

**PSYKOLOGISKA INSTITUTIONEN**  
**Stockholms universitet**

**Psykologprogrammet**  
**Termin 7**

**Anvisningar**  
**KBT i teori och tillämpning, T7 (10 hp)**  
**Hösten 2024**

## Innehållsförteckning

KURSENS PLACERING INOM UTBILDNINGEN.....	2
TILLTRÄDESKRAV OCH FÖRKUNSKAPER.....	2
SYFTE .....	2
KURSENS LÄRANDEMÅL .....	2
<i>Kunskap och förståelse:</i> .....	2
<i>Färdigheter och förmåga</i> .....	2
<i>Värderingar och förhållningssätt</i> .....	2
KURSSINNEHÅLL .....	2
LÄRANDEAKTIVITETER .....	3
EXAMINATION OCH KRAV FÖR GODKÄNT .....	3
OMEXAMINATION .....	4
PLAGIAT, FUSK OCH OTILLÅTET SAMARBETE .....	5
OBLIGATORISK LITTERATUR .....	5
<i>Artiklar och webbplatser</i> .....	5
<i>Artiklar klinisk forskningsmetod</i> .....	5
LÄRARE.....	6
KURSANSVARIG .....	6

## Kursens placering inom utbildningen

Delkursen Kognitiv beteendeterapi (KBT) i teori och tillämpning (PSPR23-K1) ingår i kurs 23 Psykoterapi och psykologisk behandling 2- Teori, tillämpning och klinik, 15 hp. Delkursen KBT i teori och tillämpning (10 hp) ges tillsammans med delkurserna Handlett klientarbete (4,5 hp) och Egenterapi (0,5 hp) under termin 7 på Psykologprogrammet. Kursen är på avancerad nivå. Denna delkurs ges för studenter som valt KBT som psykoanalytisk metodinriktning. Delkursen Handlett klientarbete (se separat anvisning) startar i mitten av terminen och går därefter parallellt med Teori och Tillämpning. Kursbetyg utgörs av betyget i delkursen 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 inom samtliga kurser under terminer 1 - 6, samt fullgjort alla obligatoriska inslag på programmet hittills. 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

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

## Kursens lärandemål

Förväntade studieresultat för hela kurs PSPR23 redovisas i kursplanen. För härvarande delkurs, KBT, gäller lärandemålen nedan:

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 psykoanalytisk forskning 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

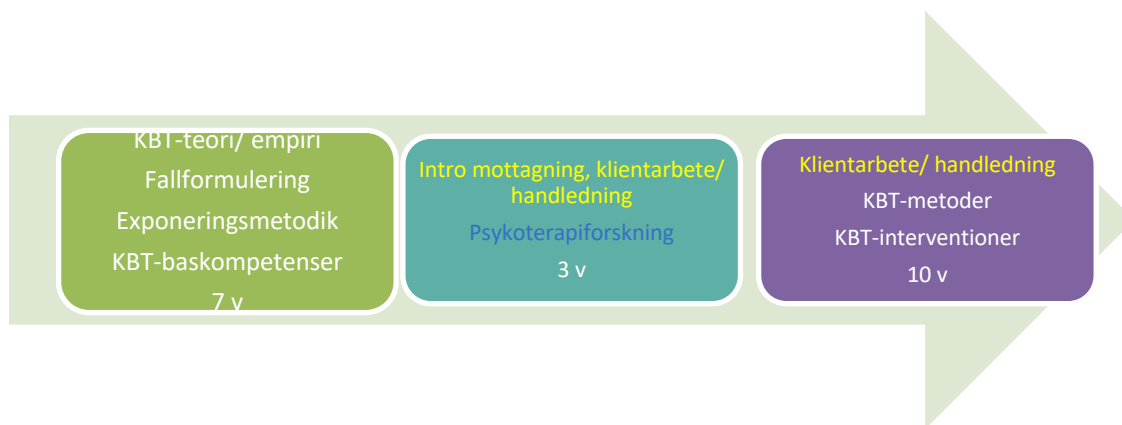
- vi. etiska överväganden och hänsyn till klientens karakteristika, dennes preferenser och kultur.

## Kursinnehåll

Kursen består av föreläsningar, praktiska övningar och seminarier. Följande områden behandlas: KBT-teori och empiri, allmänt om ångestsyndrom och evidensbaserad psykologisk

praktik, fallformulering, behandlingsplan och KBT interventioner såsom exponering och beteendexperiment. Kursen fokuserar i första hand på individuell -och face to face psykoterapi men ger även introduktion till olika aktuella former så som VR- i ångestbehandling och internetförmiddad psykoterapi. Parallellt innehåller kursen föreläsningar och seminarier om olika ångestrelaterade områden som specifikt fobi, socialångest hos vuxna, Panikångestsyndrom och agorafobi, hälsoångest, GAD, PTSD och tandvårdsrädsla hos barn och unga. Samtidigt fokuserar kursen på basfärdigheter i KBT vilket innefattar flera kliniska moment.

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.



### Lärandeaktiviteter

Kursen innehåller olika slags undervisningsformer: föreläsningar kopplade till kurslitteraturen och diskussionsseminarier som fördjupar lärandet, 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).

### Examination och krav för godkänt

Kursen examineras löpande med skriftliga inlämningsuppgifter, två praktiska examinationer (rollspel), och med en papperstentamen vid kursavslut (se tabell nedan). Delar av undervisningen är obligatorisk och kräver närvaro och aktivt deltagande vilket specificeras i kursschemat. Det kan även ingå obligatoriska uppgifter (individuellt eller i mindre grupper) inför seminarierna. Missade obligatoriska moment kan kompletteras med en skriftlig uppgift om särskilda skäl föreligger att studenten ska åläggas en ersättningsuppgift. Ersättningsuppgiften lämnas in till läraren enligt senast angiven tidsgräns (eller före terminens avslut). Ett maxantal av två kompletterade tillfällen gäller. Om studenten inte lämnar in ersättningsuppgiften i tid eller missar två eller fler obligatoriska moment måste studenten göra om dessa moment vid nästa kursomgång.

<b>Mål</b>	<b>Operationalisering</b>	<b>Inlämningsuppgifter, examination</b>	<b>Maxpoäng/skala</b> Ej obligatorisk, men poäng från dessa krävs för att nå de högre betygsstegen.
i, ii	Kunskap om centrala begrepp och grundläggande teorier inom KBT.	Individuell skriftlig inlämningsuppgift om <i>KBT-teori</i> och aktiv deltagande vid seminarium.	0-2p
i, ii	Kartlägga och analysera ångestproblematik utifrån KBT-teori.	Grupparbete med skriftlig inlämningsuppgift om <i>Fallformulering</i> och seminarierapportering	0-1p
i, ii	Plan för behandling som tar hänsyn till individens karakteristika, dennes preferenser och kultur.	Grupparbete med skriftlig inlämningsuppgift om <i>KBT-behandlingsplan</i>	0-1p
iii	Uppvisa färdighet i exponeringsmetodik (OST) samt att ge <i>rational för denna*</i>	Rollspelsexamination*	0-2p
iii	Uppvisa basfärdigheter i KBT	Rollspel, seminarium	Obligatorisk närvaro
iv	Centrala begrepp och metoder i psykoterapiforskning samt resultatet av sådan forskning	Genomförande av uppgifter vid undervisning i psykoterapiforskning	Obligatorisk närvaro
i, iii	Grundläggande teorier och begrepp i KBT samt dess tillämpning vid ångestsyndrom	Salstentamen	0-24p
<b>Totalt</b>			<b>Max 30 poäng</b>

\* Detaljerade anvisningar kring examinationsuppgifter ges i lärarplattformen Athena

Som betyg för delkursen Teori och tillämpning i KBT används den sexgradiga betygsskalan A till F. För att erhålla betyget E (godkänt) krävs 15 poäng och att samtliga kurskrav är uppfyllda, såsom examinerande moment, obligatorisk närvaro och inlämningsuppgifter.

A	Utmärkt	≥ 27 av s:a maxpoäng
B	Mycket bra	≥ 24 av s:a maxpoäng
C	Bra	≥ 21 av s:a maxpoäng
D	Tillfredsställande	≥ 18 av s:a maxpoäng
E	Tillräckligt	≥ 15 av s:a maxpoäng
F	Helt otillräckligt	< 15 av s:a maxpoäng

## 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](http://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. (Sixth Ed.) (2021). *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).
- Flink, I. & Linton, S.J. (2021) *12 verktyg i KBT. Från teori till färdigheter*, Upplaga 2. Natur och Kultur, Stockholm. 328 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).
- 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)

## 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.
- Hedman, E., Carlbring, P., Ljótsson, B., & Andersson, G., (2014). *Internetbaserad psykologisk behandling : evidens, indikation och praktiskt*. Natur & Kultur Läromedel. Kap. 6. (boken används även på termin 8-9).
- 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.

## 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.

- Barker, C., Pistrang, N., & Elliott, R. (2015). *Research Methods in Clinical Psychology: An Introduction for Students and Practitioners*, 3rd Edition. Chichester, UK: Wiley-Blackwell. ISBN: 978-1-118-77320-8. Kapitel 5 (s 91-115 om kvalitativa metoder).
- Jacobson, N. S., & Truax, P. (1991). Clinical significance: a statistical approach to defining meaningful change in psychotherapy research. *Journal of Consulting and Clinical psychology*, 59 (1), 12.
- 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.
- Midgley, N., Ansaldo, F., & Target, M. (2014). The meaningful assessment of therapy outcomes: Incorporating a qualitative study into a randomized controlled trial evaluating the treatment of adolescent depression. *Psychotherapy*, 51(1), 128-137. Doi: 10.1037/a0034179
- 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.

## Lärare

<i>KBT i teori och tillämpning</i>	<i>Intr. till Psykologiska kliniken</i>	<i>Handledt klientarbete</i>	<i>Psykoteraiforskning</i>
Therese Anderbro	Aina Lindgren	Malin Levin	Nora Choque Olsson
Per Carlbring	Anna Mautner		Björn Phillips
Nora Choque Olsson			Camilla von Below
Lisa Grönblad			
Malin Levin			
Anna Mautner			
Ewa Mörtberg			
Jonas Rafi			
Liv Svirsky			

## Kursansvarig

Nora Choque Olsson  
 Universitetslektor, docent  
 Leg. psykolog/ psykoterapeut,  
 Specialist i klinisk psykologi  
[nora.choque-olsson@psychology.su.se](mailto:nora.choque-olsson@psychology.su.se)