren.

Tillgodosäkrande:

Frågor om tillgodosäkrande av delar i tidigare grundläggande psykoterapiutbildning prövas av examinator efter framställan därom från den studerande.

##### **Urval av sökande**

Följande kriterier tas i beaktande:

a) Den sökandes nuvarande och tidigare yrkeserfarenhet.

b) Inslag av kognitiva, beteendevetenskapliga, psykiatriska och psykoterapeutiska kurser i den sökandes grund- och vidareutbildning.

c) Den sökandes kunskaper i svenska

### **Utbildningens målsättning**

Utbildningen syftar till att i enlighet med riktlinjerna för basutbildning i KBT enligt Svenska Föreningen för Kognitiva och Beteendeorikterade Terapier, sfKBT, ge en grundläggande bred och omfattande kunskap om kognitiva och beteendeorikterade terapier, KBT, vad gäller teoretiska utgångspunkter, analys, kliniska tillämpningsområden, psykoterapeutiska arbetsmetoder samt empirisk forskning. Utbildningen ger även en översikt över övriga evidensbaserade psykoterapeutiska arbetsmetoder. Den studerande förväntas efter genomgången utbildning ha erhållit sådana grundläggande kunskaper och färdigheter som krävs för att under handledning arbeta med kognitiv beteendeterapi för vuxna såväl individuellt som i grupp.

### **Kunskap och förståelse**

För godkänd utbildning och utbildningsbevis skall den studerande visa:

- fördjupade kunskaper om centrala teorier och evidensbaserade modeller för beskrivning och förklaring av normala och psykopatologiska processer utifrån KBT-perspektiv
- kunskap om olika psykiska sjukdomstillstånd, psykiatrisk diagnostik och evidensbaserade behandlingsmetoder, särskilt olika evidensbaserade psykoterapiformer ska kunna beskrivas och tillämpas utifrån framför allt ångest- och depressionsdiagnoser.
- kunskap om KBT områdets vetenskapliga grund, generellt och specifikt inklusive psykoterapiforskning, aktuellt forsknings- och utvecklingsarbete, sambandet mellan vetenskap och beprövad erfarenhet samt integrering av kunskap inom respektive yrkesprofession.
- kunskap om ett professionellt terapeutiskt förhållningssätt med speciellt beaktande av relevanta författningar. Integrering av etiska dilemma och ansvarsfrågor inom respektive yrkesprofession.

### **Färdigheter och förmåga**

För godkänd utbildning och utbildningsbevis skall den studerande visa:

- sådana färdigheter som krävs för att under handledning i KBT och i samverkan med patienten genomföra kliniska bedömningar samt upprätthålla, genomföra och kritiskt utvärdera psykoterapeutiska behandlingsprogram i individualterapi framför allt inom evidensbaserade ångest och depressionsdiagnoser.
- 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 KBT
- förmåga till 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
- förmåga att fortlöpande utveckla sin kompetens
- förmåga att fortlöpande utveckla självkänedom och empatisk förmåga.

## Översikt över ingående huvudmoment

Utbildningen omfattar följande kurser:

- A. Psykiatrisk diagnostik, psykopatologi samt normalitetsperspektiv inom psykologi, 12 hp
- B. Psykoterapeutiska teorier och evidensbaserade metoder inom KBT, 20 hp
- C. Psykoterapi under handledning (120 timmar i grupp), 9 hp
- D. Forsknings- och utvärderingsmetoder, vetenskapsteori och psykoterapiforskning, 1 hp
- E. Lagstiftning, etik och journalföring, 3 hp.

Utbildningen ges under tre terminer. De olika kurserna sprids över terminerna med i genomsnitt motsvarande 15 hp per termin. Undervisningen är obligatorisk, vilket innebär lägst 80 % närvaro, dels teoridelen, dels i metodhandledningen. Vid behov tas kontakt med arbetsgivaren för återkoppling. All handledning sker på videoinspelade sessioner.

Undervisningen ges i form av föreläsningar, litteraturseminarier och gruppövningar, videodemonstrationer samt tillämpningsövningar av olika slag. I metodhandledning skattas studenterna med den kognitiva kompetensskattningsskalan CTS-R. Seminarierna och de praktiska tillämpningsmomenten kräver förutom obligatorisk närvaro ett aktivt deltagande och ansvarstagande från de studerande

### Examination

Examination kommer att vara såväl skriftlig som praktisk. De betygs som sätts kommer att vara *Godkänd* eller *Underkänd*. Om studenten ej uppfyller kraven för att bli godkänd, kontaktas arbetsgivaren.

Litteratur: omfattar cirka 3000 sidor. En del av kurslitteraturen är på engelska. Kurslitteratur ingår ej i kursavgiften.

### Utbildningsterapi (egenterapi)

Förutom att fullfölja ovanstående kurser kan den studerande välja att genomgå egenterapi hos legitimerad psykoterapeut med KBT-inriktning. Egenterapi är dock inget krav för att bli godkänd på steg-1 utbildningen. För att senare eventuellt kunna ansöka till psykoterapeutprogram (tidigare så kallad 'steg-2') krävs på vissa utbildningsorter att den sökande har, förutom steg-1 utbildning i psykoterapi, även egenterapi motsvara ett visst antal timmar i individualterapi, alternativt i gruppterapi. Eventuella sådana krav behöver den studerande själv undersöka hos respektive utbildningsanordnare för steg-2. Eventuell utbildningsterapi ligger utanför kursavgiften och anordnas själv av studenten.

### Behörighet att läsa vidare till legitimerad psykoterapeut

Genomgången Basutbildning i KBT ("steg 1") ger en del av den behörighet som behövs för att söka den legitimeringsgrundande psykoterapeututbildningen ("steg 2"). Det som krävs utöver den grundläggande psykoterapeututbildningen är att den studerande har psykologexamen (enligt 1982-års studieordning), läkarexamen med specialistkompetens i psykiatri eller barn- och ungdomspsykiatri, socionomexamen eller akademisk examen omfattande 180 högskolepoäng enligt Bologna-systemet (tidigare 120 poäng) inom människovårdande yrke. Därtill krävs två års yrkeserfarenhet efter den grundläggande psykoterapeututbildningen inom psykiatrisk vård eller motsvarande (undantag från detta krav görs för läkare med specialistkompetens i psykiatri eller barn-och ungdomspsykiatri).

Kursarrangören kan inte garantera att utbildningen ger behörighet till en specifik legitimeringsgrundande psykoterapeututbildning. Detta måste undersökas hos respektive

utbildninganordnare. Kursarrangörens steg-1 utbildning är sedan 2015 auktoriserad av sfKBT (svenska föreningen för kognitiva och beteendearterapier).

## **Övriga anvisningar**

### ***Plats***

Samtliga terminers föreläsningar kommer att förläggas till Hotell Riverton i centrala Göteborg.

### ***Kostnader***

Utbildningen genomförs under tre terminer. Efter initiala intensivdagar ges utbildningen en dag per vecka, företrädevis måndagar. Utbildningskostnad är 33,000 SEK + 25% moms per termin (Totalt 99,000 SEK + 25% moms). Vi kommer skicka en faktura på anmälningsavgiften 5,000 SEK + 25% moms. Först när den är betald, betraktas anmälan som definitiv och du förbinder dig att betala hela utbildningen. Efter antagningen kommer fakturan på resterande belopp att skickas. Betalningen kan uppdelas terminsvis. Anmälningsavgiften samt eventuella övriga inbetalningar återbetalas endast om du av någon anledning inte blir antagen eller om utbildningen ställs in på grund av för få deltagare.

Kostnad för litteratur och eventuell enskild egenterapi och/eller gruppterapi tillkommer.

### ***Kursledning***

**Rektor och examinator:** Anna Ehnvall, leg läkare, specialist i psykiatri, leg psykoterapeut med kognitiv riktning, lärare och handledare i KBT, med dr och knuten till institutionen för neurovetenskap och fysiologi, Sahlgrenska Akademin, Göteborgs universitet.

**Studierektor:** Lillian Noring Andersson, leg sjuksköterska, leg psykoterapeut KBT, lärare och handledare KBT, verksam vid KBT Esperantoplatsen. Har erfarenhet som studierektor vid 14 tidigare steg-1 utbildningar i KBT

### ***Information***

Anna Ehnvall 0723-713331  
anna@ehnvallkbtkompetens.se  
www.ehnvallkbtkompetens.se

Lillian Noring Andersson 070-9608910  
[Lillian.noringandersson@kbtesperantoplatsen.se](mailto:Lillian.noringandersson@kbtesperantoplatsen.se)  
www.kbtesperantoplatsen.se