



# **GRUNDLÄGGANDE UTBILDNING I KOGNITIV OCH BETEENDEINRIKTAD PSYKOTERAPI**

Kursstart vår och höst i Lund

<b>Kursstarter</b>	Kurs 45: 12 oktober 2020 Kurs 46: 16 mars 2021
<b>Föreläsningsdag</b>	Föreläsningsdag är för kurs 45 företrädesvis måndagar, och för kurs 46 företrädesvis tisdagar. Andra dagar kan däremot komma i fråga.
<b>Kurskod</b>	Kurs 45: S1202 Kurs 46: S1211
<b>Plats</b>	Kognio - centrum för KBT, Annedalsvägen 9G, 227 64 Lund
<b>Kursledare</b>	Jan-Erik Nilsson - Fil. dr., leg psykolog, leg. psykoterapeut, handledare i KBT
<b>Kursavgift</b>	130 000 kr (162 500 kr inklusive moms)
	Tjänstledighet och övriga förmåner beslutas av resp. förvaltning. Egenterapi och litteratur bekostas av kursdeltagarna själva.
<b>Utbildningsplatser</b>	21 st. per kursomgång.
<b>Målgrupp</b>	Utbildningen vänder sig till personer med människovårdande yrkesutbildning inom framför allt psykiatri, primärvård, socialtjänst, och Statens Institutionsstyrelse (SiS).
<b>Anmälan</b>	online på <a href="http://www.kognio.se">www.kognio.se</a> .
	Kompletterande handlingar som styrker behörighet insändes senast sista ansökningsdag till:
	Kognio - centrum för KBT, Annedalsvägen 9G, 227 64 Lund
	Sista ansökningsdag för respektive kursomgång, se hemsida.
<b>Mer information</b>	Jan-Erik Nilsson tfn: 0702-07 43 52 e-post: <a href="mailto:jan-erik.nilsson@kognio.se">jan-erik.nilsson@kognio.se</a>

# Kognio - Centrum för KBT

Kognio introducerade KBT i södra Sverige redan 1990 och har sedan dess skaffat sig en lång och gedigen erfarenhet av utbildningar i KBT. Kognios inriktning på KBT i sin kärnverksamhet avspeglas inte bara i utbildningarna utan också i Kognios behandlande verksamhet (har psykoterapiavtal med Region Skåne) samt pågående behandlingsforskning inom KBT-området i samarbete med Lunds Universitet.

Under åren har Kognio utbildat studenter på alla nivåer, från introduktionskurser, steg-1 utbildningar, legitimationsgrundande steg-2 utbildningar (den senaste i samarbete med institutionen för psykologi vid Lunds Universitet) och till handledarutbildningar (den senaste på uppdrag av Region Skåne). Många av de som fått sin utbildning på Kognio återfinns nu som administratörer och lärare/handledare vid universitetets psykoterapiutbildningar - och naturligtvis i Kognios lärar- och handledarkollegium.

## Om utbildningen

Utbildningen följer den av UHÅ fastställda studieplanen för steg-1. Den ger behörighet att under handledning behandla klienter med KBT samt del av behörighet att söka tillträde till det legitimationsgrundande psykoterapeutprogrammet (steg 2). Utbildningen är auktoriserad av Svenska föreningen för kognitiva och beteendearterade terapier (sfKBT).

### Syfte

Utbildningen syftar till att ge breda och djupa kunskaper rörande grundläggande teorier, modeller, begrepp och metoder inom KBT samt färdigheter att dessa vid mindre komplex problematik som såsom ångest- och depressionstillstånd. Utbildningen syftar också till att förmedla kännedom om hur metodiken tillämpas vid mer komplicerad problematik såsom personlighetsstörningar, psykossjukdomar samt missbruk.

### Upplägg

Utbildningen ges på halvfart med en undervisningsdag per vecka. Utbildningen sträcker sig över knappt fyra terminer och motsvarar i omfattning 45 högskolepoäng.

Utbildningen omfattar föreläsningar/seminarier (ca 4 timmar per vecka, totalt ca 270 lektionstimmar) samt handledning i små grupper (120 timmar). Den omfattar praktiska övningar, eget terapeutiskt arbete, handledning samt litteraturstudier. Obligatorisk närvaro tillämpas.

För att erhålla utbildningsbevis erfordras även individuell egenterapi på 30 timmar alt. 60 timmar i grupp. Denna egenterapi ingår ej i anordnad utbildning.

### Auktoriserad av sfKBT

Utbildningen är auktoriserad av sfKBT (Svenska föreningen för kognitiva och beteendearterade terapier). Den följer därmed sfKBT:s policydokument för grundläggande psykoterapiutbildning, kvalitetsgranskas av föreningen samt ger del av behörighet att söka det legitimationsgrundande psykoterapeutprogrammet (steg-2).

## **Lärare och handledare**

Våra metodlärare är bland de främsta i Sverige inom respektive tillämpningsområde och har mångårig erfarenhet av metoden. Merparten är leg. psykoterapeuter och handledarutbildade.

Alla våra handledare är handledarutbildade. Detta är en del av de krav som ställs för att utbildningen ska vara behörighetsgirande för det legitimationsgrundande psykoterapeutprogrammet (steg-2).

## **Målgrupp och behörighet**

Utbildningen vänder sig till personer med människovårdande yrkesutbildning inom framför allt psykiatri, primärvård, socialtjänst, och Statens institutionsstyrelse.

För tillträde till utbildningen krävs allmän och särskild behörighet.

# **Innehåll och metoder**

Fokus ligger på båda de centrala paradigmen inom KBT:

- det kognitiva (informationsprocess-paradigmet)
- det inlärningspsykologisk

Utbildningen förmedlar också kunskaper om emotions- och motivationspsykologi, samt relevant utvecklingspsykologi. Kunskaperna skaffas genom föreläsningar, seminarier och gruppdiskussioner, och inte minst genom handledning i praktiskt patientarbete utifrån metodiken.

## **Ramkurs, kurs A**

Information kring uppläggning och innehåll, klargörande av mål och delmål samt evaluering.

## **Utvecklingspsykologi: olika utvecklingsteoretiska perspektiv, kurs B**

- Kognitiv teori och den kognitiva utvecklingen
- Affektteori
- Socio-emotionell utveckling med anknytningsteori och självutvecklingsteori
- Inlärningspsykologiska teorier

## **Kognitiv beteendeterapeutisk metod, kurs C**

CI: Grunder och samtalsmetodik

- grundläggande teori, begrepp och metod
- samtalsmetodik

CII: Psykopatologi, diagnostik, fallformulering och behandlingsstrategier: lättare depressioner, ångesttillstånd och utagerandebeteende

- ångesttillstånd
- depressiva tillstånd

CIII: Psykopatologi, diagnostik och behandlingsstrategier: orientering i komplex problematik

- psykotiska tillstånd
- personlighetsstörningar
- psykosomatik
- neuropsykologiska funktionshinder

CIV: Psykopatologi, diagnostik och behandlingsstrategier: grupp, barn, ungdomar samt familjebehandling

- gruppterapi
- behandling av barn, ungdomar och familj

#### **Angränsade psykoterapeutiska behandlingsmetoder, kurs D**

- Radikal behaviorism
- Psykodynamisk terapi

#### **Vidgad tillämpning av KBT, kurs E**

- ACT
- Dialektisk beteendeterapi
- Mindfulness och KBT

#### **Vetenskapsteori och utvärderingsfrågor, kurs F**

Kunskapsbegreppet, vetenskaplig förklaring och arbetssätt. Psykoterapiforskning.

#### **Etik, kurs G**

Juridiska och etiska frågeställningar för psykoterapeuter.

#### **Handledning i grupp, kurs H**

Handledning i liten grupp (3-4 deltagare). Handledningen genomförs på minst två (videoinspelade) fullständiga behandlingar per deltagare. Tillgång till utrustning för egen videoinspelning är ett krav då varje session skall spelas in.

#### **Egenterapi**

Egenterapi omfattande 30 timmar skall ges av legitimerad psykoterapeut med kognitiv beteendeterapeutisk inriktning och får inte vara äldre än 10 år. Terapin kan delas upp i två skilda individuella terapier, eller i individuell och gruppterapi, under förutsättning att minst 15 av timmarna utgörs av individualterapi med KBT-inriktning.

#### **Examination**

På utbildningens olika delar samt på utbildningen i dess helhet sätts betyg godkänd eller underkänd. Efter genomgången utbildning utfärdas utbildningsbevis. Saknas egenterapi utfärdas kursintyg, som dock inte ger behörighet att behandla med metodiken.

# Behörighet

## Allmän behörighet

Har den som uppfyller något av följande krav:

1. Utbildning i treårig gymnasieskola: har slutbetyg från ett nationellt program (eller Komvux) och fått lägst betyget Godkänd på kurser som omfattar minst 90 procent av de gymnasiepoäng som krävs för ett fullständigt program.
2. Utbildning i tvåårig gymnasieskola:
  - har avgångsbetyg från en fullständig minst två-årig utbildning i gymnasieskolan (eller annan likvärdig utbildning).
  - har kunskaper i svenska och engelska som motsvarar slutförd lärokurs om minst två årskurser på någon linje eller något program i gymnasieskolan.
3. Ålder och yrkesverksamhet:
  - fyller 25 år senast under det kalenderår under vilket utbildningen börjar och varit yrkesverksam i minst fyra år (minst halvtid, minst tremånadersperioder) före det kalenderhalvår utbildningen börjar.
  - har kunskaper i svenska motsvarande kurs B och engelska motsvarande kurs A.

## Särskild behörighet

Den sökande skall ha en människovårdande yrkesutbildning och under studietiden vara professionellt verksam med människovårdande inriktning under minst 50% av en heltidsanställning. Den studerande skall under utbildningstiden, styrkt med intyg från verksamhetsansvarig eller arbetsgivare, ha möjlighet att bedriva terapeutiskt arbete.

## Urvalskriterier

Arbetslivserfarenhet med professionell människovårdande inriktning samt genomgången introduktionskurs i KBT (den s.k. veckokursen om 50 timmar) är meriterande och beaktas vid urvalet av de sökande.