

Kursanvisningar PSSKBT  
HT 2024

Psykoterapeutiska teorier och metoder inom KBT T3 (6 hp)

### Placering i utbildningen

Delkursen Psykoterapeutiska teorier och metoder 3 - KBT vid depression och relaterade tillstånd ingår i Psykoteraeutprogrammets kurs *Psykoterapeutiska teorier och metoder inom KBT, 30 hp*, vilken styrs av en reviderad kursplan som är fastställd av styrelsen för Psykologiska institutionen och är giltig från och med HT2024.

Hela kursen består av delkurserna: Kliniska problemanalyser och fallkonceptualisering (T1), Teorier, metoder och tillämpningar vid ångest och relaterade tillstånd (T2), Teorier, metoder och tillämpningar vid depression och relaterade tillstånd (T3), Teorier, metoder och tillämpningar med andra specifika KBT-format (T4) samt Metoder och tillämpningar vid komplexa psykiatriska/psykologiska tillstånd/syndrom (T5).

### Delkursens innehåll

Delkursen behandlar KBT vid depression och relaterade tillstånd och syftar till en fördjupning av förväntade förkunskaper från grundläggande psykoteraeututbildning i KBT. Kursen utgår från aktuell evidensbas och dess implikationer för kliniskt beslutsfattande och inbegriper en teoretisk och praktisk fördjupning avseende KBT-modeller för behandling av depression hos vuxna och barn, bipolär sjukdom, alkoholbrukssyndrom och suicidalitet. I kursen ingår också utveckling/reflektion kring terapeutkompetenser vid behandling av de tillstånd kursen omfattar.

### Rekommenderad förkunskaper

Förkunskaper i överensstämmelse med följande litteratur

Beck, J.S. (2021). *Cognitive therapy. Basics and Beyond*. (3 ed.) New York: The Guilford Press.

Martell, C.R., Dimidjian, S., Herman-Dunn, R., Lewinsohn, P.M. (2022). *Behavioral Activation for Depression: A Clinician's Guide*. New York: The Guilford Press

Ramnerö, J., Törneke, N. (2020). *Beteendets ABC*. Tredje reviderade upplagan. Lund: Studentlitteratur. Kap 6-9

### Förväntade studieresultat

Ur kursplanen: *"Ha fördjupade färdigheter i att behandla depression och relaterade tillstånd."*

1. Visa fördjupade färdigheter och kunskaper om behandling vid depression och relaterade tillstånd hos vuxna och barn inkluderat
  - a. Diagnostik

- b. KBT-teoretiska analys- och behandlingsmodeller
  - c. Kritiskt granska behandlingsinterventioner, analysera och diskutera likheter och skillnader mellan olika modeller för behandling av problematiken.
  - d. Uppvisa färdigheter att fatta evidensbaserade/informerade kliniska beslut avseende depression och relaterade tillstånd
2. Visa färdigheter i att reflektera över den terapeutiska relationen, identifiera kliniskt relevant beteenden, terapihindrande beteenden samt egna styrkor och svårigheter i arbetet som terapeut vid behandling depression och relaterade tillstånd.
- a. Identifiera, analysera och planera för arbete med kliniskt relevanta beteenden.
  - b. Identifiera, analysera och planera för att hantera hinder för det terapeutiska arbetet, egna och klientens

### Undervisning

Lärandeaktiviteterna består i föreläsningar, där teori varvas med praktiska uppgifter, gruppuppgifter och inläsning av den obligatoriska litteraturen. Till hjälp för instudering erhålls vid kursstart instuderingsfrågor; dessa utgör sedan underlag för kursens individuella salstentamen. I kursen ingår att förbereda och genomföra en presentations- och diskussionsuppgift i grupp med fokus på den terapeutiska relationen, terapihindrande och kliniskt relevanta beteenden. En detaljerad beskrivning av tentamen och presentationsuppgiften ges vid terminsstart.

För kursen gäller obligatorisk närvaro och aktivt deltagande i all undervisning, salstentamen och genomförande av en presentationsuppgift i grupp vid ett avslutande seminarium. Om student ska erbjudas kompletteringsmöjlighet eller ta igen frånvaro vid nästkommande kurstillfälle avgörs av examinator. Till grund för ställningstagandet ligger både frånvarons omfattning och undervisningstillfällets art. I princip gäller att frånvaro som överstiger 20% tas igen vid nästkommande undervisningstillfälle.

### Kursupplägg och schema

Beskrivning av kursen upplägg i delmoment, föreläsningstillfällen och därtill knuten kurslitteratur återfinns på kursens Athena-sida inför kursstart. För aktuellt schema se alltid Time-edit.

### Examination

Examinationen består av en individuell salstentamen där den obligatoriska litteraturen, undervisning, undervisningsmaterial liksom instuderingsfrågor utgör underlaget. Som betyg på delkursen används den sjugradiga betygsskalan A till F, se nedan. För studerande som inte blivit godkänd vid det ordinarie salstentamen anordnas ytterligare ett prov tre veckor efter meddelat underkännande.

För betyget E (godkänt) fordras att närvarokravet är uppfyllt och presentationsuppgiften genomförts.

### Betygskriterier

A	<p>Visar <i>utmärkta</i> fördjupade kunskaper/färdigheter enligt lärandemålen avseende de tillstånd/problemområden som tas upp under kursen:  <i>Redogöra för olika teoretiska modeller, behandlingsmodeller och deras tillämpning</i>  <i>Kritiskt granska, analysera och diskutera likheter/skillnader mellan modeller</i>  <i>Resonera kring/fatta evidensbaserade och informerade kliniska beslut</i>  Svaren är koncentrerade och synnerligen klagörande. Genomgående adekvata och korrekta hänvisningar till litteratur och undervisning/undervisningsmaterial.</p>	<p><i>Utmärkt</i></p> <p>Lärandemålen uppfylls till fullo.</p>
B	<p>Visar <i>mycket goda</i> fördjupade kunskaper/färdigheter enligt lärandemålen avseende de tillstånd/problemområden som tas upp under kursen:  <i>Se specificering under betygskriterie A ovan</i>  Svaren är koncentrerade och klagörande. Genomgående adekvata och korrekta hänvisningar till litteratur och undervisning/undervisningsmaterial.</p>	<p><i>Mycket bra</i></p> <p>Lärandemålen uppfylls i mycket hög utsträckning</p>
C	<p>Visar <i>goda</i> fördjupade kunskaper/färdigheter enligt lärandemålen avseende de tillstånd/problemområden som tas upp under kursen:  <i>Se specificering under betygskriterier för A ovan</i>  Svaren är koncentrerade och klagörande. Adekvata och korrekta hänvisningar till litteratur och undervisning/undervisningsmaterial.</p>	<p><i>Bra</i></p> <p>Lärandemålen uppfylls i hög utsträckning</p>
D	<p>Visar <i>tillfredsställande</i> fördjupade kunskaper/färdigheter enligt lärandemålen avseende de tillstånd/problemområden som tas upp under kursen:  <i>Se specificering under betygskriterier för A ovan</i>  Svaren är tydliga och begripliga. Adekvata och korrekta hänvisningar till litteratur och undervisning/undervisningsmaterial.</p>	<p><i>Tillfredsställande</i></p> <p>Lärandemålen har uppfyllts i tillfredsställande utsträckning.</p>
E*	<p>Visar <i>tillräckliga</i> fördjupade kunskaper/färdigheter enligt lärandemålen avseende de tillstånd/problemområden som tas upp under kursen:  <i>Se specificering under betygskriterier för A ovan</i>  Svaren är redogörande, men något otydliga/utvecklade eller kortfattade. Adekvata och korrekta hänvisningar till litteratur och undervisning/undervisningsmaterial.</p>	<p><i>Tillräckligt: Godkänd</i></p> <p>Lärandemålen har uppfyllts i tillräcklig utsträckning</p>
Fx	<p>Visar <i>otillräckliga</i> kunskaper/färdigheter enligt lärandemålen avseende de tillstånd/problemområden som tas upp under kursen:  <i>Se specificering under betygskriterier för A ovan</i>  Svaren är otillräckligt redogörande, otydliga/utvecklade. Hänvisningar till litteraturen och undervisning/undervisningsmaterial saknas eller används felaktigt.</p>	<p><i>Otillräckligt: Ej Godkänd</i></p> <p>Lärandemålen har inte uppfyllts.</p> <p><u>Åtgärd:</u> restuppgift lämnas inom 1 vecka efter</p>

		meddelande om kompletteringsbehov
F	Visar helt otillräckliga kunskaper/färdigheter enligt lärandemålen avseende de tillstånd/problemområden som tas upp under kursen: <i>Se specificering under betygskriterier för A ovan</i> Svaren är ostrukturerade, bristfälliga eller bygger på missförstånd. Hänvisningar till litteratur och undervisning/undervisningsmaterial saknas.	<i>Ej godkänd.</i> Lärandemålen har inte alls uppfyllts.  <u>Åtgärd</u> : omtenta

### 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)

Mer information finns också på institutionens hemsida:

<https://www.su.se/psykologiska-institutionen/utbildning/under-utbildningen/plagiat-fusk-och-st%C3%B6rande-av-verksamheten-1.512308>

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.

Att låta en AI-chattbot skriva en text som mer eller mindre obearbetad lämnas in som studentens egen i försök att vilseleda examinator kan likställas med spökskrivning och/eller plagiat och är normalt att betrakta som fusk. Vad gäller användning av AI-chattbot i övrigt hänvisas till kursanvisningar och lärares anvisning.

### Obligatorisk litteratur

Barton, S. B., Armstrong, P. V., Robinson, L. J., & Bromley, E. H. C. (2023). CBT for difficult-to-treat depression: self-regulation model. *Behavioural and Cognitive Psychotherapy*, 51(6), 543–558

Chiles, J. A., Strosahl, K. D., Weiss Roberts, L. (2020). Suicidala patienter: en klinisk handbok för bedömning och behandling. Natur & Kultur Akademisk. Kap 3, 4, 7, 8

Craske, M. G., Meuret, A. E., Ritz, T., Treanor, M., Dour, H., & Rosenfield, D. (2019). Positive affect treatment for depression and anxiety: A randomized clinical trial for a core feature of anhedonia. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 87(5), 457-471.

Cuijpers, P., Miguel, C., Harrer, M., Plessen, C. Y., Ciharova, M., Ebert, D., & Karyotaki, E. (2023). Cognitive behavior therapy vs. control conditions, other psychotherapies, pharmacotherapies and combined treatment for depression: a comprehensive meta-analysis including 409 trials with 52,702 patients. *World psychiatry: official journal of the World Psychiatric Association*, 22(1), 105–115.

Fazel, S., & Runeson, B. (2020). Suicide. *The New England Journal of Medicine*, 382(3), 266–274

Fennell, M. et al. (2004). Depression. I J. Bennett-Levy et al. (Eds.). *Behavioural experiments in cognitive therapy*.

Ferguson, A., Dinh-Williams, L., & Segal, Z. (2021). Mindfulness-based cognitive therapy. In A. Wenzel (Ed.), *Handbook of cognitive behavioral therapy: Overview and approaches (vol. 1)* (pp. 595-615) Washington, DC: American Psychological Association, APA.

Fernandez, A., Dobson, K., Kazantzis, N. (2021). Cognitive Therapy (kap14). In A. Wenzel (Ed.) *Handbook of cognitive behavioral therapy: Overview and approaches*. APA

Gilbert, K., Hall, K., Codd, R. T. (2020). Radically open dialectical behavior therapy: Social signaling, transdiagnostic utility and current evidence. *Psychol Res Behav Manag*; 13:19–28.

Hancock, J., Perich, T. (2022) Personal recovery in psychological interventions for bipolar disorder: a systematic review, *Australian Psychologist*, 57:4, 215-225

Hopko, D., Ryba, M., McIndoo, C., & File, A. Nezu, C.M & Nezu, A. M. (2015). Behavioral activation. *The Oxford handbook of Cognitive and Behavioral therapies*. Oxford University Press.

Kanter, J. W. mfl (2011). Toward a comprehensive functional analysis of depressive behavior: five environmental factors and a possible sixth and seventh. *International journal of behavioral consultation and therapy*. Vol 7:1 (pp 5-14)

Koerner, K (2018). Science in practice. Ur Hayes, S. C., & Hofmann, S. G. (Eds.) *Process-based CBT: The science and core clinical competencies of cognitive behavioral therapy*. New Harbinger Publications

Jenness, DeLonga, Lewandowski mfl (2023). Behavioral Activation as a Principle-Based Treatment: Developments from a Multi-Site Collaboration to Advance Adolescent Depression Treatment, *Evidence-Based Practice in Child and Adolescent Mental Health*, 8:1, 55-72

Lynch T. R., Hempel R. J. mfl (2020). Refractory depression - Mechanisms and efficacy of radically open dialectical behaviour therapy (RefraMED): Findings of a randomised trial on benefits and harms. *Br J Psychiatry*; 216:204–12.

Lynch, T. R., Hempel, R. J., Dunkley, C. (2015). Radically Open-Dialectical Behavior Therapy for Disorders of Over-Control: Signaling Matters. *Am J Psychother*; 69:141–62.

- McHugh, R. K., Hearon, B. A., & Otto, M. W. (2010). Cognitive behavioral therapy for substance use disorders. *The Psychiatric clinics of North America*, 33(3), 511–525.
- Meyers, R. J., Roozen, H. G., Smith, J., E. (2011). The community reinforcement approach: an update of the evidence. *Alcohol research and health*. 33: 4 (pp 380-388)
- Miklowits, D., J. (2021). Bipolar disorder. In D. H. Barlow (ed) *Clinical Handbook of Psychological Disorders: a step by step treatment manual*. Sixth edition. The Guilford Press.
- Moorey S. (2010). The six cycles maintenance model: Growing a "vicious flower" for depression. *Behavioural and cognitive psychotherapy*, 38(2), 173–184.
- Schaeuffele, Carmen & Schulz, Ava & Knaevelsrud, Christine & Renneberg, Babette & Boettcher, Johanna. (2020). CBT at the Crossroads: The Rise of Transdiagnostic Treatments. *International Journal of Cognitive Therapy*. 14.
- Thapar, A., Eyre, O., Patel, V., & Brent, D. (2022). Depression in young people. *Lancet (London, England)*, 400(10352), 617–631.
- Twohig, M. P., & Levin, M. E. (2017). Acceptance and Commitment Therapy as a Treatment for Anxiety and Depression: A Review. *The Psychiatric clinics of North America*, 40(4), 751-770
- Törneke, N., Luciano, C., Valdivia Salas, S. (2008). Rule-governed behavior and psychological problems. *International Journal of Psychology and psychological problems*. Vol 8:2 (pp 141-156)
- 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
- Watkins, E. R. (2024). Rumination. In J. J. Gross & B. Q. Ford (Eds.), *Handbook of emotion regulation* (3rd ed., pp. 513–519). The Guilford Press.
- Wright, J. H., O'Connor, S. S., Reis, J., & Thase, M. E. (2021). Combined cognitive behavioral therapy and pharmacotherapy. In A. Wenzel (Ed.), *Handbook of cognitive behavioral therapy: Applications* (pp. 633–667). American Psychological Association.
- Vujanovic, A. A., Meyer, T.D., mfl. (2017). Cognitive-behavioral therapies for depression and substance use disorders: an overview of traditional, third-wave, and transdiagnostic approaches. *The American journal of drug and alcohol abuse*. Vol 43:4 (pp 402-415).
- Zettle, R., D. (2015). Acceptance and commitment therapy for depression. *Current opinion in psychology*, ed Vowles, nr 2 (65-69)

- Beck, A.T. et al (2024). Cognitive therapy of depression. Sek ed. Guilford
- Blackledge, J. T. (2003). An introduction to relational frame theory: Basics and applications. *The Behavior Analyst Today*, 3(4), 421–433.
- Bryan, C. J., Butner, J. E., May, A. M., Rugo, K. F., Harris, J. A., Oakey, D. N., Rozek, D. C., & Bryan, A. O. (2020). Nonlinear change processes and the emergence of suicidal behavior: A conceptual model based on the fluid vulnerability theory of suicide. *New Ideas in Psychology*, 57, 100758
- Frank, R. I., & Davidson, J. (2014). *The transdiagnostic road map to case formulation and treatment planning: Practical guidance for clinical decision making*. New Harbinger Publications
- Hendershot CS, Witkiewitz K, George WH, Marlatt GA. Relapse prevention for addictive behaviors. *Subst Abuse Treat Prev Policy*. 2011 Jul 19;6:17.
- Lejuez, C. W., Hopko, D. R., Acierno, R., Daughters, S. B., Pagoto, S. L. (2011). Ten year revision of the brief behavioral activation treatment for depression: revised treatment manual. *Behavior modification*, 35(2), 111–161.
- Mc Cauley, E., Scloredt, K., Gudmundsen, G., Martell, C., Dimidijan, S. (2011). Expanding Behavioral activation to depressed adolescents: lessons learned in treatment development. *Cognitive and behavioral practice* vol 18:3 (371-383)
- Ratheesh, A., Hett, D mfl. (2023). A systematic review of interventions in the early course of bipolar disorder I or II: a report of the International Society for Bipolar Disorders Taskforce on early intervention. *International journal of bipolar disorders*, 11(1), 1.
- Segal, Z.V., Williams, J.M.G. & Teasdale, J.D. (2014). *Mindfulnessbaserad kognitiv terapi vid depression*. Natur & Kultur, Stockholm.
- Watkins, E. R. (2016). *Rumination-focused cognitive behavioral therapy for depression*. The Guilford Press.
- Zettle, R. (2007). *ACT for Depression A Clinician's Guide to Using Acceptance and Commitment Therapy in Treating Depression*. New Harbinger Publications.

**Kursansvarig:**

Malin Levin

Adjunkt

Leg psykolog, Leg psykoterapeut, Handledare, Specialist i Klinisk Psykologi

Mail: [malin.levin@psychology.su.se](mailto:malin.levin@psychology.su.se)

Psykoterapeutprogrammets hemsida: <http://www.psychology.su.se/psykoterapeut>